



LA CASA UOMO MORTO
Sammlung erlesener und erprobter Rezepte

POLENTA CON CINGHIALE - WILDSCHWEIN MIT POLENTA

Angaben gelten für 4 Personen

Zutaten Wildschwein:

1 Pfund mundgerechter Fleischstücke
5 gehobelte Zehen frischer Knoblauch
½ Tasse gehackter Rosmarin
¼ Tasse gehackter Salbei
1 mittelgroße gehackte rote Zwiebel
1 kleine gehackte Karotte
5-6 Basilicum-Blätter (als ganzes Blatt)
1 großes Stück Zitronenschale
¾ Tasse extra vergine Olivenöl
Sal und Pfeffer nach Gutdünken
3 Tassen Rotwein
1 Tasse geschälte Tomaten

2 Löffel Tomatenmark

1 oder 2 Tassen Gemüsebrühe
1 Tasse grüne oder schwarze Toskaner Oliven

Zutaten Polenta:

1,5 l Fleisch- oder Gemüsebrühe
½ l Milch
300g Maisgrieß
etwas Butter
Salz

Am Vorabend das Fleisch mit dem Wein bedecken, Basilicum und Zitrone beifügen und in den Kühlschrank stellen. Vorbereitung und Kochen dauern mindestens 3 Stunden.

Das Fleisch, Wein, Basilikum und Zitrone in einen Topf (bevorzugt Terracotta- oder Aluminium-Töpfe) geben und bei hoher Flamme den Wein unter häufigem Umrühren verdampfen lassen. Danach alle anderen Zutaten außer den Tomaten hinzufügen – die Tomaten kommen erst hinzu, wenn das Gemüse und die Gewürze goldfarben sind. Für mindestens 2 Stunden simmern lassen, bei Bedarf Gemüsebrühe begeben, bis das Fleisch zart ist.

Das Gericht wird mit Polenta serviert. Hierzu die Brühe mit der Milch aufkochen, dann den Grieß langsam unter ständigem Rühren in den Topf rieseln lassen und etwas salzen. Gut 40 min. bei niedriger Hitze gar kochen, dabei sehr oft kräftig umrühren.

TIPP: Wenn man die Polenta auf einem Backblech glattstreicht und kalt werden lässt, kann man sie in Stücke schneiden und in einer Pfanne in Butter anbraten.

Am Besten genießt man das Gericht mit einem gehaltvollen Rotwein.