

26 Ιουλίου 2020

Αρωματικό πιλάφι με λεμονάτο κιμά

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





Υλικά (για 4 άτομα) 500 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος (κατά προτίμηση από σπάλα)

2 ξερά κρεμμύδια, κομμένα σε καρέ

50 ml ελαιόλαδο

4 κόκκοι μπαχάρι

2 δαφνόφυλλα

1 κουτ. γλυκού δεντρολίβανο ξερό (κοπανισμένο στο γουδί και περασμένο από σήτα) ή δυόσμος ξερός, τριμμένος (με διαφορετικά το καθένα αποτελέσματα)

1 κουτ. γλυκού κόλιανδρος ξερός, σε σκόνη

1/2 κουτ. γλυκού μοσχοκάρυδο, σε σκόνη

1/2 κουτ. γλυκού κουρκουμάς ή γλυκιά πάπρικα, σε σκόνη

αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

1 αυγό (κατά προτίμηση βιολογικό)

χυμός από 1 λεμόνι (ή όσο θέλουμε)

τα φύλλα από 1/2 ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένα

250 ml νερό ή ζωμός λαχανικών

Για το πιλάφι

2 φλιτζ. τσαγιού ρύζι μπασμάτι (ή άλλο ρύζι της αρεσκείας μας)

4 1/2 φλιτζ. τσαγιού ζωμός λαχανικών ή νερό (ή όσο χρειάζεται το ρύζι που θα διαλέξουμε)

1 δαφνόφυλλο

1 κομμάτι φλούδα λεμονιού,
αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
40 ml ελαιόλαδο

Διαδικασία

Κιμάς: Βάζουμε τον κιμά με τα κρεμμύδια, τη δάφνη, τα μπαχάρια, αλάτι και πιπέρι σε μια κατσαρόλα, σε δυνατή φωτιά, και σοτάrouμε για περίπου 10 λεπτά, ανακατεύοντας συνεχώς με ξύλινη κουτάλα για να διαλυθεί ο κιμάς, να γίνει σπυρωτός. Ρίχνουμε και το ελαιόλαδο (όχι από την αρχή, για να μην το παραταλαιπωρήσουμε), σοτάrouμε για 1 λεπτό ακόμη και μετά προσθέτουμε τα 250 ml ζωμό ή νερό.

Όταν πάρει μια βράση, χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγοβράζουμε για περίπου 20 λεπτά ή μέχρι να γίνει ο κιμάς. Δύο λεπτά πριν ολοκληρωθεί το μαγείρεμα, αφαιρούμε τη δάφνη και τα μπαχάρια, ρίχνουμε το δεντρολίβανο, τον κόλιανδρο, το μοσχοκάρυδο, τον κουρκουμά ή την πάπρικα, το μαϊντανό και ανακατεύουμε. Ο κιμάς θα μείνει με μια ελαφριά σάλτσα. Τον διατηρούμε ζεστό σε πολύ χαμηλή φωτιά.

Σε ένα μπολ χτυπάμε τον κρόκο του αυγού με το χυμό λεμονιού. Σε ένα άλλο μπολ χτυπάμε το ασπράδι σε σφιχτή μαρέγκα. Αδειάζουμε τη μαρέγκα στο μείγμα κρόκου-λεμονιού, ανακατεύουμε, προσθέτουμε 2 -3 κουταλιές από το ζουμί του κιμά, ανακατεύουμε και περιχύνουμε με το αυγολέμονο τον κιμά. Σείουμε την κατσαρόλα να πάει το αυγολέμονο παντού. Αποσύρουμε.

Πιλάφι: Παράλληλα, σε άλλη κατσαρόλα και σε δυνατή φωτιά βάζουμε το ζωμό ή το νερό με τη δάφνη, τη φλούδα λεμονιού, αλατοπίπερο, το ελαιόλαδο και, μόλις πάρει βράση, ρίχνουμε το ρύζι. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγοβράζουμε μέχρι να γίνει το ρύζι. Αποσύρουμε, πετάμε τη λεμονόφλούδα και το δαφνόφυλλο και σκεπάζουμε με πετσέτα μέχρι να σερβίρουμε. Τότε, βάζουμε το ρύζι σε φόρμα με τρύπα στη μέση και τον κιμά στο κενό του κέντρου της φόρμας.

Ζωμός λαχανικών

Για περίπου 1 λίτρο: Βάζουμε στο μούλτι 2 πράσα χοντροκομμένα, 2 καρότα χοντροκομμένα, 2 ξερά κρεμμύδια χοντροκομμένα και 1 μαραθόριζα, καθαρισμένη και ψιλοκομμένη. Τα χτυπάμε να ψιλοκοπούν, αλλά να μη γίνουν πολτός. Σε μια κατσαρόλα ζεσταίνουμε 50 ml ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και αδειάζουμε εκεί το μείγμα του μπλέντερ. Σοτάrouμε για 5 - 8 λεπτά, μέχρι το μείγμα να μαλακώσει και να σκορπίσει το άρωμά του. Ρίχνουμε 1/2 ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο, μαζί με τα κοτσάνια, 1 φύλλο δάφνης και 1 κλωναράκι ρίγανης και ανακατεύουμε.

Σοτάρουμε για άλλο 1 λεπτό και προσθέτουμε 1½ λίτρο ζεστό νερό. Το αφήνουμε να πάρει μια βράση, χαμηλώνουμε τη φωτιά, μισοσκεπάζουμε και μαγειρεύουμε για 30 λεπτά. Σουρώνουμε το ζωμό από ψιλό σουρωτήρι .

Πηγή: kathimerini.gr