

**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

4 EL Butterschmalz

4 EL Mehl

850 ml Wasser

180 g Maisgrieß

300 g Bergkäse

Salz

Oberländer Kasmuas

Polentapfanne mit Bergkäse

Zubereitung

- In einer großen, tiefen Pfanne aus Butterschmalz und Mehl eine Einbrenn herstellen, mit dem Wasser unter ständigem Rühren aufgießen, nach Belieben salzen.
- Den grob gemahlenen Maisgrieß einrühren, aufkochen lassen, bis es blubbert, dann die Hitze stark reduzieren und die Mischung ca. 45 Minuten köcheln lassen, nicht mehr umrühren!
- Bergkäse (mind. 6 Monate gereift oder Rässkäse) in längliche Stücke schneiden (Länge = halber Pfannendurchmesser, Breite = die Höhe der Polentamasse in der Pfanne) und sternförmig in die Polentamasse stecken, den Käse ca. 10 Minuten schmelzen lassen.

Mein persönlicher Tipp

Am besten schmeckt das Oberländer Kasmuas auf einer Tiroler Almhütte und in einer Eisenpfanne zubereitet!:

Rosi Prem

Seminarbäuerin aus Innsbruck-Land

Quellen:

- Kochen und Küche: *Bäuerinnen kochen*

