



# SPARGEL

## WEISSE POLENTA UND NEPOMUK

Kochzeit: 30 Min. Personen: 4 Pax 450 kcal

„Wir kochen mit Hingabe und Köpfchen. Wir verwenden ausschließlich darmschonende Lebensmittel und kreieren daraus unerwartete Gaumenfreuden für Sie. Gesund, regional & saisonal. Gerne teilen wir unser Know-how mit Ihnen!

Wir wünschen viel Freude beim Kochen & Genießen!“

Bettina Mitter-Melcher, BLEIB BERG Küchenchefin

### ZUBEREITUNG

Weißer Polenta in Butter kurz anschwitzen, würzen sowie mit Milch und der Brühe aufgießen.  
Aufkochen und ca. 15 Minuten zugedeckt quellen lassen.  
Spargel schälen und in Stücke schneiden und 15 Minuten in Wasser kochen lassen.  
Danach die Polenta in einem tiefen Teller mit Basensauce, Spargelstücken und mit dem fein geschnittenem Nepomuk (Edelschimmelkäse) anrichten.

### ZUTATEN

140 g Maisgrieß  
½ l laktosefreie Milch  
½ l Gemüsebrühe  
10 g Butter oder veganer Butter  
600 g Spargel weiß oder grün  
Olivenöl, Salz, Pfeffer, Muskat,  
Basensauce  
125 g Nepomuk (Edelschimmelkäse)