

Polenta-Bergschnitten

Herzhafter Meal-Prep-Snack für unterwegs – perfekt für Wandern, Camping & Vanlife.

Zutaten (8 Stück)

- 1 200 g Polenta (Maisgrieß)
- 2 600 ml Wasser oder Gemüsebrühe
- 3 1 TL Salz
- 4 100 g Bergkäse oder Emmentaler
- 5 1 kleine Zwiebel
- 6 1 kleine Paprika
- 7 80 g getrocknete Tomaten oder Speckwürfel
- 8 2 Eier
- 9 2 EL Olivenöl
- 10 Kräuter nach Geschmack (Rosmarin, Thymian, Petersilie)

Zubereitung

- 1 Wasser oder Brühe mit Salz aufkochen und Polenta einrühren, bis sie dick wird.
- 2 Zwiebel und Paprika fein würfeln und kurz anbraten.
- 3 Käse, Eier, Öl, Gemüse und Kräuter unter die Polenta mischen.
- 4 Masse ca. 2 cm dick auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen.
- 5 Bei 190 °C ca. 30 Minuten goldbraun backen.
- 6 In handliche Schnitten schneiden und abkühlen lassen.

Tipp: Die Schnitten sind perfekt zum Mitnehmen, zerdrücken nicht und schmecken auch kalt hervorragend.