

Αρνί σούβλας



Η κλασική Πασχαλινή συνταγή για να φτιάξετε το αρνάκι σας λουκούμι.

Εδώ και τριάντα περίπου χρόνια εξαπλώθηκε σε όλη την Ελλάδα το -παλαιότερα καθαρά Ρουμελιώτικο- έθιμο του οβελία, του αρνιού στην σούβλα. Βεβαίως κάποια μέρη αντιστέκονται κι έτσι στην Χαλκιδική θα βρούμε γεμιστό στήθος αρνιού ή κασικιού (κουφάρι), στα Δωδεκάνησα γεμιστή πλάτη αρνιού, στην Κύπρο κοντοσούβλι (σούβλα) και άλλα πολλά.

Ακόμη κι αυτό το σχετικά απλό έδεσμα, η σούβλα, έχει τα μυστικά του. Το πρώτο ζήτημα είναι η αγορά. Το αρνί πρέπει να έχει λευκά λίπη και κόκκινα κρέατα καθώς και κοκκινωπά σωθικά. Τα προς το μαύρο αποκλείονται αυτομάτως όπως και όσα έχουν δυσάρεστη οσμή. Το δεύτερο ζήτημα είναι η προέλευση, τα ελληνικά έχουν κυανή σφραγίδα και την λέξη «Ελλάς» ελληνικά ή λατινικά. Η επισήμανση δεν προστατεύει απολύτως αφού υπάρχουν «ελληνοποιήσεις» ζώντων ζώων στους τρεις μήνες, εδώ παίζει η εμπιστοσύνη στον προμηθευτή. Όσοι αγοράζουν στο χωριό, από γνωστό, προσοχή στην σφαγή, πρέπει να υπάρχει έλεγχος, άρα σφαγείο και κτηνίατρος.

Το επόμενο στάδιο είναι ο καθαρισμός και το αλάτισμα. Βγάζουμε τη συκωταριά, αν είναι μέσα, τραβώντας τη από το λάρυγγα, αφού κόψουμε κάποια υμένα. Κόβουμε κάποιες τρίχες που έχει το αρνί και την σφραγίδα. Το αρνί αφού πλυθεί καλά, ιδίως στο εσωτερικό, ώστε να καθαρίσει από τα αίματα, αφήνεται να στραγγίσει από ένα τσιγκέλι. Όπως και να έχει μόλις στεγνώσει, πρέπει να καρυκευθεί με αλατοπίπερο

πιθανόν και ρίγανη, αλλά υπάρχουν και εναλλακτικές λύσεις όπως η μαντζουράνα, το θρούμπι, ο ξερός βασιλικός, αρωματικά πιπέρια, ακόμη και σκόρδο. Αλατοπιπέρωμα γίνεται και σε εγκοπές στα πάνω πόδια (ανάμεσα στα πόδια και το σώμα) και στα μπούτια τα οποία χαράσσουμε με ένα σταυρό και βάζουμε το χέρι μας μέσα για να κόψουμε το νεύρο που υπάρχει. Ετσι όπως είναι το αρνί μπορεί να μείνει ως την επομένη ή και να σουβλιστεί και να περιμένει. Γενικώς προτιμώ το ημίχονδρο αλάτι από το ψιλό και το μέτριο αλάτισμα που δίνει.

Προτελευταίο στάδιο το σουβλισμα. Η σούβλα πρέπει να έχει πλυθεί πολύ καλά. Οι παλιές, οι ξύλινες, συνήθως κυπαρισσένιες έδιναν πρόσθετη νοστιμιά. Το αρνί σουβλίζεται εύκολα αν ακουμπά σε ένα τραπέζι. Περνάμε πρώτα το σουβλί από το κάτω μέρος του αρνιού (ουρά), μέσα από το σώμα του και τελικά το σουβλί εξέρχεται από το κεφάλι. Αν σας ενδιαφέρει το μυαλό μην το τραυματίσετε. Τα κάτω πόδια τα δένουμε μεταξύ τους και με σύρμα γαλβανίζε στη σούβλα. Η δίαίνα της σούβλας πρέπει να μπει στα μπούτια του αρνιού. Μετά πρέπει να δεθεί καλά το αρνί σε δύο σημεία της σπονδυλικής του στήλης για να μην κρεμάσει και να στερεοποιηθεί στη σούβλα. Οι καλές σούβλες έχουν ειδικό εξάρτημα, αλλιώς χρησιμοποιούμε σύρμα. Δένουμε με σύρμα και τον λαιμό. Τώρα φτάνει η στιγμή του ραψίματος και της απόφασης για το αν θα βάλουμε στην κοιλιά νοστιμιές (κρεμμύδια, σκόρδα, λεμόνια, κλαριά θυμαριού κλπ. Πρέπει



Μερίδες
10-12

Χρονος εκτελεσης
3 ώρες

να ράψουμε πολύ καλά την κοιλιά για να μην ανοίξει κατά το ψήσιμο. Πρέπει να χρησιμοποιήσουμε κλωστή και όχι σύρμα, γιατί το σύρμα ίσως κοπεί. Μετά ράβουμε και τη σκέπη, ή μπόλια, ή πάνα, ή επίπλου (το λίπος στην πλάτη) σε λίγα σημεία, για να μην ξεκολλήσει. Τέλος, αν θέλουμε, δένουμε και την ουρά, ώστε να κλείσουμε την τρύπα που υπάρχει, για καλύτερο ψήσιμο.

Όσο για το ψήσιμο πρέπει η φωτιά να ανάψει κατάλληλα και να είναι αρκετή για να μη σβήσει και φυσικά να φθάσει. Αυτό αποκτάται με την εμπειρία ή ρωτάμε ένα «παλιό», πάντως καλούκακού ανοίξετε δεύτερο λάκκο και κάντε θράκα ώστε να έχετε εφεδρία. Την πιο νόστιμη φωτιά κάνουν οι κληματόβεργες, γι' αυτό τέτοια εποχή που γίνεται το κλάδεμα των αμπελιών θα δείτε στην οβελιομάνα Λεβαδιά τους τσιγγάνους να περνούν με τα ντασούν φορτωμένα κλιματισίδες. Επίσης γε-

νικός κανόνας είναι ότι στην αρχή πρέπει να γυρίζουμε γρήγορα το αρνί για να μην αρπάξει. Σταδιακά μειώνουμε την ταχύτητα περιστροφής και κατεβάζουμε το αρνί πιο χαμηλά. Το ψήσιμο παίρνει περίπου 3 ώρες. Τα μηχανάκια βοηθούν μόνο όσους βαριούνται, οι δε γκουρμεδιάρηδες μπορούν ρίχνουν στην φωτιά αρωματικά που με τον καπνό τους δίνουν γεύση (φλούδες κρεμμυδιού, λεμονόκουπες, σκόρδα, ρίγανη κλπ). Απαραίτητα είναι ένα μπωλ με λαδολέμονο και αλατοπίπερο (ρίγανη για όσους θέλουν), μείγμα που αλείφουμε με μία λεμονόκουπα καρφωμένη σε ένα ξύλο, είναι απαραίτητο για να μην ξεραθεί. Τέλος καλόν είναι να έχετε και ένα πλαστικό μπουκάλι με λεμονάτο νερό για να πιτσιλάτε τις φωτιές που ανάβουν κάτω από τ' αρνί από το λίπος. Ξέρουμε αν έχει ψηθεί κόβοντας από μέσα το πίσω μπούτι που πρέπει να είναι γκριζωπό και να μην έχει ροζ υγρά.

Μαγειρίτσα Ηπειρώτικη



Απαραίτητη στο βραδινό τραπέζι της Ανάστασης μία μαγειρίτσα αχνιστή με αρώματα από την Ελληνική φύση και από τα χέρια της μαμάς ή της γιαγιάς ακόμα καλύτερα.

Συστατικά:

- 1 αρνίσιο κεφαλάκι με λίγο σβέρκο
- 1 συκωταριά
- 5 κ.σ. λάδι
- 2 φλ. ψιλοκομμένα χόρτα (μυρώνια, καυκαλήθρες, αλιβάρβαρα παπαρούνες και ξυνολάπαθα)
- 4 φρέσκα ψιλοκομμένα κρεμμυδάκια
- 3 κουτ. ψιλοκομμένος άνηθος
- 1 κουφτα ρύζι
- 2 λεμόνια (χυμός)
- 2 αυγά
- 2 κουτ. γιαούρτι αλατοπίπερο

Οδηγίες:

Βάζετε το κεφαλάκι κάτω από το τρεχούμενο νερό και το καθαρίζετε. Ανοίγετε το στόμα του και αφήνετε το νερό να τρέξει ως τον φάρυγγα. Ξεπλένετε καλά τη νύτη και τα αυτιά του και καίτε το κεφάλι

στην φωτιά για να απαλλαγείτε από τις τριχούλες. Το βάζετε σε βαθιά κασαρόλα με νερό να το σκεπάζει. Αφήνετε να βράσει, ξαφρίζετε, σκεπάζετε και σιγοβράζετε για 1 ώρα.

Στο μεταξύ, σε άλλη κασαρόλα, ζεσταίνετε το λάδι ή το βούτυρο και τηγανίζετε τα κρεμμυδάκια για 2-3 λεπτά, να μαλακώσουν. Προσθέτετε τα χόρτα και σιγοβράζετε για 2-3 λεπτά. Αφήνετε στην άκρη. Ζεματίζετε για 2-3 λεπτά τη συκωταριά και την κόβετε σε κυβάκια, προσωπικώς δεν βάζω όλο το πνευμόνι. Ξεκοκαλίζετε το κεφαλάκι από τα μάγουλα και το σβέρκο. Σε κασαρόλα ρίχνετε το μίγμα με τα χόρτα, τη συκωταριά και το κρέας. Προσθέτετε 4-5 φλιτζάνια από τον ζωμό όπου έβρασε το κεφαλάκι. Αλατοπιπερώνετε και σιγοβράζετε για 40 λεπτά ακόμα. Είκοσι λεπτά περίπου πριν το κατεβάσουμε από τη φωτιά ρίχνουμε και το ρύζι. Δοκιμάστε το αλάτι.

Σε μπολ βάζετε τα αυγά, το γιαούρτι, και τον χυμό των λεμονιών. Ρίχνετε λίγο από το ζωμί της κασαρόλας ανακατεύετε και αδειάζετε το αναμειγμένο



Μερίδες
6

Χρονος εκτελεσης
60 λεπτά

στη σούπα, ανακινώντας συνεχώς την κασαρόλα. Αφήνετε να βράσει για 1-2 λεπτά, να πήξει ελαφρά. Τελειώνετε με τον άνηθο για να μην παραβράσει και σερβίρετε. Μπορείτε να προσθέσετε ποδαράκια που θα βράσουν με το κεφάλι