8 Σεπτεμβρίου 2014

Σουτζουκάκια πολίτικα με κιμά κοτόπουλου

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



{
23.08.2012
Επιμέλεια ΝΕΝΑ ΙΣΜΥΡΝΟΓΛΟΥ
Φωτογραφίες ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ
}

Έχουν ανατολίτικα μπαχαρικά, σαλτσούλα για γερές «βουτιές» και όμως είναι ελαφριά. Τι άλλο να ζητήσει κανείς από μια μερίδα σουτζουκάκια;

Υλικά

700 γρ. κιμάς γαλοπούλας ή κοτόπουλου, ανάμεικτος από μπούτι και στήθος, χωρίς τις πέτσες (περασμένος μία φορά από τη μηχανή στο χοντρό κόσκινο), κατευθείαν από το ψυγείο, γιατί αλλιώς κολλάει στα χέρια
4 σκελίδες σκόρδο, λιωμένες
1 κουτ. σούπας κύμινο σε σκόνη
1/3 κουτ. σούπας κανέλα σε σκόνη
1/4 κουτ. σούπας κόλιανδρος, σε σκόνη
1 ασπράδι αυγού
1 κουτ. σούπας ελαιόλαδο
2 φέτες μπαγιάτικο ψωμί ολικής άλεσης ή λευκό (ή 1/3 φλιτζ. τσαγιού τριμμένη φρυγανιά σικάλεως)
αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι
1 κρασοπότηρο κόκκινο κρασί για το ζύμωμα
Για τη σάλτσα
2 – 3 κουτ. σούπας ελαιόλαδο

600 γρ. ντομάτες, τριμμένες στον τρίφτη
1 σκελίδα σκόρδο, λιωμένη
1 δάφνη
Μερίδες 4
Προετοιμασία 30΄ Αναμονή 40΄ Μαγείρεμα 20΄
Διαδικασία Ρίχνουμε όλα τα υλικά για τον κιμά (εκτός από το κρασί) σε ένα μεγάλο μπολ και ζυμώνουμε, βρέχοντας τα χέρια μας κάθε τόσο με το κρασί. Πλάθουμε περίπου 20 μικρά σουτζουκάκια, τα βάζουμε σε ένα ελαφρώς λαδωμένο ταψί και τα βάζουμε όπως είναι με το ταψί στην κατάψυξη για 20 λεπτά ή στη συντήρηση για 40 λεπτά, ώστε να σφίξει ο κιμάς.

Σάλτσα: Σε μια κατσαρόλα ζεσταίνουμε το λάδι και σοτάρουμε το σκόρδο σε δυνατή φωτιά για 30 δευτερόλεπτα. Προσθέτουμε την ντομάτα και τη δάφνη, χαμηλώνουμε τη φωτιά σε μεσαία θερμοκρασία (στο 5, για κουζίνες που έχουν κλίμακα 1 – 9 ή στο 1½ για κλίμακα 1 – 3) και συνεχίζουμε το μαγείρεμα για 15 λεπτά.

Εν τω μεταξύ προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200° C και ψήνουμε τα σουτζουκάκια για 7 λεπτά χωρίς να τα γυρίσουμε. Τα βγάζουμε, τα ρίχνουμε στην κατσαρόλα με τη σάλτσα και συνεχίζουμε το μαγείρεμα για άλλα 10 λεπτά. Αν κατά τη διάρκεια μαγειρέματος της σάλτσας σωθούν τα υγρά, προσθέτουμε λίγο ζεστό νερό. Σερβίρουμε τα σουτζουκάκια ζεστά και συνοδεύουμε με ρύζι ή κριθαράκι ή πατάτες τηγανητές.

Συνοδεύουμε με Ενα ωραίο ελληνικό Merlot θα συνοδεύσει υπέροχα τα σουτζουκάκια μας.

Πηγή: gastronomos.gr