

# CUORI DI POLENTA CREMOSI

Non sono un'amante della festa degli innamorati, non l'ho mai festeggiata con la classica cena al ristorante anche se qualche volta ammetto che la cenetta a casa a lume di candela c'è stata. Credo sia davvero un modo più romantico di festeggiare, senza decine di coppiette affianco, senza una situazione standard, senza un menu fisso e solitamente costoso.. il vero spirito del San Valentino esce fuori tra le quattro mura di casa, solo con la persona amata, solo con la voglia di stare assieme! Allora accendete una candela e concedetevi una cena leggera, veloce da preparare, con accenni afrodisiaci e non per ultimo molto economica!!

Vi lascio la ricetta dell'antipasto, per il resto del menu vi rimando alla rivista che potete sfogliare cliccando sulla copertina in fondo!!!



*ombelicodivenere.blogspot.it*

### **CUORI DI POLENTA CREMOSI**

per 2 persone

costo

a persona circa 1,9 euro

150g di farina di mais per polenta

25g di latte

30 g di formaggio edamer  
(o altro formaggio filante)

3 g di farina 00

1 tuorlo

$\frac{1}{4}$  di bustina di zafferano

1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva

## sale grosso



In un pentolino mettete 600 grammi di acqua con un cucchiaio di olio extravergine d'oliva e un cucchiaino raso di sale grosso, portate a bollore e unite la farina tutta in una volta, mescolate velocemente per evitare di formare grumi. Continuate sempre a mescolare fino a cottura, circa 40 minuti. Versate la polenta in un contenitore dai bordi alti, lo strato di polenta dovrà essere circa 4-5 centimetri. Lasciate completamente raffreddare.

Con uno stampo a cuore tagliate la polenta, con un coltello dalla lama sottile fate un'incisione tutta attorno al cuore lasciando un centimetro scarso di bordo e facendo attenzione a

non arrivare fino al fondo. Con un cucchiaino prelevate la parte in eccesso all'interno del cuore ricavando l'incavo necessario per il ripieno.

In un piccolo pentolino mettete la farina, aggiungete piano il latte mescolando per non formare grumi, cuocete sempre mescolando fino a bollore, togliete dal fuoco unite 25 grammi di fontina tagliata a cubetti e fatela sciogliere, unite infine lo zafferano e il tuorlo, mescolate bene e riempite i cuori, in ognuno mettete un cubetto di fontina, spolverate di pepe e cuocete in forno caldo 180° per circa 25 minuti, fate attenzione che non bruci sopra. Fate riposare qualche minuto e servite.



*ombelicodivenere.blogspot.it*



...che coinvolgono le nostre competenze...  
...l'aggiornamento continuo offre ai clienti  
...consistenza sempre al passo coi tempi e  
...rispondendo alle normative vigenti, questo  
...presenta di offrire servizi di elevata qualità  
...ed affidabilità. Presenta sul territorio, profes-  
...sionalità, riservatezza, eticità ed innovazio-  
...ne. Istituto della Servizi Ecologici una società  
...di servizi riferimento per aziende pubbliche  
...e private."

**Presidente, si può presentare in sintesi  
il modello cooperativo?**

...come le problematiche  
...Auti-

...di nelle sue poliedricità e  
...economicamente validi  
...tutela, analisi, valutazione  
...formazione.

**Quali sono i partecipati  
te alla clientela?**

"Ci occupiamo di tutti  
componenti: rifiuti, acqua  
tali, Aria, Acqua, Impo, Verifi-  
ca (ex screening), Via,  
Ambientale, ISO 14001  
aerodisperso, valutazione  
in amianto nelle coperte  
scienza ambientale ed in  
Altra attività è quello di  
redazione del documenti  
rischi e di tutti i documen-

**re all'aria aperta**

## **cucina**

sapo...  
da tur...  
Valle d...  
caratteristiche  
colline d...  
alsenio e Brisi-  
ghella.

"Nell'ambito delle attività di  
ristorazione tra i protagonisti che  
animeranno la nostra cucina in que-  
sti mesi autunnali ci sono le casta-  
gne, i funghi e la cacciagione - spie-  
ga **Filippo Negrini**, presidente della  
cooperativa "Il Poggiolo" -. Abbia-  
mo studiato i prodotti tipici  
tipici di questo periodo e messo a  
punto uno speciale menu (tutti i

e/o agnello cotta al forno."

Per quanto riguarda le castagne  
tutti gli appassionati potranno rac-  
ogliere l'ambito frutto autunnale tra  
boschi che circondano Il Poggiolo  
portarsi a casa tutta la raccolta.  
50% del prezzo di mercato: "Tutti  
sono liberi di venire a raccogliere  
castagne tra le nostre colline, app-  
fittando di una bella passeggiata e  
qualche ora di relax. Il 13 ottobre  
sarà poi un'ulteriore occasione  
conclude Negrini -, in quanto ab-  
...la Festa della ca-  
...che prevede un pranzo  
...menu alla carta, intrattenim-

*ombelicodivenere.blogspot.it*