Sticks de polenta

Consejo del chef

También puedes cortar piezas más grandes y usarlas de base para unas tostas sin gluten bien cargadas de verduras salteadas, hummus, aguacate o lo que más te guste.

Raciones para 4

- ❑ 250gr
Polenta instantánea
- ❑ 40gr
Tomate seco en aceite
- ❑ 5gr
Cebolla deshidratada
- ❑ 750gr
Caldo de verduras
- ❑ 5gr
Sal
- ❑ Pimienta negra
- ❑ Cebollino fresco
- ❑ Parmesano vegano
- ❑ Alioli
- ❑ Salsa barbacoa

1. Pica los tomates secos en trocitos pequeñitos y retira el exceso de aceite con un trozo de papel de cocina.
2. Pon todos los ingredientes en una olla y lleva a ebullición.
3. Remueve constantemente hasta que haya espesado. Vierte la polenta en un molde (idealmente cuadrado o rectangular) untado con aceite de oliva. Deja enfriar hasta que haya solidificado completamente.
4. Pasado un rato, desmolda y corta bastones. Puedes freírlos tal cual o rebozarlos en más polenta o semillas de sésamo para darle un toque diferente.
5. Retira el exceso de aceite dejando reposar los sticks sobre papel de cocina.
6. Deja enfriar unos minutos y sírvelos con cebollino picado, parmesano vegano rallado y acompaña de muchas salsas variadas. El alioli y la salsa barbacoa combinan muy bien.

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/sticks-de-polenta/