



Gegrillter Polenta-Walnuss-Rührkuchen mit Erdbeeren



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Kohlenhydrate: 0

Zubereitung:

1. Den Ofen auf 180 Grad (Gas: Stufe 1, Umluft: 160 Grad) vorheizen. 10 g Walnüsse in eine Tüte geben und mit einer Teigrolle fein krümeln. Eine Kastenform mit dem Teelöffel Butter einfetten. Die Form mit den zerkleinerten Walnüssen ausstreuen.

2. Mehl, Polenta, Backpulver, Salz und restliche geröstete Walnüsse in die Küchenmaschine geben und mixen bis die Walnüsse grob gehackt sind. Die restliche Butter zusammen mit dem Zucker 3 bis 5 Minuten lang schaumig rühren.

3. In einer Schüssel das Ei aufschlagen und schaumig rühren. Nun die trockenen Zutaten sowie die Butter unterrühren. Den Teig anschließend in die Kuchenform geben und ca. 60 Minuten lang backen bis die Mitte leicht fest ist. Zum Schluss eine Garprobe machen.

4. In einem Mixer die aufgetauten Erdbeeren, Zucker und den Esslöffel Wasser glatt mixen. Durch ein feines Sieb geben und die Soße mit den frischen Erdbeeren mischen.

5. Eine Grillpfanne anheizen. Den Polenta-Kuchen in 2 cm Stücke schneiden und jedes Stück mit Butter bestreichen. Anschließend von jeder Seite ca. 1 Minute lang grillen.

6. Anschließend die Sahne mit dem Puderzucker steifschlagen. Je ein Stück Kuchen auf einen Teller geben, mit Erdbeeren, Puderzucker und geschlagener Sahne servieren.

Zubereitungszeit: 180 Minuten

Nährwertangaben pro Portion ca.:

Energie: 404 kcal/ 1693 kJ

Eiweiß: 5 g

Kohlenhydrate: 33 g

Fett: 28 g

Davon gesättigte Fettsäuren: 12 g

ungesättigte Fettsäuren: 16 g

Zutaten für 4 Portionen :

Für den Teig

10 g + 50 g kalifornische Walnüsse, geröstet

4 EL + 1 TL Butter, weich

50 g Mehl

30 g Polenta

1/2 TL Backpulver

1 Prise Salz

70 g Zucker

1 Ei

Für die Beilage

60 g gefrorene Erdbeeren, aufgetaut

1 TL Zucker

140 g frische Erdbeeren, entstielt und geviertelt

1 EL geschmolzene Butter

60 ml Schlagsahne

Puderzucker