



FEASR



REGIONE del VENETO



FONDO EUROPEO AGRICOLO PER LO SVILUPPO RURALE: L'EUROPA INVESTE NELLE ZONE RURALI



ive



PERCORSI NELLA
VENEZIA ORIENTALE

Qui gusto

LA FARINA DI MAIS BIANCOPERLA

È una delle poche specie di mais a fecondazione libera rimaste in Italia. Negli ultimi anni, nonostante la sua ridotta produttività rispetto alle specie ibride, alcuni appassionati agricoltori continuano a coltivarlo, producendo piccole quantità che vengono commercializzate al di fuori dei circuiti della grande distribuzione.

BIANCOPERLA CORN FLOUR

It is one of the few free-fertilization corn species left in Italy. In recent years, despite its low productivity compared to the hybrid species, some passionate farmers continue to cultivate it producing small quantities that are marketed outside the circuits of large retailers.

WEISSES MAISMEHL

Das weiße Maismehl wird aus eine der wenigen noch in Italien verbliebenen Maissorten mit freier Befruchtung hergestellt. Trotz der im Vergleich mit den Mischsorten relativ geringen Produktion wurde diese Sorte in den letzten Jahren von einigen leidenschaftlichen Landwirten weiter angebaut, sodass kleine Mengen produziert und außerhalb der Kreise des großen Verteilung vertrieben werden können.



LA POLENTA BIANCA

INGREDIENTI

Farina di mais bramata bianca 250 gr
Acqua 1 l
Sale grosso 3 gr
Olio di oliva extravergine 6 gr

Riempite una pentola d'acqua e portate ad ebollizione. Quando l'acqua raggiungerà il bollore, salatela e versate un goccio di olio extravergine d'oliva. Quindi versate a pioggia la farina bramata di polenta bianca.

Mescolate vigorosamente con una frusta per evitare la formazione di grumi e cuocete a fuoco basso per 40-50 minuti. Mescolate di tanto in tanto con un cucchiaino di legno o una frusta, fino a quando non si formerà un composto denso e cremoso. Per mantenere la polenta morbida, potete versare dell'acqua calda, continuando a mescolare, altrimenti se diventerà solida, potete trasferirla in una teglia, tagliarla a fette e grigliarla in forno.

WHITE POLENTA

INGREDIENTS

White corn flour 250 gr
Water 1 l
Coarse salt 3 gr
Extra-virgin olive oil 6 gr

Fill a pot with water and bring to the boil. When the water boils add salt and pour a dash of extra virgin olive oil. Then pour in the white polenta flour. Stir vigorously with a whisk to avoid lumps and cook over low heat for 40-50 minutes.

Stir occasionally with a wooden spoon or a whisk, until it will form a thick and creamy mixture. To keep the polenta soft you can pour hot water, stirring constantly, or if it becomes solid you can put it in a baking pan, cut it into slices and grill it in the oven.

WEISSE POLENTA

ZUTATEN

250g weißes Bramata-Maismehl
1l Wasser
3gr grobes Salz
6gr Olivenöl (extravergine)

Bringen Sie das Wasser in einem Topf zum Kochen. Salzen Sie das Wasser, sobald es kocht und geben Sie einen Tropfen Olivenöl hinzu. Geben Sie dann das Bramata-Mehl mit einem Schwung hinzu. Rühren Sie das Mehl schnell mit einem Schneebesen ein, um die Bildung von Klümpchen zu verhindern und lassen Sie es bei niedriger Hitze für 40-50 min kochen.

Rühren Sie die Mischung ab und an mit einem Holzlöffel oder einem Schneebesen um, bis sie dickflüssig und cremig wird. Sie können etwas warmes Wasser unterrühren, damit die Polenta weich bleibt und nicht zu fest wird. Geben Sie die Polenta anschließend in eine passende Backform, schneiden sie in Stücke und grillen sie im Backofen.



www.i-ve.it

Google+: <https://plus.google.com/b/107027491234869325840/>

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/Ive/764231846954128>

YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCPkkehJkzPE8bE11LOmSk8Q>

Twitter: <https://twitter.com/IveVeneto>

Pinterest: <http://www.pinterest.com/iveit/>

Instagram: <http://instagram.com/ive.veneziaorientale>