

4 Ιουλίου 2020

## Γεμιστά με κιμά

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Γαστρονομία](#)





#### Συστατικά

6 ντομάτες

2 πιπεριές κόκκινες

2 πιπεριές κίτρινες

2 πιπεριές πράσινες

#### Για τη γέμιση

1 κρεμμύδι, ξερό

1 σκ. σκόρδο

1 πράσο

60 γρ. ελαιόλαδο

1 κ.σ. ζάχαρη κρυσταλλική

300 γρ. ρύζι γλασέ

1 κύβο κότας

50 γρ. κρασί λευκό

500 γρ. κιμά μοσχαρίσιο

400 γρ. νερό

αλάτι

πιπέρι

1/3 ματσάκι άνηθο

1/2 ματσάκι μαϊντανό  
1/2 ματσάκι δυόσμο  
Για τη σύνθεση

500 γρ. πατάτες  
2 κ.σ. ελαιόλαδο  
αλάτι  
πιπέρι  
1 κ.σ. βούτυρο  
200 γρ. νερό

Για το σερβίρισμα

μυρωδικά, φρέσκα  
δυόσμο  
φέτα  
ρίγανη, ξερή  
1 κ.σ. ελαιόλαδο  
ψωμί

## **Μέθοδος Εκτέλεσης**

Για τα γεμιστά

Αφαιρούμε το κοτσάνι από τις ντομάτες και κόβουμε -από το κάτω μέρος - τα καπάκια. Τις αδειάζουμε προσεκτικά με ένα κουταλάκι του γλυκού από την ψίχα τους.

Τις τοποθετούμε σε ένα ταψί 36×28 εκ.

Κόβουμε τα καπάκια από τις πιπεριές, αφαιρούμε τα σπόρια και τις λευκές μεμβράνες. Κόβουμε λίγο τη βάση ώστε να μπορέσουν να κάτσουν όρθιες στο ταψί, χωρίς να δημιουργήσουμε τρύπα. Τις τοποθετούμε στο ίδιο ταψί.

Για τη γέμιση

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180ο C στον αέρα.

Βάζουμε ένα βαθύ τηγάνι στη φωτιά να κάψει.

Προσθέτουμε ελαιόλαδο, ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι, το σκόρδο, το πράσο και τις άκρες από τις πιπεριές. Τα μεταφέρουμε στο τηγάνι.

Προσθέτουμε κρυσταλλική ζάχαρη και σοτάρουμε.

Στη συνέχεια ρίχνουμε ρύζι γλασέ, τον κύβο κότας, λευκό κρασί και τον μοσχαρίσιο κιμά.

Ανακατεύουμε με μία ξύλινη κουτάλα πιέζοντας για να σπάσουμε τον κιμά.

Προσθέτουμε νερό, χαμηλώνουμε τη φωτιά και ρίχνουμε αλάτι και πιπέρι. Πιέζουμε την ψίχα της ντομάτας με τα χέρια μας. Την μεταφέρουμε στο τηγάνι με τα υπόλοιπα υλικά και ψήνουμε για 10-15 λεπτά για να εξατμιστεί η υγρασία. Όταν η γέμιση είναι έτοιμη την αφαιρούμε από τη φωτιά. Ψιλοκόβουμε άνηθο, μαϊντανό και δυόσμο. Κρατάμε λίγα από τα μυρωδικά στην άκρη και προσθέτουμε τα υπόλοιπα στη γέμιση. Δοκιμάζουμε και αν χρειάζεται προσθέτουμε επιπλέον αλάτι και πιπέρι, ανακατεύουμε και ρίχνουμε ελαιόλαδο. Μέσα στις ντομάτες και τις πιπεριές προσθέτουμε, ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι. Γεμίζουμε μέχρι πάνω τις ντομάτες και τις πιπεριές με τη γέμιση. Σκεπάζουμε με τα καπάκια και αφήνουμε τα γεμιστά στην άκρη. Για τη σύνθεση

Βάζουμε ένα τηγάνι στη φωτιά να κάψει. Αφαιρούμε τη φλούδα από τις πατάτες, τις κόβουμε κυδωνάτες και τις μεταφέρουμε στο τηγάνι. Προσθέτουμε, ελαιόλαδο, πιπέρι, αλάτι, βούτυρο και σοτάρουμε για να πάρουν χρώμα. Όταν είναι έτοιμες τις μεταφέρουμε στο ταψί με τα γεμιστά. Προσθέτουμε νερό, σκεπάζουμε με λαδόκολλα και αλουμινόχαρτο και ψήνουμε για 1 ώρα. Αφαιρούμε τη λαδόκολλα και το αλουμινόχαρτο και συνεχίζουμε να ψήνουμε τα γεμιστά για 20- 30 λεπτά για να πάρουν χρώμα. Όταν είναι έτοιμα τα αφήνουμε να κρυώσουν. Για το σερβίρισμα

Στο πιάτο προσθέτουμε, γεμιστά, πατάτες, φρέσκα μυρωδικά και δυόσμο. Συνοδεύουμε με τυρί φέτα, ξερή ρίγανη, ελαιόλαδο και ψωμί.

**Πηγή:** [akispetretzikis.com](http://akispetretzikis.com)