

# **Principali varianti regionali italiane**

1. **polenta taragna** (area valtellinese e valli bresciane e bergamasche)
2. **polenta concia** (area valdostana e biellese)
  - 2.1. variante valdostana
  - 2.2. variante biellese
3. **polenta con i ciccioli** (nel Piacentino, nell'Oltrepò Pavese, in alcune zone del Basso Lodigiano, nel Parmense e nel Bresciano)
4. **polenta di patate** ed altri ingredienti che ne arricchiscono il sapore (Trentino meridionale)
5. **polenta lenta** (centro Italia)

# Polenta taragna

**polenta taragna** (< *tarai* o *tarel*, lungo bastone usato per mescolarla), in molte zone conosciuta come *tiragna*, è una ricetta tipica della cucina valtellinese e delle valli bresciane e bergamasche. Come altre polente della montagna lombarda (la *pulénta vüncia*, *polenta uncia* cioè unta), è preparata con una miscela contenente farina di grano saraceno, che le conferisce il tipico colore scuro. Nella polenta *taragna* il formaggio viene incorporato durante la cottura

# Polenta concia

piatto tipico valdostano e biellese. È conosciuta anche come "polenta grassa". Ingredienti: farina di mais e formaggio.

La polenta concia non ha una ricetta rigida, ma viene tendenzialmente preparata fondendo nella polenta a fine cottura cubetti di fontina e/o toma.

– **variante valdostana**, vengono versati sul piatto già pronto burro fuso, formaggio stagionato (ad esempio grana) grattugiato e pepe. Spesso il piatto viene a questo punto messo in forno per qualche minuto per far fondere il formaggio grattugiato e formare una crosta croccante. In alcune zone, si aggiunge sulla polenta fumante anche una fetta di lardo

– **variante biellese**, il burro viene aggiunto nel paiolo, insieme alla toma. Dal paiolo la polenta concia si versa nel piatto a mestolate, senza ulteriori aggiunte.

# Polenta con i ciccioli

è una ricetta diffusa nel Piacentino (*pulëinta e graséi*), nell'Oltrepò Pavese, in alcune zone del Basso Lodigiano, nel Parmense (*pulenta rugnusa*) e nel Bresciano.

Alla polenta di farina di granturco, abitualmente cotta e mescolata nel paiolo, vengono aggiunti i *ciccioli*, ossia pezzi di carne e grasso di maiale cotti, salati ed essiccati

# Polenta di patate

Nelle zone del Trentino meridionale si usa fare la **polenta di patate** ed altri ingredienti che ne arricchiscono il sapore. Per fare quella di patate è sufficiente cuocere nell'acqua salata alcune patate a tocchetti che a cottura adeguata si pestano o si frullano aggiungendo farina gialla o misto di farine a piacere. Verso fine cottura si possono aggiungere tocchetti di salame locale, formaggi, cipolle soffritte o varianti personali

# Italia centrale

Nel centro Italia la polenta assume un aspetto differente: è preparata più fluida e servita su una tavola rettangolare di legno di ciliegio o pero intorno alla quale tutta la famiglia si siede per consumare il pasto.

La cottura viene effettuata nel tradizionale paiolo di rame per circa 45 minuti, durante i quali la polenta viene continuamente mescolata con un bastone di legno di orniello (usato anche nel nord Italia) che ha la particolarità di essere particolarmente dritto e terminare con un incrocio di quattro rami e che assolve egregiamente alla funzione di sciogliere i grumi di farina