

16 Ιανουαρίου 2019

Σαρικόπιτες με φακές

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





Υλικά

Για το φύλλο

- 1 κιλό αλεύρι μαλακό
- 100 ml ελαιόλαδο
- 100 ml ούζο
- 1/3 κουτ. γλυκού αλάτι
- 1/4 κουτ. γλυκού γλυκάνισος, καλά κοπανισμένος

Για τη γέμιση

- 200 γρ. φακές ψιλές
- 2 σκελίδες σκόρδου, λιωμένες
- 200 γρ. φινόκιο, ψιλοκομμένο (σε μέγεθος φακής)
- 1 κρεμμύδι ξερό, ψιλοκομμένο (σε μέγεθος φακής)
- 1 κόκκινη πιπεριά Φλωρίνης, από βαζάκι, καλά στραγγισμένη και ψιλοκομμένη
- 80 γρ. ελιές Καλαμών, χωρίς κουκούτσι, σε λεπτές ροδέλες
- 1 δαφνόφυλλο τα φύλλα από 1/3 μάτσο μαϊντανό, ψιλοκομμένα
- 1 κουτ. σούπας ξίδι
- 60 ml ελαιόλαδο
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ελαιόλαδο για το τηγάνισμα

Διαδικασία

Γέμιση: Σε μια βαθιά κατσαρόλα ρίχνουμε τις φακές, τη δάφνη και νερό τόσο ώστε να τις υπερκαλύπτει κατά 5 εκ. και τις βράζουμε σε δυνατή φωτιά για περίπου 2 - 3 λεπτά, μέχρι να αρχίσει το νερό να κοχλάζει. Μετριάζουμε τη φωτιά και συνεχίζουμε το βράσιμο για άλλα 8 - 10 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν ελαφρώς. Αποσύρουμε από τη φωτιά, αφαιρούμε τη δάφνη και αφήνουμε τις φακές μέσα στο ζεστό νερό για άλλα 10 λεπτά. Με τον τρόπο αυτό οι φακές μαλακώνουν χωρίς να σκάσουν τα φλούδια τους και να λιώσουν. Τις στραγγίζουμε και τις αδειάζουμε σε βαθύ μπολ. Προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά, ανακατεύουμε, καλύπτουμε με μεμβράνη και αφήνουμε στο ψυγείο για περίπου 6 ώρες, να μαριναριστούν.

Φύλλο

Σε βαθύ μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι με το αλάτι, το λάδι, το ούζο και το γλυκάνισο. Ρίχνουμε σταδιακά 400 ml νερό και ζυμώνουμε για περίπου 5 λεπτά, μέχρι να έχουμε μια ελαστική ζύμη που να μην κολλάει στα χέρια. Για να πετύχουμε το επιθυμητό αποτέλεσμα, μπορεί να χρειαστεί λίγο λιγότερο ή περισσότερο νερό. Καλύπτουμε με μεμβράνη και αφήνουμε στο ψυγείο για περίπου 30 λεπτά, να ξεκουραστεί. Σαρικόπιτα: Στραγγίζουμε καλά τη γέμιση. Πλάθουμε τη ζύμη σε 7 μπάλες. Αλευρώνουμε μια λεία επιφάνεια και ανοίγουμε με τον πλάστη κάθε μπάλα ζύμης σε λεπτό φύλλο, διαστάσεων περίπου 40 x 40 εκ. Κόβουμε κάθε φύλλο σε 4 μακρόστενα φύλλα διαστάσεων περίπου 40 x 10 εκ.

Μοιράζουμε στα φύλλα τη γέμιση, αφήνοντας 2 εκ. κενό από τις άκρες για να μην ξεφύγει η γέμιση κατά το τύλιγμα. Από τη μακριά πλευρά κάθε φύλλου τυλίγουμε σε ρολό. Πιέζουμε με βρεγμένα δάχτυλα τις άκρες για να κολλήσουν και να εγκλωβίσουν τη γέμιση. Γυρίζουμε τη μία άκρη του ρολού, τυλίγοντας κυκλικά ώστε να γίνει ένας σαλίγκαρος. Σε ένα τηγάνι ρίχνουμε ελαιόλαδο, περίπου 1,5 εκ. από τον πυθμένα, και το ζεσταίνουμε σε δυνατή φωτιά μέχρι να κάψει. Μετριάζουμε τη φωτιά, ρίχνουμε τις σαρικόπιτες σε δόσεις και τις τηγανίζουμε για περίπου 2 λεπτά από κάθε πλευρά, μέχρι να ροδίσουν. Τις βγάζουμε με τρυπητή κουτάλα και τις αφήνουμε σε απορροφητικό χαρτί κουζίνας, να στραγγίξουν από το περιττό λάδι. Σερβίρουμε τις σαρικόπιτες ζεστές.

Πηγή: gastronomos.gr