

PRIMI PIATTI

Polenta

LUOGO: Europa / Italia / Basilicata

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

Farina di granturco

1 cipolla piccola

1 spicchio d'aglio

1/2kg di pomodori pelati

olio extravergine

1 rametto di origano

PREPARAZIONE

1 Versare su una spianatoia la farina, intingere d'acqua il rametto di origano e toccare la farina di granturco per ottenere delle palline strofinandola sulle mani bagnate.

L'operazione va continuata fino ad esaurimento della farina.

Nel frattempo si prepara un sugo abbastanza blando con il soffritto di cipolla, aglio e pomodoro; a cottura ultimata si aggiunge un abbondante cucchiaio d'acqua e si calano le palline di granturco mescolando fino a ottenere la polenta.