

# Eissalat mit Polenta-Dressing



## Zutaten für vier Personen:

1 kleiner Eissalat  
400 ml Gemüsebrühe  
2 Lorbeerblätter  
ca. 30 g Instant-Polenta  
(1/4 -1/3 einer Tasse)  
etwas Zitronenschale von einer  
unbehandelten Zitrone  
3 EL Olivenöl  
Saft von einer Zitrone  
3 EL Sahne  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 EL Schnittlauchröllchen  
8 Scheiben ganz fein geschnit-  
tene Mailänder Salami oder  
Baguette-Salami

1. 400 ml Wasser in einer  
Sauteuse mit 2 Lorbeerblät-  
tern zum Kochen bringen  
und 1 1/2 TL Gemüse-  
brühpulver einrühren.  
2. Polenta hineinrieseln  
lassen, fleißig umrühren,  
einige Minuten ziehen  
lassen. Das Dressing soll  
cremig sein, nicht zu dick.  
3. Mit einem Kochmesser  
von einer unbehandelten  
Zitrone etwas Schale  
abschneiden, nur das  
Gelbe, nicht das Weiße. Die  
Zitronenschale in feine  
Streifen schneiden und dann  
nochmals quer in feine Teile  
schneiden und zugeben.  
4. 3 EL Olivenöl zugeben  
und den Saft einer Zitrone.  
5. Das Polenta-Dressing

vom Herd nehmen und 3  
EL Sahne einrühren.  
6. Das Dressing mit Salz  
und Pfeffer abschmecken  
und mit einem Esslöffel  
Schnittlauchröllchen  
verfeinern.  
7. Eine äußere Blattschicht  
vom Eissalat abmachen,  
einmal mit kaltem Wasser  
abspülen und mit Küchen-  
tüchern trocknen. Dann aus  
der Mitte des Salates vier  
ca. 1 cm dicke Scheiben  
schneiden und auf Tellern  
anrichten. Den Strunk  
jeweils herausschneiden.  
8. Den Salat mit dem  
Polenta-Dressing beträufeln  
und mit je zwei Scheiben  
Baguette-Salami garnieren.

## Hinweise:

Dazu gibt es noch frisches  
Ciabatta-Brot.

Will man das Polenta-  
Dressing als Sauce, z.B. für  
gebratene Hähnchen-  
oberschenkel, verwenden,  
so nimmt man nur 1/2  
Zitrone.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20  
min, Vorspeisen, Wurst,  
italienisch

Rezeptanregung: Alexander  
Herrmann in der Sendung  
"Koch doch" im Bayerischen  
Fernsehen, 20.02.2005

Anpassung und Foto: Walter  
Stand 10.01.2023