

Polenta con funghi

La **polenta con funghi** è un gustoso e ricco secondo piatto a base di polenta, funghi trifolati e pancetta, che può essere servito anche come piatto unico. Può essere preparato in tutti i periodi dell'anno, ma è tipicamente invernale.

Il tempo di cottura di questa **polenta con funghi** è stato calcolato utilizzando una farina di mais a cottura rapida di circa 5 minuti. Se amate fare una polenta più tradizionale, in genere occorrono 40-45 minuti di cottura, da verificare a seconda del tipo di farina scelto.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **30 minuti**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 200 g di funghi misti a piacere (champignon, finferli, porcini)
- 50 g di pancetta affumicata in un'unica fetta o a cubetti
- 4 rametti di prezzemolo
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- 50 ml di vino bianco secco
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 500 ml di acqua
- 1 cucchiaio di sale grosso
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 125 g di farina di mais per polenta
- 20 g di Parmigiano Reggiano in scaglie

PREPARAZIONE

Preparazione dei funghi

- Pulire i funghi eliminando la parte terrosa del gambo con le radichette, quindi sciacquarli brevemente sotto un filo di acqua fresca, oppure pulirli con un foglio di carta da cucina umido.
- Affettare i funghi nello spessore di 3-4 millimetri.
- Ridurre la pancetta a cubetti.
- Lavare i rametti di prezzemolo, selezionare le foglie, tamponarle con carta da cucina e tritarle finemente. Io uso la mezzaluna su un tagliere.
- Mettere in una padella l'olio con l'aglio spellato.
- Portare la padella sul fuoco e farlo rosolare a fiamma media fintanto che non diventa uniformemente dorato.
- Unire la pancetta e mescolare mantenendo una fiamma piuttosto vivace fino a quando non abbrustolisce.
- Togliere l'aglio e unire i funghi.
- Lasciar cuocere un paio di minuti a fiamma vivace, bagnare con il vino bianco, quindi far cuocere a fiamma bassa per 15 minuti circa coperto.
- A fine cottura alzare la fiamma per asciugare il liquido di cottura in eccesso, quindi aggiungere il prezzemolo tritato, un'abbondante macinata di pepe e regolare di sale.
- Spegnerne, coprire e tenere da parte.

Preparazione della polenta

- Mettere a bollire una capace pentola con l'acqua, verificandone l'esatta proporzione sulla confezione del tipo di farina utilizzata.
- Unire il sale grosso, l'olio extravergine di oliva e versare a pioggia la farina mescolando continuamente con una frusta per evitare che si formino grumi.
- Cuocere mescolando a fiamma media per il tempo indicato per il tipo di farina scelto. Io solitamente uso una farina precotta a vapore che richiede 5 minuti di cottura in pentola.
- Quando la polenta è pronta suddividerla in porzioni, una per ogni commensale. Sono ottime delle pirofile monoporzione, ma vanno bene anche piatti da minestra.
- Appiattire la polenta con un cucchiaio unto d'olio e porre al centro di ognuno una porzione di funghi.
- Cospargere con le scaglie di Parmigiano Reggiano, decorare con il prezzemolo tritato e servire immediatamente.

STAGIONE



VARIANTE VEGETARIANA

Omettere la pancetta e utilizzare un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano.

Settembre, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

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

I consigli di Barbara

Solitamente la proporzione fra la farina e l'acqua è di 1 a 3, ovvero 1 parte di farina e 3 parti d'acqua. Con 125 grammi di farina io utilizzo solitamente 500 ml di acqua perchè mi piace la polenta piuttosto morbida.