

15 Απριλίου 2014

Σελινόριζα με μικρά κρεμμυδάκια αλά πολίτα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτογραφία: Γιώργος Δρακόπουλος
Food Styling: Tina Webb

- Μερίδες : 6
- Χρόνος προετοιμασίας : 25m
- Χρόνος ψησίματος : 60m
- Έτοιμο σε : 1:15 h

Μια εκδοχή της σελινόριζας σε μια συνταγή που δεν είναι μόνο για αγκινάρες....

Υλικά

- 2- 3 σελινόριζες (1.200γρ.) καλά καθαρισμένες και πλυμένες
- 4 καρότα καθαρισμένα
- 1 κρεμμύδι μέτριο, τριμμένο στον τρίφτη
- 4 κλαράκια σέλινο χοντροκομμένα
- 30 κρεμμυδάκια μικρά (κοκκάρι), καλά καθαρισμένα
- 1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
- 1 φλιτζάνι άνηθο ψιλοκομμένο
- χυμό από 1 λεμόνι
- αλάτι

Διαδικασία

Βήμα 1

Πρώτα ετοιμάζετε τα λαχανικά σας, τα καθαρίζετε και τα πλένετε καλά.

Βήμα 2

Κόβετε τη σελινόριζα σε χοντρές φέτες και, μετά, κάθε φέτα την κόβετε στη μέση.

Βήμα 3

Κόβετε τα καρότα σε ροδέλες.

Βήμα 4

Σε μια μεγάλη κατσαρόλα ρίχνετε το ελαιόλαδο και το ζεσταίνετε καλά. Σοτάρετε το τριμμένο κρεμμύδι μέχρι να γυαλίσει. Κατόπιν, ρίχνετε τα μικρά κρεμμυδάκια και τα φέρνετε 2-3 βόλτες.

Βήμα 5

Ρίχνετε το καρότο και τη σελινόριζα και τα ανακατεύετε καλά. Τέλος, ρίχνετε το φιλοκομμένο σέλινο. Συμπληρώνετε νεράκι ίσα ίσα να σκεπαστούν τα υλικά, αλατίζετε και τα αφήνετε να πάρουν βράση. Σκεπάζετε την κατσαρόλα και αφήνετε το φαγητό να μαγειρευτεί καλά για 45 λεπτά έως 1 ώρα μέχρι να μαγειρευτούν τα λαχανικά χωρίς να λιώσουν.

Βήμα 6

Λίγο πριν αποσύρετε από τη φωτιά, ρίχνετε μέσα τον άνηθο και το χυμό λεμονιού. Ανακατεύετε καλά και σερβίρετε. Σερβίρετε το φαγητό είτε ζεστό είτε σε θερμοκρασία περιβάλλοντος.

Σημείωση: Συνήθως τις αγκινάρες μαγειρεύουμε αλα πολίτα, ή ντομάτα δηλαδή, μόνο με λεμονάκι και μια απλή σαλτσούλα από το λάδι του φαγητού και το λεμόνι. Καμιά φορά τη δένουν με λίγο κορν φλάουρ διαλυμένο σε λίγο νερό.

Συνταγή: *Ηλίας Μαμαλάκης*

Πηγή: olivemagazine.gr