

## Τηγανητή πολέντα με πουρέ λιαστής ντομάτας



ΓΙΑ 4 ΜΕΡΙΔΕΣ

### ΥΛΙΚΑ

- Για την τηγανητή πολέντα και το τελείωμα του πιάτου

150 γρ. γάλα

450 γρ. ζωμός κοτόπουλου

140 γρ. πολέντα

50 γρ. παρμεζάνα, τριμμένη

30 γρ. βούτυρο

πουρές λιαστής ντομάτας

πέστο βασιλικού

κουκουνάρι, καβουρδισμένο

αλεύρι & πολέντα, για το πανάρισμα

αλεύρι & ελαιόλαδο, για το σοτάρισμα

αλάτι

- Για τον πουρέ λιαστής ντομάτας

250 γρ. ντομάτες λιαστές  
30 γρ. πιπεριές κόκκινες, ψητές  
25 γρ. ελαιόλαδο  
3 γρ. σκόρδο  
15γρ. κουκουνάρι  
15 γρ. παρμεζάνα, τριμμένη  
θυμάρι

## **ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

**Για την τηγανητή πολέντα και το τελείωμα του πιάτου** Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το γάλα και το ζωμό. Αλατίζουμε και ζεσταίνουμε μέχρι το μείγμα να αρχίσει να βράζει. Προσθέτουμε την πολέντα σιγά-σιγά, ανακατεύοντας με σύρμα μέχρι να ομογενοποιηθεί. Χαμηλώνουμε και σιγοβράζουμε, ανακατεύοντας συνεχώς με σύρμα, μέχρι να αρχίσει να χυλώνει η πολέντα. Προσθέτουμε την παρμεζάνα και το βούτυρο και ομογενοποιούμε. Αποσύρουμε την πολέντα σ' ένα ταψί και την απλώνουμε ομοιόμορφα. Αφήνουμε τη πολέντα να κρυώσει και να σφίξει καλά. Κόβουμε την πολέντα σε παραλληλόγραμμα κομμάτια και την πανάρουμε στο μείγμα από αλεύρι και πολέντα. Ζεσταίνουμε ένα τηγάνι σε μέτρια φωτιά, ρίχνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε τα κομμάτια της πολέντας από όλες τις πλευρές, μέχρι να πάρουν ένα έντονο και χρυσαφένιο χρώμα. Αποσύρουμε σε απορροφητικό χαρτί και σερβίρουμε με τον πουρέ λιαστής ντομάτας, το πέστο, το κουκουνάρι και την παρμεζάνα.

**Για τον πουρέ λιαστής ντομάτας** Τοποθετούμε όλα τα υλικά σ' ένα μπλέντερ ή ένα πολυμηχάνημα και αλέθουμε μέχρι το μείγμα να ομογενοποιηθεί εντελώς.

**Πηγή:** [yiannislucacos.gr](http://yiannislucacos.gr)