



MANGIA E BEVI...

polenta, aglio, olio e peperoncino

IN CIOCIARIA

Polenta, aglio, olio e peperoncino

La polenta: *500 g di farina di granoturco, due litri di acqua, una manciata di sale grosso.*
La salsa: *abbondante prezzemolo tritato, un peperoncino piccante senza semi, due spicchi d'aglio, mezzo bicchiere di olio, pecorino grattugiato, sale.*

Portare ad ebollizione l'acqua in un paiolo di rame e aggiungere il sale. Appena si sarà sciolto, versare la farina a pioggia, rimescolando velocemente con un cucchiaio di legno. Mantenere a fuoco vivace finché l'acqua riprenderà il bollore quindi abbassare la fiamma e continuare a rimescolare dal basso verso l'alto per almeno 45 minuti. Alzare poi la fiamma affinché si formi una crosticina sul fondo e sulle pareti del paiolo. Versare infine la polenta sulla scifa (tagliere di legno). Nel frattempo imbiondire nell'olio gli spicchi d'aglio leggermente schiacciati e il peperoncino. Unire il prezzemolo, togliere la polenta dal fuoco e condirla con la salsa, aggiungendo a piacere una spolverata di pecorino.

"Polenta" with garlic, oil and chili pepper

"Polenta": *500 g corn wheat, 2 litres water, a handful rough salt.*
Sauce: *a generous handful chopped parsley, 1 de-seeded chili pepper, 2 cloves garlic, 1/2 glass oil, some grated "peporino" cheese, salt.*

Bring the water to the boil in a copper pot adding the salt. Once dissolved, sift the flour and stir rapidly with a wood spoon. Boil it on a medium heat until the water starts boiling again. Lower the heat and continue stirring for at least 45 minutes. Rise to the maximum heat so that a thin crust forms on the bottom and on the sides of the copper pot. Pour the "polenta" on the "scifa" (wooden tray). Meanwhile, saute the chili pepper and the slightly crushed garlic cloves in the oil until golden. Add the parsley, remove the "polenta" from the heat. Season with the sauce and sprinkle with some "pecorino" cheese.