

# Bunte Maisschnitten mit Rucola-Salat



## Zutaten

### Für 4 Personen

pro Person ca. 2149 kJ/514 kcal

### MAISSCHNITTEN

8 dl Milchwasser  
( $\frac{1}{2}$  Milch/  $\frac{1}{2}$  Wasser)  
1 TL Salz\*  
Pfeffer aus der Mühle  
200 g grober Mais (Bramata)  
4 EL Crema di Peperoncini

Olivenöl zum Braten  
150 g Tilsiter, in 12 Stängeli

Crema di Peperoncini  
zum Garnieren

### SALAT

$\frac{1}{2}$  EL Senf  
1  $\frac{1}{2}$  EL Condimento balsamico bianco  
3 EL Olivenöl  
1 TL Kräutermischung provençal

Salz\*, Pfeffer, nach Bedarf  
100 g Rucola

### Vor- und Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten  
Kühl stellen: ca. 1 Std.  
Für eine rechteckige Form von ca. 9 dl (z.B. Alubox) oder eine beschichtete Cakeform von ca. 20 cm, kalt ausgespült

### Zubereitung

**MAISSCHNITTEN:** Milchwasser aufkochen, würzen. Mais einrühren, unter Rühren bei kleinster Hitze ca. 20 Min. zu einem dicken Brei köcheln.  $\frac{1}{3}$  der Masse in die vorbereitete Form geben, glatt streichen, mit 2 EL Crema di Peperoncini bestreichen. Vorgang 1-mal wiederholen. Letztes Drittel Maismasse darauf verteilen. Maiskuchen

auskühlen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 1 Std. fest werden lassen.

Maiskuchen auf ein Brett stürzen, in 12 ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Die Hälfte der Schnitten bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. anbraten, wenden. Mit je 1 Käsestängel belegen. Zugedeckt ca. 3 Min. fertig braten, warm stellen. Vorgang wiederholen.

Maisschnitten anrichten, mit Crema di Peperoncini garnieren.

**SALAT:** Für die Sauce Senf, Essig und Öl in einer Schüssel

## Tipp



Maisbrei mit einem kalt abgespülten Löffelrücken ausstreichen.

## Sehen Sie mehr

**Rezeptautorin  
Claudia Stalder  
zeigt, wie's geht:**  
[www.coopzeitung.ch/  
rezeptvideos](http://www.coopzeitung.ch/rezeptvideos)

gut verrühren, würzen.  
Rucola kurz vor dem Servieren beigegeben, mischen.

\* Diese Zutaten sind nicht als Naturaplan-Produkte erhältlich



Medienbeobachtung AG

Coop-Zeitung Gesamtausgabe

16.09.2008

Auflage/ Seite

Ausgaben

1711161 / 42

52 / J.

Seite 2 / 2

8537

6644542

Dieser Artikel erschien in folgenden Regionalausgaben:

*Titel*

Coop-Zeitung Bern-Biel

Coop-Zeitung Oberwallis

Coop-Zeitung Aargau

Coop-Zeitung Basel/Fricktal

Coop-Zeitung Mittelland

Coop-Zeitung Graubünden

Coop-Zeitung St. Gallen/AP/FL

Coop-Zeitung Ostschweiz/Ticino WI

Coop-Zeitung Zentralschweiz

Coop-Zeitung Zürich

*Auflage*

303'473

19'417

134'351

199'474

118'567

54'142

163'798

158'783

190'509

346'509