

16 Απριλίου 2015

Αρνάκι με χόρτα αυγολέμονο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Υλικά

1 κιλό αρνί

1 ½ κιλό χόρτα (σπανάκι, σέσκουλα, αντίδια, μάραθο)

1 φλιτζάνι ελαιόλαδο

1 ματσάκι κρεμμυδάκια φρέσκα

Αλάτι

Για το αυγολέμονο

3 αυγά

1/2 κουταλάκι του γλυκού αλάτι (προαιρετικά)

6 κουταλιές της σούπας χυμό λεμόνι

1 κούπα από το ζωμό του φαγητού

Εκτέλεση

Τσιγαρίζουμε το αρνί κομμένο σε μερίδες στο λάδι και του προσθέτουμε έπειτα λίγο νερό για να σιγοβράσει. Καθαρίζουμε και ψιλοκόβουμε τα κρεμμυδάκια και τα ρίχνουμε στην κατσαρόλα με το αρνί. Όταν πάρουν χρώμα τα κρεμμυδάκια και το αρνί, τότε προσθέτουμε το λίγο νερό και σκεπάζουμε την κατσαρόλα. Αφήνουμε να μαγειρευτεί σε χαμηλή εστία για 45 - 50 λεπτά.

Στη συνέχεια πλένουμε και στραγγίζουμε τα χόρτα. Ζεματάμε τα χόρτα σε βραστό αλατισμένο νερό για λίγα λεπτά και ξανά στραγγίζουμε. Στη συνέχεια ρίχνουμε τα χόρτα μέσα στη κατσαρόλα μαζί με λίγο νερό και σιγοβράζουμε για 30 λεπτά ακόμη.

Για το αυγολέμονο

Σε μια κατσαρόλα ανακατεύουμε τα αυγά μέχρι να αφρατέψουν. Στη συνέχεια σταδιακά ρίχνουμε το χυμό λεμονιού και το ζωμό από το φαγητό, ανακατεύοντας συνεχώς.

Σιγοβράζουμε σε χαμηλή φωτιά ανακατεύοντας συνεχώς, μέχρι το μείγμα να πήξει. Δεν αφήνουμε να βράσει γιατί θα κόψει.

Για να πήξει γρηγορότερα θα διαλύσουμε σε $\frac{1}{4}$ του φλιτζανιού καυτό νερό 1 κουταλιά του γλυκό κορν φλάουρ, ανακατεύουμε καλά μέχρι να διαλυθούν οι σβόλοι και το ρίχνουμε στο αυγολέμονο ανακατεύοντας μέχρι να πήξει.

Στο τέλος περιχύνουμε το αυγολέμο μέσα στη κατσαρόλα με το αρνάκι και το σερβίρουμε αφού κρυώσει ελαφρά.

Πηγή: ikypros.com