

**Zeitschrift:** Die Berner Woche  
**Band:** 37 (1947)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Aus der Küche

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

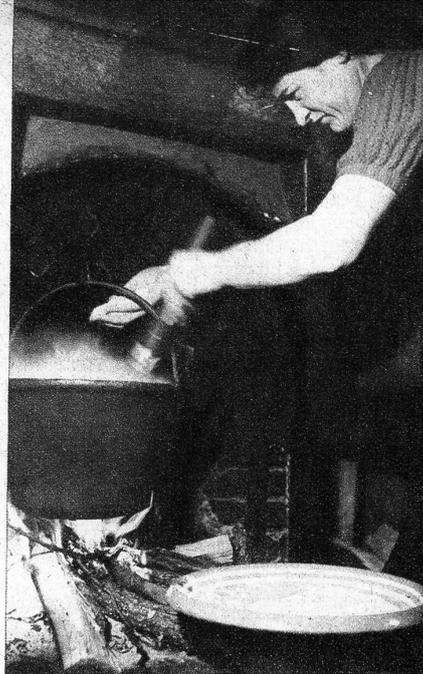
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

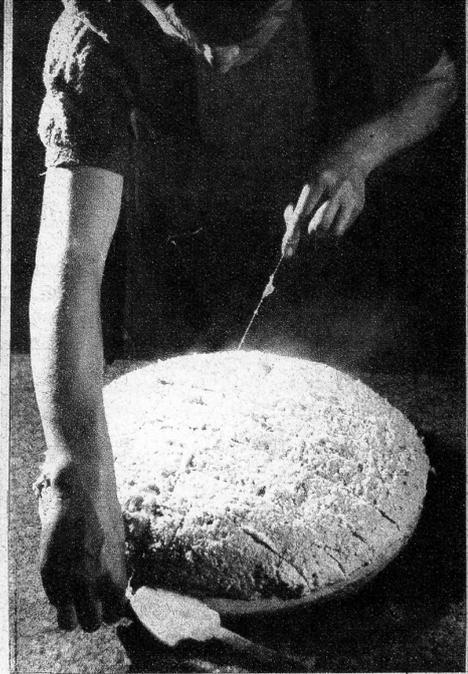
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Die Tessiner Polenta wird am offenen Herdfeuer gekocht

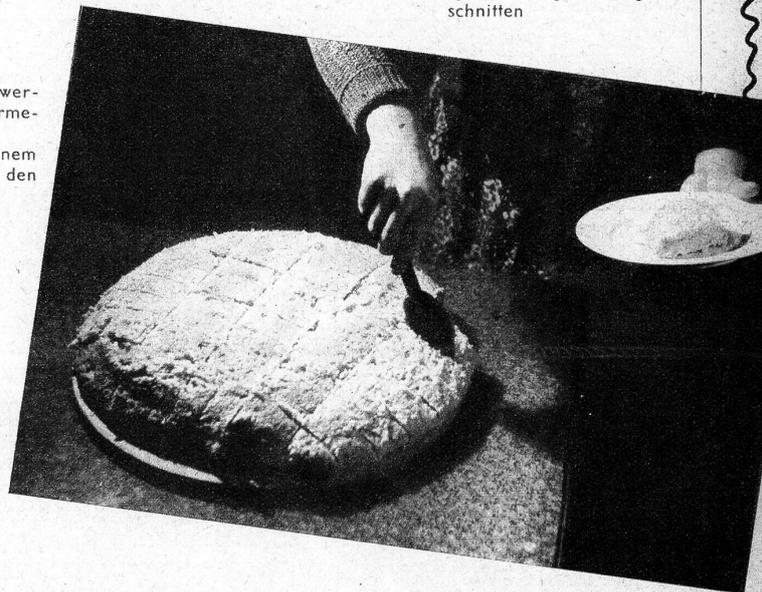


Mit einem dicken Holzlöffel wird die Polenta im Kupferkessel umgerührt



Auf einem Holzbrett wird sie mit einem dicken Faden gleichmässig durchgeschnitten

Zum Schluss werden die mit Parmesan bestreuten Schnitten mit einem Holzlöffel auf den Teller gelegt



# Polenta

Haben Sie schon einmal zugesehen, wie man im Tessin die Polenta zubereitet? Es gehört ein offenes Herdfeuer dazu und ein grosser Kupferkessel und die ganze Familie steht dabei und sieht zu, wie die Mutter mit einem dicken Holzlöffel darin herumrührt. Und jede Tessinerin ist stolz darauf, die Polenta genau wie sie sein muss — nicht zu dick und nicht zu dünn — auf den Tisch zu bringen. Auch die Bündnerin und die Italienerin haben ihre eigene Art die Polenta zu bereiten, und wir verraten Ihnen hier ihre Rezepte.

## Piemonteser Polenta

In  $\frac{1}{2}$  Liter siedende Milch, 100 Gramm feines Maisgriess oder Maismehl, unter Rühren einlaufen lassen, salzen und zu einem festen Brei kochen. Kochendheiss auf ein Brett schütten und mit einem, in kaltes Wasser getauchten Messer zu einer halbfingerdicken Platte streichen.

Wenn die Masse kalt und steif ist, runde Scheiben von 5 cm Durchmesser ausstechen. Abfälle wieder zusammenkneten und wieder ausstechen. Die angegebene Masse ergibt ungefähr 30 Scheiben. Auf die eine Hälfte der Scheiben je eine Schnitte Bellesuisse-, Tilsiter- oder Münsterkäse legen und

mit einer Scheibe Polenta bedecken. In verklopftem Ei, dann in Paniermehl drehen und im ganz heissen Oel goldbraun backen. Heiss servieren! Eignet sich sehr gut als Beigabe zu Fleisch oder als Nachtessen mit Salat.

## Polenta ticinese

1 Liter — halb Milch, halb Wasser — zum Kochen bringen, salzen, und 200 Gramm (eine volle Kaffeetasse) Maisgriess einlaufen lassen. Häufig mit einem Holzlöffel umrühren und 30 — 40 Minuten kochen lassen.

Auf einem nassen Holzbrett zu einem 5 — 8 cm hohen Kuchen streichen, dicht mit geriebenem Parmesan- oder Sbrinzkäse bestreuen und mit einem starken Faden in Stücke teilen.

## Bündner Polenta

250 Gramm Maisgriess mit einer Handvoll Mehl gut vermischen, in der Mitte ein Loch frei machen und etwas Salz hineingeben, darüber  $\frac{1}{4}$  Liter kochendes Wasser giessen. Gut vermischen und  $\frac{1}{2}$  Stunde stehen lassen.

In einer Pfanne Fett heiss machen, so viel, dass der Boden bedeckt ist und sich der Mais nicht anlegen kann. Den Mais hineinleeren und unter öfterem

Wenden, mit der Backschaufel, auf allen Seiten rösten. Man lässt ihn solange am Feuer, bis er nicht mehr roh schmeckt und dunkelgelb und krümelig geworden ist. Vor dem Servieren mit Käse bestreuen.

## Italienische Polenta

In 1 Liter siedendes Salzwasser lässt man 250 Gramm Maisgriess langsam einlaufen und unter häufigem Rühren mit einem Kochlöffel ungefähr  $\frac{3}{4}$  Stunden auf kleinem Feuer kochen, bis sich die Masse von Topf und Löffel löst.

Ein Holzbrett mit kaltem Wasser abspülen, die Polenta darauf stürzen und mit einem nassen Messer zu einer Halbkugel formen. Wenn die Polenta steif geworden ist, wird sie mit einem starken Faden in Scheiben geschnitten und mit frischer Butter und Käse serviert.

## Polentagnocchi

Aus der fertigen Polenta mit einem, in heisses Wasser getauchten Esslöffel Knöpfli ausstechen, auf eine Schüssel legen, mit geriebenem Parmesan bestreuen und mit sehr heisser, brauner Butter übergiessen und sofort auftragen.