

11 Ιανουαρίου 2019

Λαδερή σελινόριζα με πορτοκάλι και άνηθο

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





Υλικά

3 μέτριες σελινόριζες (1 κιλό συνολικό βάρος), σε μέτρια κομμάτια
1 ξερό κρεμμύδι, τριμμένο
2 μεγάλα καρότα, σε μέτριες ροδέλες
2 μεγάλες πατάτες, σε μέτριους κύβους
1 πορτοκάλι, καθαρισμένο και κομμένο σε φέτες + χυμός από 2 πορτοκάλια
120 ml ελαιόλαδο
χυμός από 1 λεμόνι
1 κουτ. γλυκού αλεύρι
500 ml ζεστό νερό
αλάτι, πιπέρι φρεσκοτριμμένο
2 κουτ. σούπας άνηθος, ψιλοκομμένος

Διαδικασία

Μόλις καθαρίσουμε και κόψουμε τις σελινόριζες, τις περιχύνουμε με το χυμό λεμονιού για να μη μαυρίσουν και τις κρατάμε στην άκρη. Σε μια φαρδιά κατσαρόλα ζεσταίνουμε το λάδι σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε τα καρότα και το κρεμμύδι για 5 - 6 λεπτά. Πασπαλίζουμε με το αλεύρι, ανακατεύουμε και συνεχίζουμε το σοτάρισμα, έως ότου ροδίσουν λίγο τα υλικά.

Προσθέτουμε το ζεστό νερό, το χυμό πορτοκαλιού, τις πατάτες, τις σελινόριζες,

αλατοπίπερο και σκεπάζουμε το φαγητό με ένα κομμάτι λαδόκολλα και ένα πιάτο από πάνω (όπως βάζουμε στους ντολμάδες) – με τη λαδόκολλα τα λαχανικά θα μαγειρευτούν στους ατμούς τους και θα γίνουν λουκούμι, ενώ το πιάτο θα τα συγκρατεί για να μη διαλυθούν. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα με το καπάκι και μαγειρεύουμε σε μέτρια προς χαμηλή φωτιά για περίπου 20 λεπτά. Βγάζουμε το πιάτο με προσοχή, σηκώνουμε μια άκρη της λαδόκολλας και με ένα πιρούνι δοκιμάζουμε αν τα λαχανικά είναι έτοιμα.

Αν δεν είναι, σκεπάζουμε και μαγειρεύουμε λίγο ακόμη. Μόλις γίνουν, προσθέτουμε τις φέτες πορτοκαλιού, σκεπάζουμε πάλι με λαδόκολλα, πιάτο και καπάκι, και συνεχίζουμε το μαγείρεμα για άλλα 5 λεπτά. Αποσύρουμε και αφήνουμε το φαγητό να κρυώσει καλά (είναι πιο νόστιμο σε θερμοκρασία δωματίου). Σερβίρουμε το φαγητό, πασπαλίζουμε με το μυρωδικό και περιχύνουμε με το λαδάκι της κατσαρόλας. Συνοδεύουμε με τυρί φέτα και ψωμί.

Τι πίνουμε: Εναν Ροδίτη ή, εναλλακτικά, ένα ροζέ δροσερό Μοσχοφίλερο.

Πηγή: gastronomos.gr