

## Italienische Bratwurst mit grünem Spargel und Polenta

Die italienische Version unserer Bratwurst heißt Salsiccia - ist sehr aromatisch und oft mit Gewürzen wie Fenchel verfeinert. Dazu gibts cremige Polenta und knackigen grünen Spargel.

### Zutaten (für 2 Personen)

300 g grüner Spargel  
200ml Milch  
300 ml Gemüsebrühe (instant)  
60 g Polenta (Maisgries)  
30 g Butter  
300 g Salsiccia (italienische Bratwürste)  
Halbe gehackte Zwiebel (ca 50g)  
50 g eingelegte Tomaten  
1 TL Fenchelsamen (gemahlen)  
200 ml naturtrüber Apfelsaft  
Parmesan  
2 El Olivenöl zum Braten

### Zubereitung

Spargelenden etwa 4 cm abschneiden, Spargelstangen schräg dritteln

Zwiebel würfeln, eingelegte Tomaten in Streifen schneiden

Haut der Bratwürste abziehen

**TIPP: Salsiccia ist eine grobe Rohwurst aus Italien, meist aus Schweinefleisch. Passt als Ragout auch sehr gut zu Pasta.**

Fleisch grob zerkleinert ohne Öl in Pfanne geben (Wurstfett ausreichend)

Fenchelsamen, Zwiebeln, Tomaten dazugeben, ca 5 min braten, nach Geschmack Wurstfett abgießen

Apfelsaft zu Wurstbrät geben, weitere 5 min köcheln, mit Pfeffer würzen (Würste sind salzig)

Gebratene Wurst warm stellen

Spargel mit 2 EL Öl anbraten, salzen, pfeffern, mit 100 ml Brühe ablöschen, etwa 5 min bissfest braten, Wurstbrät dazugeben, erwärmen

Für die Polenta: Milch und 200 ml Brühe aufkochen, Polenta einrühren, ca. 3 min köcheln lassen, mit Salz abschmecken, nach Geschmack Butter untermischen (für die schlanke Linie: Butter weglassen)

Wurstbrät und Spargel auf Polenta anrichten, mit geriebenem Parmesan bestreuen

*Olaf Kosert und Antenne Brandenburg wünschen guten Appetit!*