



Μεσσηνιακή Γαστρονομία

Παραδοσιακές τοπικές συνταγές με υλικά και τεχνικές του σήμερα

CHEF Ισμυρνόγλου Νένα

Σαλάτα «Μανιάτικη»

Σαλάτα με πορτοκάλι, σύγκλινο, τρούφες από ελιές με σύκο και λαδολέμονο πορτοκαλιού

Υλικά για 4 άτομα

1-2 χούφτες τρυφερές πρασινάδες – άγρια ρόκα, τρυφερά ραδίκια, αντίδια κτλ.

Τα φιλέτα από 3-4 πορτοκάλια

1 μικρή μαραθόριζα πλυμένη και κομμένη λεπτές φέτες στο μαντολίνο ή στη ζαμπονομηχανή

160 -200 γρ σύγκλινο Μάνης

Για το πατέ ελιάς –σύκο

50 γρ. ελιές μαύρες χωρίς κουκούτσι

80 γρ. Ξερά σύκα Καλαμάτας κομμένα σε μικρά κομμάτια

1 κ.γ φυλλαράκια φρέσκιας Μαντζουράνας ψιλοκομμένα

Φρεσκοτριμμένο πιπέρι

1κ.σ πετιμέζι κρασιού

1 κ. Γ. Πετιμέζι ροδιού

1 κ. σ Καβουρντισμένο σουσάμι (προαιρετικά)

Για το λαδολέμονο πορτοκαλιού

250 μλ χυμό πορτοκάλι

30-45 μλ. χυμό λεμόνι

1 κ.γ. ξύσμα πορτοκαλιού

1 κ.γ. ξύσμα λεμονιού απο ακέρωτο βιολογικό

½ μικρή καυτερή πιπεριά –τσίλι

60 μλ ελαιόλαδο

1 κουταλιά του γλυκού μουστάρδα νιζόν

½ -1 κγ. ξανθάνη

Εκτέλεση

Βάζουμε την κομμένη μαραθόριζα μέσα σε ένα μπολ με νερό και πάγο και την αφήνουμε για 1 ώρα στο ψυγείο. Κατόπιν σουρώνουμε την στραγγίζουμε σε χαρτί κουζίνας και την διατηρούμε σε κλειστό σκεύος στο ψυγείο.

Για το λαδολέμονο πορτοκαλιού. Σε μια μικρή κατσαρόλα βράζουμε τον χυμό του πορτοκαλιού με το ξύσμα από τα εσπεριδοειδή, μέχρι να μείνει ο μισός. Μεταφέρουμε στο θερμομίξ και χτυπάμε μαζί με τα υπόλοιπα υλικά εκτός από την ξανθάνη. Χαμηλώνουμε ταχύτητα στο 3 ρίχνουμε την ξανθάνη και χτυπάμε για 2 λεπτά μέχρι να έχουμε μια ρευστή δεμένη σάλτσα. Αφήνουμε να κρυώσει καλά και φυλάμε την σάλτσα σε βαζάκι στο ψυγείο. Διατηρούμε μέχρι 3-4 μέρες. Κόβουμε το σύγκλινο σε φετούλες, τις στρώνουμε σε ένα ταψί καλυμμένο με λαδόκολλα, που να τις χωράει ακριβώς, σε μία στρώση, κοντά η μία στην άλλη. Τις περιχύνουμε με μερικές κουταλιές από το λαδολέμονο και τις αφήνουμε να μαριναριστούν μέχρι 30 λεπτά.

Για το πατέ ελιάς – σύκο. Χτυπάμε όλα τα υλικά εκτός από το σουσάμι μέχρι να ομογενοποιηθούν και να έχουμε μια λεία πάστα. Βάζουμε στο ψυγείο να σφίξει. Μετά μπορούμε να πλάσουμε μικρά μπαλάκια που θα τα πασπαλίσουμε με λίγο σουσάμι ή να το αφήσουμε σαν σφιχτή αλοιφή –πατέ και να το βάζουμε στο πιάτο με κουτάλι πιέζοντας το μίγμα με την ανάποδη του κουταλιού και τραβώντας προς τα κάτω

Για το σερβίρισμα. Ψήνουμε για 2 λεπτά το σύγκλινο στο γκριλ ή σε δυνατό φούρνο. Μοιράζουμε τα πορτοκάλια στα πιάτα, διπλά βάζουμε το σύγκλινο μετά το πατέ ή τα τρουφάκια.

Ανακατεύουμε την μαραθόριζα, την σαλάτα, λίγο αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι. Την μοιράζουμε και αυτή στα πιάτα κοντά στο πορτοκάλι, περιχύνουμε με το λαδολέμονο του πορτοκαλιού και σερβίρουμε αμέσως

Υπό την αιγίδα

αθηνόραμα



Χορηγός

COSTA
NAVARINO