

Polenta fritta

Come preparare la polenta fritta

1. Portare a bollire l'acqua in un paiolo di rame.
2. Aggiungere l'olio ed il sale, quindi versare lentamente a pioggia la farina bramata, mescolando continuamente con un bastone o cucchiaio di legno, in modo che non si formino grumi.
3. Dopo circa 10' minuti di cottura aggiungere poco alla volta la farina fioretto e continuare la cottura a fuoco medio, sempre girando, per almeno altri 30'. Se durante la cottura la polenta tenderà a rassodare troppo, aggiungere poca acqua bollente.
4. La polenta sarà cotta quando avrà raggiunto una consistenza liscia ed omogenea e si staccherà facilmente dalle pareti del paiolo.
5. Dopo la cottura, rovesciare la polenta ancora calda su un vassoio o su una placca dai bordi bassi e livellarla con una spatola bagnata in acqua, creando uno spessore di circa 1 cm.
6. Far raffreddare la polenta a temperatura ambiente, poi coprirla con pellicola e porre in frigorifero per qualche ora affinché si rassoda bene.
7. Tagliare la polenta (losanghe o bastoncini o quadretti) e friggerla in una padella antiaderente con olio ex. v. di oliva, fino a farla gonfiare leggermente e dorare in superficie.

Consigli & curiosità

a) Dopo la cottura si consiglia di versare la polenta su una teglia rivestita con carta da forno bagnata, in modo da sformarla comodamente prima di tagliarla.

b) Cuocere la polenta per i primi 15' poi coprire con carta da forno e cuocere a bagnomaria per altri 30', mescolando di tanto in tanto.

Angelo Solillo