

## Παραλλαγές στα κεφτεδάκια

### Ψητά, αφράτα και αρωματικά

#### ΥΛΙΚΑ για 30 κεφτεδάκια

- 400 γρ. μοσχαρίσιος ή αρνίσιος κρέας
- 1 ψιλοκομμένο κρεμμύδι
- 2 σκελίδες τριμμένο σκόρδο
- 1 μεγάλη πατάτα βρασμένη και πολτοποιημένη
- 2 κουτ. σούπας ψιλοκομμένος μαϊντανός
- 1 αυγό
- 2 φέτες ψωμί τριμμένο σε ψικούλα
- 1 κουτ. γλυκού δυόσμος
- ελαιόλαδο
- αλάτι
- πιπέρι

#### Εκτέλεση

Βάλτε όλα τα υλικά για τα κεφτεδάκια σε ένα μπολ και ζυμώστε το μείγμα. Σκεπάστε το με μεβράνη τροφίμων και αφήστε το στο ψυγείο για 2 ώρες. Πλάστε τα κεφτεδάκια και βάλτε τα σε ένα ταψί. Ραντίστε τα με λίγο ελαιόλαδο και ψήστε τα σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 25 λεπτά.



ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΔΡΙΣΚΑΣ

Κυριακάτικη  
Ελευθεροτυπία -  
«GOURMET»  
Απρίλιος 2010



### Τυροκεφτέδες

#### ΥΛΙΚΑ για 25 κεφτεδάκια

- 180 γρ. έμμενταλ
- 130 γρ. τσένταρ
- 100 γρ. παρμεζάνα
- 100 γρ. Ενωμιζιθρα
- 1 αυγό

#### Για το πανάρισμα:

- 1 φλιτζάνι αλεύρι
- 2 αυγά
- 2 φλιτζάνια γαλέτα
- αλάτι
- σπορέλαιο για το τηγάνισμα

#### Εκτέλεση

Τρίψτε τα τυριά και βάλτε τα σε ένα μπολ. Ρίξτε το αυγό ελαφρά χτυπημένο και ανακατέψτε το μείγμα. Σκεπάστε το μείγμα με μεβράνη τροφίμων και αφήστε το στο ψυγείο για 1-2 ώρες για να σφίξει. Πλάστε τους τυροκεφτέδες. Χτυπήστε τα 2 αυγά για το πανάρισμα με 2 κουταλιές νερό και λίγο αλάτι.

Περάστε τους τυροκεφτέδες από το αλεύρι, μετά από τα χτυπημένα αυγά και τέλος από τη γαλέτα. Τηγανίστε τους τυροκεφτέδες σε αρκετό σπορέλαιο (για να είναι τελείως καλυμμένοι από το λάδι). Όταν τηγανιστούν, αφήστε τους σε απορροφητικό χαρτί πριν τους σερβίρετε.

### Με κολοκυθάκια, καρότα και φορμαέλα

#### ΥΛΙΚΑ για 25 κεφτεδάκια

- 2 μεγάλα τριμμένα κολοκυθάκια
- 2 μεγάλα τριμμένα καρότα
- ½ φλιτζάνι αλεύρι
- 1 αυγό
- 1 κρόκος
- 2 κουτ. σούπας ψιλοκομμένος άνηθος
- 1 κουτ. σούπας ψιλοκομμένη φρέσκα ματζουράνα
- 1 κουτ. γλυκού Ξερά
- 150 γρ. τριμμένη φορμαέλα
- αλάτι
- πιπέρι
- σπορέλαιο

#### Εκτέλεση

Βάλτε τα κολοκυθάκια και τα καρότα σε ένα σουρωτήρι, αλατίστε τα και αφήστε τα για μισή ώρα. Πιέστε τα μετά για να στραγγίσουν από τα υγρά τους και βάλτε τα σε ένα μπολ. Προσθέστε το αλεύρι, το αυγό, τον κρόκο, τον άνηθο, τη ματζουράνα και τη φορμαέλα. Πασπαλίστε με λίγο πιπέρι και ανακατέψτε το μείγμα. Αν είναι πολύ υγρό, προσθέστε 2-3 κουταλιές αλεύρι και ανακατέψτε. Βρέξτε με λίγο λάδι τα χέρια σας και πλάστε τα κεφτεδάκια. Τηγανίστε τα στο σπορέλαιο και βγάλτε τα σε απορροφητικό χαρτί για να στραγγίσουν πριν τα σερβίρετε. Συνοδέψτε με γιουρτί χτυπημένο με λίγο λάδι, αλάτι και μουσκάβο.



Ο Βαγγέλης Δρίσκας ([www.driskas.com](http://www.driskas.com)) είναι συγγραφέας των βιβλίων «Αρωματική Κουζίνα», «Κάθε Μέρα Ξερά» και «Κινέζικη Κουζίνα», που κυκλοφορούν από τις εκδόσεις Πατάκι