רכיבים:

3 כוסות מים

1 כפית מלח

2 כפות שמן זית

1 כוס קמח תירס

אופן ההכנה:

1. מחממים בסיר מים, מלח ושמן ומביאים לסף רתיחה.

2. מנמיכים את האש לקטנה-בינונית ומוסיפים את קמח התירס לאט מאוד. נותנים לגרגרים להתמזג עם המים, תוך ערבוב בכף עץ בכיוון אחד בקצב בינוני. אם נוצרים גושים עוצרים את המזיגה ומערבבים עם הכף בצמוד לדפנות הסיר.

3. ממשיכים לערבב כ-10 דקות עד קבלת המרקם הרצוי. אם הסמכתם יותר מדי, מוסיפים מעט מים פושרים ומערבבים.