

# Περιεχόμενα

1. TASTE THE FASHION

PEOPLE 05/06/2016 σελ.86

---

## 1. TASTE THE FASHION

Μέσο: . . . . . PEOPLE

Ημ. Έκδοσης: . . . 05/06/2016 Ημ. Αποδελτίωσης: . . . 05/06/2016

Σελίδα: . . . . . 86



# greatideas

ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ / ΦΑΓΗΤΟ / ΤΑΞΙΔΙ / ΣΠΗΤΙ

## TASTE THE FASHION!

ΟΙ ΧΡ. ΠΕΣΚΙΑΣ ΚΑΙ Κ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΥΝ ΤΙΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΠΟΥ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΑΝ ΓΙΑ ΤΟ ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΚΟ EVENT ΓΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΜΟΔΑΣ «TASTE THE FASHION IN THE WILD».



ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ ΠΕΣΚΙΑΣ

## Καραμελωμένο Καπνιστό Χέλι

ΜΕ ΠΟΥΡΕ ΠΑΝΤΖΑΡΙ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΓΙΑΟΥΡΤΙ

### ΥΛΙΚΑ (ΓΙΑ 4 ΑΤΟΜΑ)

- 1 κιλό παντζάρια μικρά
- 1/2 σκελίδα σκόρδο
- 100ml εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο
- 30-40ml ξίδι βαλσάμικο
- 280 γραμμ. (4 φιλέτα των 70 γραμμ.) φιλέτο καπνιστό χέλι του Κώστα Γείτονα
- 60 γραμμ. γιαούρτι στραγγιστό ΦΑΓΕ Total
- 20 γραμμ. Ξινόγαλα ΦΑΓΕ
- 60 γραμμ. αυγά χρυσής ρέγγας (αντυγα)
- 16 μικρά σπαράγγια
- 10ml εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο
- Λίγες σταγόνες χυμό λεμόνι
- Κρυσταλλική ζάχαρη
- Αλάτι, πιπέρι

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αλατίζουμε και τυλίγουμε τα παντζάρια με αλουμινόχαρτο ένα ένα. Τα ψήνουμε στους 180°C για 1 ώρα περίπου. Τα καθαρίζουμε και τα περνάμε από μπλέντερ, μαζί με το ελαιόλαδο, το σκόρδο και το ξίδι, σε υψηλή ταχύτητα για 10 λεπτά. Αλατίζουμε. Αναμειγνύουμε το γιαούρτι με το Ξινόγαλα σε ένα μπολ. Προσθέτουμε τα αυγά της ρέγγας και ανακατεύουμε απαλά. Μπλανσάρουμε τα σπαράγγια για 1 λεπτό (τα βράζουμε σε νερό που κοχλάζει για 1 λεπτό και μετά τα κρυώνουμε σε παγωμένο νερό). Τα στραγγίζουμε σε χαρτί κουζίνας. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε τα σπαράγγια με το ελαιόλαδο και το λεμόνι. Αλατοπιπερώνουμε. Πασπαλίζουμε το χέλι με λίγη ζάχαρη και καραμελώνουμε με φλογοβόλο. Τοποθετούμε τον πουρέ παντζάρι στο πιάτο και δίπλα το χέλι. Βάζουμε τα σπαράγγια και περικύνουμε με τη σάλτσα γιαούρτι-αντυγα.

