

## ΓΕΥΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟΝ Β. ΔΡΙΣΚΑ

# 8 ιδέες για τα αυγά που... σας περίσσεψαν

**ΑΡΚΕΤΕΣ** συνταγές απαιτούν υλικά που δεν χρησιμοποιούνται τόσο τακτικά στην κουζίνα μας. Έρχεται η στιγμή, λοιπόν, που γεμίζουμε από μισοάδεια βαζάκια ή σακουλάκια στο ψυγείο και στα ντουλάπια μας και ψάχνουμε να βρούμε τρόπους για να χρησιμοποιήσουμε ό,τι περίσσεψε από προηγούμενα μαγειρέματα. Σήμερα, πρωταγωνιστούν τα αυγά.

ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΔΡΙΣΚΑΣ

Από το **GOURMET**  
της Κυριακάτικης Ελευθεροτυπίας

Μπορεί τις ημέρες του Πάσχα να περισεύουν πολλά βρασμένα αυγά, όμως και ωμά πάντα υπάρχουν σε κάθε ψυγείο και πολλές φορές μπορεί να μείνουν στο ράφι για πολλές εβδομάδες χωρίς να τα μαγειρέψουμε. Και αφού δεν διατηρούνται για μήνες, δείτε παρακάτω μερικές ιδέες για να τα αξιοποιήσετε, ωμά ή μαγειρεμένα.

### 1. Σάλτσα για κρέας

Είναι η κλασική σάλτσα ραβηγότ που έχει βάση βρασμένα αυγά. Πολτοποιήστε 4 κρόκους από βρασμένα αυγά και ανακατέψτε τους με 1 κουταλιά ψιλοκομμένη κήνη, 1 κουταλιά ξίδι, λίγο εστραγκόν και ½ φλιτζάνι ελαιόλαδο. Αλατοπιπερώστε και σερβίρετε τη σάλτσα με βραστό ή ψητό κρέας (ταιριάζει ιδανικά με μοσχαράκι ή κοτόπουλο).

### 2. Σαγιανάκι με φέτα και ντομάτα

Για 4 άτομα υπολογίστε περίπου 250 γρ. φέτα τριμμένη. Απλώστε την σε ένα πυρίμαχο σκεύος και πασπαλίστε τη με λίγη ρίγανη, ρίξτε 1/3 του φλιτζανιού ελαιόλαδο και



λίγο γλυκό μπούκοβο. Ψιλοκόψτε 2 ντομάτες και απλώστε τις επάνω από την φέτα. Τέλος, σπαστέ 4 αυγά και ρίξτε τα επάνω από τις ντομάτες. Αλατοπιπερώστε και ψήστε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200οC για 15 λεπτά.

### 3. Ομελέτα φούρνου με καπνιστή πέστροφα

Χτυπήστε 4 αυγά με ½ φλιτζάνι γάλα. Προσθέστε στο μείγμα 100 γρ. ψιλοκομμένη καπνιστή πέστροφα, 4 κουταλιές τριμμένη παρμεζάνα, 2 ψιλοκομμένα φρέσκα κρεμμυδάκια και αρκετό φρεσκοτριμμένο πιπέρι. Αδειάστε το μείγμα σε ένα βαθύ ταψάκι και ψήστε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200οC για 20 λεπτά.

### 4. Σουφλέ με ζαμπόν και τυρί

Αλείψτε 12 φέτες ψωμί του τοστ με τυρί κρέμα ή βούτυρο. Βάλτε σε 6 από αυτές από 1 φέτα ζαμπόν και 1 φέτα τυρί για τοστ και σκεπάστε τις με τις υπόλοιπες φέτες. Κόψτε κάθε τοστ σε 8 κομμάτια. Βάλτε τα σε ένα βαθύ στρογγυλό ταψί με διάμετρο περίπου 20 εκ. Χτυπήστε 4 αυγά με 1 φλιτζάνι γάλα και αλατοπίπερο και περιχύστε τα κομμάτια του τοστ. Ψήστε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200οC για 25 λεπτά ή μέχρι να ροδοκοκκινίσει η επιφάνεια.

### 5. Αλιμυρό κανταΐφι και 4 τυριά

Παλιό, κλασικό συνταγή, μοιάζει περισσότερο με σουφλέ όταν ψηθεί και γίνεται πολύ εύκολα. Ανοιξτε με τα χέρια σας μισό κιλό κανταΐφι για να γίνει αφράτο και βάλτε τη μισή ποσότητα σε ένα στρογγυλό ταψί με διάμετρο 24 εκ. Ανακατέψτε από 1,5 φλιτζάνι τριμμένη φέτα, γραβιέρα, γκούντα και ½ φλιτζάνι τριμμένο ροκφόρ. Σκεπάστε με το υπόλοιπο κανταΐφι. Ανακατέψτε 1 λίτρο γάλα με 5 αυγά χτυπημένα, αλάτι και πιπέρι. Ψή-

στε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180οC για 45 λεπτά.

### 6. Γαλατόπιτα

τοαλακώστε 250 γρ. φύλλα κρούστας και απλώστε τα σε ένα βαθύ ταψί με διάμετρο περίπου 24 εκ. Περιχύστε τα με 125 γρ. λιωμένο βούτυρο και ψήστε τα για 15 λεπτά στους 200οC. Ζεσάνετε 1 λίτρο γάλα με 1 φλιτζάνι ζάχαρη και μία βανίλια σκόνη. Όταν ζεσταθεί το μείγμα, χτυπήστε 5 αυγά και ρίξτε λίγο λίγο το ζεστό γάλα. Ξαναβάλτε το μείγμα στην κατσαρόλα, προσθέστε 1/4 του φλιτζανιού ψιλό σιμιγδάλι και ανακατέψτε την κρέμα με χαμηλή φωτιά μέχρι να πήξει. Ρίξτε την κρέμα επάνω στα μισοψημένα φύλλα και ανακινήστε το ψήσιμο στους 180οC για 40 λεπτά.

### 7. Αυγά με μπεσαμέλ και παρμεζάνα

Ψιλοκόψτε 6 βρασμένα αυγά και ανακατέψτε τα με 6 φέτες ζαμπόν ψιλοκομμένο και ½ φλιτζάνι τριμμένη γραβιέρα. Μοιράστε το μείγμα σε 6 φέτες ψωμί του τοστ. Βάλτε τις φέτες με τα αυγά σε ένα ρηκό ταψί, σκεπάστε τα αυγά απλώνοντας 2-3 κουταλιές μπεσαμέλ σε κάθε φέτα και πασπαλίστε με τριμμένη παρμεζάνα. Ψήστε στο γκριλ μέχρι να ροδίσει η επιφάνεια.

### 8. Ομελέτα με ασπράδια και φρέσκα μυρωδικά

Μία light εκδοχή της ομελέτας με πολλή όμως γεύση. Χτυπήστε 5 ασπράδια με λίγο αλάτι και πιπέρι και προσθέστε 1 κουφίτα ψιλοκομμένα φρέσκα μυρωδικά (μαϊντανό, άνηθο, δυόσμο, βασιλικό ή άλλα της αρεσκείας σας). Ζεσάνετε ένα αντικαλλητικό ηγνάνι, αλείψτε το με 2 κουταλιές ελαιόλαδο και ρίξτε τα χτυπημένα ασπράδια. Αφήστε τα 3-4 λεπτά σε μέτρια προς δυνατή φωτιά και απλώστε στην επιφάνεια 1 φλιτζάνι τυρί κότιατ ή τριμμένο ανθούρο. Διπλώστε την ομελέτα και σερβίρετε την ομέως.



Ο Βαγγέλης Δρίσκας ([www.driskas.com](http://www.driskas.com)) είναι συγγραφέας των Βιβλίων «Αρωματική Κουζίνα», «Κάθε Μέρα Σεφ» και «Κινέζικη Κουζίνα», από τις Εκδόσεις Πατάκη.

