



<b>Ingredienti per 4 persone</b>	Quantità
Una verza di medie dimensioni	1000g
Una cipolla ramata di medie dimensioni pulita	150g
Aglione pulito senza germoglio 1\2 spicchio	2g
Timo tritato	4g
sale	3g
Funghi champignon	350g
Vino bianco	50g
Acqua per la cottura	500ml

Pulire, lavare e tagliare a falde la verza privandola delle foglie verde intenso e delle coste dure delle foglie. A parte tagliare la cipolla a pezzi, aggiungervi il timo sfogliato e tritato (il peso indicato è riferito al timo dopo che è stato tritato). Aggiungervi i 500ml di acqua, i 3g di sale e frullare il tutto nel frullatore o con un frullatore ad immersione. A parte pulire, pelare e tagliarle a lamelle i funghi. Versare il frullato in una pentola di adeguate dimensioni, portare ad ebollizione a fuoco vivace il composto ed aggiungervi la verza. Regolare la fiamma sul minimo, coprire con un coperchio e continuare la cottura per 14 minuti avendo cura di controllare e girare la verza. Trascorsi i 14 minuti di cottura aggiungervi i funghi champignon, alzare la fiamma al massimo e cuocere il tutto per 3 minuti. In seguito aggiungervi il vino bianco e continuare la cottura per altri 5 minuti avendo cura di rimestare frequentemente.

Servire le verze con il lombo di maiale o con la polenta.



Ingredienti per 4 persone	Quantità
Fioretto fine di polenta	100g
Polenta Taragna a cottura rapida rapida	100g
Acqua	500ml
Sale	3g
Scalogno pulito	15g
Rosmarino tritato	3g
Salvia tritata	3g
Per la panatura:	
Fioretto fine di polenta	100g
Polenta Taragna a cottura rapida rapida	100g

Misurare i 500ml di acqua. A parte pulire lo scalogno e tagliarlo a pezzetti. Lavare, asciugare e tritare finemente il rosmarino e la salvia. Mettere il tutto nel bicchiere del frullatore e frullare il tutto per un minuto.

Versare il frullato in una pentola di adeguate dimensioni ed aggiungervi il sale pesato. Pesare il fioretto di polenta e la polenta taragna. Qualora non si trovasse il fioretto di polenta fine si può optare per la sola polenta taragna a cottura rapida aumentando la grammatura a 200g. Versare la miscela di farine per polenta nella pentola a freddo e frustare per evitare grumi. Dopodiché accendere il gas sul bruciatore medio sul minimo continuando a rimestare con la frusta. Non appena la polenta comincia a bollire ridurre ulteriormente la fiamma e coprire l'intera superficie della massa di polenta con carta forno bagnata, continuare la cottura per altri 10 minuti. Trascorso il tempo indicato per la cottura spegnere il fuoco, togliere la carta forno e frustare energicamente. Nel frattempo arredare con carta forno una placca da forno e stenderci la polenta in modo omogeneo ed uniforme evitando avvallamenti. Coprire la superficie con carta forno e con carta alimentare. Strofinare per ottenere una superficie omogenea e liscia senza avvallamenti o crepe. La polenta stesa dovrà avere un'altezza di 2,5cm. Al termine di questa operazione lasciarla raffreddare scoperta cosicché si formi una leggera crosticina. Tagliare la polenta rassodata per la sua lunghezza e ricavare dei parallelepipedi di 8 cm di lunghezza per 3 cm di larghezza. A parte miscelare le dosi di farine di polenta (100g fioretto + 100g farina per polenta taragna rapida), passare gli stick di polenta nella miscela di farine e cuocere in forno a 187°C per 10 minuti.

Al termine della cottura servire ben calda.