



Das nussige Aroma der Sesamsamen verleiht dieser Polenta ihren besonderen Charme.

# Mais miodesopsia

## Weißer Polenta mit geröstetem Sesam

Dem menschlichen Appetit hat die Antarktis nicht viel zu bieten, daran hat auch Hektor Maille nichts ändern können. Den Seelöwen, die man kulinarisch ja in Betracht ziehen könnte, begegnete er nur in seinen Träumen. Und da starren ihn die Viecher an, als stimme etwas nicht ganz mit ihm, als stehe seiner Psyche der Hosenlatz offen. Selbst die Pinguine, die man hier doch in Massen erwarten dürfte, machten sich rar. Und gerade weil es nichts zu essen, wenig Abwechslungsreiches zu sehen und auch kaum etwas Aufregendes zu hören gab, drängten sich dem besten Mitarbeiter des Deuxième Bureau die Fehler in seinen Augen und die Geräusche in seinen Ohren auf.

Die Art, wie in dem hier vorgestellten Rezept die gerösteten Sesamstübchen durch das Weiß der Polenta schweben, erinnert an das Fadenge-spinnst, das im hellen Licht der Antarktis mehr als gewöhnlich den sonst so

scharfen Blick des Geheimagenten durcheinander brachte. Die Polenta, ja das antarktische Menu insgesamt, ist eine Hommage an diese Miodesopsia, wie die Krankheit auch heißt. Das Wort kommt von griechisch μυιοειδής (*myioeidís*) «mückenähnlich» und οψίς (*opsis*) «Sehen».

Das Gericht lebt von der sämigen Konsistenz des Maisbreis und dem nussigen, in dieser Kombination überraschenden Aroma der gerösteten Sesamsamen. Es passt als Beilage hervorragend zu der mit Sommertrüffel gespickten Poitrine Antarctica.

### Für 2 Personen

1 EL weißer Sesam

120 g weiße Polenta

500 ml Wasser

1 TL Salz

100 ml Milch

~ Salz zum abschmecken

*Man kann diese Polenta auch leicht zu einem einfachen Hauptgericht uminterpretieren, zum Beispiel durch Zugabe von ein paar Streifen Kalbfleisch oder einem Bratenrest vom Vortag. Für vegetarische Varianten kann man Pilze, Erbsen, Borlottibohnen, Artischockenfleisch oder etwas bitteren Radicchio mitgaren. Auch mit Dosenthunfisch, Zwiebeln und Kapern mutiert der Maisgries zu einem komfortablen Gericht.*

*Wenn der Brei abkühlt, wird er fest und lässt sich so in Scheiben schneiden, die man in der Pfanne knusprig braten kann.*

- 1** | Sesam in einer Bratpfanne ohne Zugabe von Fett rösten, bis es duftet und die Samen aufzuspringen beginnen. In einem Mörser grob zerstoßen.
- 2** | 500 ml Wasser aufkochen lassen, Salz begeben, Topf vom Herd ziehen, Polenta unter ständigem Rühren einrieseln lassen. Sobald alles wie eine homogene Sauce aussieht, zurück auf den Herd, unter ständigem Rühren langsam zum Kochen bringen. Hitze auf ein Minimum reduzieren, Deckel aufsetzen, 15 Minuten garen lassen, gelegentlich umrühren. Die genaue Kochzeit hängt vor allem vom Ausmahlgrad des Maisgrieses ab. Das Kochen der Polenta mit Deckel entspricht natürlich nicht der reinen Lehre: Rezepte aus dem Tessin oder Norditalien schreiben meist ein langes und ständiges Rühren der Maismasse vor. Solche Hingabe ist schön – es geht aber auch ohne. Ein Deckel verhindert, dass die Polenta die ganze Küche vollspritzt und hält eine gewisse Feuchtigkeit im Topf. Je nach Herd wird es sich empfehlen, die Polenta dann und wann vom Feuer zu ziehen damit sich die Masse ein wenig beruhigt.
- 3** | Milch und Sesam einrühren, nochmals kurz aufbrodeln lassen, mit Salz abschmecken, vom Herd nehmen und 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen.