

## Zu Tisch...

### Köstliche Toaskana: In den Bergen

#### Polenta con Ragù di Funghi – Polenta mit Pilzsoße

##### Zutaten für 4 Personen

##### Für die Polenta:

- 500 g grober Maisgrieß
- 2 EL grobes Salz
- 2 EL Olivenöl

##### Für die Pilzsoße:

- 500 g Steinpilze
- 400 ml Tomatensoße
- 4 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund glatte Petersilie

##### Extratipp:

Parmesankäse auf das fertige Gericht reiben.

##### Zubereitung der Polenta:

In einem großen Topf das Wasser zum Kochen bringen, salzen und das Öl dazugeben. Den Maisgrieß unter kräftigem Rühren einrühren. Wenn die Polenta anzieht, so viel Wasser hinzugeben, dass die Masse eine cremige Konsistenz bekommt. Mit geschlossenem Deckel bei leichter Hitze 1 Stunde köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren und bei Bedarf ein paar Tropfen Olivenöl dazugeben.

Der eventuell entstehende Bodensatz im Topf schützt die restliche Polenta.

### **Zubereitung der Pilzsoße:**

Während die Polenta kocht, die Pilze putzen und in Stücke schneiden. Petersilie und Knoblauch kleinhacken. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und Petersilie und Knoblauch darin goldbraun anbraten. Pilze dazu geben und unter stetigem Rühren ebenfalls anbraten.

Anschließend die Tomatensoße dazugeben, salzen und 40 Minuten köcheln lassen. Immer wieder umrühren und nach Bedarf Olivenöl dazugeben. Die Polenta mit der Soße servieren.

## **Alvises Riesengarnele in Lardo ummantelt**

### **Zutaten**

- 12 Riesengarnelen
- 12 Scheiben feingeschnittener Lardo
- ½ Liter trüber Weißwein
- Olivenöl
- Salz
- Pfefferkörner
- Frischer Rosmarin
- Dunkle Weintrauben
- Zimt
- Kreuzkümmel

### **Alvises Extratipp:**

Mit einem guten Glas Wein genießen.

### **Zubereitung:**

Riesengarnelen putzen und den Lardo in hauchdünne Scheiben schneiden. Jede Garnele mit dem Lardo ummanteln und in eine breite Pfanne legen. Olivenöl dazugeben und mit Salz und Pfeffer anbraten.

Zugedeckt rund 2 Minuten braten lassen, danach den trüben Weißwein dazugeben und 2 Minuten köcheln lassen.

Auf einem flachen Teller eine Stange Rosmarin mittig drapieren, die Weintrauben über den Teller verteilen und darüber Pfefferkörner, Zimt und Kreuzkümmel streuen. Die Garnele auf den Rosmarin legen. Die übriggebliebene Soße aus Weißwein und geschmolzenem Lardo aus der Pfanne darüber gießen.

## **Zuppa di farro - Dinkel-Eintopf**

### **Zutaten**

- 500 g Dinkel aus der Garfagnana
- 300 g Borlotto-Bohnen
- 3 mittelgroße Kartoffeln
- 50 g gemahlene Lardo
- 1 Zwiebel
- 1 Tomate
- 1 Stange Sellerie
- 1 Bund Rosmarin
- 1 Bund Salbei
- Nelken
- Zimt
- Olivenöl
- Pfeffer und Salz

### **Zubereitung**

Borlotto-Bohnen über Nacht im kalten Wasser einweichen.

Am nächsten Tag die Bohnen in einen Topf mit Kartoffeln, gehackter Sellerie und der Tomate geben und mit Wasser bedecken. Salzen, zudecken und 2 Stunden kochen lassen.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und den gemahlene Lardo dazugeben. Wenn der Lardo anfängt zu schmelzen, die gehackte Mischung aus Zwiebeln, Rosmarin, Salbei dazugeben und anbraten. Anschließend eine Kelle Flüssigkeit aus dem Topf mit den Bohnen dazugeben und 5 Minuten kochen lassen.

Den Dinkel unter fließendem Wasser spülen und in den Topf mit den Bohnen geben. Salzen und pfeffern und 20 Minuten kochen lassen.

Nach Belieben mit geriebenem Parmesan servieren.