Melittas Rezeptsammlung:

Hauptspeisen

Frigga

- Polentagrieß(Maisgrieß)
- Weißer Speck
- Öl
- Eier
- Käse
- Knoblauch
- Salz und Pfeffer

Dieses Rezept ist wieder mal von Manfred- die heist keinerlei Mengenangabe

1. Den Maisgrieß einkochen und zu einer festen Masse verkochen lassen.
2. Die Masse auskühlen lassen
3. In ein Pfand'l etwas Öl geben, den Pfand'lboden mit Speck auslegen, eine Schicht Polenta darüber geben, 2 Eier aufschlagen und über die Polenta gießen, mit einigen Scheiben würzigen Käse abdecken und gepressten Knoblauch nach Geschmack dazugeben.
4. Pfand'l abdecken und bei leichter Hitze auf den Herd stellen.
5. Wenn der Käse zerläuft ist die Frigga fertig.

Gutes Schwarzbrot und kühles Bier passen am besten zur Frigga.
Um den Käse würziger zu machen reicht schon ein wenig frisch geriebener Parmesan.

Anmerkung von Manfred:
Schlechthin **das** Holzknechtessen von Damals. Die Polenta wurde von italienischen Holzknechten nach Kärnten gebracht und gilt seither auch als Kärntner Nationalkost(bei uns Sterz genannt). Frage nicht nach den Kalorien- sie reichen für einen ganzen Tag Schwerarbeit.