

Μυδοπίλαφο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Από τα νοστιμότερα πιάφα της ελληνικής κουζίνας, νηστίσιμο, γρήγορο και εύκολο. Δώστε προσοχή στο καλό καθάρισμα των μυδιών ώστε τα όστρακα να είναι πεντακάθαρα, αφού με αυτά θα μαγειρευτούν. Επίσης, μην αμελήσετε να πετάξετε όσα μύδια δεν άνοιξαν όταν τα αχνίσετε!

Χρόνος Προετοιμασίας:

30΄

Χρόνος Εκτέλεσης:

30΄

Εκτέλεση:

Πλένω πολύ καλά τα μύδια και με ένα συρμάτινο βουρτσάκι τα τρίβω πολύ καλά για να φύγουν ακαθαρσίες και άμμος. Επίσης τραβάω και κόβω το «γένι» τους από το κέντρο τους.

Σε μια μεγάλη κατσαρόλα ζεσταίνω το ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και σοτάρω τα κρεμμύδια για 2 - 3 λεπτά, μέχρι να μαραθούν. Προσθέτω το σκόρδο, το σοτάρω

για ½ λεπτό ακόμα, μέχρι να σκορπίσει το άρωμά του και προσθέτω τα μύδια, την πάπρικα και το κόλιανδρο. Κλείνω αμέσως την κατσαρόλα με το καπάκι της και μαγειρεύω για 2 – 3 λεπτά, μέχρι να αχνιστούν και να ανοίξουν. Ξεσκεπάζω την κατσαρόλα και ελέγχω τα μύδια. Πετάω όσα δεν άνοιξαν και σβήνω με το κρασί. Ανακατεύω για 1 λεπτό και ρίχνω το ζεστό νερό, το χυμό ντομάτας, αλάτι και πιπέρι και ανακατεύω καλά. Μόλις το μείγμα πάρει μια βράση ρίχνω το ρύζι, τα κουκουνάρια και τις σταφίδες, μετριάζω τη φωτιά και μαγειρεύω με ξεσκεπαστη κατσαρόλα για περίπου 20 λεπτά, μέχρι να μαλακώσει το ρύζι και να πει τα περισσότερα υγρά.

Λίγο πριν αποσύρω από τη φωτιά ρίχνω τον άνηθο (ή το μαϊντανό), ανακατεύω και σερβίρω αμέσως.

Υλικά:

- **Για 4 μερίδες**

- 1½ κιλό μύδια, φρέσκα, με το κέλυφος
- ½ φλιτζάνι ελαιόλαδο
- 2 μέτρια ξερά κρεμμύδια, ψιλοκομμένα
- 2 σκελίδες σκόρδου, λιωμένες
- λίγη πάπρικα γλυκιά, σε σκόνη
- λίγο τριμμένο ξερό κόλιανδρο
- 1 φλιτζάνι λευκό ξηρό κρασί
- 3 – 3½ φλιτζάνια ζεστό νερό
- 2 φλιτζάνια χυμός ντομάτας (πασάτα)
- 1½ φλιτζάνι ρύζι καρολίνα
- ½ φλιτζάνι κουκουνάρια (αν θέλετε, τα καβουρδίζετε ελαφρώς στο γκριλ ή σε ένα σκέτο αντικολλητικό τηγάνι, μέχρι να χρυσίσουν απαλά)
- ½ φλιτζάνι μαύρες σταφίδες
- 1 φλιτζάνι ψιλοκομμένος άνηθος (ή μαϊντανός)
- αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Πηγή: dinanikolaou.gr