

AUFWAND  
**klein**

KOCHDAUER  
**70 Min.**

SAISON  
**ganzjährig**

HERKUNFT  
**Italien**

## TESSINER POLENTA



### KURZ VORGESTELLT

Auch einfache Gerichte beruhen nicht selten auf einem Geheimnis. Stefano Romelli, Koch im Grotto Bundi in Mendrisio, lüftet es: Er mischt sein Polentamehl aus Veltliner Polenta mit einem kleinen Teil geschroteter Buchweizen und etwas Kleie.

### ZUTATEN (4 PERSONEN)

1.5 l	Wasser	50 g	Geschroteter Buchweizen
25 g	Salz	20 g	Kleie
280 g	Veltliner Polenta	8	Schwarze Oliven

### ZUBEREITUNG

1. Das Wasser knapp vor den Kochpunkt bringen. Das Salz hinzugeben und die Polenta mit dem Buchweizen und der Kleie mit einem Schwingbesen langsam einrühren, damit sich keine Klumpen bilden. Die Polenta für 5 Minuten kochen lassen und mit einer Holzgabel gut umrühren.
2. Hitze auf kleine Hitze reduzieren und die Polenta für weitere 60 Min. langsam köcheln lassen. Zwischendurch mit der Holzgabel umrühren.
3. Gut flüssig servieren. Hier mit einigen Olivenspalten als schmackhafte Deko.