

Οι κεφτέδες

Δημοσιεύθηκε από Hlianna - 21/12/2009 21:13

<http://www.mageirikesdiadromes.gr/images/stories/rapidrecipe/th/81-garidokeftes1.jpg>

Οι κεφτέδες δεν είναι ένα φαγητό που επινοήθηκε πρόσφατα. Με το διαφορετικό όνομα «μύμα», δηλαδή, εμφανίζεται στα αρχαία ελληνικά συγγράμματα. Συνήθως επρόκειτο για μείγμα από κρέας, θαλασσινά, ψάρια ή λαχανικά που κοπανίζονταν στο γουδί ή ψιλοκόβονταν. Αυτό το μείγμα εμπλουτιζόταν με λίγο πλιγούρι, διάφορα μυρωδικά και μπαχαρικά, και τηγανιζόταν ή ψηνόταν στη σχάρα τυλιγμένο σε φύλλα συκιάς ή αμπελόφυλλα.

Οι κεφτέδες, σε όλες τους τις μορφές, cenvarcici από τη Σερβία, cig kofte από την Τουρκία, κεμπάπ από τη Βουλγαρία, κεφτέδες από την Ελλάδα, είναι πηγή δημιουργικής έμπνευσης για τους καλοφαγάδες των Βαλκανίων, καθώς η παρασκευή τους, σε όλες τις παραπάνω χώρες, επιφυλάσσει ευχάριστες -για τους ουρανίσκους- εκπλήξεις, λόγω των συστατικών τους.

Γεωσιγνώστες και ειδικοί της κουζίνας έκαναν έρευνα για τους κεφτέδες των Βαλκανίων και δημοσίευσαν τα αποτελέσματα του «αγώνα των κεφτέδων» στην ιστοσελίδα balkantravellers.com. Εκεί λοιπόν μαθαίνουμε ότι στην Τουρκία παρασκευάζονται περίπου 290 είδη κεφτέδων, οι πιο δημιουργικοί στην παρασκευή κεφτέδων και «εναλλακτικών κεφτέδων» είναι οι Έλληνες, ότι οι Σέρβοι είναι αυτοί που δίνουν στον κεφτέ περίοπτη θέση στην εθνική τους κουζίνα, ότι Αλβανοί, Βούλγαροι, Ρουμάνοι, Σκοπιανοί είναι λίγο πιο πίσω... στα κεφτεδάκια. Και ειδικότερα παρουσιάζεται η σχέση κάθε χώρας με τον κεφτέ... της.

<http://i46.tinypic.com/dcubzo.jpg>

Ελλάδα

Κεφτέδες, σουτζουκάκια και γιουβαρλάκια

Η κλασική συνταγή για τους κεφτέδες περιλαμβάνει χοιρινό και μοσχαρίσιο κρέας και κρεμμύδι, ψίχα ψωμιού, αβγά, μαϊντανό. Σε ορισμένες περιπτώσεις το μείγμα συνοδεύεται από κύμινο, λευκό κρασί ή μοσχοκάρυδο. Άλλες «μορφές» των κεφτέδων είναι τα σουτζουκάκια και τα γιουβαρλάκια. Τα πρώτα ετοιμάζονται με πολύ κύμινο, κρεμμύδι και ρίγανη, ορισμένες φορές μόνο με μοσχαρίσιο κρέας και γίνονται ψητά. Τα γιουβαρλάκια είναι η ελληνική εκδοχή των κεφτέδων με ρύζι. Σε αυτή την περίπτωση η σάλτσα είναι συγκεκριμένη -προετοιμάζεται με ελαιόλαδο και περιέχει δυόσμο.

Κεφτέδες και σουτζουκάκια στις χώρες της πρώην ενιαίας Γιουγκοσλαβίας

Στις χώρες που κάποτε αποτελούσαν «κομμάτια» της πρώην ενιαίας Γιουγκοσλαβίας, οι πολίτες δεν κρύβουν την αγάπη τους για τα σουτζουκάκια (cenvarcici) και τα μπιφτέκια (pljeskavica). Τα σουτζουκάκια σερβίρονται, συνήθως, με γενναίες ποσότητες κρεμμυδιού, κόκκινης πιπεριάς και τομάτας. Μάλιστα, ο Σέρβος συγγραφέας Μπράσινλαβ Νούσιτς (1864-1938) περιέγραψε τους κεφτέδες ως ένα πολύτιμο ορεκτικό για τους Σέρβους, τους Κροάτες και τους Σλοβένους.

Αλβανία-Ρουμανία

«Περίεργες» προσθήκες

Στην Αλβανία, η συνταγή για την παρασκευή των κεφτέδων έχει στοιχεία από την ελληνική και την τουρκική κουζίνα, αλλά και άρωμα δυόσμου. Ακόμη πιο «περίεργη» είναι η προσθήκη πουρέ

βρασμένων φασολιών που κάνουν οι Ρουμάνοι.

Τουρκία

Από τα φαγάδικα της Αδριανούπολης στη Σμύρνη

Ορισμένοι υποστηρίζουν πως μόνο στην Τουρκία προετοιμάζονται περισσότερα από 290 είδη κεφτέδων. Το κοινό τους στοιχείο είναι πως δεν χρησιμοποιείται χοιρινό κρέας, αλλά κυρίως αρνίσιο και σε άλλες περιπτώσεις μοσχαρίσιο. «Πρωταγωνιστικό» ρόλο έχει το sig kofte που θα πει «ωμό κρέας», καθώς είναι πράγματι ένα μείγμα ωμού κιμά με πολλά μπαχαρικά και λαχανικά. Συνήθως σερβίρεται πάνω σε ένα κομμάτι μαρούλι και συνοδεύεται από κρύο αριάνι, που... απαλύνει το κάψιμο στο στομάχι.

Από το ευρωπαϊκό κομμάτι της Τουρκίας μέχρι τα ανατολικά της σύνορα με τη Συρία, οι συνταγές ποικίλλουν σημαντικά.

Βουλγαρία

Με κάθε τρόπο, αλλά πάντα με sharena sol

Πέραν του παραδοσιακού πιάτου, οι κεφτέδες στη Βουλγαρία συνοδεύονται συνήθως από τη sharena sol, ένα πικάντικο μείγμα βοτάνων. Οι παραδοσιακοί κεφτέδες παρασκευάζονται από χοιρινό και μοσχαρίσιο κρέας, συνήθως σε αναλογία 60:40, γεγονός που τους δίνει μια ξεχωριστή γεύση.

ΜΙΑ ΑΤΕΛΕΙΩΤΗ ΛΙΣΤΑ

Κάτω από το όνομα «κεφτές» μπορούμε να συντάξουμε μια ολόκληρη λίστα στρογγυλών παρασκευασμάτων με διαφορετική κάθε φορά σύσταση. Εκτός λοιπόν από τους παραδοσιακούς με το κρέας, έχουμε τους ντοματοκεφτέδες, πατατοκεφτέδες, ρεβιθοκεφτέδες, κολοκυθοκεφτέδες, κρεμμυδοκεφτέδες, ακόμη και θαλασσοκεφτέδες.

Η λίστα μοιάζει ατέλειωτη, αλλά η συνταγή είναι απλή: ψιλοκόβουμε λαχανικό, όσπριο, ή ακόμη και θαλασσίνο, προσθέτουμε άφθονα μυρωδικά και, για να δέσει το μείγμα, μουσκεμένο ψωμί, αλεύρι, πλιγούρι, σιμιγδάλι, γαλέτα ή παξιμάδι τριμμένο.

<http://www.mageirikesdiadromes.gr/images/stories/rapidrecipe/th/590-kolokithokeftedes1.jpg>

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ

****Χρησιμοποιήστε ψωμί 2-3 ημερών.

** Για να γίνουν οι κεφτέδες πιο τραγανοί, χρησιμοποιήστε σιμιγδάλι ή λίγο πλιγούρι ή καλαμποκίσιο αλεύρι.

* Για «εναλλακτικούς κεφτέδες», προετοιμάστε το μείγμα 3-4 ώρες πριν τους τηγανίσετε και αφήστε το στο ψυγείο. Με αυτό τον τρόπο τα αρώματα των υλικών θα ενωθούν αργά μεταξύ τους.

** Η καλή κρούστα απαιτεί καλό τηγάνισμα. Το ελαιόλαδο πρέπει να είναι αρκετά ζεστό ώστε να δημιουργήσει αυτόματα μια τραγανή εξωτερική επιδερμίδα.

** Χρησιμοποιήστε βαθύ τηγάνι. Και αφαιρέστε σε κάθε νέα τηγανιά τα υπολείμματα (π.χ. αλεύρι) από την προηγούμενη, ώστε να μη μαυρίσουν οι επόμενοι κεφτέδες.

** Μόλις βγάλετε τους κεφτέδες από το τηγάνι, ακουμπήστε τους σε απορροφητικό χαρτί κουζίνας για να στραγγίξουν.

***Τους καταναλώνουμε χλιαρούς ή κρύους, ποτέ καυτούς! ☐

www.enet.gr

=====