

## Μέρα κατάλληλη για γιουβαρλάκια

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo: sherryillk@Flickr

της *Μαρίας Τσέκου*.

Κάθε φορά που σκέφτομαι τα γιουβαρλάκια έχω ανάμεικτα συναισθήματα. Μου θυμίζουν τα παιδικά μου χρόνια με μια υποψία αδιαθεσίας. Ταυτόχρονα όμως δεν μπορώ να αγνοήσω τη ζεστασιά και τη γεύση αυτής της τόσο απλής σουπίτσας. Με λίγα λόγια, τα γιουβαρλάκια ίσως να μου φαίνονται κάπως βαρετά. Γι' αυτό θα τα αλλάξω λίγο. Εχω κιμά, έχω ρυζάκι και η μέρα σηκώνει σούπα. Ανοίγω το ψυγείο και ψάχνω να βρω τι μπορεί να κάνει παρέα στην κατσαρόλα με τα γιουβαρλάκια μου. Και να 'μαι! Βρήκα πρασινάδες διάφορες. Ξεκινάμε λοιπόν!

Υλικά:

- 500 γρ. κιμά μοσχαρίσιο
- 200 γρ. ρύζι καρολίνα
- 2 καρότα κομμένα ροδέλες

- **1 καρότο τριμμένο**
- **3 πατάτες μέτριες κομμένες σε μικρά κομματάκια**
- **250 γρ. άνιθο, μαϊντανό, σπανάκι, φύλλα από σέσκουλο, μυρώνια, φρέσκο κρεμμύδι - ψιλοκομένα και αλατισμένα λίγο για να μαραθούν**
- **1 μικρό ξερό κρεμμύδι τριμμένο**
- **αλάτι, πιπέρι, λάδι**
- **1-2 λεμόνια και δύο αυγά για το αυγολέμονο**

Ζυμώνουμε μαζί κιμά, ρύζι, τριμμένα λαχανικά, μυρωδικά, το αλάτι, το πιπέρι και λίγο λάδι.

Βάζουμε δύο λίτρα νερό σε μια μεγάλη κατσαρόλα να βράσει και στο μεταξύ πλάθουμε τα γιουβαρλάκια σε μικρές μπαλίτσες. Μόλις το νερό είναι έτοιμο, τα ρίχνουμε μέσα απαλά μαζί με τις πατάτες, τα κομμένα καρότα και λίγο αλάτι ακόμα. Βράζουμε το φαγητό μας για 40 λεπτά περίπου και, δέκα λεπτά πριν το κατεβάσουμε απο τη φωτιά, προσθέτουμε λίγο λάδι. Μπορεί να χρειαστεί να προσθέσουμε λίγο νερό ώστε το φαγητό μας να έχει αρκετό ζουμί.

Μόλις είναι έτοιμο, φτιάχνουμε το αυγολέμονο. Χτυπάμε τα ασπράδια για λίγο να γίνουν απαλή μαρέγκα, προσθέτουμε τους κρόκους, το λεμόνι και στη συνέχεια σιγά-σιγά ζωμό από τα γιουβαρλάκια μέχρι να ζεσταθεί καλά το μείγμα του αυγού. Μόλις είναι έτοιμο, το ρίχνουμε στο φαγητό, κουνάμε λίγο την κατσαρόλα έτσι ώστε να πάει παντού στέλνοντας τα σχετικά ματς-μουτς για να πετύχει!

**Πηγή:** [bostanistas.gr](http://bostanistas.gr)