

Frites de polenta

Ingrédients (4 personnes)

- 250 g de polenta moyenne précuite (ou non)
- 1 gousse d'ail
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive + un peu pour faire dorer les frites
- fleur de sel



Peler et écraser du plat de la main la gousse d'ail. Dans une grande casserole, versez 1 litre d'eau, la gousse d'ail et l'huile d'olive, et portez à ébullition. Retirez l'ail. Versez la polenta en pluie et mélangez énergiquement avec un fouet. Baissez le feu au minimum et poursuivez la cuisson en remuant souvent avec une cuillère en bois, le temps indiqué sur le paquet. Sur le plan de travail, étalez entre 2 feuilles de papier cuisson la polenta sur 1 cm d'épaisseur. Laissez complètement refroidir. Préchauffez le four à 240°.

Découpez la polenta en forme de frites et déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Huilez-les au pinceau et saupoudrez-les de fleur de sel. Enfourez pour environ 20 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes. Saupoudrez de fleur de sel et servez aussitôt accompagné de ketchup maison!