



Italienisches

# Honig-Balsamico- Champignons mit Polenta

## Zutaten

für 2 Portionen

*für die Honig-Balsamico-  
Champignons*

400 g Champignons

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 EL Olivenöl

2 TL Butter

1 EL Honig

30 ml Balsamico

Salz

Pfeffer

*für die Polenta*

250 ml Milch

100 ml Wasser

150 g Polenta

50 g Parmesan (gerieben)

1 EL Butter

Salz

Pfeffer

Muskat

## Zubereitung

### *Honig-Balsamico-Champignons*

Die Champignons vierteln, das Olivenöl und die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Champignons scharf anbraten, bis sie braun sind. Dann Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und etwa fünf Minuten mitbraten. Den Honig mit dem Balsamico verrühren und die Champignons damit ablöschen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.

### *Polenta*

Milch und Wasser zum Kochen bringen und die Polenta mit einem Schneebesen einrühren und etwa drei Minuten kochen lassen. Dann vom Herd nehmen, den Parmesan und die Butter unterrühren, Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Polenta auf einem Teller anrichten und die Honig-Balsamico-Champignons darüberggeben.

Brennwert: 2.406 kJ, 575 kcal · Zeit: ½ Stunde