23 Ιουνίου 2013

Ψητά κολοκυθάκια με πανσέτα και φιστίκια

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Φωτογραφία: Γιώργος Δέτσης, εκτέλεση συνταγής: Βίκυ Κουμάντου

Συνταγή:Αποστοκάλης Γιάννης

ΥΛΙΚΑ (για 4 άτομα)

6 κολοκυθάκια μεσαίου μεγέθους

80 ml έ.π. ελαιόλαδο

αλάτι χονδρό

8 φέτες καπνιστή πανσέτα ή μπέικον

2 κ.σ. φιστίκια Αιγίνης, καθαρισμένα

10 ντοματίνια, κομμένα στα 2

2 κλωνάρια φρέσκιας ρίγανης, τα φυλλαράκια

1 κ.σ. ξίδι από κόκκινο κρασί

Η πανσέτα θα χαρίσει την αλμύρα της στο φαγητό, οπότε μην το παρακάνετε με το αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ (έτοιμο σε 30 λεπτά)

Κόβουμε κατά μήκος τα κολοκυθάκια σε φέτες πάχους 0,5 εκ. Τα τοποθετούμε σε ένα ταψί, ραντίζουμε με λίγο ελαιόλαδο, αλατίζουμε και ψήνουμε (στο γκριλ του φούρνου ή στην ψησταριά) για περίπου 10 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν.

Σε κρύο τηγάνι, με λίγο ελαιόλαδο, ψήνουμε την πανσέτα σε χαμηλή φωτιά, γυρίζοντάς την μόνο μία φορά, μέχρι να γίνει τραγανή. Τη βγάζουμε και την τοποθετούμε σε απορροφητικό χαρτί κουζίνας. Μόλις κρυώσει, την ψιλοκόβουμε.

Στρώνουμε μια λαμαρίνα με λαδόκολλα και απλώνουμε τα φιστίκια Αιγίνης. Ψήνουμε στους 160°C (όχι στο γκριλ) για περίπου 10 λεπτά, ώσπου να ροδίσουν. Τα σπάμε στο γουδί. Κόβουμε σε χονδρά, ακανόνιστα κομμάτια τα κολοκυθάκια και τα βάζουμε σε ένα μπολ. Πιέζουμε τα ντοματίνια σε ένα πιατάκι με το χέρι μας, ώστε να βγάλουν τον χυμό τους και τα ρίχνουμε μαζί με τον χυμό επάνω στα κολοκυθάκια.

Περιχύνουμε με λίγο ελαιόλαδο και ξίδι, και πασπαλίζουμε με φρέσκια ρίγανη, τα καβουρντισμένα φιστίκια και ελάχιστο αλάτι. Ανακατεύουμε απαλά τα υλικά και γαρνίρουμε με την ψιλοκομμένη πανσέτα.

Πηγή:tovima.gr