

23 Απριλίου 2020

## Γιουβαρλάκια με γιαχνερά χόρτα

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)





*photo: Βαγγελιώ Κασσαπάκη*

Τα χόρτα ήταν πολλά και αρωματικά. Οι πρόσφατες βροχές έχουν κάνει ήδη το θαύμα τους. Βαρέθηκα να καθαρίζω αλλά άξιζε τον κόπο όπως πάντα. Κάποια χρησιμοποιήθηκαν για τη χορτόπιτα της Ξανθής που φτιάχτηκε ήδη τρεις φορές, κάποια έγιναν βρουβόπιτες τηγανιού δικές μας αφού τσιγαρίστηκαν και κάποια έμειναν στην κατσαρόλα τσιγαρισμένα ελαφρά με σκοπό να καταψυχτούν για μελλοντικές χρήσεις. Ο κιμάς προοριζόταν για γιουβαρλάκια αλλά επειδή το προηγούμενο βράδυ είχα σούπα και τα κοκκινιστά τα συνηθίζω το καλοκαίρι, η ιδέα ήρθε αυτόματα. Μαγειρεύουμε αυτά τα χόρτα (πιτόχορτα τα λέμε ή γιαχνερά) με χοχλιούς, με μπακαλιάρo, με σουπιές, με κρέας. Γιατί όχι και με γιουβαρλάκια ή κεφτεδάκια; Το φαγητό πέτυχε και καθιερώθηκε!

## **Υλικά:**

- **½ κιλό κιμάς**
- **1 αυγό**
- **1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι ψιλοκομμένο**
- **½ κούπα μαϊντανό ψιλοκομμένο**
- **½ ως ¾ κούπας ρύζι (γλασέ ή καρολίνα)**
- **2 -3 κουταλιές ελαιόλαδο για τον κιμά**
- **αλάτι**
- **πιπέρι**

## **Επιπλέον:**

- **1 κιλό διάφορα χόρτα** (πρασάκια, μάραθα, καυκαλήθρες, αρχατζίκους, αγριολάπαθα, σπανάκια κλπ)
- **½ κούπα ελαιόλαδο**
- **½ κούπα κρασί**
- **1 κουτί ντοματάκια κονκασέ** (ή ανάλογη ποσότητα σπιτικής σάλτσας ή κατεψυγμένης ντομάτας)
- **αλάτι και πιπέρι**
- **προαιρετικά 2-3 μέτριες πατάτες**

## **Επί το έργο:**

Καθαρίζουμε, πλένουμε πολύ καλά τα χόρτα και τα κόβουμε (όχι πολύ μικρά, στα δύο ας πούμε). Ζυμώνουμε, όπως συνήθως, τα υλικά για τα γιουβαρλάκια και τα πλάθουμε. Σε κατσαρόλα βάζουμε το ελαιόλαδο και, όταν κάψει, τοποθετούμε τα γιουβαρλάκια. Τα γυρίζουμε να αλλάξουν χρώμα απ' όλες τις πλευρές και σβήνουμε με το κρασί. Προσθέτουμε λίγο νεράκι και αφήνουμε να βράσουν 10-15 λεπτά.

Προσθέτουμε τα χόρτα και σκεπάζουμε την κατσαρόλα. Όταν πάρουν βράση και «πέσουν», χαμηλώνουμε σε μέτρια τη θερμοκρασία και προσθέτουμε την ντομάτα και το αλατοπίπερο.

Αφήνουμε να σιγοβράζουν για 30-40 λεπτά περίπου ακόμη, μέχρι να μαλακώσουν τα χόρτα, να βράσει το ρύζι και να μελώσει η σάλτσα. Αφήνουμε να μαρουβίσουν και σερβίρουμε.

## Παρατηρήσεις:

- Δεν γράφω το είδος του κιμά γιατί μπορούμε να βάλουμε ό,τι κιμά θέλουμε. Έχω φτιάξει το φαγητό με μοσχαρίσιο κιμά και με ανάμεικτο χοιρινό-μοσχαρίσιο και ήταν εξίσου νόστιμο!
- Αν θέλουμε, μπορούμε να προσθέσουμε πατάτες μαζί με τα χόρτα.
- Τα δικά μου χόρτα είχαν τσιγαριστεί ελαφρά την πρώτη φορά που έφτιαξα το φαγητό (από την οποία είναι και οι φωτογραφίες) γιατί προοριζόταν για χορτόπιτες. Δεν έχει όμως καμιά σημασία. Και ωμά που προστέθηκαν την δεύτερη φορά, ήταν τα ίδια και καλύτερα...
- Την επόμενη φορά θα φτιάξω με αυγολέμονο αυτό το φαγητό.

\*Για επιπλέον φωτογραφίες από τα στάδια της ετοιμασίας και παρατηρήσεις δείτε το blog της Βαγγελιώς Κασσαπάκη, [Γαστρονομικός περίπλους](#)

της Βαγγελιώς Κασσαπάκη

Πηγή: [bostanistas.gr](http://bostanistas.gr)