Κατηγορίες Συνταγών / Λαχανικά

Γλιστρίδα τουρσί

45 λεπτά	2 βάζα	1
Χρόνος Εκτέλεσης	Μερίδες	Βαθμός Δυσκολίας

Συστατικά

- 120 γρ. γλιστρίδα
- 100 γρ. μηλόξιδο
- 5 γρ. αλάτι, χοντρό
- 5 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 2 σκ. σκόρδο
- 1/2 λεμόνι
- 200 γρ. νερό, από αυτό που βράσαμε

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

39 Θερμίδες (kcal)	0.23 Λιπαρά (γρ.)	0.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	5.4 Υδατ/κες (γρ.)
2%	0%	0%	2%

2.9 Σάκχαρα (γρ.)	1.2 Πρωτεΐνη (γρ.)	0.14 Φυτικές Ίνες (γρ.)	2.5 Αλάτι (γρ.)
3%	2%	1%	41%

Μέθοδος Εκτέλεσης

Ευχαριστούμε πολύ την αγαπημένη μας Mary Patoula για αυτή τη συνταγή.

- Πλένουμε πολύ καλά και στραγγίζουμε τη γλιστρίδα μας.
- Ανάβουμε τον φούρνο στους 100^{o} C στον αέρα.
- Πλένουμε πολύ καλά τα βάζα μας και τα καπάκια τους. Και τα ξεπλένουμε με όσο καυτό νερό αντέχει το χέρι μας. Και κατευθείαν τα τοποθετούμε μέσα στον φούρνο πάνω στη σχάρα με το άνοιγμα προς τα κάτω (έτσι γίνεται και η αποστείρωσή τους) και τα αφήνουμε εκεί με τον φούρνο αναμμένο μέχρι να τα χρειαστούμε.
- Στη συνέχεια, σε ένα μικρό κατσαρολάκι βάζουμε το μηλόξιδο, το αλάτι, τη ζάχαρη, τη 1 σκελίδα σκόρδο σπασμένη με το χέρι μας και το ½ λεμόνι.
- Βάζουμε το κατσαρολάκι με το ξίδι στη φωτιά και μόλις πάρει βράση και λιώσουν η ζάχαρη και το αλάτι, αποσύρουμε, σκεπάζουμε με το καπάκι και αφήνουμε στην άκρη.
- Μετά σε μία πλατιά κατσαρόλα, βάζουμε αρκετό νερό, περίπου 1,5 λίτρο και την άλλη σκελίδα σκόρδο τριμμένη στο ψιλό του τρίφτη μας σε δυνατή φωτιά.
- Μόλις πάρει καλή βράση το νερό ρίχνουμε μέσα τη γλιστρίδα και την κάνουμε κυριολεκτικά ένα μπάνιο. 1 με 2 λεπτά τη γυρνάμε μέσα στο νερό ίσα- ίσα να ζεματιστεί.
- Σουρώνουμε αμέσως τη γλιστρίδα, κρατώντας και λίγο από το νερό που τη ζεματίσαμε γιατί θα μας χρειαστεί.
- Αμέσως μετά, παίρνουμε και το κατσαρολάκι με το ξίδι που είναι ακόμη ζεστό και αφού στίψουμε με το χέρι μας και το λεμόνι μέσα το περνάμε όλο από ψιλή σίτα.
- Σβήνουμε τον φούρνο μας και βγάζουμε προσεκτικά τα βάζα, με ένα γάντι από μέσα γιατί καίνε και τα τοποθετούμε πάνω σε μία πετσέτα.
- Αμέσως μοιράζουμε το ξίδι που έχουμε σουρώσει στα 2 βάζα και μετά κατευθείαν μοιράζουμε και τη ζεματισμένη γλιστρίδα μέσα σε αυτά.
- Μετά πολύ σιγά με ένα κουτάλι, αν χρειατεί, γεμίζουμε μέχρι το χείλος τα βάζα με νερό που είχαμε ζεματίσει τη γλιστρίδα, δεν θα πάρει πάρα πολύ, λίγες κουταλιές. Πρέπει όμως να έρθει το υγρό μέχρι το χείλος των βάζων και 2 σταγόνες ακόμη ώστε να ξεχειλίσει ελάχιστα το υγρό από τα βάζα. Τότε παίρνουμε και τα καπάκια των βάζων από τον φούρνο και σφραγίζουμε αμέσως τα βάζα μας. Όπως θα τα κλείνουμε λίγο προσοχή γιατί θα ξανά ξεχειλίσει υγρό. (Για αυτό θέλουμε τα βάζα μας πάνω σε πανί).
- Αμέσως μόλις κλείσουμε και σφραγίσουμε τα βάζα μας, τα γυρνάμε ανάποδα και τα αφήνουμε έτσι για ένα 24ωρο μέχρι να κρυώσουν καλά!

Tip

Μπορούμε να καταναλώσουμε 2 μέρες μετά τη σφράγιση. Διατηρούνται 7 με 8 μήνες, εκτός ψυγείου. Αν ανοιχτούν θέλουν ψυγείο. Συνοδεύει άριστα ψητά κρέατα και ψάρια. Ψιλοκόψτε λίγη πάνω από τη σκορδαλιά σας. Μπαίνει σε μία σαλάτα με ντάκο και σχεδόν σε όλες τις σαλάτες. Μπορεί να μπει επίσης σε μπέργκερ, ενώ τρώγεται φυσικά με όσπρια το χειμώνα. Ενισχύει τα μεζεδάκια σας με ούζο ή τσίπουράκι με την παρέα σας!