

La Polenta



Vi indichiamo 4 condimenti semplici e veloci, per preparare la polenta, diversi dalla classica, ma sempre buonissima, polenta con spuntature e salicce. Le ricette sono per 4 persone, quindi per ogni ricetta usiamo la confezione di polenta pronta da 375g (chi vuole, ed ha tempo, può scegliere la farina di mais cruda macinata appositamente per fare la polenta e deve farla cuocere 30 minuti in più). Per quella pronta portiamo a bollire 2 litri d'acqua (o diversamente, quanto indicato nella confezione), saliamo e versiamo a pioggia la farina di mais, cuociamo per 7/8 minuti (Io nell'acqua metto un po' meno sale, ma aggiungo un cucchiaino di dado vegetale e due cucchiari d'olio) .

SUGO DI OLIVE

200g di olive nere denocciolate
400g di polpa di pomodoro
1 rametto di rosmarino
30g di grana a scaglie e 20g grana grattugiato
½ cipolla, ½ peperoncino
sale e olio e.v.o.

Sbucciare la cipolla e tritarla finemente. Metterla in padella con 4 cucchiari d'olio e il peperoncino, appena è ben imbiandita versare il pomodoro, salare e portare a cottura. Lavare bene le olive, tritarne metà e tritare finemente il rametto di rosmarino. Appena la polenta è cotta spegnere il fuoco e mettere dentro le olive tritate e il grana grattugiato. Mettere la polenta in quattro piatti cospargere con il sugo di pomodoro ben caldo, le olive, le scaglie di grana e spolverizzare con il rosmarino tritato.

CON IL GORGONZOLA

150g di gorgonzola (a vostro gusto: dolce o piccante)
50g di emmental
20g di burro
30g di parmigiano
un bicchierino piccolo di latte
4/5 foglie di salvia
30g di noci tritate

Tagliare l'emmental a filetti con un pelapatate. Mettere in un pentolino il latte e il gorgonzola, fate sciogliere lentamente, fino ad ottenere una crema. Quando la polenta è cotta, versate dentro il burro e il parmigiano, girate per mantecare un po', versatela su un piatto da portata o un tagliere e mettere sopra la crema al gorgonzola, i filetti di emmental e la salvia.

CON VERZA E FAGIOLI

200g di wurstel
300g di verza
200g di fagioli borlotti in scatola
1 cipolla
vino bianco
sale, pepe, olio e.v.o.

Sbucciare la cipolla e tritarla finemente. Lavare e tagliare la verza a listarelle sottili. Scolare i fagioli. Tagliare i wurstel a rondelline. Mettere la cipolla in padella con 4 cucchiaini d'olio, rosolare 2 minuti e aggiungere la verza, rosolare 2 minuti sfumare con il vino. Abbassare il fuoco e far cuocere la verza lentamente, aggiungendo se necessario qualche cucchiaio di brodo. Prima di spegnere aggiungere i fagioli e i wurstel, girare 2/3 minuti e spegnere. Mettere il condimento sopra la polenta calda e spolverizzare di pepe.

CON IL BACCALÀ

300g di baccalà ammollato
400g di polpa di pomodoro
1 spicchio d'aglio
1 peperoncino
1/2 cipolla, 1/2 cucchiaio di capperi
prezzemolo, sale e olio e.v.o.

Sciacquare il baccalà eliminare la pellicina e tagliarlo a pezzettini. Sbucciare la cipolla e tritarla finemente. Mettere la cipolla, lo spicchio d'aglio e il peperoncino in padella con 4 cucchiaini d'olio, rosolare lievemente e aggiungere il baccalà, rosolare 2/3 minuti e sfumare con il vino bianco, poi aggiungere i capperi sciacquati e sminuzzati. In seguito eliminare l'aglio e aggiungere la polpa di pomodoro. Far cuocere a fuoco lento per 30/40 minuti, se necessario qualche cucchiaio di brodo (o acqua calda). Mettere il sugo sulla polenta calda e spolverizzare di prezzemolo.