

Polenta Eine Wiederentdeckung

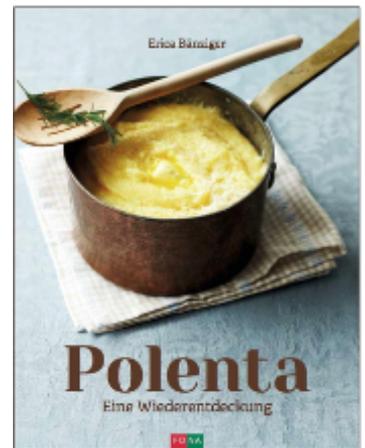
Format 185 x 240 mm, Umfang 128 Seiten

Hardcover

30 gansseitige Farbfotos von Andreas Thumm

Preis ca. CHF 28.00

ISBN 978-3-03780-560-2



Polenta überrascht durch ihre vielfältigen Möglichkeiten

Wer sagt denn, dass die Polenta immer goldgelb sein muss? Erica Bänziger richtet mit phantasievoller Kelle das Traditionsgericht neu an.

Dieses Buch ist eine Liebeserklärung an den Mais, der lange Zeit im Schatten der «edleren» Getreidesorten stand. Das Interesse am glutenfreien Korn nimmt seit Jahren wieder zu. Die köstlichen regionalen Spezialitäten mit rotem, weissem, violetterm und sogar schwarzem Mais, dem Ribel- und dem wiederentdeckten Linthmais erobern sich ihren Platz in der Küche. Das von Slow Food geförderte Farina bonà, ein geröstetes Maismehl aus dem Tessin, setzt neue kulinarische Akzente.

Vermutlich gibt es so viele Polenta-Rezepte wie Polenta-Köche, aber es gibt nur eine Grundregel: Eine richtige Polenta sollte unter gelegentlichem Rühren mindestens 50 Minuten – die Tessiner sagen sogar 90 Minuten – gekocht werden. Ob das Polentarühren erfunden wurde, um die Frau an den Herd zu binden? Im Tessin zumindest übernehmen das Rühren im mytisch dampfenden Polentatopf meistens die Männer.

Aus dem Inhalt

Einführung Mais – Getreide der Indianer | Maispioniere | Polenta oder Maisgriess oder ... ? | Polenta-Abc | Rund um die Polenta

Aperitif und Vorspeisen Polentaröllchen mit Speck und Salbei | Linthmais-Sushi | Tempura | Zucchini-Käse-Cake | Maishäppchen in Zucchini- und Speckscheiben gewickelt | Crêpes mit Lachs- und Ziegenkäsefüllung | Maismuffins mit Speck usw.

Hauptgerichte Polenta-Grundrezept | Polenta für Eilige | Thai-Curry mit violetter Polenta | Pikante Apfelküchlein | Maisspätzli | Maispizza mit Sommergemüse | weisse Polentakugeln mit Pilzragout und Gorgonzola | Mais-Ribeli usw.

Desserts Panna cotta | Himbeermuffins | Butterguetzli | Farina-bonà-Glace | Schokoladen-Ribeli-Kokos-Kuchen usw.