

## La polenta: una specialità tipica

La regione Veneto e la regione Emilia-Romagna hanno in comune un piatto tipico della cucina rustica: la polenta.

A Occhiobello, il mio paesino d'origine, la cuciniamo spesso ed è uno dei miei piatti preferiti. Mia madre mi ha insegnato come cucinarla con la pentola a pressione perché così è più veloce ed è anche più pratico!

### **Ingredienti:**

Per un chilo (kg) di farina bramata di mais (la farina di mais più grossa e rustica) servono tre litri d'acqua e una pentola a pressione abbastanza grande!

Aggiungete nella pentola il mais, l'acqua e due cucchiai rasi di sale fino e due cucchiai di olio extra vergine d'oliva. Fate bollire l'acqua lasciando la pentola ancora aperta e mescolate con una frusta. Al bollore, chiudete la pentola a pressione. Quando sentirete la pentola fischiare contate 25-30 minuti di cottura a fuoco medio.

Preparazione: una volta cotta, aprite la pentola, mescolate energicamente e versate il contenuto su un tagliere in legno. La polenta è pronta per essere tagliata a fette e servita con un sugo di funghi freschi, con del formaggio o con un sugo al ragù di carne. Potete condirla come volete, rimane sempre molto buona! :)

### **Curiosità:**

La differenza tra Veneto e Emilia-Romagna sta nel colore della farina di mais; infatti in Veneto si usa una farina di mais bianca mentre in Emilia-Romagna la polenta è sempre più gialla!

### **La tradizione:**

Secondo la tradizione, la polenta di mais dovrebbe essere preparata in un paiolo, ovvero in una grande pentola metallica che nelle case di campagna veniva usata direttamente sul fuoco, nel focolare delle cucine. Fare la polenta con una pentola normale (non a pressione) è però un processo molto lungo e necessita di continua attenzione da parte del cuoco perché si deve spesso mescolare!

