22 Ιουλίου 2023

Χταπόδι με κοφτό μακαρόνι (μοναχού Επιφάνιου)

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία





Εκτέλεση :

Βράζουμε το χταπόδι και το κόβουμε κομματάκια μήκους ενάμισι με δύο εκατοστά. Καθαρίζουμε τα κρεμμύδια και τα σκόρδα, τα ψιλοκόβουμε και τα τοποθετούμε σ’ έναν ταβά μαζί με το λάδι, να τα σοτάρουμε σε σιγανή φωτιά.Αφού ροδίσουν, βάζουμε μισό λίτρο νερό και τις ντομάτες περασμένες από τον τρίφτη. Προσθέτουμε μια κουτάλα χταποδόζουμο και όλα τα μπαχαρικά μαζί και το αλάτι. Μόλις πάρει μια βράση, το μεταφέρουμε σε κάποιο πυρέξ ή σ’ ένα ταψί. Εκεί

προσθέτουμε το κομμένο χταπόδι και το μακαρονάκι και τα ανακατεύουμε καλά. Το βάζουμε στον φούρνο, που έχουμε προθερμάνει στους 180° για τριάντα ως σαράντα λεπτά, ώστε να ρουφήξει τα ζουμιά του, και τότε θα είναι έτοιμο το φαγητό μας.

* Περισσότερες συνταγές του μοναχού Επιφάνειου στο βιβλίο που ο ίδιος επιμελείται : ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥΣ

Κάντε κλικ εδώ για όλα τα βιβλία της μοναστηριακής γαστρονομίας.

ΥΛΙΚΑ :

1 χταπόδι 1 έως 1,5 κιλό
μισό κιλό μακαρόνια κοφτά
2 κρεμμύδια ξηρά
3 με 4 σκελίδες σκόρδο
200 γραμμάρια λάδι
6 ως 7 ντομάτες ώριμες
μαυροπίπερο, κόκκινο γλυκό πιπέρι
κύμινο, λάδι, αλάτι

ΠΗΓΗ ΑΠΟ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ Μαγειρική του Αγίου Όρους Μοναχού Επιφάνιου Μυλοποταμινού. Ευχαριστούμε τον αγιορείτη μοναχό Επιφάνιο <Μυλοποταμινό> για τις συνταγές που παραχώρησε στα monastiriaka.gr