10 Ιουνίου 2014

Τάρτα με τσουκνίδα και μυρώνια

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Τάρτα με τσουκνίδα και μυρώνια
Φωτογραφία: Παναγιώτης Μπελτζινίτης, εκτέλεση συνταγής-food styling: Στέλιος Μαστοράκος

Φορέστε γάντια κουζίνας για να καθαρίσετε και να πλύνετε την τσουκνίδα και μη σας απασχολούν τα αγκαθάκια της, διότι θα εξαφανιστούν κατά το μαγείρεμα

Στον κάδο του μίξερ ρίχνω 100 γρ. γιαούρτι, 100 γρ. βούτυρο και 200 γρ. αλεύρι σκληρό και χτυπάω τα υλικά με τον γάντζο, μέχρις ότου σχηματιστεί μια λεία και μαλακή ζύμη. Την αφήνω σκεπασμένη να «ξεκουραστεί», για περίπου 30 λεπτά. Σε ένα μεγάλο τηγάνι με ελάχιστο έ.π. ελαιόλαδο, σε μέτρια φωτιά, σοτάρω 1 κρεμμύδι, ψιλοκομμένο, και προσθέτω 3 ματσάκια τσουκνίδα και 5 ματσάκια μυρώνια, καλά πλυμένα και χονδροκομμένα. Ρίχνω 2 ντομάτες, κομμένες σε κυβάκια, και συνεχίζω το σοτάρισμα για λίγα λεπτά ακόμη, ώσπου να μαραθούν τα υλικά.

Προσθέτω 500 ml γάλα και αφήνω το φαγητό να πάρει μία ακόμη βράση, προτού το αποσύρω από τη φωτιά. Αφήνω να κρυώσει. Τότε ανακατεύω 3 αβγά, χτυπημένα, με 100 γρ. κασέρι τριμμένο, αλάτι και πιπέρι και περιχύνω τα χόρτα.

Με τη βοήθεια του πλάστη ανοίγω τη ζύμη σε χονδρό φύλλο. Βουτυρώνω μια φόρμα για τάρτες και το απλώνω ομοιόμορφα. Κάνω με το πιρούνι τρύπες στη ζύμη, τη σκεπάζω με μια λαδόκολλα και σκορπάω επάνω ξερά φασόλια για να μη φουσκώσει. Την ψήνω στον φούρνο, στους 180°C, για 10 λεπτά. Τη βγάζω από τον φούρνο, αφαιρώ τη λαδόκολλα και τα όσπρια και απλώνω το μείγμα με τα χόρτα ομοιόμορφα. Ψήνω στους 180°C για περίπου 30 λεπτά, ώσπου να «δέσει» η γέμιση (υλικά για 1 ταρτιέρα διαμέτρου 28 εκ.).

*Δημοσιεύθηκε στο ΒΗΜΑ GOURMET

Πηγή: tovima.gr