3 Οκτωβρίου 2013

Μελιτζάνες γεμιστές

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Φωτό:mama365.gr

Η μελιτζάνα, αυτός ο διατροφικός θησαυρός του Καυκάσου, έχει εισβάλλει στη ρωσική κουζίνα με χίλιες δυο συνταγές. Ωστόσο, οι γεμιστές μελιτζάνες με καρύδια και κόλιαντρο, γαρνιρισμένες με σπόρους φρέσκου ροδιού, συνιστούν το κορυφαίο ορεκτικό σε ένα ευωδιαστό φθινοπωρινό δείπνο.

Όλοι μιλούν για την άνοδο της ξενοφοβίας στη Ρωσία, ωστόσο το βασικό σύνθημα της κοινωνικής συμπεριφοράς εξακολουθεί να είναι ο μιμητισμός. Είναι αστεία τα ξενόφερτα πράγματα που υιοθετούνται καθώς και αυτά που απορρίπτονται. Το πανταχού παρόν **σούσι** συνεχίζει να με μπερδεύει ενώ η συνεχιζόμενη πτώση της τηλεθέασης του «**Downton Abbey**» με απογοητεύει. Μετά, κάποια απλά πράγματα με κάνουν να κουνάω το κεφάλι μου, όπως για παράδειγμα το βραδινό τοκ σόου του **Ιβάν Ούργκαντ** που είναι ένα παράξενο μείγμα δυτικών σόου. Τα πάντα είναι αντιγραφή δυτικών προτύπων. Έχω συνηθίσει πλέον

Ήμουν λοιπόν πολύ στενοχωρημένη, όταν τα λεγόμενα **προοδευτικά δείπνα-πάρτι** έκαναν την ύπουλη εμφάνισή τους στη Μόσχα. Έχω πάει τέσσερις φέτος σε τέτοια πάρτι και είμαι έτοιμη να σηκώσω πλέον λευκή σημαία. Η πρακτική να πηγαίνεις σε διάφορα σπίτια για σεμινάρια γύρω από τη μαγειρική πρέπει να είναι η πιο βάρβαρη δυτική εισαγωγή από τον καιρό του Πέτρου του Μέγα.

Κανείς δεν κερδίζει σε αυτά τα λεγόμενα προοδευτικά πάρτι: Πρέπει όλοι να συγυρίζουν και κανείς δεν έχει την ευκαιρία να ξεφύγει μια βραδιά από τη ρουτίνα

ή από τα εύσημα για τα δύο ή τρία πιάτα που έφτιαξε. Τέτοιου είδους κοινοτοπίες έγιναν και στο σπίτι μου, μετά το πρόσφατο και ελπίζω τελευταίο προοδευτικό δείπνο στο οποίο παρευρέθηκα.

Οι μελιτζάνες του Καυκάσου

Ο καινούργιος φίλος μου, ο Τζέσους (η προφορά του ονόματός του μοιάζει με χαιρετισμό στον Δία) κι εγώ ήμασταν υπεύθυνοι για τα ορεκτικά. Ο Τζέσους λοιπόν με παρέκαμψε και πήγε στην αγορά Ντορογκομίλβσκι, όπου πήρε ένα κιλό μαύρο χαβιάρι από αυτό που το κρατάνε πίσω από τη ζυγαριά. Έκλαιγα κυριολεκτικά φωνάζοντας «είναι αδικία» και πολλά άλλα που δεν περιγράφονται. Τότε ανασήκωσε λίγο τους ώμους και μπήκε πάλι στο αυτοκίνητο.

Ήθελα να φτιάξω ένα λαμπερό πιάτο που θα μπορούσε να γίνει γρήγορα. Οι **μελιτζάνες** με έσωσαν! Αυτό το πικάντικο φθινοπωρινό ζαρζαβατικό είναι ένα θησαυρός που προηγείται του σούσι κάμποσους αιώνες. Εντάχθηκε στη ρωσική κουζίνα προερχόμενο από τον **Καύκασο**, όπου εκεί η μελιτζάνα συνιστά μια ιδιαίτερη τροφή. Σκέφτηκα σοβαρά να φτιάξω **«χαβιάρι μελιτζάνας»** έτσι για να την σπάσω στον Τζέσους. Αυτό το ευχάριστο ριφ για ρατατούιγ συνδυάζει **ψητή μελιτζάνα, ντομάτα, κρεμμύδι**. Τα ώριμα ρόδια της αγοράς, όμως, μου έδωσαν μια διαφορετική ιδέα: **Γεωργιανές** γεμιστές μελιτζάνες με **καρύδια** και **κόλιαντρο**, γαρνιρισμένες με **σπόρους φρέσκου ροδιού**. Ψητές ή σοταρισμένες μελιτζάνες γεμιστές με μια αψιά μείγμα από καρύδια, κόλιαντρο, λεμόνι, κρεμμύδι, και σιρόπι ροδιού. Προσθήκη από **πλιγούρι** είναι μια απόκλιση από την παραδοσιακή συνταγή, αλλά συνιστάται, δεδομένου ότι κρατάει σφικτή τη γέμιση. Ο συνδυασμός των φωτεινών χρωμάτων του νότου με τις μοσχοβολιστές γεύσεις του φθινοπώρου ήταν μια τέλεια ιδέα !

Ή τουλάχιστον, νομίζω ότι ήταν. Την επόμενη φορά, θα κάνω μόνο μελιτζάνες, και μείνω σπίτι για να παρακολουθήσω το βραδινό σόου του Ούργκαντ μόνη μου.

Υλικά:

6 μικρές, σφικτές μελιτζάνες, 1 φλιτζάνι καρύδια

1 ματσάκι κόλιαντρο, 4 κουταλιές σούπας

φρέσκο εστραγκόνν ⅓ φλιτζανιού, φρέσκο μαϊντανό

4 σκελίδες σκόρδο, 4 κουταλιές σούπας

φρέσκο χυμό λεμονιού, 2 κουταλάκια του γλυκού

φρέσκο ξύσμα λεμονιού, 4 κουταλιές σιρόπι ροδιού

1/2 φλιτζάνι κίτρινο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο

1 κλωνάρι σέλινο, ξεφλουδισμένο και ψιλοκομμένο

⅔ του φλιτζανιού μαγειρεμένο πλιγούρι (⅓ του φλιτζανιού άψητο)

1 κουταλάκι του γλυκού σουμάκ, 1 κουταλάκι του γλυκού πάπρικα

1 κουταλάκι του αλάτι, ⅓ του φλιτζανιού του τσαγιού, ελαιόλαδο

Οδηγίες:

1. Αφαιρούμε τα κοτσάνια από τις μελιτζάνες και τις κόβουμε στη μέση. Πασπαλίζουμε με αλάτι και τις τοποθετούμε σε ένα σουρωτήρι με την εσωτερική τους πλευρά προς τα κάτω για να στραγγίξουν και τις αφήνουμε για 45-75 λεπτά.

2. Βάζουμε ⅓ του φλιτζανιού πλιγούρι και ⅓ του φλιτζανιού νερό σε μια μικρή κατσαρόλα με καπάκι και το βράζουμε για 10 λεπτά. Το αφήνουμε σκεπασμένο για επιπλέον 15 λεπτά στον ατμό.

3. Ανακατεύουμε τα καρύδια, τον κόλιαντρο, το εστραγκόν, το ξύσμα λεμονιού, το σιρόπι ροδιού και το σκόρδο σε ένα μπλέντερ εξοπλισμένο με μια λεπίδα χάλυβα για 2 λεπτά ή μέχρι να γίνουν ένα μίγμα. Μεταφέρουμε το μίγμα σε ένα μπολ.

4. Προσθέτουμε τα κρεμμύδια, το σέλινο, το μαγειρεμένο πλιγούρι, σουμάκ, πάπρικα, και το χυμό λεμονιού. Ανακατέψτε και ρυθμίστε τα καρυκεύματα σύμφωνα με τη γεύση σας, εάν θέλετε επιπλέον αλάτι και πιπέρι.

5. Στεγνώνουμε τις μελιτζάνες με ένα χαρτί κουζίνας, και τις τοποθετούμε στη συνέχεια σε ένα μη μεταλλικό πιάτο, τις καλύπτουμε με χαρτί και τις βάζουμε στο φούρνο μικροκυμάτων για 90 δευτερόλεπτα.

6. Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε ένα μεγάλο τηγάνι σε μέτρια φωτιά. Τοποθετούμε

τις μελιτζάνες με το εσωτερικό τους προς τα κάτω και σοτάρουμε για δέκα λεπτά. Τις αφήνουμε κατόπιν σε απορροφητικό χαρτί για να κρυώσουν.

7. Στη συνέχεια με ένα μικρό, κοφτερό μαχαίρι και ένα κουταλάκι του γλυκού βγάζουμε την ψίχα από τη μέση της σοταρισμένης μελιτζάνας αφήνοντας όμως λίγη από την ψίχα περιμετρικά.

Γαρνιτούρα:

½ φλιτζάνι φρέσκους σπόρους ροδιού

Κλωναράκια φρέσκο κόλιαντρο

κρεμμύδια

8. Τοποθετούμε τις μελιτζάνες σε μια πιατέλα και τις γεμίζουμε με το μείγμα με το καρύδι, Καλύπτουμε την πιατέλα με πλαστική μεμβράνη και τη βάζουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 3 ώρες ή όλη τη νύχτα.

9. Γαρνίρουμε με σπόρους ροδιού, κόλιαντρο, και κρεμμυδάκια λίγο πριν το σερβίρισμα.

Με βάση τη συνταγή από το «Περάστε στο τραπέζι παρακαλώ» της Ανια φον Μπέμζεν

Τζένιφερ Ερεμέεβα

Πηγή:rbth.gr