

## «Κοές της κατασκόλας»



Jennifer Eremeeva

Η επιστροφή μας παλιάς ρωσικής συνταγής.

Μια σταθερή αξία στην κλασική ρωσική κουζίνα είναι το αργό μαγείρεμα- μία τάση που επιστρέφει με ιδιαίτερο ενθουσιασμό μεταξύ των Αγγλο-Αμερικανίδων νοικοκυρών, χάρις κυρίως στην εξοικονόμηση χρόνου: Βάζεις τα υλικά στην κουζίνα σε χαμηλή θερμοκρασία και ρυθμίζεις τον χρονοδιακόπτη για πέντε ώρες και ...το οικογενειακό δείπνο είναι έτοιμο! Έτσι, έχεις όλη την ημέρα δική σου.

Αυτό το είδος της γαστρονομικής μαγείας το έπαιρναν πολύ σοβαρά οι αγροτικοί πληθυσμοί της προεπαναστατικής Ρωσίας, ενώ οι ρίζες του φθάνουν πολύ πίσω στους παγανιστικούς χρόνους. Οι παγανιστές Σλάβοι, πίστευαν ότι η φωτιά και το νερό είναι ισχυρές θεότητες και ο συνδυασμός τους αποτελεί ένα πολύ δυνατό στοιχείο. Η μαγειρική η οποία αποδεικνύει με τον καλύτερο τρόπο τη δυναμική αυτού του συνδυασμού πραγματοποιήθηκε μέσω της πανταχού παρούσας ρωσικής σόμπας, της περίφημης «πέτσκας»

### **Τα νοστιμότερα φαγητά γίνονται στις ρωσικές σόμπες**

Οι ρωσικές σόμπες φτιάχνονταν από πηλό και καλύπτονταν από κεραμικά πλακάκια ή πλακάκια από πηλό, χτίζονταν στη γωνιά του κάθε αγροτόσπιτου, καλύπτοντας τουλάχιστον το 1/5 της επιφάνειας του σπιτιού. Αυτή η πολύ αποδοτική ενεργειακά μονάδα δεν θέρμαινε απλά το σπίτι ή ήταν ο χώρος που γύρω από αυτόν κοιμόταν τα μικρά παιδιά και οι ηλικιωμένοι της οικογένειας, αλλά

λειτουργούσε και ως μια πολύ αποτελεσματική συσκευή για την παρασκευή της τροφής. Η ρωσική σόμπα παρήγαγε μια ξηρή θερμότητα σε σταθερή θερμοκρασία, καλύπτοντας παράλληλα τις φλόγες της φωτιάς ώστε να μην καίγονται ή καψαλίζονται τα υλικά προς μαγείρεμα. Στην σόμπα ψήνονταν το ζυμωτό ψωμί, αποξηραίνονταν τα βότανα, βράζονταν οι σούπες, καθώς επίσης και τα βασικά σιτηρά όπως η βρώμη και το φαγόπυρο ή μαύρο σιτάρι.

### **Τάιζαν και τους καλικάντζαρους**

Η *πέτσκα* ήταν κάτι περισσότερο από τον αποτελεσματικό φούρνο ή την κουζίνα μαγειρέματος, ήταν η καρδιά της οικογενειακής κατοικίας. Το κτίσιμο της σόμπας αποτελούσε ένα χαρούμενο κοινοτικό γεγονός, κάτι παρόμοιο με την επέκταση του αχυρώνα όπου ακολουθούσε μια τρελή γιορτή. Αμέσως μόλις τελείωνε η κατασκευή της, τοποθετούσαν μέσα στη σόμπα ένα πιάτο με δημητριακά για να ταΐσουν τους «καλικάντζαρους», ή κάποιο ιδιότροπο πνεύμα του σπιτιού, που θεωρούνταν ότι υπήρχε στο κάθε σπίτι και το οποίο ήταν ικανό να προκαλέσει αναστάτωση και χάος εάν δεν κατευναστεί με μικρές προσφορές και πονηρά κόλπα.

Κατά τη διάρκεια του μακρύ χειμώνα και της απραξίας, οι ενήλικες άνδρες αποκοιμιόντουσαν για πολλές ώρες γύρω από αυτή, και συχνά πάνω στη σόμπα. Η ρώσικη λέξη για τον τεμπέλη είναι «πετσουσνικ», μία σαφής αναφορά για αυτόν που αποκοιμιέται πάνω στη σόμπα. Οι χειμωνιάτικοι ύπνοι θα μπορούσαν να διακοπούν μόνο για να απολαύσεις ένα πλούσιο καλοβρασμένο φαγητό με κρέας και λαχανικά μαγειρεμένο ακριβώς από κάτω, σε έναν από τους φούρνους της σόμπας.

Το κλασικό ρωσικό βραστό αποκαλούνταν απλά «κρέας της κατσαρόλας» και η προετοιμασία του παραπέμπει πίσω στις εποχές της «πέτσκα»: Κρέας και λαχανικά τοποθετημένα σε στρώσεις μέσα σε πήλινα αγγεία μιας μερίδας, σκεπασμένα και ψημένα σε ζεστό φούρνο όπως ακριβώς γινόταν κατά τον 18 αιώνα στην επαρχία.

### **Το «έγκλημα» της μαγιονέζας**

Η έλευση του ηλεκτρισμού και του φυσικού αερίου δεν έκαναν και πολύ δημοφιλές το «κρέας της κατσαρόλας», το οποίο πάντως εξακολουθεί να κατέχει εξέχουσα θέση και στο μενού των ημερών μας. Αν και το βραστό είναι πλούσιο και πλήρες, το βρίσκω πολύ συχνά αρκετά νερουλό χωρίς γεύση και υφή.

Η ρωσική μανία να τοποθετούν ένα παχύ στρώμα μαγιονέζας από πάνω από το φαγητό είναι μια ατυχής προσπάθεια να διορθωθούν ελαττώματα. Είχα υποβιβάσει το «κρέας της κατσαρόλας» στο επίπεδο της μαγειρικής χαμηλών θερμοκρασιών, μέχρι το προηγούμενο Σαββατοκύριακο. Καθώς έπεφτε το χιόνι και ο σύζυγός μου

«τεμπέλιαζε» μπροστά από την τηλεόραση επίπεδης οθόνης, ανακάλυψα τα βασικά συστατικά για την εν λόγω συνταγή. Επειδή μου αρέσουν οι γαστρονομικές προκλήσεις ξεκίνησα να ψάχνω το πώς θα μπορούσα κάνω πιο εύγευστο αυτό το κλασικό ρωσικό πιάτο. Μία μικρή έρευνα στη «βίβλο των γεύσεων», ένα ψάξιμο στο ράφι με τα μπαχαρικά, και λίγα κόλπα στην προετοιμασία των συστατικών και το αποτέλεσμα είναι τόσο νόστιμο, ώστε να κατευνάσει ακόμη και τους καλικάτζαρους που παραμονεύουν στην κουζίνα σας.

### **«Κρέας στην κατσαρόλας»**

Προετοιμασία: Τέσσερα πηλίνα δοχεία για τέσσερις μερίδες, ή μια κατσαρόλα των 2-3 λίτρων.

600 γραμμάρια άπαχο αρνί ή μοσχάρι κομμένο σε κύβους του ενάμιση εκατοστού.

450 γραμμάρια κόκκινες πατάτες(αν δεν βρείτε κόκκινες δεν πειράζει), αποφλοιωμένες, κομμένες σε κύβους του ενάμιση εκατοστού

3 μεγάλα καρότα, ξεφλουδισμένα και κομμένα σε κύβους του ενάμιση εκατοστού

1 μεγάλη μελιτζάνα, κομμένη σε κύβους του ενάμιση εκατοστού

1 μεγάλο κόκκινο κρεμμύδι σχεδόν ψιλοκομμένο

400 γραμμάρια ντοματίνια ξεφλουδισμένα και ψιλοκομμένα ( ή έτοιμα σε κονσέρβα)

1 φλιτζάνι ζωμό από κρέας ή κόκκινο κρασί, ή συνδυασμό και των δύο

Αλεύρι για την βυθοκόρηση του κρέατος

Τρία φιλέτα αντσούγιας

Μία κουταλιά της σούπας ξύσμα πορτοκαλιού.

5 κύβους σκόρδο, ξεφλουδισμένους και λιωμένους

1/3 του φλιτζανιού ψιλοκομμένο φρέσκο μαϊντανό

1 κλαδάκι φρέσκο δενδρολίβανο

3 κλωναράκια φρέσκο θυμάρι

2 κουταλιές της σούπας ντοματοπελτέ

3 κουταλιές της σούπας χοντρό αλάτι

2 κουταλάκια του γλυκού κομμένο μαύρο πιπέρι

Φυτικό έλαιο

Βούτυρο

### **Οδηγίες:**

1. Πασπαλίστε τους κύβους μελιτζάνας με μια χούφτα αλάτι, και βάλτε τους σε ένα σουρωτήρι, και αφήστε τα σε μια άκρη σε θερμοκρασία δωματίου, για 45 λεπτά. Στη συνέχεια, ξεπλένετε λίγο τους κύβους σε κρύο νερό και τους στεγνώνετε σε ένα απορροφητικό χαρτί. Τακτοποιήστε τις μελιτζάνες σε ένα πιάτο, καλύψτε το με ένα κομμάτι χαρτί κουζίνας και βάλτε το για 1 λεπτό στην υψηλότερη ρύθμιση του φούρνου μικροκυμάτων. Αφήστε το στην άκρη.
2. Προθερμάνετε τον φούρνο στους 180 βαθμούς και ρυθμίστε τη σκάρα του φούρνου στο μεσαίο επίπεδο.
3. Στεγνώστε τους κύβους κρέατος με ένα απορροφητικό χαρτί και πασπαλίστε τους με το αλεύρι. Ρίξτε λίγο ελαιόλαδο σε ένα τηγάνι με βαθύ πάτο και όταν λαμπυρίσει σωτάρετε το κρέας από όλες του πλευρές. Βάλτε το στην άκρη.
4. Λιώστε σε ένα μπολ με το πίσω μέρος ενός πιρουνιού τις αντσούγιες και κατόπιν βάλτε τες σε ξύλο κοπής. Προσθέστε τις λιωμένες σκελίδες σκόρδο, αλάτι kosher, θυμάρι, δενδρολίβανο, το μαϊντανό, το ξύσμα πορτοκαλιού και μαύρο πιπέρι. Χρησιμοποιείστε ένα μαχαίρι κουζίνας για κόψιμο και ξύσιμο σε συνδυασμό και τις δύο πλευρές του μαχαιριού, μέχρι το μίγμα να γίνει πάστα. Αφήστε το στην άκρη.
5. Βάλτε τις ντομάτες, τον πελτέ ντομάτας, και το ζωμό ή το κρασί σε ένα μπλέντερ μέχρι να μαλακώσει το μίγμα.
6. Ετοιμάστε τα πήλινα αγγεία ή την κατσαρόλα: αλείψτε ελαφρά με βούτυρο το εσωτερικό των πήλινων ή την κατσαρόλα. Τακτοποιείστε το κρέας στο κατώτερο στρώμα και ρίξτε από πάνω περίπου το ένα τέταρτο από το σκόρδο/ τα βότανα/ και την πάστα από αντσούγιες. Απλώστε από πάνω τα λαχανικά.: πατάτες, καρότα, μελιτζάνες, προσθέτοντας το ένα τέταρτο της πάστας πάνω από κάθε στρώμα.

7. Περιχύνουμε την ντομάτα/ μείγμα του ζωμού στα πήλινα ή την κατσαρόλα, μέχρι να καλυφθεί το μίγμα.

8. Μαγειρέψτε για μιάμιση ώρα και μετά δοκιμάστε τις πατάτες να δείτε αν έχουν μαλακώσει. Αν έχουν γίνει βγάλτε τα από τον φούρνο, γαρνίρετε με φρέσκο μαϊδανό και σερβίρετε με μαύρο ρωσικό ψωμί και βούτυρο.

Καλή σας όρεξη!

**Πηγή:** [rbth.gr](http://rbth.gr)