



# De l'or dans la casserole: la polenta



Une grand-mère tessinoise m'a dit un jour: «Pour faire la polenta, il faut de la semoule de maïs, de l'eau, du sel et basta! Rien d'autre.» Naturellement, elle avait raison, car la recette originale indique de faire cuire 300 g de semoule de maïs dans 1,5 l d'eau salée en remuant continuellement pendant 45 minutes. Elle est prête lorsqu'elle se détache du bord. Le seul problème, ce sont les bulles qui éclaboussent lors de la cuisson et qui peuvent occasionner des brûlures. C'est pourquoi il est recommandé d'utiliser un récipient haut (p. ex. en fonte), doté d'un fond épais.

Traditionnellement, la polenta est servie étalée sur une planche de bois, puis coupée avec un fil ou une cuillère en bois. Le bois empêche la polenta d'absorber d'autres odeurs.

La préparation de la polenta ne pose pas de problème particulier, mais le diable se cache dans les détails. La tentation de préparer une polenta en cinq minutes est grande, mais attention: plus la cuisson est courte, moins la polenta pourra développer ses arômes. Dans ce cas, elle sera collante et le malaxage trop court laissera des grumeaux. Il vaut donc la peine d'utiliser un maïs plus épais, mais qui devra être cuit un peu plus longtemps dans la casserole.

Il est possible de remplacer l'eau par du bouillon de légumes. Le lait avec (ou uniquement) de la crème rend la polenta encore plus onctueuse. Et voilà une belle polenta à la crème! Un jour, une paysanne m'a servi une délicieuse polenta qu'elle avait fait cuire dans du jus de pomme fait maison. Et sa polenta cuite



dans du jus de betterave avait une couleur et un arôme extraordinaires. Cela démontre que la polenta peut être cuite avec du jus de légumes ou de fruits.

La polenta peut toujours être affinée: l'ajout d'un beau morceau de beurre au liquide rendra la polenta encore plus savoureuse et onctueuse. Si vous avez des restes de pesto dans le réfrigérateur, n'hésitez pas à les incorporer à la fin, ni à râper du parmesan ou du fromage de montagne, en petite ou en grande quantité. En automne, des noix hachées saupoudrées juste avant de servir donneront du croustillant. En effet, le maïs et les noix forment une équipe de rêve en matière de goût!

Je ne jure que par une grosse cuillerée de mascarpone que j'incorpore à la polenta juste avant de servir. Et, à voix basse, je m'excuse auprès de la grand-mère tessinoise. Et je sais qu'elle aurait fermé les yeux et quand même apprécié ma polenta!