



**Σεμινάρια Μεσσηνιακής Γαστρονομίας
Το Πάντρεμα Του Χθες Με Το Σήμερα**

Παραδοσιακές τοπικές συνταγές με υλικά και τεχνικές του σήμερα

CHEF Λαζάρου Λευτέρης

«Γαρίδες με χυλοπίτες, σάλτσα ντομάτας φούρνου και Μπισκ»

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΜΠΙΣΚ

Τα τσόφλια και τα κεφάλια από 2 κιλά γαρίδες που τις έχουμε αποφλοιώσει

- 2 Μεγάλες ντομάτες ώριμες κομμένες στα 6
- 2 Κρεμμύδια μεγάλα κομμένα σε λεπτές ροδέλες
- 2 Κουταλιές της σούπας πελτέ ντομάτας
- 2 Σκελίδες σκόρδο
- 1 Κουταλιά του γλυκού μέλι
- 2 Λίτρα ζωμό λαχανικών ή νερό
- 120 γραμ. ελαιόλαδο
- Αλάτι / Πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μεγάλη χαμηλά κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε το κρεμμύδι. Προσθέτουμε το σκόρδο, τα κεφαλάκια, τα τσόφλια από τις γαρίδες ανακατεύοντας πολύ καλά. Προσθέτουμε τις ντομάτες ανακατεύοντας συνέχεια μέχρι να ροδίσουν τα τσόφλια και προσθέτουμε τη ντομάτα πελτέ. Προσθέτουμε το ζωμό ή το νερό και βράζουμε για 30 λεπτά. Χτυπάμε στο thermomix διακεκομμένα και φιλτράρουμε με το σινοιά. Ξαναρίχνουμε το ζωμό που μόλις χτυπήσαμε στην κατσαρόλα και σιγοβράζουμε για 15 λεπτά. Ρίχνουμε το μέλι, αλατοπιπερώνουμε, ανακατεύουμε καλά και κρατάμε την μπισκ στην άκρη.

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΝΤΟΜΑΤΑ ΦΟΥΡΝΟΥ

2 Κιλά ντομάτες
4 Αστεροειδή Γλυκάνισα
1500 γραμ. ζωμό λαχανικών ή νερό
1 κ.τ.γ. μέλι
3 Σκελίδες σκόρδο κομμένες στη μέση με τη φλούδα τους
Αλάτι / Πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζουμε όλα τα υλικά στο ταψί του φούρνου και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180° για 25 λεπτά περίπου. Καθαρίζουμε τις ντομάτες και τα σκόρδα από τη φλούδα τους. Αφαιρούμε τον γλυκάνισο και πολτοποιούμε στο thermomix. Φιλτράρουμε στο σινοιά, χτυπάμε στο thermomix και ξαναφιλτράρουμε στο etamin. Κρατάμε στην άκρη τη σάλτσα ντομάτας.

*ΤΙΣ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ ΤΙΣ ΕΧΟΥΜΕ ΠΡΟΒΡΑΣΕΙ ΚΑΙ ΤΙΣ ΕΧΟΥΜΕ ΑΦΗΣΕΙ ΝΑ ΚΡΥΩΣΟΥΝ ΓΙΑ ΝΑ ΤΙΣ ΚΡΑΤΗΣΟΥΜΕ «ΖΩΝΤΑΝΕ»Σ.

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΚΟΡΔΟΠΟΥΡΕ

Καθαρίζουμε σκόρδα από φλούδες και φύτρα. Τα βράζουμε και τα πολτοποιούμε στο thermomix με λίγο γάλα.

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΓΑΡΙΔΑ ΑΝΑ ΜΕΡΙΔΑ

4 με 6 γαρίδες ανά μερίδα

30 γραμ ελαιόλαδο

1/2 κ.τ.γ. ξύσμα λεμόνι

1/2 κ.τ.γ. ξερό εστραγκόν

1/2 μαϊντανό ψιλοκομμένο

1/2 σκορδοπουρέ

70 γραμ. περίπου ντομάτα φούρνου

70 γραμ. περίπου μπισκ

15 γραμ. βούτυρο

1 μερίδα προβρασμένη χυλοπίτα

1 κ.τ.σ. τριμμένο ταλαγάνι

Αλάτι / Πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Στο τηγάνι ρίχνουμε τα υγρά. Μόλις πάρουν βράση προσθέτουμε τα μυρωδικά και τον σκορδοπουρέ, το ελαιόλαδο και τις γαρίδες. Γυρίζουμε 2-3 φορές, προσθέτουμε τις χυλοπίτες, ανακατεύουμε καλά και προσθέτουμε το ταλαγάνι. Αλατοπιπερώνουμε και ζελάρουμε με το βούτυρο. Αν χρειαστεί προσθέτουμε λίγα υγρά ακόμα. Σερβίρουμε και στολίζουμε με λίγο ψιλοκομμένο μαϊντανό ακόμα και λίγες σταγόνες ελαιόλαδο.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Εναλλακτικά με το thermomix μπορεί να χρησιμοποιηθεί ένα καλό blender.