27 Απριλίου 2014

Αρνάκι στις κληματόβεργες, στο φούρνο του σπιτιού

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Συνταγή :ΝΕΝΑ ΙΣΜΥΡΝΟΓΛΟΥ

Φωτογραφίες ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Υλικά

Για το κρέας

- 1 μπούτι και 1 χεράκι (ή 2 μπούτια) από αρνάκι ή κατσικάκι γάλακτος, συνολικού βάρους περίπου 2½ – 3 κιλών, με το κόκαλο
- 1/2 λεμόνι
- κληματόβεργες τόσες ώστε να φτιάξουμε πλέγμα στο ταψί
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- ελαιόλαδο, για το άλειμμα του κρέατος στο ψήσιμο

Για το αρωματικό μείγμα

- 1/2 κουτ. σούπας αλάτι
- 1/2 κουτ. γλυκού φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 2 κουτ. γλυκού φρέσκα φυλλαράκια δεντρολίβανου ή ρίγανης, ψιλοκομμένα, ή ξερά, κοπανισμένα ή τριμμένα μέχρι να γίνουν σκόνη
- 2 σκελίδες σκόρδου, πολύ ψιλοκομμένες

- 1 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

Μερίδες 6
Προετοιμασία 15΄ Αναμονή έως 12 ώρεςΨήσιμο 1 ώρα & 50΄ περίπου

Διαδικασία**Αρωματικό μείγμα:** Σε ένα μπολάκι ανακατεύουμε καλά το αλάτι, το πιπέρι, το δεντρολίβανο ή τη ρίγανη, το σκόρδο και το ελαιόλαδο.

Προετοιμασία: Πλένουμε και σκουπίζουμε καλά τα κομμάτια του κρέατος και τα τρίβουμε καλά με το μισό λεμόνι. Με ένα μικρό και μυτερό μαχαίρι κάνουμε 4 – 5 τομές σε διάφορα σημεία του κάθε κομματιού κρέατος, βάθους περίπου 2 εκ. Γεμίζουμε τις τομές με το αρωματικό μείγμα που ετοιμάσαμε και, με όσο μείγμα περισσέψει, αλείφουμε τα κομμάτια εξωτερικά. Τα «τρίβουμε» στη συνέχεια με αλατοπίπερο. Σπάμε τις κληματόβεργες σε μέτρια κομμάτια και τις βάζουμε σταυρωτά σε ένα μεγάλο ταψί (ιδανικά είναι τα μεγάλα παραλληλόγραμμα βαθιά ταψιά που έχουν όλες οι κουζίνες και εφαρμόζουν ακριβώς στα τοιχώματα του φούρνου, χωρίς να χρειάζονται σχάρα στήριξης, ενώ το μέγεθός τους είναι τέτοιο που χωρούν άνετα τα μεγάλα κομμάτια κρέατος). Βάζουμε τα κομμάτια του κρέατος πάνω στο πλέγμα από κληματόβεργες και βάζουμε το ταψί στο ψυγείο για 2 – 12 ώρες ή για όλο το βράδυ.

Την επόμενη ημέρα: Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 190° C. Ρίχνουμε στο ταψί λίγο νερό, ώστε να φτάσει σε ύψος περίπου το 1 εκ. Βάζουμε το ταψί σε ένα από τα χαμηλά ράφια του φούρνου και ψήνουμε για 20 – 30 λεπτά. Χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 150° C και συνεχίζουμε το ψήσιμο για περίπου 1 ώρα (αν ψήσουμε κατσικάκι) ή για περίπου 1 ώρα και 20 λεπτά (αν ψήσουμε αρνάκι). Σε τακτά χρονικά διαστήματα, όταν βλέπουμε ότι εξατμίζεται το νερό του ταψιού, προσθέτουμε λίγο ζεστό. Αν θέλουμε, μπορούμε να αλείφουμε το κρέας πότε-πότε με λίγο ελαιόλαδο με ένα πινέλο που να μην καίγεται, κατά τη διάρκεια του ψησίματος, για να ροδίσει πιο έντονα. Το κρέας είναι έτοιμο όταν η πετσούλα του ροδίσει και σκάσει σε μερικά σημεία, ιδιαίτερα εκεί όπου εξέχουν τα κόκαλα. Για να το ελέγξουμε, το τρυπάμε με μια πιρούνα. Θα πρέπει να το διαπερνά με ευκολία, να βγει ελάχιστο υγρό και το χρώμα του να είναι διάφανο. Τότε, σβήνουμε το φούρνο, αφήνουμε μισάνοιχτη την πόρτα του και αφήνουμε το κρέας να «ξεκουραστεί» μέσα στο φούρνο, για περίπου 20 λεπτά. Βγάζουμε το ταψί, κόβουμε το κρέας σε κομμάτια και τα βάζουμε σε μεγάλη πιατέλα.

Στο ποτήριΤο εκλεκτό κρέας του αρνιού δικαιούται τα καλύτερα κόκκινα κρασιά! Cabernet Sauvignon, Syrah, ξινόμαυρα χαρμάνι με Syrah.

Συμβουλές

- Αν θέλουμε, μπορούμε αντί για νερό να βάλουμε στο ταψί μικρές πατατούλες φούρνου και να τις σερβίρουμε σαν συνοδευτικό του κρέατος. Ανακατεύουμε σε ένα μπολάκι 1 κουτ. σούπας μουστάρδα, 1/2 φλιτζ. τσαγιού ελαιόλαδο, 1 κουτ. γλυκού μέλι, 1 κουτ. γλυκού ρίγανη ή θρούμπι, ξερά, τριμμένα, αλάτι και πιπέρι. Βάζουμε τις πατάτες σε μια λεκάνη, τις περιχύνουμε με το μείγμα, ανακατεύουμε καλά, τις βάζουμε στο ταψί, κάτω από τη σχάρα με το κρέας. Τα νόστιμα λίπη που πέφτουν στις πατάτες θα τις νοστιμίσουν περισσότερο!
- Στη Ρούμελη αλλά και σε άλλες περιοχές της Ελλάδας χρησιμοποιούν τις κληματόβεργες για να φτιάξουν ένα πλέγμα, ένα είδος σχάρας πάνω στο οποίο ακουμπούν ένα ολόκληρο κουλουριασμένο αρνάκι ή κατσικάκι ή κομμάτια του, το βάζουν μέσα στο ταψί του φούρνου και καθώς το κρέας ψήνεται, παίρνει τη χαρακτηριστική μυρωδιά από τις κληματόβεργες.
- Αν δεν έχουμε, ζητάμε από κάποιον φύλο ή γνωστό που έχει αμπέλι όταν το κλαδέψει, να μας κρατήσει μερικές για το Πάσχα. Πριν τις χρησιμοποιήσουμε θα πρέπει να τις πλύνουμε καλά ώστε να φύγουν σκόνες και χώματα.
- Αν πάλι δεν βρούμε και ο φούρνος μας διαθέτει ψήσιμο με λειτουργία αέρα, μπορούμε να κάνουμε το εξής: Προετοιμάζουμε και μαρινάρουμε τα κομμάτια του κρέατος με τον ίδιο ακριβώς τρόπο και το ακουμπάμε πάνω στη σχάρα της ηλεκτρικής κουζίνας, τοποθετημένη στο μεσαίο ράφι του φούρνου, την οποία προθερμαίνουμε μαζί με το φούρνο. Μία θέση πιο κάτω από τη σχάρα βάζουμε ένα μεγάλο ταψί με λίγο νερό (για να πέφτουν οι σταγόνες από το λιωμένο λίπος του κρέατος, χωρίς να τσικνίσει ο φούρνος).

Πηγή: gastronomos.gr