



Autor

Saisonküche

Fotograf

Marvin Zilm

[Home](#) > [Kochen](#) > [Rezepte](#) > Maisschnitten mit kalter Tomatensauce

Maisschnitten mit kalter Tomatensauce

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Zutaten für 4 Personen

5 dl	Milch
5 dl	Wasser
1 EL	Salz
270 g	feiner Maisgriess
100 g	Bündner Bergkäse
	Salz, Pfeffer
	Muskatnuss
1	Ei
4 EL	Olivenöl
Sauce	
6	Tomaten
1	Frühlingszwiebel
1 Bund	Basilikum
1 dl	Aceto balsamico bianco

Zubereitung

1



Cakeform mit Klarsichtfolie auslegen. Milch, Wasser und Salz aufkochen. Maisgriess begeben. 2–4 Minuten unter Rühren köcheln lassen, bis er sich vom Pfannenboden löst. Pfanne vom Herd nehmen. Käse an einer feinen Raffel dazureiben und mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Etwas abkühlen lassen. Ei darunterrühren. Mais in die Form geben. Mit Klarsichtfolie abdecken. 6 Stunden kühl stellen.

2



Für die Sauce reichlich Wasser aufkochen. Tomaten über Kreuz einschneiden und ca. 30 Sekunden in das kochende Wasser geben, bis sich die Haut zu lösen beginnt. Tomaten herausheben und in kaltem Wasser abschrecken. Tomaten schälen, vierteln, entkernen und in Würfel schneiden. Frühlingszwiebel längs vierteln. Mit dem Basilikum in feine Streifen schneiden. Mit Balsamico und Öl zu den Tomaten geben. Knoblauch dazupressen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3



Mais in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Maisschnitten im Öl bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten auf jeder Seite goldbraun braten. Herausnehmen und warm halten. Maisschnitten anrichten und mit der Tomatensauce servieren.

Tipp: Maisschnitten am Vortag zubereiten. Mindestens 6 Stunden kühl stellen.

Nährwerte

1 Portion enthält

Kalorien:	680 kcal	Eiweiss:	20 g
Fett:	37 g	Kohlenhydrate:	66 g

MM.ch Auf migrosmagazin.ch [einloggen](#), um alle Funktionen von migrosmagazin.ch zu benutzen oder [registrieren](#), wenn Sie noch keinen Login besitzen.

Kommentar verfassen