

Σεμινάρια Μεσσηνιακής Γαστρονομίας

2016

Παραδοσιακές τοπικές συνταγές με υλικά και τεχνικές του σήμερα

CHEF ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΑΔΗΣ

“Κατσικάκι με βλαστούς ντοματιάς και πουρέ από καρότο αρωματισμένο με κύμινο”

Για το κατσικάκι:

Υλικά:

- 1 σπάλα από κασίκι
- 500 γρ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 1 μάτσο κρεμμύδι φρέσκο, ψιλοκομμένο
- 500 ml λευκό κρασί
- 1 κιλό βλαστούς ντοματιάς, καθαρισμένους
- 2 lt ζωμό κότας
- 1 μάτσο άνηθο, ψιλοκομμένο
- Αλάτι
- Πιπέρι
- Χυμό λεμονιού
- 1 κ.σ. corn flour

Εκτέλεση:

Κόβουμε τη σπάλα σε κομμάτια, τα αλατοπιπερώνουμε και τα σοτάρουμε σε δυνατή φωτιά. Μόλις ροδίσουν καλά, αφαιρούμε από τη φωτιά. Έπειτα, σε μια κατσαρόλα σοτάρουμε σε ελαιόλαδο το ξερό κρεμμύδι και μετά το φρέσκο. Προσθέτουμε το κατσικάκι, σβήνουμε με το κρασί και αφήνουμε να εξατμιστεί. Στη συνέχεια προσθέτουμε το ζωμό κότας και τους βλαστούς ντοματιάς, σκεπάζουμε την κατσαρόλα με καπάκι και

μαγειρεύουμε σε σιγανή φωτιά μέχρι να μαλακώσει το κρέας. Όταν είναι έτοιμο το κρέας, το αφαιρούμε από την κατσαρόλα και δένουμε το ζουμί με το corn flour διαλυμένο σε λίγο κρύο νερό. Προσθέτουμε τον άνηθο και φτιάχνουμε τη γεύση με αλάτι και χυμό λεμονιού. Τέλος, ξαναρίχνουμε το κρέας στην κατσαρόλα.

Για τον πουρέ καρότου:

Υλικά:

1 κιλό καρότα, κομμένα σε φέτες

100 γρ. ελαιόλαδο

1 πρέζα αλάτι

Σπόρους άγριο κύμινο

Ζωμός κότας

Εκτέλεση:

Σοτάρουμε τα καρότα στο ελαιόλαδο, προσθέτοντάς τους το αλάτι και το αγριοκύμινο. Μόλις σοταριστούν καλά, προσθέτουμε λίγο ζωμό και μαγειρεύουμε μέχρι να μαλακώσουν τα καρότα. Σουρώνουμε και χτυπάμε τα καρότα σε blender με λίγο από το ζωμό τους αν χρειαστεί μέχρι να έχουμε έναν τελείως λείο πουρέ. Τέλος, περνάμε από σινοιά.

“Σαλάτα με vinaigrette καρπούζι και ταλαγάνι”

Για τη vinaigrette:

Υλικά:

Χυμός από 1 καρπούζι
Οξύμελι
Ελαιόλαδο
Αλάτι

Εκτέλεση:

Καθαρίζουμε το καρπούζι, το χτυπάμε σε blender και το περνάμε από σινοιά για να κρατήσουμε μόνο το χυμό. Βάζουμε το χυμό σε ένα κατσαρολάκι και τον βράζουμε μέχρι να μειωθεί στο μισό. Μόλις κρυώσει ο χυμός, φτιάχνουμε τη vinaigrette με 1 μέρος οξύμελι και 3 μέρη ελαιόλαδο.

Για τη σαλάτα:

Υλικά:

200 γρ. γλιστρίδα
20 φύλλα δυόσμου

Εκτέλεση:

Καθαρίζουμε τη γλιστρίδα, την πλένουμε καλά και προσθέτουμε τα φύλλα δυόσμου, τη vinaigrette και ανακατεύουμε. Λαδώνουμε καλά το ταλαγάνι, το ψήνουμε στη σχάρα και το σεβρίρουμε.