

Tessiner Polenta (fast ohne Rühren)

Zutaten für 4 Personen:

1 l Wasser*
200 g Maisgriess von guter Qualität**
50 g Butter
nach Belieben frisch geriebener Parmesan
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

* (oder noch besser selbst gemachte Gemüse- oder Rindsbouillon)

** (je nach Gusto fein oder grob gemahlen)

Das Wasser oder die Bouillon in einem grossen Topf zum Kochen bringen. Das Maisgriess ins kochende Wasser rieseln lassen und sofort mit dem Schwingbesen gut umrühren, damit sich keine Klümpchen bilden.

Dann die Polenta einige Minuten mit einer Holzgabel kräftig rühren, bis das Maisgriess etwas gebunden ist. Dann die Butter, den geriebenen Parmesan zugeben umrühren und die Polenta salzen. Dann die Pfanne mit einem Deckel gut verschliessen und für ca. 50 bis 60 Minuten bei 150 Grad in den Ofen stellen.

Dann die Polenta aus dem Ofen nehmen, gut umrühren und wenn nötig noch etwas Flüssigkeit zugeben. Mit frisch geriebenem schwarzem Pfeffer abschmecken und frisch geriebenem Parmesan servieren.

Wer gebratene Polentaschnitten dem weichen Polentabrei vorzieht, gibt die Polenta auf ein kalt ausgespültes Blech oder giesst sie auf ein Blatt Backpapier und lässt sie vollständig auskühlen. Dann die Polenta mit einem Messer oder einem Metzgerfaden (so hat es jeweils meine Grossmutter gemacht) in Stücke schneiden und diese in einer Bratpfanne mit wenig Olivenöl anbraten.

Polenta-Variationen:

- Die noch warme Polenta in eine Gratinform giessen und auskühlen lassen. Mit Fontina oder Raclettekäse belegen und im Ofen unter der Grillschlange überbacken.
- Die Polenta wie oben beschrieben auf ein Blech oder ein Backpapier giessen, dünn ausstreichen, abkühlen lassen und dann mit den selben Zutaten, wie für eine Pizza belegen und dann in den Ofen schieben.
- Anstelle des Parmesans Gorgonzola oder Feta zum Polenta-Brei geben und gut verrühren.
- Die warme Polenta mit frisch gezupften oder notfalls auch mit getrockneten Thymian-Blättchen würzen. Auch frisch geschabter Ingwer harmoniert sehr gut mit Polenta.