



Polenta taragna - Polenta mit Buchweizenmehl

Die Täler der Bergamasker und Bresciner Alpen und das Veltlin sind die Heimat dieser Polenta. Sie wird mit Maisgriess und Buchweizenmehl zubereitet. Der anspruchslose Buchweizen gedeiht gut in den südlichen Alpentälern und spielt seit altersher eine wichtige Rolle in deren bescheidenen Küchen. Auch wenn man mit dieser Polenta keinen Schönheitspreis gewinnen kann, ist es doch ein feines Gericht das auch der Seele gut tut. Mit Muskatnuss und Pfeffer gut gewürzt und mit gebratenen Pilzen dazu, ist die Polenta taragna etwas für Leute, die gute, währschafte Kost zu schätzen wissen. Die Zubereitung ist einfach, aber sie braucht ausdaurende Rührarbeit (tarare = vermengen, vermischen).

Zutaten (2 Portionen)

100g	Masigriess fein
100g	Buchweizenmehl
40g	Tafelbutter
30g	Zwiebel
7dl	Gemüsebouillon
60g	Gruyère mild
50g	Sauerrahm
	Muskatnuss, Pfeffer
150g	Austernpilze
3-4	eingelegte Tomaten
	Salz und Pfeffer
	Butter

Zubereitung

Maisgriess und Buchweizenmehl vermischen.

Zwiebel hacken.

Butter schmelzen, die Zwiebel zugeben und ca. 2 Minuten dünsten ohne dass sie braun wird.

Maisgriess und Buchweizenmehl zugeben und unter ständigem rühren leicht anrösten bis es fein aus der Pfanne duftet.

Bouillon portionenweise zugeben und kräftig verrühren. Die Knollen lösen sich mit der Zeit von selbst auf. Sobald ein dicklicher Brei entsteht, mit Muskatnuss und Pfeffer würzen. Bei kleiner Hitze 60 Minuten quellen lassen. Dabei häufig umrühren, damit die Polenta nicht anbrennt. Bei Bedarf etwas Wasser zugießen, der Brei sollte immer leicht flüssig bis zähflüssig sein.

Gruyère zu kleinen Würfeln schneiden, zusammen mit dem Sauerrahm kurz vor dem Anrichten unter die Polenta mischen.

Austernpilze trocken putzen und zu Streifen zerzupfen. Eingelegte Tomaten zu Streifen schneiden.

Austernpilze in Butter ca. 2-3 Minuten anbraten, wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten hinzufügen und vermischen.

Polenta taragna auf Tellern anrichten und die Pilze darauf verteilen. Mit Käutern bestreuen.







