

Krokante polenta-triangles met miso-geglazuurde paddenstoelen, sinaasappel-gremolata en geroosterde kool

Past goed omdat het licht van karakter, geschikt voor doordeweeks.

Ingrediënten

- 150 g polenta (maïsgries)
- 600 ml water
- 1/2 tl fijn zeezout
- 30 g boter of 2 el olijfolie
- 50 g Parmezaan of oude kaas, fijn geraspt (optioneel)
- 250 g oesterzwammen, in repen
- 200 g kastanjechampignons, in kwarten
- 1 el neutrale olie
- 1 el roomboter of 1 el olijfolie
- 1,5 el witte miso
- 1 el sojasaus
- 1 el rijstazijn of wittewijnazijn
- 1 el honing of maple syrup
- 1 sinaasappel (rasp en 2 el sap)
- 1 teen knoflook, fijn geraspt
- 1 kleine bos peterselie, fijngehakt
- 40 g hazelnoten, grof gehakt
- 1/2 spitskool of 300 g boerenkool (spitskool in wiggen of boerenkool grof gescheurd)
- 1 tl komijnzaad
- 2 el olijfolie
- Zwarte peper

Zo pakken we het aan

1. Breng water met zout aan de kook, strooi de polenta er al roerend in en laat op laag vuur dik worden; roer boter/olijfolie en eventueel kaas erdoor tot het romig en stevig is.
2. Spreid de polenta 1,5–2 cm dik uit op een bord of bakplaat, strijk glad en laat afkoelen tot hij goed opstijft; dit gaat sneller in de koelkast.
3. Verwarm de oven voor op 220 °C en leg spitskoolwiggen of boerenkool op een bakplaat; meng met olijfolie, komijnzaad, peper en een snuf zout en rooster tot de randen donker en knapperig zijn.
4. Rooster de hazelnoten in een droge koekenpan tot ze geuren en zet apart.
5. Roer miso, sojasaus, azijn, honing/maple, knoflook, sinaasappelsap en 1 el water tot een gladde glaze.

6. Bak de paddenstoelen in een hete pan met neutrale olie zonder te veel te bewegen tot ze diep goudbruin en een beetje krokant zijn; voeg dan boter/olijfolie toe voor rondheid.
7. Schenk de miso-glaze bij de paddenstoelen en laat kort inkoken tot alles glanst en plakkerig is; zet het vuur uit zodat het niet verbrandt.
8. Maak de gremolata door peterselie te mengen met sinaasappelrasp, de geroosterde hazelnooten en een scheutje olijfolie; breng op smaak met zwarte peper.
9. Snijd de opgesteven polenta in triangles en bak ze in een dun laagje olie in een koekenpan aan beide kanten goudbruin en krokant.
10. Serveer de polenta-triangles met de miso-paddenstoelen, leg de geroosterde kool erbij en maak alles af met een royale lepel sinaasappel-gremolata.