

# Polenta crémeuse aux grains de maïs et à la faisselle de brebis



“ N’ayant pas d’idées pour les cuisiner, j’avais congeler les derniers grains de maïs des épis cuits. Je l’ai servie avec des farcis de courgettes au bettes et à la chair de saucisse. ”

## Les Ingrédients :

(Pour 6 personnes) :

- 250 g polenta (semoule fine de maïs)
- Les grains de 2 épis de [maïs doux](#)
- 150 à 200 ml de faisselle de brebis
- 750 ml d’eau
- Sel et poivre

## Les Étapes :

Dans une grande casserole, faites bouillir l’eau. Salez et réduisez le feu sous la casserole. Versez la polenta en pluie en évitant de vous éclabousser et de vous brûler. Mélangez rapidement jusqu’à ce que la polenta se décolle de la paroi de la casserole (au moins 5 bonnes minutes). Retirez-la du feu. Ajoutez la faisselle de brebis et les grains de maïs. Réchauffez quelques minutes en mélangeant constamment.

Servez.

## Et Que Dire De Plus ?



→ [Maïs doux sur épis : cuisson.](#)

→ Remplacez le maïs frais par du maïs en conserve (1 petite boîte / maïs).

© Les Papilles Estomaquées... 2013

<http://papillesestomaquees.fr/polenta-cremeuse-aux-grains-de-mais-et-a-la-faisselle-de-brebis/>