

Polenta fritta

La **polenta fritta** è una squisita preparazione nata per recuperare la polenta avanzata, ma è talmente buona che spesso si prepara la polenta appositamente per friggerla. Io in genere la cucino alla fine dell'inverno, quando preparo un panetto di polenta per consumare tutta la farina di mais avanzata, in modo da ricomprarla fresca all'inizio dell'inverno.

Con il panetto di polenta, di cui potete naturalmente trovare la ricetta su questo sito, preparo **polenta fritta**, **crostini di polenta** di vario tipo, anche da servire con il **ragù**.

La **polenta fritta** va preparata e gustata al momento, bella calda e croccante, aromatizzata con pepe nero o con spezie tritate molto finemente. Se vi avanza la potete conservare e riscaldare al forno al momento di consumarla, direttamente sulla griglia, in modo che riprenda croccantezza.

INFORMAZIONI

- **4** persone
- **270Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**

INGREDIENTI

- 400 g di Polenta già cotta
- Olio di oliva o di arachide per friggere
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Tagliare la polenta o il panetto di polenta a fette di 1 cm da cui ricavare dei quadrati di 5x5 cm circa. Vanno bene anche rettangolini, rombi oppure grossi fiammiferi, come se fossero patate da friggere.
- Mettere sul fuoco una padella con abbondante olio per friggere, tanto da potervi immergere le fettine di polenta per la cottura.
- Quando l'olio è arrivato a temperatura, 180° circa, immergervi le fettine di polenta e farle friggere per una decina di minuti, fino a doratura.
- Scolare molto bene con una paletta forata ed asciugare con carta da cucina.
- Riporle in un piatto foderato con carta da cucina, unire una macinata di pepe e servire immediatamente.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Formaggi freschi tipo stracchino, crescenza o squacquerone, oppure stagionati tipo Brie, Taleggio o Gorgonzola.

STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Preparare un panetto di polenta è molto semplice, ma si possono trovare anche già pronti al supermercato o dal fornaio. Scegliere un prodotto di ottima qualità, senza conservanti e con solo polenta come ingrediente.

