24 Δεκεμβρίου 2014

Γιορτινά: η γαλοπούλα και οι παραλλαγές της

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Photo: marthastewart.com

των Αγλαΐας Κρεμέζη, Κώστα Μωραΐτη

Γαλοπούλα σε διάφορες εκδοχές, που ελπίζω πως θα σας βοηθήσουν να παρουσιάσετε ένα κλασικό τραπέζι με κάποιες ενδιαφέρουσες παραλλαγές. Η προετοιμασία του μεγάλου πουλερικού σε «μπάνιο» με αλατόνερο, σόγια και μυρωδικά θα κάνει νόστιμο και ζουμερό το κρέας ακόμα και της πιο άνοστης κατεψυγμένης γαλοπούλας. Αν θέλετε να ετοιμάσετε ταχύτερα το φαγητό, μια και τα γεμιστά πουλερικά θέλουν επιπλέον χρόνο για να ψηθούν, διαλέξτε τη γέμιση που προτιμάτε και ψήστε την χωριστά σε πήλινο. Όσο για τα συνοδευτικά, φτιάξτε μια καλή σαλάτα με γλυκά και πικρά χορταρικά και δώστε χρώμα στον πουρέ ανακατώνοντας μαζί πατάτες με κόκκινη κολοκύθα ή καρότα.
Το μαρινάρισμα της γαλοπούλας για μια νύχτα ή για 1-2 μέρες σε αλατόνερο με ζάχαρη και μυρωδικά, κάνει το κρέας νόστιμο και ζουμερό με κριτσανιστή πέτσα. Σας χρειάζεται ένας μικρός κουβάς, μια λεκάνη ή μια γερή πλαστική σακούλα ειδική για φαγώσιμα, που θα χωράει τη γαλοπούλα χωρίς να αφήνει πολύ χώρο γύρω.

Photo: marysbites.com

5 λίτρα σαλαμούρα για γαλοπούλα 6-7 κιλά
½ φλιτζάνι ζάχαρη
½ φλιτζάνι αλάτι
½ φλιτζάνι χοντροσπασμένο μαύρο πιπέρι
1 κουτ. σούπας θυμάρι ή θρούμπι
12 γαρύφαλλα
12 κόκκους μπαχάρι, χοντροσπασμένους
4 φύλλα δάφνη
νερό
3 κ. σούπας σάλτσα σόγια
Βάλτε σε κατσαρόλα τη ζάχαρη, το αλάτι και τα μυρωδικά, προσθέστε 1 λίτρο νερό και σιγοβράστε για 5 λεπτά. Αδειάστε το περιεχόμενο της κατσαρόλας σε 4½ λίτρα κρύο νερό, προσθέστε τη σάλτσα σόγια και αφήστε το μίγμα να κρυώσει τελείως προτού να βάλετε μέσα τη γαλοπούλα. Προσοχή – αν χρησιμοποιείτε γαλοπούλα κατεψυγμένη θα πρέπει να την έχετε ξεπαγώσει προηγούμενα, ακολουθώντας με τις οδηγίες της συσκευασίας. Βάλτε πάνω στη γαλοπούλα ένα πιάτο ή το καπάκι μιας κατσαρόλας και ένα βάρος (μια καθαρή πέτρα, κονσέρβες κλπ) για να κρατούν το πουλερικό βυθισμένο στη σαλαμούρα. Σκεπάστε με αλουμινόχαρτο τη λεκάνη ή κλείστε τη σακούλα και αφήστε τη γαλοπούλα να μαριναριστεί μια νύχτα σε δροσερό μέρος, πχ. σε ανήλιαγο μπαλκόνι, ή μέχρι 3

μέρες στο ψυγείο.
Προτού να ψήσετε τη γαλοπούλα, πρέπει να την ξεπλύνετε με τρεχούμενο νερό και να την σκουπίστε με χαρτί κουζίνας, μέσα και έξω.

Ψήστε την με ή χωρίς γέμιση, όπως συνηθίζετε.

Photo: abeautifulbite.com

Γαλοπούλα με γλάσο σταφύλι, μέλι, λεμόνι και δεντρολίβανο
Είναι καλύτερα να έχετε βάλει προηγούμενα τη γαλοπούλα στη σαλαμούρα.

Για 6-8 άτομα

1 γαλοπούλα, κατά προτίμηση ελεύθερης βοσκής, γύρω 6-7 κιλά
Για το γλάσο

1 φλιτζάνι χυμό από σταφύλια (λιώστε σταφύλια στο μπλέντερ και αν έχουν κουκούτσια σουρώστε τον χυμό)
¼ φλιτζανιού ελαιόλαδο
¼ φλιτζανιού μπράντι
1 κουτ. σούπας μέλι
2 κουτ. σούπας βαλσαμικό ξύδι
4 κουτ. σούπας χυμό λεμόνι
2 κ. σούπας φρέσκα φυλλαράκια δεντρολίβανο ψιλοκομμένα ή 1 κ. σούπας ξερά

αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι
1 φλιτζάνι λευκό κρασί, ή περισσότερο, όσο χρειαστεί
2 κ. σούπας σάλτσα σόγια
τσαμπιά σταφύλι και κλαδιά δεντρολίβανο, για να στολίσετε
Προθερμάνετε το φούρνο στους 180 βαθμούς. Ανακατώστε ½ φλιτζάνι χυμό σταφύλι με το λάδι, το μπράντι, το μέλι, το βαλσαμικό ξύδι, το μισό λεμόνι και το δεντρολίβανο για να κάνετε το γλάσο.

Βάλτε τη γαλοπούλα σε ταψί, αλείψτε την με το μισό γλάσο, βάλτε της μπόλικο αλάτι και πιπέρι, μέσα και έξω, και γυρίστε την με το στήθος προς τα κάτω. Ψήστε τη 1½ ώρα. Βγάλτε από το φούρνο, γυρίστε την με το στήθος επάνω, αλείψτε ξανά με γλάσο και ψήστε 1 ώρα ακόμη, περιχύνοντας ενδιάμεσα με τους χυμούς από το ταψί. Αν χρειάζεται, προσθέστε κρασί στο ταψί. Βγάλτε τη από το φούρνο και ανεβάστε τη θερμοκρασία στους 220 βαθμούς.

Στο μπολ με όσο γλάσο έχει μείνει, προσθέστε τον υπόλοιπο χυμό σταφύλι, τη σόγια και το υπόλοιπο λεμόνι και με το μίγμα αυτό αλείψτε τη γαλοπούλα και πασπαλίστε με κάμποσο πιπέρι. Ψήστε όσο χρειάζεται, 30-40 λεπτά περίπου, αλείφοντας κάθε 10 λεπτά με γλάσο και με το ζουμί από το ταψί.

Αφήστε την ψημένη γαλοπούλα έξω από το φούρνο, σκεπασμένη με διπλό αλουμινόχαρτο για 15 λεπτά. Τοποθετήστε σε ζεσταμένη πιατέλα στολίζοντας με σταφύλι και κλαδιά δεντρολίβανο και μεταφέρετε στο τραπέζι για να την κόψετε.
Γαλοπούλα γεμιστή μεσογειακή
Μπορείτε και να ψήσετε χωριστά τη γέμιση, όπως περιγράφεται στην επόμενη συνταγή. Έτσι η γαλοπούλα θα ψηθεί σε 3 ώρες περίπου.

Για 12 άτομα

μια γαλοπούλα ελεύθερης βοσκής 6-7 κιλά
10-12 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένο
½ φλιτζάνι ελαιόλαδο
½ φλιτζάνι Μαυροδάφνη
¼ φλιτζανιού μηλόξιδο
1 ½ κουτ. σούπας ρίγανη
φρεσκοτριμμένο πιπέρι
Γέμιση:

1 φλιτζάνι κρεμμύδι ψιλοκομμένο
½ φλιτζάνι ελαιόλαδο
¾ κιλού κιμά, άπαχο

2-3 συκωτάκια κότας ή της γαλοπούλας
½ – 1 φλιτζάνι μαύρο ξερό κρασί
½ φλιτζάνι χοντροκομμένα αμύγδαλα
½ φλιτζάνι ξυσμένα καρότα
½ φλιτζάνι πλιγούρι
2 φύλλα δάφνης
½ φλιτζάνι πράσινες ελιές, χωρίς κουκούτσι, χοντροκομμένες
4 κουτ. σούπας κάππαρη ξεπλυμένη καλά
1 φλιτζάνι δαμάσκηνα, χωρίς κουκούτσι, χοντροκομμένα
4 ξερά σύκα χοντροκομμένα
μπόλικο φρεσκοτριμμένο πιπέρι και αλάτι
Μια μέρα πριν, ή το προηγούμενο βράδυ, ανακατώστε το σκόρδο με το λάδι, το κρασί, το ξύδι, τη ρίγανη και μπόλικο πιπέρι. Με το μίγμα αλείψτε τη γαλοπούλα μέσα και έξω, ανασηκώνοντας προσεκτικά την πέτσα κυρίως στο στήθος και βάζοντας μαρινάδα και από κάτω. Σκεπάστε και αφήστε στο ψυγείο.

Ετοιμάστε τη γέμιση: σοτάροντας το κρεμμύδι στο λάδι και προσθέτοντας τον κιμά και τα συκωτάκια. Σβήστε με 1 φλιτζάνι κρασί, προσθέστε τα αμύγδαλα, τα καρότα, το πλιγούρι, τη δάφνη και το υπόλοιπο κρασί. Σιγοβράστε για 2-3 λεπτά προσθέτοντας λίγο νερό, αν η γέμιση είναι πολύ ξερή. Κατεβάστε από τη φωτιά, πετάξτε τη δάφνη και προσθέστε τις ελιές, την κάππαρη, τα δαμάσκηνα και τα σύκα. Βάλτε μπόλικο πιπέρι και δοκιμάστε για να βάλετε αλάτι, αν χρειάζεται (οι ελιές και η κάπαρη συνήθως δίνουν όση αλμύρα χρειάζεται).

Προθερμάνετε τον φούρνο στους 250 βαθμούς. Γεμίστε τη γαλοπούλα, κλείστε το άνοιγμά της, τοποθετήστε την στο φούρνο και ψήστε για 30 λεπτά. Χαμηλώσετε στους 160 βαθμούς και συνεχίστε για 3 1/2 – 4 ώρες, περιχύνοντας κάθε 10-15 λεπτά με τους χυμούς του ταψιού.

Photo: foodnetwork.com

Γέμιση με λουκάνικο, μήλα, φιστίκια και γλυκό κρασί
Προτείνω να ψήσετε τη γέμιση χωριστά από τη γαλοπούλα, σε πήλινο σκεύος με καπάκι. Ετοιμάστε την μια μέρα πριν.

Για 10-12 μερίδες

2/3 φλιτζανιού ελαιόλαδο
2 ½ φλιτζάνια κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
3 ξινόμηλα με το φλούδι κομμένα σε κομμάτια (με βγαλμένα κουκούτσια)
½ κιλό πικάντικο λουκάνικο
συκώτι και εντόσθια της γαλοπούλας ή 200 γραμ. συκωτάκια πουλιών ψιλοκομμένα
1 φλιτζάνι κρασί Σαμιώτικο (γλυκό)
3 φλιτζάνια μαύρο ψωμί (πολύσπορο) κομμένο σε μικρά κυβάκια και ξεραμένο σε χαμηλό φούρνο
3 φλιτζάνια θρυμματισμένα κριθαρένια παξιμάδια
2 κουτ. γλυκού θυμάρι
1 κουτ. γλυκού ρίγανη
1 μεγάλο μάτσο μαϊντανό, ψιλοκομμένο
αλάτι και μπόλικο φρεσκοτριμμένο πιπέρι
1 ½ φλιτζάνι καθαρισμένα φιστίκια Αιγίνης (χωρίς αλάτι), χοντροκοπανισμένα
Σε μεγάλο τηγάνι ζεστάνετε το μισό λάδι και σοτάρετε τα κρεμμύδια μέχρι να

μαλακώσουν – περίπου 20 λεπτά. Βγάλτε τα με τρυπητή κουτάλα και αφήστε τα σε μεγάλη γαβάθα. Προσθέστε και το υπόλοιπο λάδι και σοτάρετε τα μήλα σε δυνατή φωτιά, ανακατώνοντας συχνά, μέχρι να ροδίσουν. Μην τα αφήσετε να λιώσουν. Βγάλτε και αυτά με τρυπητή κουτάλα και βάλτε τα στη γαβάθα με τα κρεμμύδια.

Προθερμάνετε τον φούρνο στους 170 βαθμούς. Βγάλτε το περίβλημα και λιώστε το λουκάνικο. Τηγανίστε το στο λάδι μέχρι να βγάλει το λίπος του. Μεταφέρετε με τρυπητή κουτάλα στη γαβάθα και τηγανίστε στο λίπος τα συκωτάκια, μέχρι να σφίξουν. Σβήστε με το κρασί και βράστε 1 λεπτό. Αδειάστε το περιεχόμενο του τηγανιού στη γαβάθα, προσθέστε το ψωμί και το παξιμάδι, βάλτε το θυμάρι, τη ρίγανη, το μαϊντανό, μπόλικο αλάτι και πιπέρι. Ανακατώστε και προσθέστε τα φιστίκια. Δοκιμάστε και διορθώστε τη γεύση.

Βάλτε τη γέμιση σε βαθύ πήλινο δοχείο, σκεπάστε με αλουμινόχαρτο και το καπάκι και τοποθετήστε το σε μεγαλύτερο ταψί. Βάλτε τα ταψιά στον προθερμασμένο φούρνο και αδειάστε βραστό νερό στο μεγαλύτερο ταψί, να φτάνει στα μισά του πήλινου με τη γέμιση. Ψήστε για 45 λεπτά, σβήστε τον φούρνο και αφήστε μέσα τη γέμιση ακόμα 10 λεπτά.

Αν θέλετε ετοιμάστε τη γέμιση μια-δυο μέρες πριν και διατηρήστε την στο ψυγείο όταν κρυώσει. Ζεστάνετε 25 λεπτά περίπου σε φούρνο προθερμασμένο στους 200 βαθμούς

Πηγή: bostanistas.gr