

Νηστίσιμη Σπανακόπιτα με Μαύρους Γίγαντες

/ [Εί](#)



Υλικά:

Για τη ζύμη:

500 γραμμάρια αλεύρι για όλες τις χρήσεις

1 κουταλάκι αλάτι

1 / 2 κούπα ελαιόλαδο

1 κουταλιά της σούπας ξίδι

200 ml νερό (περίπου 1 φλιτζάνι)

½ κούπα ελαιόλαδο, για το άλειμμα των φύλλων

Για τη γέμιση:

600 γραμμάρια σπανάκι

1 κούπα καυκαλήθρες, ψιλοκομμένες

1 / 2 κούπα μυρώνια, ψιλοκομμένα

150 γραμμάρια φασόλια γίγαντες (βρασμένα και ψιλοκομμένα)

1 μέτριο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο

5 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα

½ κούπα μαϊντανό, ψιλοκομμένο

½ κούπα άνηθο ψιλοκομμένο

¼ κούπας ελαιόλαδο

2 κουταλιές της σούπας λιναρόσπορο

Αλάτι και φρεσκοτριμμένο μαύρο πιπέρι

Εκτέλεση:

Βάζουμε τους γίγαντες σε άφθονο νερό, να μουλιάσουν από το προηγούμενο βράδυ.



Την επομένη τους στραγγίζουμε, προσθέτουμε φρέσκο νερό και τους βάζουμε να βράσουν. Αφαιρούμε τον αφρό με μια τρυπητή κουτάλα, τους αλατίζουμε και τους αφήνουμε να βράσουν για 1 ώρα. Τους στραγγίζουμε και αφού κρυώσουν τους ψιλοκόβουμε.

Εν τω μεταξύ ετοιμάζουμε τη ζύμη. Ανακατεύουμε το αλάτι στο αλεύρι και ρίχνουμε μέσα το λάδι. Χρησιμοποιώντας τα δάχτυλά σας τρίβουμε το αλεύρι με το λάδι μέχρι να το απορροφήσει το αλεύρι. Προσθέτουμε το ξίδι και το νερό σταδιακά και ανακατεύουμε μέχρι η ζύμη είναι μαλακή, αλλά να μην κολλάει στα χέρια μας.

Βάζουμε τη ζύμη σε μια αλευρωμένη επιφάνεια και τη ζυμώνουμε καλά για πέντε λεπτά. Σκεπάζουμε με μια πετσέτα και την αφήνουμε να ξεκουραστεί για 30 λεπτά. Εναλλακτικά, μπορούμε να κάνουμε τη ζύμη στο μίξερ, χρησιμοποιώντας το γάντζο.

Πλένουμε το σπανάκι και αφαιρούμε τα χοντρά κοτσάνια, αφήνοντας μόνο όσα είναι πιο τρυφερά. Τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα χωρίς νερό και τα σιγοβράζουμε για 5 λεπτά περίπου, ίσα να μαραθούν. Τα βγάζουμε σε σουρωτήρι να κρυώσουν και τα στύβουμε καλά να φύγουν τα υγρά. Το κόβουμε σε μικρότερα κομμάτια.

Εάν έχουμε ηλεκτρικό μύλο μπαχαρικών αλέθουμε το λιναρόσπορο και στη συνέχεια προσθέτουμε 2 - 3 κουταλιές της σούπας νερό και τον αφήνουμε να το απορροφήσει και να μαλακώσει. Εάν δεν έχουμε μύλο μπορούμε να τον μουλιάσουμε και αυτόν από το βράδυ και να το λιώσουμε στο μούλτι.

Σε ένα μπολ, προσθέτουμε τα φασόλια, το σπανάκι, τις καυκαλίθρες και τα μυρώνια, τα κρεμμύδια, τον μαϊντανό και τον άνηθο, το ελαιόλαδο, το λιναρόσπορο, αλάτι και πιπέρι και τα ανακατεύουμε.

[Περισσότερα εδώ](#)

Πηγή: kopiaste.info