

Diese Woche im Rezept: Zuckermais

Zuckermais im Parmesanmantel

Zutaten für 4 Personen:

4 Stück Zuckermais

4 EL Butter

Gerne dazu 4 EL Küchenkräuter
(Petersilie, Schnittlauch)

2 Zehen Knoblauch

Salz

50g Parmesan

Pflanzenöl zum Braten

Zubereitung:

Zuckermais schälen und abwaschen
und anschließend 15-20 min. in
Salzwasser kochen

Küchenkräuter schneiden und
Knoblauch pressen

Parmesan reiben

Pfanne mit Öl erhitzen

Zuckermais in der Pfanne leicht
anbraten

Butter, Kräuter und Knoblauch
hinzugeben

Maiskolben in der Kräuter-
Knoblauch-Butter schwenken

Maiskolben aus der Pfanne nehmen
und im Parmesan großzügig



Beilagentipp!

Im Sternla servieren wir den Zuckermais auf Sommergemüse mit Rosmarinkartoffeln!

**Guten Appetit wünscht euch,
Sternla- Küchenchef Marco Fischer & eure Gärtnerei Sebastian Niedermaier**