



FRITES DE POLENTA OU POLENTINE A LA SILVIA



Facile

Préparation: 15 mn

**Cuisson: 5 mn pour la polenta et les épinards
15 mn pour les polentine**

Pour 4 personnes: environs 24 polentine)

120 gr de polenta instantanée

100 g d épinards lavés et équeutés

70 g de parmesan fraîchement râpé

Huile d'olive

1 gousse d'ail

2 pincées de piment d'Espelette(facultatif)

Sel

Les épinards:

Laver et parer les épinards, déchiqueter un peu les plus grandes feuilles et les faire tomber 2 mn à la poêle, avec l'huile, l'ail et le piment. Laisser refroidir avant de les couper assez fin. Réserver.

La Polenta:

Suivre les indications du paquet pour la cuisson de la semoule. En principe, il faut verser la polenta petit à petit dans de l'eau bouillante salée en remuant jusqu'à la cuisson complète.

En fin cuisson ajouter les épinards cuits, et remuer pour bien mélanger les légumes avec la semoule. Ajouter le parmesan râpé, remuer encore et vérifier l'assaisonnement.

Lorsque la polenta prête, l'étaler-la sur une plaque à pâtisserie et la laisser refroidir.

Finition des polentines croquantes:

Couper la polenta refroidie en tranches comme pour en faire des grandes frites.

Faire chauffer l'huile dans une friteuse (ou une poêle large et haute) et plonger les polentine dans l'huile bouillante. Ne pas les mettre toutes en même temps, mais petit à petit. Les faire frire des deux cotés jusqu'à ce qu'elle soient bien dorées.

Les enlever à l'écumoire et les poser sur du papier absorbant pour absorber le maximum d'huile.

Saler à la fleur de sel juste avant de servir.