

Πίτα με κιμά: τα έχει όλα και συμφέρει

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo: [foodchannel.com](#)

Αυτή η πίτα έχει πολλά χαρίσματα: Πρώτ' απ' όλα είναι εξαιρετικά εύγευστη. Ο κιμάς "παντρεύεται" θαυμάσια με τα λαχανικά και τα τυριά. Δεύτερον, είναι χορταστική. Όλα αυτά τα υλικά ενωμένα προσφέρουν ένα πλήρες γεύμα που τα περιέχει όλα. Τρίτον, αποτελεί ένα θαυμάσιο, ολοκληρωμένο συνοδευτικό για τσιπουράκι δίπλα στο τζάκι. Τέταρτον, αρέσει στα παιδιά. Κι αυτό είναι σημαντικό γιατί τρώνε εύκολα ένα σωρό - καμουφλαρισμένα με κιμά - λαχανικά χωρίς γκρίνια.

Υλικά

- ½ κιλό κιμά
- 2 μέτρια κρεμμύδια
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 8 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- 1 ποτήρι του κρασιού ξηρό, λευκό κρασί

- 3 φρέσκες ντομάτες τριμμένες
- 1 ξύλο κανέλας
- 1 κοφτό κουταλάκι του γλυκού μπαχάρι
- 1 κοφτό κουταλάκι του γλυκού ζάχαρη
- 1 κουταλιά της σούπας ξύδι
- 3 κουταλιές της σούπας κέτσαπ (ή 1 κουταλιά της σούπας πελτέ αν προτιμάτε)
- αλάτι, πιπέρι
- 4 μέτρια κολοκύθια τριμμένα στον τρίφτη
- 1 μέτρια μελιτζάνα κομμένη σε κυβάκια
- 1 φλιτζ. τυρί φέτα τρίμμα
- 1 φλιτζ. τυρί ρεγκάτο τριμμένο
- 4 αυγά
- 2-3 κουταλιές της σούπας φρυγανιά τριμμένη
- 2 φύλλα σφολιάτα (1 πακέτο)

Ψιλοκόβουμε το ένα κρεμμύδι, τις δύο σκελίδες σκόρδο και τα σωτάρουμε μαζί με τον κιμά σε τέσσερις κουταλιές λάδι. Σβήνουμε με κρασί, προσθέτουμε τον πολτό της ντομάτας, την κανέλα, το μπαχάρι, την ζάχαρη, το ξύδι, το κέτσαπ, αλάτι, πιπέρι και ένα ποτήρι ζεστό νερό. Ανακατεύουμε καλά και αφήνουμε το μείγμα να βράσει μέχρι να απορροφηθούν τα υγρά, περίπου μισή ώρα. Φτιάχνουμε, δηλαδή, μια σάλτσα κιμά όπως την φτιάχνουμε για παστίτσιο.

Σε ένα άλλο τηγάνι βάζουμε τις άλλες τέσσερις κουταλιές λάδι, τα τριμμένα κολοκύθια και τη μελιτζάνα. Τα ανακατεύουμε, αλατοπιπερώνουμε και τα αφήνουμε να “πιούν” τα νερά τους, περίπου ένα δεκάλεπτο στη φωτιά.

Ενώνουμε τη σάλτσα του κιμά με τα λαχανικά, προσθέτουμε τα τριμμένα τυριά, τα τρία αυγά και την φρυγανιά, ανακατεύουμε και η γέμιση είναι έτοιμη.

Αλείφουμε ένα ταψί με λίγο λάδι (εγώ προτιμώ τα διαφανή, γυάλινα, πιρέξ γιατί μπορώ να δω αν έχει ψηθεί η πίτα από κάτω). Στρώνουμε το ένα φύλλο σφολιάτας, από πάνω ρίχνουμε τη γέμιση και καλύπτουμε με το άλλο φύλλο σφολιάτας. Χτυπάμε το τέταρτο αυγό και αλείφουμε το φύλλο από πάνω. Χαράζουμε την πίτα και την φουρνίζουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180-200 °C, μέχρι να ροδίσει, για 50´ έως μία περίπου ώρα.

της Αλέκας Κυφιώτη

Πηγή: bostanistas.gr