



## Polenta

4 tasses d'eau ou de bouillon de légumes

1 ½ cuillères à café de sel

poivre fraîchement moulu au goût

1 cuillère à thé de poudre d'ail granulée

1 cuillère à thé d'oignon granulé

1 cuillère à thé d'herbes séchées (romarin, herbes de Provence, mélange d'herbes italiennes)

### **Ou**

1 cuillère à soupe d'herbes fraîches

1 tasse de polenta (farine de maïs)

Ajoutez votre choix de:

2 à 3 cuillères à soupe d'huile d'olive ou de beurre

fromage en option: vous pouvez mélanger ¼ à ½ tasse de cheddar, fromage de chèvre, crème sure, yaourt grec épais, mozzarella fumée ou tout autre fromage fondu que vous avez sous la main. Commencez prudemment, ajoutez plus au goût.

## Instructions

Réglez le l'instant pot sur la fonction "Sauter". Ajoutez l'eau (ou le bouillon), le sel, les épices et les herbes et laissez mijoter environ 5 minutes.

Une fois que l'eau mijote, versez doucement la polenta, petit à petit, en fouettant vigoureusement pour éviter les grumeaux. Une fois incorporé, réglez le pot instantané à 8 minutes, à haute pression.

Relâchez manuellement, en couvrant le bec de vapeur avec un torchon.

Bien mélanger. Ajoutez l'huile d'olive (ou le beurre). Vous pouvez vous arrêter ici et garder ce végétalien.

Ou piger dans votre choix de fromage pour une richesse supplémentaire, en commençant de manière conservatrice.

J'aime ajouter de la crème sure, donc j'ajoute généralement une grosse cuillerée (1/4 tasse) qui lui confère également une subtile acidité.

Gardez-le sur la fonction warm jusqu'au moment de servir, en remuant de temps en temps. Si la polenta reste trop longtemps et semble trop ferme, vous pouvez toujours la "détacher" en fouettant dans de l'eau chaude. Goûter et ajuster le sel.

<https://www.feastingathome.com/instant-pot-polenta/>