

Polenta con salsicce e cime di rapa: cucinare senza sprechi



di Alfonsina Merola - 24/07/2015 07:22 | aggiornato 24/07/2015 07:27

Lo chef Antonino Cannavacciuolo propone una ricetta di alta cucina con polenta riciclata: bella da vedere e buona da mangiare! La ricercatezza a impatto quasi zero.

La **polenta con salsicce** e **cime di rapa** proposta da Antonino Cannavacciuolo rappresenta la fusione tra tradizione, ricercatezza e cucina eco-sostenibile. In cucina non esistono sprechi e un avanzo di una cena del giorno precedente può essere riutilizzato per un piatto di **alta cucina**.

Quando le radici si sposano con la fantasia: gli occhi brillano e il **palato sussulta**.

Un piatto semplice che parla e non punta soltanto sul **riutilizzo degli ingredienti** e la semplicità dell'esecuzione ma anche sull'accostamento di ingredienti dai sapori opposti, come la delicatezza della polenta abbinata al gusto deciso dei broccoli, che messi insieme formano un **unico piatto** ricco di sapore.

Un particolare da non sottovalutare è la **presentazione** di quello che cucini perché il primo impulso sensoriale viene dato dalla vista e se la pietanza appare curata, l'appetito viene stuzzicato.

L'aspetto che devi curare durante l'esecuzione della polenta con salsicce e cime di rapa è quello di non rovinare le foglie dei **broccoli**, che serviranno per la decorazione, prendendole con una pinza e facendo assorbire l'acqua in eccesso attraverso la **carta assorbente**.

Per accompagnare questo piatto non può mancare del buon vino rosso come il **Lagrein** caratterizzato da una struttura compatta e gusto morbido.

Ingredienti

Farina di mais

200 gr

Sale fino

q.b.

Cime di rapa

200 gr

Salsiccia

300 gr

Acqua

600 gr

Olio extravergine d'oliva

q.b.

Aglio

1 spicchio

Brodo vegetale

1 mestolo

Informazioni

Difficoltà

Facile

Metodo di cottura

In padella

Preparazione

30 minuti

Cottura

30 minuti

Tempo totale

60 minuti

Dosi

2 persone

Preparazione

1. Prendere la **polenta** avanzata dal giorno precedente, disporla in un recipiente e lasciarla indurire. Tagliarla successivamente a dadini e riporla nel frullatore aggiungendo un mestolo di **brodo vegetale caldo** per ammorbidirla.
2. Appena la polenta avrà raggiunto una consistenza omogenea, prendere una pentola e versarvi all'interno la **crema** ottenuta.
3. Intanto riempire una pentola capiente con acqua salata e portare ad ebollizione. Raggiunta la temperatura, calare le **cime di rapa** mantenendo la lunghezza delle foglie senza spezzarle o tagliarle. Lasciare cuocere il tempo necessario.
4. Prendere un piatto ponendovi sopra un foglio di **carta assorbente** e adagiare con una pinza le cime sbollentate.
5. Intanto prendere un pezzo di **salsiccia**, dividerlo in quattro parti e cuocere in una padella, precedentemente riscaldata, a fuoco moderato. Per ottenere una **rosolatura ottimale** della carne, coprire con un'altra padella. Togliere dal fuoco facendo continuare la cottura per qualche minuto in questo modo.
6. Nel frattempo prendere un'altra padella aggiungendo un cucchiaino di **olio extravergine di oliva** e far saltare i broccoli per qualche minuto.
7. Versare la crema di polenta calda in un piatto, disporre sopra i pezzi di salsiccia e infine le cime di rapa. Guarnire con un cucchiaino di **olio a crudo**. Il piatto è pronto per essere mangiato!

Vota la ricetta

