

Polenta Pizza á la Culilux



Ingrediënten

Bodem:

- 175 gram grove polenta (maïsgriesmeel)
- 600 cc water (550 cc in lactosevrije uitvoering)
- 125 cc melk of 140 cc lactosevrije melk
- ½ tl Himalaya zout of zeezout
- 1 el Italiaanse kruiden
- ½ tl djintan (komijn)
- ½ tl versgemalen ketoembar (korianderzaadjes)

Pizza saus:

- 1 blik gepelde tomaten
- 20 cc water
- 2 blikjes tomatenpuree
- 4 el olijfolie
- 2 el Italiaanse kruiden
- 1 rode ui in grove stukken
- 1 el vers geraspte gember of liever verse laos
- 1 el basilicum
- 1 el selderij
- 1 teen knoflook, groen hart verwijderen en grof snipperen
- Snuf zout en versgemalen 4-seizoenen peper naar smaak toe te voegen

Vulling:

- 1 grote rode ui, grof gesneden halve ringen
- 1 grote witte ui, fijn gesneden halve ringen
- 1 kleine prei (gebruik allen groene gedeelte) in fijne snippers.
- 1 stuks zoete paprika in ringen
- 1 groene, geschilde paprika, in strips van ongeveer ½ cm bij 4 cm
- 1 gele, geschilde paprika, in strips van ongeveer ½ cm bij 4 cm
- ¼ bos verse selderij, grof geknipt
- 1 el verse rozemarijn
- 1 el tijm
- 10 blaadjes grof geknipte Thaise basilicum (sweet basil) of nog beter Heilige basilicum.
- 2 tenen gerookte knoflook, in dunne plakjes (groen hart verwijderen!)
- 2 el verse peterselie
- 3 grote tomaten in dunne schijven
- Eventueel 100 gram geitenkaas in blokjes

Overig:

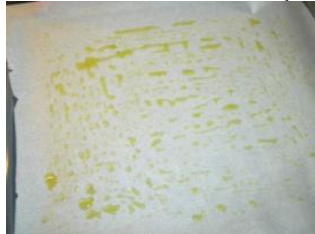
- 30 cc Olijfolie
- 20 cc rijstolie (of zonnebloem)
- Staafmixer
- Pan met dikkere bodem (polenta bereiding)
- Steelpan voor bereiding saus
- Bakpapier, bakplaat van ca. 30 - 40 cm
- 100 - 200 gram geraspte oude kaas



Vorbereiden

1^e bereiding van de bodem

- Breng het water met alle ingrediënten, **zonder de polenta**, aan de kook.
- Zet het vuur zachter (middelmattige vlam) en voeg onder voortdurend roeren beetje voor beetje de polenta toe.
- Kook de polenta gaar totdat deze los komt van de wanden van de pan.
- Voeg ca. 5 cc van de olijfolie toe en roer dit door het mengsel.
- Verwarm de oven op 220 ° C (hete lucht)
- Neem de met bakpapier beklede bakplaat en smeer met een kwastje ongeveer 5 cc van de olijfolie uit op het papier. Doe de gare polenta erop en smeer uit tot een dikte van maximaal ½ cm. Smeer de bovenzijde in met een beetje van de rijstolie.



- Bak de pizzabodem droog in ongeveer 25 tot 30 minuten (moet een klein beetje crispy aanvoelen).
- Laat de polenta bodem onafgedekt rustig afkoelen

Bereiding pizza saus

- 1 el rijstolie in de pan verwarmen. Fruit hierin de knoflook en de rode ui.
- Doe alle overige ingrediënten **m.u.v. de basilicum** in de pan en breng aan de kook.
- Zet vervolgens het vuur laag en laat alle ingrediënten ca. 5 - 10 minuten garen.
- Voeg de basilicum toe.
- Pureer de ingrediënten met de staafmixer.
- Laat alles op een laag vuur nog zo'n 15 minuten nagaren en indikken. Deksel schuin op de pan en let op, geen kinderen in de buurt i.v.m. spetteren tijdens het dikker worden van de saus.



Polenta Pizza á la Culilux



Afwerking en 2^e bereiding

- Smeer de afgekoelde saus uit op de bodem (**meest krokante zijde naar onderen!**)
- Doe hierop $\frac{3}{4}$ van de geraspte oude kaas (oude kaas is lactosevrij)
- Neem alle verse en kleine kruiden, van de 'vulling' die snel verbranden en verdeel deze over de gehele bodem. Doe alle overige ingrediënten daarna hier bovenop.



- Bak de pizza af in circa 20 minuten op 180 ° C

Weetje:

La polenta is een klassiek Noord-Italiaans gerecht dat tot voor kort, bij gebrek aan beter, slechts door arme mensen werd gegeten. Inmiddels is Italië rijk en wordt polenta door iedereen gegeten. Polenta is een soort puree die gemaakt wordt van maïsmeel en water. Dat klinkt niet bepaald aantrekkelijk en dat is het eigenlijk ook niet. Maar evenals pasta, eet je polenta nooit alleen.

Tip

Polenta koop je het beste bij de Turkse speciaalzaak (toko).

Een kilo kost daar gemiddeld zo'n Euro 1,50 en is over het algemeen van zeer goede kwaliteit.

Smakelijk,

Cees