

24 Ιανουαρίου 2020

Πεντανόστιμα Ρεβύθια μαγειρεμένα στο φούρνο

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



Η Συνταγή είναι της κ. Myrsini Kara - " Χρυσές Συνταγές".



Υλικά

- 500γρ. (ρεβίθια μουσκεμένα αποβραδής σε άφθονο κρύο νερό και αλατι)
- 2 πιπεριές πράσινες, σε χοντρές φέτες
- 2 πιπεριές κόκκινες, σε χοντρές φέτες
- 1 πιπεριά κίτρινη ή πορτοκαλί, σε χοντρές φέτες
- 1 κρεμμύδι μεγάλο, ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδες σκόρδο λιωμένες
- 300γρ. ντομάτα αποφλοιωμένη, ψιλοκομμένη
- 1 κλωνάρι δεντρολίβανο
- 2/3 φλιτζανιού ελαιόλαδο
- ½ κουτ. γλυκού ζάχαρη
- 1 φύλλο δάφνης
- 3-4 κόκκους μπαχάρι
- αλάτι, πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βράζετε τα ρεβίθια σε νερό με το φύλλο δάφνης και το μπαχάρι μέχρι να μαλακώσουν. Τα στραγγίζετε και φυλάτε το ζωμό. Πετάτε τη δάφνη και το μπαχάρι.

Σοτάρετε το κρεμμύδι και το σκόρδο στο λάδι μέχρι να μαλακώσουν και προσθέτετε τις πιπεριές. Όταν μαραθούν, προσθέτετε την ντομάτα, τη ζάχαρη, αλάτι και πιπέρι και σιγοβράζετε μέχρι να πήξει η σάλτσα.

Προθερμαίνετε το φούρνο στους 180 βαθμούς. Στρώνετε τα ρεβίθια σε πυρίμαχο σκεύος (πήλινο ή γυάλινο) και ρίχνετε τη σάλτσα με τις πιπεριές από πάνω. Ανακατεύετε λίγο με τα ρεβίθια και τοποθετείτε από πάνω το δεντρολίβανο. Αν τα ρεβίθια δεν σκεπάζονται από τη σάλτσα, τότε προσθέτετε ένα φλιτζάνι από το φυλαγμένο ζωμό τους.

Ψήνετε στο φούρνο για περίπου 35 λεπτά μέχρι να κάνει το φαγητό μια κρούστα από πάνω. Αν στεγνώσει το φαγητό κατά τη διάρκεια του ψησίματος, προσθέτετε λίγο ζωμό ακόμα.

Πηγή: xrysessyntages.gr