Grillowana polenta z pieczonymi pomidorami

foodmania

Polecane na: **przystawki i przekąski**

Warto wiedzieć:

75 min | łatwy | 9 porcji

Składniki:

- kasza kukurydziana - 5 łyżka
- pomidory koktajlowe - kilka kilka
- orzechy piniowe - 1 garść
- kiełki rzodkiewski - 1 garść
- pomidor z bazylią i czosnkiem niedźwiedzim - 1 szczypta
- sól sezamowa - 1 szczypta
- sos wasabi - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Ta bezglutenowa propozycja sprawdzi się świetnie, jako przekąska, czy dodatek do dania głównego ;)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę kukurydzianą ugotować (cały czas mieszając) z dodatkiem soli sezamowej, a następnie przełożyć do pojemnika wyłożonego folią spożywczą na wysokość 2 cm i odstawić do wystygnięcia (najlepiej w lodówce).

KROK 2: Gdy kasza stężeje należy pokroić ją na kwadratowe kawałki i ułożyć na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia, po czym ugrillować przez około 20 minut w temperaturze 180 stopni.

KROK 3: Pomidorki koktajlowe posypać pomidorami suszonymi z bazylią i czosnkiem niedźwiedzim oraz zapiec w piekarniku nagrzanym do 180 stopni przez 15 minut.

KROK 4: Orzeszki piniowe uprażyć na suchej teflonowej patelni.

KROK 5: Gotową polentę podać z pomidorkami, posypać kiełkami i orzeszkami piniowymi oraz sosem wasabi.