Polenta kukurydziana z rodzynkami (bez glutenu, cukru, mleka, jajek, soi)

Tradycyjna polenta to danie serwowane „na słono”, ale nasza wersja oczywiście musi być zmieniona, bo jakże by inaczej. Tym razem podajemy przepis na polentę „na słodko” – polenta kukurydziana z rodzynkami. Spróbujcie, jest to naprawdę ciekawe połączenie! Można ją bez problemu zabrać do pracy lub na wycieczkę zamiast kanapek.

Składniki:

- 1 szklanka mleka kokosowego (250 ml)
- 2 szklanki wody
- 3/4 szklanki suchej kaszy kukurydzianej
- 1 1/2 szklanki rodzynek (u nas korynckie) lub żurawiny
- szczypta soli
- wanilia
- ewentualnie 1/2 łyżeczki cynamonu

Przygotowanie polenty z rodzynkami:

Mleko kokosowe i 1 szklankę wody zagotować ze szczyptą soli. Kaszę kukurydzianą wymieszać z 1 szklanką wody i dodać do gotującego się płynu. Gotować ok. 7-10 minut aż masa zgęstnieje, a następnie wsypać rodzynki i gotować jeszcze chwilę. Masę przełożyć do płaskiego naczynia i zostawić do ostygnięcia. Podawać z melasą lub/i owocami.

Smacznego!

Polecamy także inny przepis na polentę:

- Polenta z suszonymi pomidorami

Polenta kukurydziana z rodzynkami