



Polenta nera mit Knoblauch und Jersey blue

Im Veltlin, dem Tessin und auch im Südtirol gehört der Buchweizen zu den traditionellen Grundnahrungsmitteln. Er wird auch zusammen mit Maisgriess zu einer Polenta gekocht. Er macht die Polenta sämiger und nicht grad schwarz, aber deutlich dunkler, daher der Name Polenta nera.

Aus der Polenta werden mit zwei Löffeln Gnocchis abgestochen und zu flachen Tätschlis geformt. Diese werden sanft in, mit Knoblauch und Salbei gewürzter, Butter gebraten. Zum Schluss werden die Tätschlis mit Gorgonzola, oder dem feinen Jersey blue, belegt und solange geschmort, bis der Käse schmilzt.

Zutaten (1 Portion)

20g	grober Mais (Bramata)
25g	feiner Mais
25g	Buchweizenmehl
3,5dl	Gemüsebouillon
10g	Tafelbutter
15g	Parmesan gerieben
2	Knoblauchzehen
1Tl	Salbeiblätter getrocknet
10g	Tafelbutter
30g	Jersey blue

Zubereitung

Gemüsebouillon aufkochen. Die beiden Maissorten und das Buchweizenmehl zugeben. 12 Minuten köcheln lassen und dabei mit einem Schwingbesen stetig umrühren. Der Mais sollte derzeit immer Blasen werfen. Herdplatte ausschalten und weiterrühren bis der Mais nicht mehr blubbert. Auf der noch warmen Herdplatte 20 Minuten ziehen

lassen. 10g Butter und Parmesan einrühren, Pfanne von der Herdplatte ziehen und auskühlen lassen.

Tafelbutter erhitzen bis sie leicht zu schäumen beginnt. Knoblauch zu dünnen Scheibchen schneiden. Salbei zwischen den Fingern zerreiben, allfällige zähe Stengelteile entfernen. Beides zusammen in der Butter ca. 5 Minuten dünsten, ohne dass der Knoblauch dabei Farbe annimmt. Temperatur etwas erhöhen. Mit einem Löffel Polenta abstechen und mit nassen Händen zu Kugeln, etwas grösser als ein Golfball, formen. In die Pfanne geben, mit einer Kelle leicht flach drücken und ca. 6-8 Minuten bräteln lassen. Mit einer Bratschaufel wenden, nach 3-4 Minuten Jersey-blue zu kleinen Stückchen schneiden und auf die Polenta-Täschli geben. Zudeckelt weitere 3-4 Minuten bräteln, bis der Käse leicht angeschmolzen ist.





