28 Σεπτεμβρίου 2015

Μελιτζάνες παπουτσάκια

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

- **Προετοιμασία:** 1 ώρα
- **Αναμονή:** 20 λεπτά
- **Μαγείρεμα:** 1 ώρα και 30 λεπτά
- **Μερίδες:** 6
- **Δυσκολία:** δύσκολο
-

Υλικά

- μελιτζάνες φλάσκες: 6 μεγάλες
- κιμάς μοσχαρίσιος: 400 γρ.
- ελαιόλαδο: 2/3 του φλιτζανιού του τσαγιού και λίγο ακόμα για το ταψί
- κεφαλοτύρι: 350 γρ., τριμμένο σε λεπτό τρίφτη
- κρεμμύδι: 1 ψιλοκομμένο
- σκόρδο: 3 σκελίδες, ψιλοκομμένες
- μαϊντανός: 2-3 κουταλιές της σούπας, ψιλοκομμένος
- μπεσαμέλ: 2 φλιτζάνια του τσαγιού, έτοιμη ή σπιτική
- ντομάτες: 2 ώριμες, σφιχτές
- αλάτι: λίγο

- πιπέρι: φρεσκοτριμμένο
- ζάχαρη: λίγη (προαιρετικά)
- λίγο νερό

Εκτέλεση

1. Χαράζετε τις μελιτζάνες και αφαιρείτε αρκετή από τη σάρκα τους. Πασπαλίζετε τη σάρκα της μελιτζάνας με αλάτι και την αφήνετε σε σουρωτήρι για 20’ να ξεπικρίσει. Την ξεπλένετε και τη στραγγίζετε καλά.
2. Στο μεταξύ ζεσταίνετε ½ φλιτζάνι του τσαγιού λάδι και τηγανίζετε τις άδειες μελιτζάνες. Τις στραγγίζετε σε απορροφητικό χαρτί.
3. Ετοιμάζετε το μείγμα του κιμά ως εξής: Ζεσταίνετε το υπόλοιπο λάδι και σοτάρετε τον κιμά μαζί με τη σάρκα της μελιτζάνας, το σκόρδο και το κρεμμύδι.
4. Ξεφλουδίζετε τις ντομάτες και τις ψιλοκόβετε, αφού αφαιρέσετε τους σπόρους και τα υγρά τους. Τις ρίχνετε στον κιμά μαζί με αλατοπίπερο και λίγη ζάχαρη (προαιρετικά) και σιγοβράζετε για 30’ – 35’, μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά. Προσθέτετε το μαϊντανό και το μισό κεφαλοτύρι.
5. Ετοιμάζετε την μπεσαμέλ **(αν φτιάξετε σπιτική, πατήστε εδώ για τη συνταγή)** και προσθέτετε λίγο κεφαλοτύρι. Τοποθετείτε τις άδειες μελιτζάνες σε ταψί. Τις γεμίζετε με μια καλή στρώση από τον κιμά και από πάνω βάζετε μερικές κουταλιές της σούπας από το μείγμα της μπεσαμέλ. Πασπαλίζετε με το υπόλοιπο κεφαλοτύρι. Προσθέτετε λίγο ελαιόλαδο και λίγο νερό και ψήνετε τα παπουτσάκια στους 200 °C για 40’ – 45’. Τα σερβίρετε μόλις κρυώσουν.

Συμβουλή

Μερακλίδικο και μπελαλίδικο φαγητό που χρειάζεται εμπειρία και μεράκι, αλλά που θα σας αποζημιώσει με τη νοστιμιά και την εμφάνισή του. Να διαλέξετε μελιτζάνες χοντρούλες, χωρίς χτυπήματα, για να μην ταλαιπωρηθείτε στο γέμισμα.

Mix & Match

Παρόλο που τα ερυθρά κρασιά τα προτιμάμε το χειμώνα και συνήθως δεν σερβίρονται δροσερά, σε τούτη την περίπτωση θα κάνουμε μια εξαίρεση, γιατί τα παπουτσάκια θέλουν πλάι τους ένα γεμάτο κόκκινο κρασί, με βελούδινο στόμα και

πικάντικα αρώματα: ένα μέτριας παλαίωσης Merlot, περασμένο για λίγο από το ψυγείο, ίσα ίσα για να δροσίσει αλλά όχι να παγώσει.

Πηγή: icookgreek.com