



## PV ORANGE

Tocăniță din carne de mistreț cu polenta

pentru 4

timp de preparare 80 min

5-6 cepe de mărime medie

3 morcovi

1,5 kg carne de mistreț (de preferință fără os)

250 ml roșii zdrobite

1 lingură de zahăr

sare, piper, ulei

un chili mediu, câteva frunze de dafin

busuioc, cimbru, mărar

câteva bucăți de usturoi

un pahar de vin alb

câteva linguri de făină de grâu

Ceapa și morcovii trebuie curățați, spălați și apoi lăsați să se scurgă. Tocam ceapa în bucați mici și morcovii în rondelule. Se spală bine carnea, se lasă să se scurgă și se taie în bucăți mici.

Într-o cratiță mare se pune ulei. Se lasă până fierbe, apoi se adaugă ceapa, morcovii și carnea. Lăsați până când toate acestea se rumenesc.

Adăugați roșiile mărunțite, zahărul, o cană mare de apă în jur de 1000 ml și fierbeți la foc mediu. După aproximativ 10 min. se adaugă piper, sare, foi de dafin, busuioc, cimbru și vin.

După alte 45-55 minute adăugați peste carne un amestec de 2-3 linguri de făină și apă. Puneți usturoiul și ardeii iute (care trebuie tocat înainte). Se lasă la gătit 15 min. Dacă este nevoie adăugați puțină apă. Punem mărarul tocat, lăsăm un minut și stingem focul.

Într-o tigaie antiaderentă, apa sărată este fiartă și presărată cu puțină făină de porumb. Când apa clocotește se adaugă treptat făina de porumb, amestecând pentru a nu face cocoloașe. Totul fierbe la foc mic, aproximativ 15 minute.