4 Αυγούστου 2018

Φακές με χταπόδι και λαχανικά στη γάστρα

Ένας μοναδικά πρωτότυπος και πεντανόστιμος τρόπος να μαγειρέψετε χταπόδι! Δοκιμάστε το και δεν θα χάσετε!

Υλικά Συνταγής
1 χταπόδι (περίπου 1 κιλό) καθαρισμένο
500 γρ. φακές χοντρές
2 σκ. σκόρδο ολόκληρες
1 κλαδάκι φρέσκια ρίγανη
2 δαφνόφυλλα
6 κ.σ. βαλσαμικό ξίδι ΠΑΝ της Οξοποιίας Ζαφειρόπουλος
1/2 φλ. ελαιόλαδο
2 ξερά κρεμμύδια κομμένα σε καρέ
1 κόκκινη πιπεριά κομμένη σε καρέ
1 πράσινη πιπεριά κομμένη σε καρέ
1 ντομάτα κομμένη σε καρέ
αλάτι
φρεσκοτριμμένο πιπέρι
Εκτέλεση
Βράζουμε τις φακές σε μπόλικο νερό για περίπου 30΄-35΄ να είναι μισοβρασμένες. Τις στραγγίζουμε καλά. Ρίχνουμε σε μια στρώση τις μισοβρασμένες φακές στη γάστρα. Είναι προτιμότερο να χρησιμοποιήσουμε μικρή πήλινη γάστρα γιατί ψήνεται πιο σωστά το φαγητό.

Μπήγουμε τα σκόρδα και τα δαφνόφυλλα ενδιάμεσα στις φακές. Απλώνουμε από πάνω τους το χταπόδι. Βάζουμε σε μπολ τα κρεμμύδια, τις πιπεριές και την ντομάτα. Τα αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε τη ρίγανη, το μπαλσάμικο και το ελαιόλαδο. Τα ανακατεύουμε πολύ καλά και περιχύνουμε με αυτά το χταπόδι και τις φακές.

Σκεπάζουμε τη γάστρα καλά και ψήνουμε το φαγητό στους 180°C στις αντιστάσεις, στην προτελευταία σχάρα, για περίπου 1 ώρα. Προς το τέλος του ψησίματος ελέγχουμε τα υγρά του φαγητού. Σερβίρεται ζεστό σαν κυρίως γεύμα ή κρύο σαν σαλάτα.

Πηγή: argiro.gr