

Χυλωμένη φασολάδα

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



Υλικά Συνταγής

500 γραμ. μέτρια ξερά φασόλια
3 καρότα κομμένα σε μικρά καρέ
2 ξερά κρεμμύδια ψιλοκομμένα
2 κλωνάρια σέλερι (με τα πράσινα φύλλα τους ψιλοκομμένα)
λίγο πράσο ψιλοκομμένο (προαιρετικά)
2 κ.σ. πελτέ ντομάτας
λίγο ψιλοκομμένο σέλινο
1 κ.γλ. μπούκοβο (προαιρετικά)
3/4 φλ. ελαιόλαδο
αλάτι
φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

Χυλωμένη φασολάδα με πυκνό ζωμό, πλούσια σε γεύση και πάρα πολύ νόστιμη!

Δεν χρειάζεται να μουλιάσουμε από πριν τα φασόλια. Τα βάζουμε σε κατσαρόλα με μπόλικο κρύο νερό να τα σκεπάζει, και αφήνουμε να βράσουν για 35-40 λεπτά, ίσα να μισομαλακώσουν. Τα στραγγίζουμε σε σουρωτήρι.

Για να γίνει τέλεια η φασολάδα και να μην διαλύονται τα όσπρια, αλλά να χυλώσουν χωρίς όμως να λιώσουν, τα βράζουμε σε μέτρια φωτιά.

Ψιλοκόβουμε τα λαχανικά. Βάζουμε 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο (από το συνολικό), σε βαθιά κατσαρόλα και προσθέτουμε τα κρεμμύδια, τα καρότα το πράσσο και το σέλερι. Τα ανακατεύουμε καλά, να λαδωθούν. Τα αφήνουμε για 2-3 λεπτά σε μέτρια φωτιά. Προσθέτουμε τον πελτέ και τον τρίβουμε στη βάση της κατσαρόλας.

Ο ντοματοπελτές έτσι (σοταρισμένος), βγάζει όλα τα αρώματά του και δίνει απίστευτη γεύση και νοστιμιά.

Ρίχνουμε τα μισοβρασμένα φασόλια και συμπληρώνουμε βραστό νερό να καλύπτει τα υλικά και να εξέχει 4-5 εκατοστά από την επιφάνειά τους. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και σιγοβράζουμε τη φασολάδα για 30-35 λεπτά. Προσθέτουμε λίγο ψιλοκομμένο σέλινο, αλατοπιπερώνουμε κι αν θέλουμε προσθέτουμε το μπούκοβο.

Για να χυλώσει η φασολάδα ρίχνουμε το ελαιόλαδο στο τέλος του βρασμού.

Τέλος προσθέτουμε το υπόλοιπο ελαιόλαδο, αφενός γιατί είναι πιο υγιεινό (το ελαιόλαδο κρατάει όλα του τα αρώματα και τα θρεπτικά συστατικά) και πιο γευστικό, αφετέρου γιατί αυτός είναι ένας τρόπος να χυλώσουν τα όσπρια. Αφήνουμε τη φασολάδα να βράσει για ακόμα λίγα λεπτά, μέχρι να χυλώσουν καλά τα φασόλια και το ζουμί τους να μοιάζει με πυκνή σάλτσα.

Σερβίρουμε τη φασολάδα αχνιστή, με ελιές και ταραμοσαλάτα.