26 Μαρτίου 2015

Της Σαρακοστής: άγρια χόρτα με ταραμά

Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Photo: val-znanje.com

της Θάλειας Τσιχλάκη

Τέτοια εποχή οι αγροί στην Ανατολική Αττική πλημμυρίζουν βότανα και αγριολούλουδα. Την περασμένη Κυριακή, παρόλα τα δόντια του ήλιου, κατευθύνθηκα προς τη Βραυρώνα όπου ανακάλυψα σ' ένα λιβάδι εκατοντάδες γαλαζωπά λουλούδια. Αμέσως θυμήθηκα τη γιαγιά μου, που τα ονόμαζε «αρμπέτες» και τα μάζευε, στη γειτονιά μας τότε, από τα μέσα του Μάρτη μέχρι και τον Μάη, ανάλογα με τον χειμώνα που προηγήθηκε.
Τα έντονα γαλάζια-μοβ λουλουδάκια τους είναι τόσο όμορφα που δύσκολα θα ξέχναγες το χρώμα τους. Το φυτό αυτό ονομάζεται και «απουράντζα» ή «πουράντζα» και «μπόράγκο» (Borago Officinallis). Μπορεί ο υπόλοιπος κόσμος να το μαζεύει για τις ευεργετικές του ιδιότητες, καθώς φημίζεται για αντιβηχικό, αντιπυρετικό, καρδιοτονωτικό ή ευεργετικό για τις δερματοπάθειες, όμως εγώ θυμήθηκα εκείνη την κατσαρόλα που μαγειρεύανε στο σπίτι – ενδεχομένως κατάλοιπο της Κατοχής – με τα χόρτα της εποχής, άγρια και ήμερα. Μάζεψα, λοιπόν, ένα ματσάκι και περίμενα μέχρι που σήμερα στη λαϊκή βρήκα όλα όσα

χρειαζόμουν για να συμπληρωθεί μαγειριά. Ιδού, λοιπόν, η σαρακοστιανή μου συνταγή, αν το λες αυτό συνταγή.



Photo: kalisasorexi.com

Χόρτα γιαχνί με ταραμά
Υλικά

2 κιλά διάφορα χόρτα (σπανάκι, σέσκουλα, αρμπέτα, μάραθο, μυρώνια, καυκαλήθρες κι άλλα αρωματικά χόρτα, ψιλοκομμένα)
2-4 πράσινα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα
1 ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
2 κ.σ. ταραμά (ξαρμυρισμένο)
ελαιόλαδο για το σοτάρισμα
½ βαζάκι σπιτική σάλτσα ντομάτας
Βάζω σε μια κατσαρόλα το ξερό και το πράσινο κρεμμύδι και τα μαραίνω, χωρίς να προσθέσω ελαιόλαδο. Μόλις μαραθούν, ρίχνω τα χόρτα και τη σάλτσα ντομάτας στην κατσαρόλα και τα αφήνω να βράσουν μαζί για λίγο. Μετά χαμηλώνω εντελώς τη θερμοκρασία, προθέτω όσο ελαιόλαδο δω πως χρειάζεται, ρίχνω τον ταραμά και τον γυρίζω μια-δυο φορές, μέχρι να ενσωματωθεί με τα υπόλοιπα υλικά.

Τον αφήνω να βράσει για λίγο ακόμα μέσα στα υγρά της σάλτσας. Σερβίρω το

φαγητό ζεστό με φρυγανισμένο χωριάτικο ψωμί.

Σημείωση:
Λόγω του ταραμά δεν αλατίζω αλλά μερικές φορές προσθέτω λίγο φρεσκοτριμμένο πιπέρι, λίγο κύμινο ή φρέσκο τζίντζερ για να δώσω μια δική μου νότα στο φαγητό.
Πηγή: .bostanistas.gr