



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten:

400 g Maisgrieß
750 ml Wasser
1 TL Salz
50 g Schweineschmalz
100 g Grammeln vom Schwein

Mein persönlicher Tipp

Zum Frühstück gezuckert mit Kaffee genießen.:

Eva Maria Lipp

Ernährungsberaterin und
Kochschulleiterin in Leoben

Quellen:

- Eva Maria Lipp: *Genießen ohne Grenzen*

Türkensterz (Türgischer) mit Grammeln

Zubereitung

- Wasser und Salz aufkochen und den Maisgrieß (Polenta) langsam einrühren.
- Bei schwacher Hitze mindestens ½ Stunde ausdünsten lassen.
- Dann mit einer Gabel auflockern, so dass sich kleine Brocken bilden.
- Schweinefett in einer Pfanne zerlassen, Grammeln zufügen und erwärmen.
- Sterz vor dem Anrichten mit dem heißen Grammelfett übergießen.

Dazu wird eine Schwammerlsuppe serviert.