

26 Ιουλίου 2016

Λαχανοντολμάδες με καραβίδα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

image not found or type unknown



[λαχανοντολμαδεςκαραβιδα_3ccccc63e4766619ff6d58c3bef8fc52](#)

Προετοιμασία: 1 ώρα

Μαγείρεμα: 40 λεπτά

Μερίδες: 4

Δυσκολία: δύσκολο

Υλικά συνταγής

ζωμό από τις καραβίδες: 1 λίτρο

λάχανο: 1 μεγάλο

καραβιδάκι μικρό: 1 κιλό φρέσκο, καθαρισμένο (κρατάμε τα κελύφη για ζωμό)

φρέσκα κρεμμύδια: 3

καυκαλήθρες: 1 ματσάκι ψιλοκομμένες

πράσο: 1 ψιλοκομμένο

άνηθο: 1/2 ματσάκι ψιλοκομμένο

ελαιόλαδο: 250 ml

αλάτι: λίγο

πιπέρι: φρεσκοτριμμένο

Υλικά για το ζωμό καραβίδας

κρεμμύδια ξερά: 2 ψιλοκομμένα

ελαιόλαδο: 50 ml

τα κελύφη από τις καραβίδες

νερό: 1 λίτρο

Υλικά για τη σάλτσα

ελαιόλαδο: 30 ml

κάρι: ½ κουταλιά της σούπας

κιτρινόριζα: 1 κουταλιά της σούπας

γάλα: 200 ml

αλάτι: λίγο

πιπέρι: φρεσκοτριμμένο

λεμόνι: 1, το χυμό του
κορν φλάουρ: λίγο για το δέσιμο της σάλτσας
Εκτέλεση συνταγής

Ετοιμάζετε το ζωμό караβίδας ως εξής: Ρίχνετε σε μια κατσαρόλα το ελαιόλαδο μαζί με το κρεμμύδι και σοτάρετε μέχρι να μαλακώσει. Ρίχνετε τα κελύφη από τις караβίδες και σοτάρετε σε δυνατή φωτιά πιέζοντάς τα για να βγάλουν το ζουμί τους. Προσθέτετε το νερό και αφήνετε να βράσουν για 20 λεπτά.

Κόβετε τη βάση του λάχανου και αφαιρείτε το σκληρό κομμάτι του. Σε κατσαρόλα με αλατισμένο νερό που κοχλάζει τοποθετείτε το λάχανο με την κομμένη πλευρά προς τα κάτω και ζεματίζετε για 6-7 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν τα φύλλα. Στραγγίζετε αμέσως και ξεπλένετε το λάχανο με κρύο νερό. Διαλέγετε 16 όμορφα φύλλα, καθαρά, χωρίς «νεύρα» και χοντρά κομμάτια.

Ετοιμάζετε τη γέμιση ως εξής: Ρίχνετε σε μια κατσαρόλα το ελαιόλαδο και σοτάρετε το κρεμμύδι μαζί με το πράσο μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτετε το караβιδάκι, τις καυκαλήθρες, τον άνηθο, αλάτι, πιπέρι, σοτάρετε για 3 λεπτά και αποσύρετε από τη φωτιά. Με το λάχανο και τη γέμιση φτιάχνετε 16 ντολμάδες. Τους τοποθετείτε σε κατσαρόλα, αφού πρώτα έχετε στρώσει στον πάτο της το υπόλοιπο λάχανο που δεν έχετε χρησιμοποιήσει. Σκεπάζετε τους ντολμάδες με ένα μικρότερο καπάκι ή πιάτο πυρίμαχο και βάζετε από πάνω ένα βάρος.

Προσθέτετε ζωμό караβίδας, ώστε να τους σκεπάσει και τους βράζετε σε χαμηλή φωτιά για 12-15 λεπτά. Μόλις είναι έτοιμοι, αδειάζετε το ζωμό караβίδας από την κατσαρόλα με τους ντολμάδες σε άλλη μικρή κατσαρολίτσα, προσθέτετε το ελαιόλαδο, το κάρι, την κιτρινόριζα, αλάτι, πιπέρι, το γάλα, το χυμό λεμονιού και ανακατεύετε καλά με ένα σύρμα, ώστε να διαλυθούν όλα τα υλικά.

Μόλις βράσει η σάλτσα, δένετε ελαφρά με κορν φλάουρ. Σερβίρετε τους ντολμάδες με τη σάλτσα τους και ραντίζετε με μερικές σταγόνες ελαιόλαδο.

Πηγή: icookgreek.com