

9 Ιανουαρίου 2019

Λαχανοντολμάδες ορφανοί με σταφίδες και κουκουνάρι

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





Φωτογραφία: Γιώργος Δρακόπουλος - Food Styling: Elena Jeffrey

Μπορεί να λείπει ο κιμάς από τους λαχανοντολμάδες, όμως, τους περισσεύει η γλύκα και τα αρώματα. Σταφίδες και κουκουνάρια, κανέλα, άνηθος και μπόλικο κρεμμύδι θα φροντίσουν γι' αυτό.

ΣΥΝΤΑΓΗ ΑΠΟ: Γεωργία Κοφινά

Υλικά

- 1 λάχανο μεγάλο (όχι πολύ σφιχτό)

Για τη γέμιση

- ½ φλιτζάνι σταφίδες

- ½ φλιτζάνι κουκουνάρι
- ½ φλιτζάνι μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 3 κουτ. σούπας άνηθο ψιλοκομμένο
- 1/4 κουτ. γλυκού κανέλα
- 1 κρεμμύδι μέτριο, ψιλοκομμένο
- 1½ φλιτζάνι ρύζι τύπου Καρολίνα
- 4 κρεμμυδάκια φρέσκα, ψιλοκομμένα
- 1 καρότο μικρό, χοντροτριμμένο
- χυμό από 1 λεμόνι
- 1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
- αλάτι, πιπέρι

Για τη σάλτσα

- χυμό από ½ λεμόνι + 2 κουτ. σούπας νερό
- 1½ κουτ. σούπας κορνφλάουρ
- 1 πρέζα πάπρικα

Διαδικασία

Αφαιρείτε το κοτσάνι του λάχανου με μυτερό μαχαίρι και ζεματάτε ολόκληρο το λάχανο σε μεγάλη κατσαρόλα με νερό.

Καθώς βράζει και ανοίγουν τα πρώτα φύλλα τα αφαιρείτε και τα τοποθετείτε σε στραγγιστήρι. Συνεχίζετε τη διαδικασία μέχρι να τελειώσουν όλα τα φύλλα.

Κόβετε τα κοτσάνια από τα φύλλα και τα στρώνετε στον πάτο μιας φαρδιάς κατσαρόλας.

Σε ξεχωριστό σκεύος σοτάρετε στο μισό λάδι το κρεμμύδι μέχρι να μαλακώσει και προσθέτετε το ρύζι, τα φρέσκα κρεμμυδάκια, το καρότο, το μαϊντανό και τον άνηθο. Όταν μαραθούν, προσθέτετε το κουκουνάρι, τις σταφίδες, την κανέλα, αλάτι και πιπέρι. Ρίχνετε μισό φλιτζάνι νερό και αφήνετε τη γέμιση να σιγοβράσει μέχρι να πιει το νερό της. Σβήνετε τη φωτιά και αφήνετε να κρυώσει λίγο.

Παίρνετε ένα ένα τα φύλλα και βάζετε στην κάτω άκρη τους από μία κουταλιά γέμιση. Φέρνετε τα πλαϊνά των φύλλων αριστερά και δεξιά πάνω από τη γέμιση και τυλίγετε τους ντολμάδες σε ρολά, όχι πολύ σφιχτά.

Τους στρώνετε στην κατσαρόλα σε σειρές πάνω από τα κοτσάνια και τον ένα κοντά στον άλλο για να μην ανοίξουν, περιχύνοντας με το λεμόνι και το λάδι.

Σκεπάζετε τους ντολμάδες με ένα πιάτο για να τους συγκρατεί και ρίχνετε από πάνω νερό μέχρι να καλυφθεί το πιάτο.

Σκεπάζετε την κατσαρόλα και σιγοβράζετε το φαγητό για 30-40 λεπτά περίπου, προσθέτοντας λίγο νερό ενδιάμεσα αν χρειαστεί, για να μείνει ένα φλιτζάνι ζωμός στο τέλος. Αφαιρείτε το πιάτο.

Διαλύετε το κορνφλάουρ στο χυμό λεμονιού και το νερό και περιχύνετε τους ντολμάδες. Κουνάτε την κατσαρόλα γύρω γύρω για να πάει η σάλτσα παντού. Βάζετε την κατσαρόλα σε σιγανή φωτιά για να πάρει μια βράση και να δέσει η σάλτσα. Σερβίρετε τους ντολμάδες σε πιατέλα, περιχύνετε με τη σάλτσα και πασπαλίζετε με λίγη πάπρικα.

Πηγή: olivemagazine.gr