

16 Αυγούστου 2013

# Fast food με Πολίτικα φύκια και θαλασσινές απολαύσεις

/ [Γενικά](#) / [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)

Image not found or type unknown



Τι χαμπέρια από την Πόλη;



*Η αγορά του Καντικιόι στην ανατολική πλευρά της Πόλης*

Κάθε φορά που βρίσκομαι στο Καδικόγ,κάνω έναν μικρό περίπατο και στην παλιά αγορά του.Εκεί όπου οι ψαραγορές διαδέχονται τα φοβερά μπακάλικά και τα άκρως περιποιημένα μανάβικα.Όταν λοιπόν βρεθώ στα γαστρονομικά εκείνα σοκάκια,δύσκολα ξεκολλάω.Από την μιά το στήσιμο των προϊόντων και από την άλλη η θαυμάσια ποικιλία με εμπνέει στην δημιουργία απλών μα ταυτόχρονα πεντανόστιμων πιάτων.Σήμερα η ματιά μου έπεσε σε μερικά όχι και πολύ καθημερινά υλικά.Παρ'όλα αυτά η μεγάλη μου γαστρονομική εμπειρία και η

λαχτάρα μου για κάτι διαφορετικό, με ενέπνευσε να ενώσω αρμονικά προϊόντα από την Πολίτικη κουζίνα με υλικά από άλλες μακρινές θάλασσες.



Τι χαμπέρια από την Πόλη;

*Οι τούρκοι πωλητές παρουσιάζουν τηνπραμάτεια τους με πολύ μεράκι*



Τι χαμπέρια από την Πόλη;



Πάγκος με αμπελόφυλλα. Ότι πρέπει για την κουνιάδα μου, που φτιάχνει καταπληκτικά ντολμαδάκια

Τι χαμπέρια από την Πόλη;



Μπακάλικο με αμέτρητα και πεντανόστιμα προϊόντα





Τι χαμπέρια από την Πόλη;

*Ο πάγκος του μανάβη είναι πάντα περιποιημένος και με μεγάλη ποικιλία*

Αφού περιπλανήθηκα λιγάκι, η προσεκτική ματιά μου έπεσε πάνω σε deniz bögülcesi, που στην ουσία είναι θαλασσινά φύκια. Μην στραβωμουτσουιάζετε, τα φύκια είναι ένα ιδιαίτερο, πεντανόστιμο και πολύ θρεπτικό προϊόν και ποτέ δε θα αφήνα την ευκαιρία να πάει ανεκμετάλλευτη. Επιπλέον είναι και αρκετά σπάνιο να τα βρεί κανείς σε φυσιολογικά μαγαζιά. Η τύχη μου σήμερα ήταν διπλή γιατί εκτός των θαλασσινών λαχανικών βρήκα και φρεσκότατο κόκκινο τόνο. Ψάρι σπάνιο, ακριβό και από μακρινές θάλασσες μα αυτό δε με ένοιαξε καθόλου. Το αρμονικό πάντρεμα αυτών των δύο υλικών είχε κιόλας επεξεργαστεί στο μυαλό μου. Παράτησα κάθε άλλη σκέψη και αφού πλήρωσα, τράβηξα γρήγορα για το σπίτι. Είχε έρθει η ώρα για μία μεγάλη μα καθόλου χρονοβόρα γαστρονομική απόλαυση.



Τι χαμπέριο από την Πόλη;

Ένα μερακλίδικο μαγείρεμα απαιτεί το ρακί  
του για συντροφιά. Εξάλλου ανοίγει και την  
όρεξη



Τι χαμπέρια από την Πόλη;



*Τα φύκια, μια γαστρονομική απόλαυση μόνο για γνώστες*



Τι χαμπέρια από την Πόλη;

*Ο κόκκινος τόνος, φρεσκότατος και λαχταριστός!!! Έτοιμος για την ψησταριά μου*

Αφού έκοψα τον τόνο και ετοίμασα το νερό για τα φύκια, τα ζεμάτησα για λίγα δευτερόλεπτα, περισσότερο για λόγους υγιεινής παρά για κάτι άλλο. Ένιωσα την μυρωδιά της θάλασσας να απλώνεται στην κουζίνα μου και η προσμονή μου για το γεύμα μεγάλωσε.



Τι χαμπέρια από την Πόλη;



*Σύντομοτατο ζεμάτισμα και το δωμάτιο μύρισε θάλασσα*

Τι χαμπέρια από την Πόλη;



*Μερικές πατατούλες είχαν ήδη πάρει το χρωματάκι τους στο γκρίλ μου - See more at:  
<http://tixamperiaapothnpolh.blogspot.com/2012/08/fast-food.html#sthash.mcCO13Bb.VmDSJMCH.dpuf>*

Ο τόνος ξάπλωσε στην πυρωμένη πλάκα του γκρίλ μου για λίγα μόνο δευτερόλεπτα. Τόσο λίγο χρόνο χρειάζεται για το σωστό ψήσιμο του τόσο σεβαστού αυτού ψαριού. Τα φύκια μαζί με λίγο ψιλοκομμένο κρεμμυδάκι και λεπτοκομμένο σκόρδο ρίχτηκαν στο καυτό τηγάνι για επίσης σύντομο σοτάρισμα. Δεν χρειάζονται ούτε καν αλάτιμα καθώς η φυσική, αλμυρή γεύση τους υπερκαλύπτει κάθε απόπειρα προσθέσεως μπαχαρικών.



Τι χαμπέρια από την Πόλη;



Αυτό είναι το σωστό ψήσιμο κόκκινου τόνου. Στην μέση ακόμα στην φυσική του υπόσταση. Όποιος δοκιμάσει κάτι τέτοιο ξανατολήσει να βάλει στο στόμα του κονσέρβα!!!

Τι χαμπέρια από την Πόλη;



*Τα φύκια με αέρινο πέρασμα απ'το τηγάνι.Με προσθήκη κύβων ντομάτας τα δύο αιώνια αντίπαλα χρώματα,ενώνονται χ  
μα κυρίως γευστικά*

Νοιώθοντας το ιώδιο της θάλασσας να πλανάται παντού γύρω μου,ήταν σαν ένα αστραπιαίο ταξίδι στα μήκη και τα πλάτη όλων των θαλασσών του κόσμου.Ανοίγοντας πάλι τα μάτια μου το θαλασσινό μου πιάτο ήταν έτοιμο να μου προσφέρει γαστρονομικές συγκινήσεις.Η Ντουίγκου μπήκε στην κουζίνα,κρατώντας στο χέρι μια παγωμένη Efes.Ότι πρέπει για να συνοδεύσει το φαγητό αυτές τις τόσο καυτές καλοκαιρινές μέρες.





Τι χαμπέρια από την Πόλη;

*Η παγωμένη ξανθιά του καλοκαιριού*

Τι χαμπέρια από την Πόλη;



*Τα λόγια είναι περιττά, η απόλαυση μεγάλη. Φρέσκια, μοντέρνα, υγιεινή και γευστικότερη κουζίνα*

Μέσα σε μόλις ελάχιστα λεπτά κατάφερα να ενώσω Πολίτικα υλικά με άλλα ξένων θαλασσών παρουσιάζοντας όχι κουζίνα fast food και φύκια με μεταξωτές κορδέλες ,μα μιά κουζίνα όλο φρεσκάδα γεμάτη Πολίτικα φύκια και θαλασσινές απολαύσεις. Καλή μας όρεξη!

Πηγή: <http://tixamperiaapothnpolh.blogspot.com/2012/08/fast-food.html>