

Polenta grillée aux légumes

Ingrédients

- 250g de polenta
- 1 l d'eau bouillante
- 2 c. à s. de beurre
- 2 c. à s. de parmesan, râpé
- 8 olives noires, coupées
- 6-8 champignons de Paris
- 2 poignées de roquette
- 12 tomates séchées
- Huile d'olive



Préparation

1. Cuire la polenta : portez l'eau à ébullition avec une pincée de sel et 1 c. à s. de beurre. Ajoutez la polenta en pluie. Laissez mijoter selon les indications du paquet de polenta (entre 2 et 45 minutes) à feu moyen en remuant constamment.
2. Ajoutez le reste du beurre et le parmesan à la polenta. Ajoutez les olives noires et bien mélanger le tout de manière homogène.
3. Huilez un plat à quiche ou à gratin. Étalez la polenta sur env. 1,5 cm d'épaisseur et laissez refroidir complètement.
4. Pendant ce temps préparez les légumes : lavez et coupez les champignons en lamelles, coupez les olives et les tomates séchées en deux.
5. Répartir les champignons, les olives et les tomates séchées sur la polenta, arrosez d'une bon filet d'huile d'olive.
6. Passez au four pour 10 minutes à 150°C. Servez chaud, tiède ou froid.
7. Après cuisson ajoutez la roquette et arrosez d'un filet d'huile d'olive .