

Κοτόπουλο στη γάστρα με μελιτζάνες και



του

Δημήτρη Σκαρμούτσου

Η ελαφρώς πικρή γεύση της μελιτζάνας, το κρασί και το σκόρδο, σε συνδυασμό με το ζουμερό κοτόπουλο της γάστρας, είναι μια συνταγή που πρέπει να δοκιμάσετε...

Υλικά

- 1 φλιτζ. τσαγιού ελαιόλαδο
- 4-5 μελιτζάνες τσακόνικες κομμένες σε μεγάλους κύβους
- 1 μεγάλο κοτόπουλο, κατά προτίμηση ελευθέρας βοσκής, σε μερίδες ελαφρώς αλευρωμένες σε 4 - 5 κουτ. σούπας αλεύρι
- 1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδες σκόρδου λιωμένες
- 1 φλιτζ. τσαγιού φυλλαράκια μαϊντανού ψιλοκομμένα

Για τη σάλτσα

- 1 φλιτζ. τσαγιού λευκό, γλυκό κρασί

- **4 μεγάλες ώριμες ντομάτες ξεφλουδισμένες και τριμμένες**
- **1 κουτ. γλυκού από τα εξής ανάμεικτα τριμμένα μπαχαρικά: κόλιανδρος, κίμινο (αν σας αρέσει), κανέλα και μπαχάρι**
- **αλάτι και πιπέρι**

Σε μεγάλο αντικολλητικό τηγάνι ή σε μια κατσαρόλα ζεσταίνουμε το μισό ελαιόλαδο και σοτάρουμε τα κομμάτια μελιτζάνας σε μέτρια προς δυνατή φωτιά, για 5 – 6 λεπτά, ώπου να ροδίσουν ελαφρώς.

Τα βγάζουμε από το τηγάνι με τρυπητή κουτάλα και τα αφήνουμε να στραγγίσουν σε απορροφητικό χαρτί.

Ρίχνουμε στο τηγάνι το υπόλοιπο ελαιόλαδο και μόλις ζεσταθεί προσθέτουμε το κοτόπουλο.

Το σοτάρουμε για 5 λεπτά και από τις 2 μεριές, ώπου να ροδίσει, και το μεταφέρουμε σε μια γάστρα.

Αν δεν έχουμε, χρησιμοποιούμε ένα κανονικό ταψί που θα σκεπάσουμε καλά με αλουμινόχαρτο πριν βάλουμε το φαγητό να ψηθεί. Στο λάδι που έμεινε στο τηγάνι σοτάρουμε το κρεμμύδι με το σκόρδο ώπου να μαραθούν και τα βάζουμε και αυτά στη γάστρα (όσο γίνεται χωρίς τα λάδια). Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200° C.

Σάλτσα

Σκουπίζουμε καλά το σκεύος από το λάδι που έμεινε, ρίχνουμε το κρασί και το βράζουμε για 2 – 3 λεπτά σε δυνατή φωτιά, για να εξατμιστεί το αλκοόλ. Προσθέτουμε τις τριμμένες ντομάτες, το μείγμα μπαχαρικών και αλατοπίπερο και μαγειρεύουμε για 2 λεπτά. Περιχύνουμε το κοτόπουλο με τη σάλτσα, προσθέτουμε 1 φλιτζ. τσαγιού νερό και σκεπάζουμε καλά τη γάστρα (ή το ταψί με αλουμινόχαρτο).

Φουρνίζουμε για 45 λεπτά. Βγάζουμε το σκεύος από τον φούρνο, προσθέτουμε τους κύβους μελιτζάνας και τον μαϊντανό, σκεπάζουμε πάλι και ψήνουμε για άλλα 15 – 18 λεπτά.

Σβήνουμε τον φούρνο και αφήνουμε το φαγητό να κρυώσει εκεί, προτού σερβίρουμε.

Πηγή: bostanistas.gr