

25 Ιανουαρίου 2019

Γίγαντες με μανιτάρια

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





Υλικά

- 1 κιλόμανιτάρια λευκά, σκουπισμένα με νοτισμένη πετσέτα, κομμένα στα τέσσερα
- 500 γρ. φασόλια γίγαντες
- 1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι, τριμμένο
- 2 μέτρια καρότα καθαρισμένα, κομμένα σε ροδέλες
- 2 σκελίδες σκόρδου (προαιρετικά), κομμένες σε φετάκια
- 130 γρ. ελαιόλαδο
- 2 κουτ. σούπας φύλλα μαϊντανού, ψιλοκομμένα
- 1 πιπεριά Φλωρίνης (από βαζάκι), κομμένη σε μικρά καρέ
- 150 ml λευκό κρασί
- 450 γρ. ντοματάκια ολόκληρα (από κονσέρβα), με το χυμό τους, πολτοποιημένα
- 3 κουτ. σούπας φρυγανιά, τριμμένη
- αλάτι, πιπέρι φρεσκοτριμμένο
- 2 φύλλα δάφνης

Διαδικασία

Σε κατσαρόλα με μπόλικο νερό μουλιάζουμε τους γίγαντες αποβραδής. Την επομένη, τους σουρώνουμε και τους ξεπλένουμε. Τους βάζουμε σε μεγάλη βαθιά κατσαρόλα με τα φύλλα δάφνης, σκεπάζουμε με αρκετό κρύο νερό και αφήνουμε να πάρουν μια βράση, σε μέτρια φωτιά. Ξαφρίζουμε, αν χρειαστεί, και μετά σκεπάζουμε με το καπάκι και σιγοβράζουμε για περίπου 1 ώρα ή μέχρι να αρχίσουν

να μαλακώνουν. Προς το τέλος του βρασμού αλατίζουμε.

Κρατάμε 2 ποτήρια από το νερό του βρασμού, στραγγίζουμε καλά τους γίγαντες, πετάμε τις δάφνες και τους αφήνουμε στο σουρωτό. Εν τω μεταξύ, σε ένα τηγάνι ζεσταίνουμε το λάδι και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο για 1 - 2 λεπτά μέχρι να αλλάξουν χρώμα. Προσθέτουμε τα καρότα και συνεχίζουμε το σοτάρισμα για 2 - 3 λεπτά. Σβήνουμε με το κρασί, αφήνουμε να εξατμιστεί και προσθέτουμε την ντομάτα, την πιπεριά Φλωρίνης, αλάτι και πιπέρι.

Σε ένα μεγάλο πυρέξ ή σε μια γάστρα βάζουμε τους γίγαντες, προσθέτουμε το μείγμα της σάλτσας, το νερό που κρατήσαμε από το βράσιμο των φασολιών, ανακατεύουμε καλά, σκεπάζουμε με το καπάκι ή αλουμινόχαρτο και βάζουμε στο φούρνο στους 170° - 180° C να ψηθούν για 45 λεπτά. Σε ένα αντικολλητικό τηγάνι, χωρίς λιπαρή ουσία, σοτάρουμε σε δυνατή φωτιά ταμανιτάρια μέχρι να ροδίσουν και να βγάλουν τα υγρά τους. Μετά το 45λεπτο ψήσιμο, βγάζουμε τους γίγαντες από το φούρνο, προσθέτουμε ταμανιτάρια, το μαϊντανό, ανακατεύουμε και πασπαλίζουμε με τη γαλέτα.

Αν τα υγρά έχουν σωθεί, προσθέτουμε λίγο ζεστό νερό και συνεχίζουμε το ψήσιμο χωρίς καπάκι ή αλουμινόχαρτο για περίπου 30 λεπτά ακόμη. Στο τέλος του ψησίματος οι γίγαντες θα πρέπει να είναι μαλακοί, να έχουν σχηματίσει κρούστα από πάνω και η σάλτσα τους να έχει δέσει καλά. Σερβίρουμε το φαγητό ζεστό.

Πηγή: gastronomos.gr