

Lista de ingredientes para la receta Bastones de polenta

Guarnición

- Aceite De Oliva 3 cdas.
- Brotes de arvejas 100 g
- Sal y Pimienta A gusto
- Brotes de soja 100 grs.
- Brotes de alfalfa 100 g
- Jugo de Limón 1 cda.

Polenta

- Leche 450 cc
- Aceite para freir Cantidad necesaria
- Harina de Maíz 300 g
- Huevos 2 Unidades
- Queso Parmesano 200 grs.
- Tomates secos 50 grs.
- Sal y Pimienta A gusto
- Caldo 450 cc
- Orégano fresco A gusto
- Pan Rallado Cantidad necesaria
- Jamón crudo 100 g

Salsa

- Morrón colorado 1/2 Unidad
- Cebolla 1/2 Unidad
- Azúcar Negra 2 cdas.
- Chile 1 Unidad
- Extracto De Tomate 1 cda.
- Agua 1/4 Taza
- Salsa Ketchup 4 cdas.
- Sal y Pimienta A gusto
- Ajo 1 Diente
- Vinagre 3 cdas.
- Panceta ahumada 50 g