

Polenta mit Winterwok



Für die Polentaschnitten die gut doppelte Menge Wasser mit Salz zum Kochen bringen, **Polenta** langsam einrühren, aufkochen und kurz durchziehen lassen, bevor er auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech gestrichen wird. Wer Lust hat, kann **vegane Käsescheiben** drauflegen, bevor das Blech bei ca 190 Grad in den Ofen zum Fertigbacken geschoben wird.

Für den Winterwok haben wir das wohlbekannte Winterlagergemüse (**Karotten, Zeller, Pastinaken, Kraut, Zwiebel**) geschnippelt, im Wok angebraten, mit Sojasoße gewürzt und gar ziehen lassen. Diese Kombination hat uns ausnehmend gut geschmeckt und hat auch etwas Abwechslung in den Speiseplan gebracht.