

Χοιρινό στο φούρνο με κολοκύθα

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



Συνταγή ΕΥΗ ΒΟΥΤΣΙΝΑ

Φωτογραφίες ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Προσθέστε τη συνταγή στα αγαπημένα σας άρθρα για να τη βρείτε εύκολα όταν θα τη χρειαστείτε για τα γιορτινά σας μαγειρέματα.

Υλικά

1 χοιρινό μπριζολίκι 1.300 - 1.400 γρ. (ζητάμε από τον κρεοπώλη να αφαιρέσει το κόκαλο, να βγάλει ολόκληρο το κομμάτι από τις μπριζόλες και να μας το περάσει σε διχτάκι)

περίπου 700 γρ. κολοκύθα καθαρισμένη* (Δες σε βίντεο πώς καθαρίζουμε την

κολοκύθα)

1 μεγάλο κυδώνι

1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι

αλάτι και πιπέρι

1 κουτ. γλυκού ξερό φασκόμηλο, τριμμένο (αν δεν σας αρέσει, χρησιμοποιήστε δεντρολίβανο)

1 γεμάτη κουτ. σούπας κόλιανδρος, κοπανισμένος σε σκόνη

3-4 σκελίδες σκόρδου, τριμμένες (ή όσο σκόρδο θέλετε)

1/2 φλιτζ. τσαγιού λάδι

4 κουτ. σούπας βαλσαμικό ξίδι

1/2 φλιτζ. τσαγιού λευκό ξηρό κρασί

Μερίδες 6

Προετοιμασία 30΄ Ψήσιμο περίπου 1 ώρα και 15΄

Διαδικασία Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180° C (στον αέρα προτιμότερο). Ανακατεύουμε το φασκόμηλο (ή το δεντρολίβανο) με τον κόλιανδρο και το σκόρδο (αν το βάλουμε). Αλείφουμε το κρέας με λίγο από το μετρημένο λάδι, το αλατοπιπερώνουμε και το αλείφουμε με τη μισή ποσότητα από το μείγμα μπαχαρικών-σκόρδου. Το βάζουμε σε ένα ευρύχωρο ταψί και ρίχνουμε 1/2 φλιτζάνι νερό και το κρασί, για να μην κολλήσει το κρέας και συγχρόνως να το διαπεράσει η μυρωδιά του κρασιού. Το βάζουμε να ψηθεί για περίπου 45 λεπτά. Παρακολουθούμε το ψήσιμο και, αν σκουραίνει πολύ το χρώμα του, το σκεπάζουμε με αλουμινόχαρτο ειδικό για ψήσιμο.

Στο μεταξύ, κόβουμε την κολοκύθα σε κομμάτια σαν σπιρτόκουτα, το κυδώνι σε χοντρούτσικες φέτες και το κρεμμύδι σε φετάκια και τα βάζουμε σε μια λεκάνη. Τα αλατοπιπερώνουμε, τα πασπαλίζουμε με το υπόλοιπο μείγμα μπαχαρικών και προσθέτουμε το υπόλοιπο λάδι. Τα ανακατεύουμε καλά και, όταν περάσουν τα 45 λεπτά του ψησίματος, τραβάμε το ταψί και τα τακτοποιούμε γύρω-γύρω από το κρέας. Συνεχίζουμε το ψήσιμο για 30-40 λεπτά ακόμα. Αν κατά τη διάρκεια του ψησίματος σωθούν τα υγρά στο ταψί και κινδυνεύσουν να κολλήσουν τα υλικά, ρίχνουμε λίγο ζεστό νερό και σείουμε το ταψί.

Λίγο πριν ξεφουρνίσουμε το φαγητό, ραντίζουμε τόσο το κρέας όσο και την κολοκύθα με το βαλσαμικό ξίδι. Ξεφουρνίζουμε το ψητό, αφαιρούμε το διχτάκι, και το κόβουμε με κοφτερό μαχαίρι σε ωραίες, λεπτές φέτες. Συνοδεύουμε το κρέας με την κολοκύθα, τα κρεμμύδια και το κυδώνι.

Συνοδεύουμε με Το φαγητό έχει ήδη τη γαρνιτούρα του. Για ένα πιο πλούσιο τραπέζι, μπορούμε να φτιάξουμε και τον πουρέ πατάτας γκρατινέ με τυριά.

* Συμβουλή Αν δεν σας αρέσει η κολοκύθα και το κυδώνι, παραλείψτε τα. Μπορείτε

να τα αντικαταστήσετε με πατάτες και γλυκοπατάτες, όμως θα τα βάλετε στο ταψί νωρίτερα καθώς θέλουν περισσότερο ψήσιμο.

Πηγή: gastronomos.gr