3 Οκτωβρίου 2014

Γιουβέτσι με γαρίδες, λάιμ και εστραγκόν

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Γιουβέτσι με γαρίδες, λάιμ και εστραγκόν
Φωτογραφία: Παναγιώτης Μπελτζίνιτης, food styling-εκτέλεση συνταγής: Στέλιος Μαστοράκος

Η γεύση του εστραγκόν ταιριάζει σε θαλασσινά, λευκά κρέατα και σάλτσες. Βάλτε το στο τέλος του μαγειρέματος για να μην καταστραφεί το ιδιαίτερο άρωμά του

ΥΛΙΚΑ (για 4 άτομα)

80 ml έ.π. ελαιόλαδο

6 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα, μόνο το λευκό μέρος

1 σκελίδα σκόρδο, τριμμένη

1 μικρό φινόκιο, ψιλοκομμένο

500 γρ. κριθαράκι

100 ml λευκό κρασί

16 γαρίδες, No 2 ή No 3, καθαρισμένες*

ξύσμα από 2 λάιμ και 1 λάιμ επιπλέον, για το τέλος

2 κ.σ. εστραγκόν, ψιλοκομμένο

30 ml έ.π. ελαιόλαδο,για το τέλος

2 κ.σ. σχοινόπρασο, ψιλοκομμένο

φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Για τον ζωμό γαρίδας

50 ml έ.π. ελαιόλαδο

τα κελύφη από 16 γαρίδες, No 2 ή No 3

6 φρέσκα κρεμμυδάκια, το πράσινο μέρος

2 μικρά κρεμμύδια, κομμένα στα 4

3 σκελίδες σκόρδο

1 πράσο, το λευκό μέρος

1 κλωναράκι εστραγκόν

κόκκους πιπεριού

200 ml λευκό ξηρό κρασί

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ετοιμάζουμε τον ζωμό γαρίδας. Σε μια μεγάλη κατσαρόλα, σε μέτρια φωτιά, ζεσταίνουμε το λάδι και ρίχνουμε τα κελύφη, τα κρεμμύδια, φρέσκα και ξερά, το σκόρδο, το πράσο, το εστραγκόν και το πιπέρι. Τα σοτάρουμε για λίγα λεπτά, μέχρι τα λαχανικά να αρχίσουν να μαλακώνουν και τα κελύφη να κοκκινίζουν. Προσθέτουμε το κρασί και μαγειρεύουμε μέχρι να εξατμιστεί το αλκοόλ. Ρίχνουμε περίπου 2 λίτρα νερό και αφήνουμε να βράσει μέχρι να μειωθεί ο όγκος του και να

μείνει 1,5 λίτρο ζωμού. Σουρώνουμε και κρατάμε στην άκρη.

Σε μια φαρδιά και ρηχή κατσαρόλα με χονδρό πάτο (πλασοτέ), σε μέτρια φωτιά, ζεσταίνουμε το λάδι και σοτάρουμε ελαφρά τα φρέσκα κρεμμυδάκια, το σκόρδο και το φινόκιο. Ρίχνουμε το κριθαράκι και ανακατεύουμε για 2 λεπτά. Προσθέτουμε το κρασί και συνεχίζουμε το ανακάτεμα μέχρι να εξατμιστεί το αλκοόλ. Ρίχνουμε 500 ml από τον χλιαρό ζωμό και ανακατεύουμε συνέχεια μέχρι να τον απορροφήσει το κριθαράκι. Συνεχίζουμε τη διαδικασία προσθέτοντας σιγά σιγά και τον υπόλοιπο ζωμό.

Λίγο πριν από το τέλος, βάζουμε τις γαρίδες, το ξύσμα και το εστραγκόν και τα ανακατεύουμε όλα μαζί. Οταν είναι έτοιμο το γιουβέτσι, προσθέτουμε το ελαιόλαδο και το σχοινόπρασο. Σερβίρουμε το φαγητό ζεστό, τοποθετώντας 1/4 λάιμ στην κορυφή και πασπαλίζοντας με φρεσκοτριμμένο πιπέρι.

* Πώς καθαρίζουμε τις γαρίδες: Με ένα κοφτερό μαχαίρι, κόβουμε και πετάμε το κεφάλι και το κέλυφος και κρατάμε μόνο την ουρά. Κάνουμε μια τομή κατά μήκος της ράχης της γαρίδας και αφαιρούμε το εντεράκι τραβώντας το με τη βοήθεια μιας οδοντογλυφίδας.

Δημοσιεύθηκε στο ΒΗΜΑ GOURMET την Κυριακή 14 Σεπτεμβρίου 2014.

Συνταγή:Τάσος ΜπίκοςExecutive chef στο Il Barretto

Πηγή: tovima.gr