

**Polenta e aringa detto anche:
Poenta e renga (a Vicenza “scopeton”)**

Dosi per due o tre persone

Due aringhe affumicate
Una cipolla grossa bianca
Olio, pepe e aceto
Mezzo chilo di polenta (anche istantanea)

Passare in padella antiaderente per 5/7 minuti le aringhe con un velo d’olio. Va bene anche sul grill del forno (senza inserire il microne!) : 5 minuti per parte.

Ulteriore alternativa può essere la piastra della bistecchiera (sempre 5 minuti per parte) ma attenzione a non bruciare la carne.

Pulire, deliscarle, ridurre a filetti e coprire d’olio, lasciando poi riposare per un paio d’ore.

Affettare ad anelli la cipolla e metterla in acqua calda per lo stesso tempo.

Volendo si può farla passare in padella, all’ultimo momento con poco olio.

Disporre sui piatti una abbondante porzione di polenta calda e sopra disponete gli anelli di cipolla scolati e asciugati.

Sopra di tutto mettete i filetti di aringa e condite con l’olio delle stesse aringhe. NON mettere sale sulle cipolle ed anche la polenta fatela con poco sale. Una macinata di pepe a piacere. Sempre a piacere due gocce di aceto rosso.

Volendo la polenta può essere comprata già fatta (orrore!), ma allora va frita in padella con un po’ d’olio o abbrustolita sulla piastra della bistecchiera.

Da abbinare con vino rigorosamente rosso e un po’ aspro e secco. Anche un raboso.