

2 Οκτωβρίου 2016

Κοτόπουλο γιουβέτσι

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



Υλικά Συνταγής

- 1 μικρό κοτόπουλο κομμένο σε μερίδες
- 4 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1 πράσο ψιλοκομμένο
- 2 σκ. σκόρδο
- 1 καρότο τριμμένο
- 1 κ.σ. πελτέ
- 1/2 φλ. λευκό ξηρό κρασί
- 2 συσκευασίες ντομάτες ψιλοκομμένες ή 5 φρέσκες ντομάτες τριμμένες
- 3-4 κόκκους μπαχάρι
- 1 δαφνόφυλλο
- 500 γρ. κριθαράκι χοντρό
- 1/4 φλ. ελαιόλαδο
- αλάτι
- πιπέρι
- κεφαλοτύρι ή ξερή μυζήθρα για πασπάλισμα (προαιρετικά)

Εκτέλεση

Κόβουμε σε μερίδες το κοτόπουλο, το στεγνώνουμε πολύ καλά.

Σε βαθιά κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και ροδίζουμε γύρω γύρω τις μερίδες κοτόπουλο για περίπου 8'-10'. Προσθέτουμε ψιλοκομμένα τα λαχανικά, κρεμμύδι, καρότο, πράσο, σκόρδο και σοτάρουμε 3-4'.

Προσθέτουμε τον πελτέ και τρίβουμε στη βάση της κατσαρόλας να ψηθεί για 1-2' . Σβήνουμε με το κρασί, ντεγκλασάρουμε και αφήνουμε να εξατμιστεί το αλκοόλ. Προσθέτουμε τις τριμμένες ντομάτες και 1 λίτρο νερό. Προσθέτουμε τα μπαχαρικά .

Σκεπάζουμε και αφήνουμε να σιγοβράσει το κοτόπουλο μέχρι να μαλακώσει για περίπου 1 ώρα. Προς το τέλος του βρασμού, αλατοπιπερώνουμε. Σε πλαστέ κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και ρίχνουμε το κριθαράκι, ανακατεύοντας να λαδωθεί καλά. Το αδειάζουμε σε ταψί. Από πάνω βάζουμε το κοτόπουλο και περιχύνουμε με την σάλτσα το φαγητό. Η σάλτσα πρέπει να καλύπτει το κριθαράκι.

Αν έχει εξατμιστεί κατά το βρασμό, προσθέτουμε ζεστό νερό για δύο δάχτυλα πάνω από το κριθαράκι. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο αντιστάσεις (επιμένω) στους 170°C για 40'. Προς το τέλος του ψησίματος, αν θέλουμε, πασπαλίζουμε με κεφαλοτύρι ή ξερή μυζήθρα και αφήνουμε το γιουβέτσι για 10' στο φούρνο.

Το γιουβέτσι για να έχει επιτυχία και να μείνει σπυρωτό αφενός το λαδώνουμε στην αρχή, όπως αναφέρω παραπάνω και αφετέρου πρέπει όταν βγει από το φούρνο να είναι αρκετά ζουμερό.

Γι' αυτό ελέγχετε συχνά τα υγρά του ταψιού κι αν χρειάζεται συμπληρώνετε λίγο ζεστό νερό στη διάρκεια του ψησίματος.

Για νόστιμο σπυρωτό γιουβέτσι δεν χρειάζεται να μαλακώσει τελείως στο φούρνο το κριθαράκι. Το αφήνετε να σταθεί εκτός φούρνου κι αυτό συνεχίζει και ψήνεται, ρουφάει, μαλακώνει και γίνεται τόσο νόστιμο που δεν θα το πιστεύετε.

Όσο για το ψήσιμο δεν σας συνιστώ αέρα. Θα ξεράνει τα κομμάτια που είναι έξω από το ζουμάκι. Αντίθετα, η αντίσταση θα το καλοψήσει και θα το κρατήσει ζουμερό και μαλακό. Το σιγανό ψήσιμο είναι ένα μυστικό επιτυχίας για το γιουβέτσι σας .

Βάζω στοίχημα ότι μόλις διαβάσετε την συνταγή, θα πάτε τρέχοντας στην κουζίνα. Νοστιμιά κι εγγύηση!

Πηγή: argiro.gr