

## Steirische Kürbiskernölpolenta (mit Pilzen)



**Beilage**  
Rezeptart



**45 Minuten**  
Zubereitung



**leicht**  
Schwierigkeit



### Zutaten für 6 Portionen

200 g Milch  
40 g Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.  
Salz  
Pfeffer  
Muskatnuss  
50 g Polenta  
20 g geröstete Kürbiskerne, gehackt  
10 g Haselnüsse, gehackt  
2 Knoblauchzehen fein gehackt

### Zubereitung

Milch mit Kürbiskernöl und Gewürzen aufkochen, Polenta und Haselnüsse zugeben und unter ständigem Rühren gut einkochen lassen. Zum Schluss Knoblauch und Steirische Kürbiskerne unterrühren.

Tipp: Die Masse auf ein Blech streichen, bei 180 °C kurz backen und in Rechtecke schneiden – in dieser Form eignet es sich auch als Suppeneinlage.

Vorspeisen-Variante mit Pilzen:  
Pilze waschen und blättrig schneiden, Zwiebel putzen und fein hacken. Beides gut dünsten und mit gehackter Petersilie, wenig Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken. Zusammen mit den Polentaschnitten als Vorspeise oder Zwischengang heiß servieren.

**Rezept von Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch**