

2 Νοεμβρίου 2016

Σουπιές με ρεβίθια, από τη Σκύρο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Επιμέλεια ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΟΣ
Φωτογραφίες ΑΚΗΣ ΟΡΦΑΝΙΔΗΣ

Δοκιμάζοντας συμφωνήσαμε ότι ίσως είναι τα νοστιμότερα ρεβίθια που έχουμε δοκιμάσει.

Υλικά

- 1 κιλό σουπιές, καθαρισμένες και κομμένες σε μέτρια κομμάτια (περίπου 3-4 εκ.)
- 300 γρ. ρεβίθια, μουλιασμένα σε νερό για 12 ώρες από το προηγούμενο βράδυ

- 2 μέτρια ξερά κρεμμύδια, σε ψιλά καρέ
- 1 πράσο (το λευκό και τρυφερό πράσινο μέρος), ψιλοκομμένο
- 2 ώριμες ντομάτες, τριμμένες
- 1 κουτ. γλυκού ντοματοπελτές
- 1/2 μάτσο άνηθος, ψιλοκομμένος (χωρίς τα χοντρά κοτσάνια)
- 1/2 κουτ. γλυκού πάπρικα καπνιστή (ή γλυκιά, με διαφορετικό γευστικό αποτέλεσμα)
- 1 κουτ. γλυκού ζάχαρη
- 100 ml ελαιόλαδο
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Μερίδες 4 - 6

Προετοιμασία 30' Αναμονή 12 ώρες (για το μούλιασμα των οσπρίων) Μαγείρεμα 1 ώρα + 40'

Τη συνταγή μάς έδωσε ο Κωστής Χιώτης.

Διαδικασία Στραγγίζουμε τα ρεβίθια, τα βάζουμε σε βαθιά κατσαρόλα με νερό τόσο ώστε να τα υπερκαλύπτει κατά 5 εκ. και βράζουμε σε μέτρια φωτιά για περίπου 40-45 λεπτά, μέχρι να μισομαλακώσουν. Κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος ξαφρίζουμε με τρυπητή κουτάλα. Σε μια φαρδιά κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το πράσο για 3-4 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν. Προσθέτουμε τις σουπιές και συνεχίζουμε το σοτάρισμα για άλλα 5 λεπτά, ανακατεύοντας με ξύλινη κουτάλα. Ρίχνουμε τον πελτέ, την ντομάτα, τη ζάχαρη, την πάπρικα, αλατοπίπερο και 1½ λίτρο νερό. Ανακατεύουμε και μαγειρεύουμε για περίπου 5 λεπτά, μέχρι να αρχίσουν τα υγρά να κοχλάζουν. Χαμηλώνουμε τη φωτιά, σκεπάζουμε την κατσαρόλα με το καπάκι και σιγομαγειρεύουμε για περίπου 30 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν οι σουπιές. Προσθέτουμε τα ρεβίθια και τον άνηθο, ανακατεύουμε και σιγομαγειρεύουμε για περίπου άλλα 15 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν καλά όλα τα υλικά και να χυλώσει το φαγητό.

Στο ποτήρι μας Μια καλή ρετσίνα Μεσογείων ή ένα Ασύρτικο βαρελάτο.

Πηγή: gastronomos.gr