

ΕΞΕΕΚ Λαρίδας
25/03/2020

Εργαστήριο: ΑΥΤΟΝΟΜΗΣ ΔΙΑΒΙΩΣΗΣ
Εκπ/κοί: Δήμου Δημήτρης
Ζαβράκα Ναταλία
Πετράκη Ιωάννα

ΜΠΑΚΑΛΙΑΡΟΣ - ΣΚΟΡΔΑΛΙΑ

Λίγα λόγια για το έθιμο: Ο μπακαλιάρος έφτασε στο ελληνικό τραπέζι τον 15^ο αιώνα και καθιερώθηκε άμεσα ως το εθνικό φαγητό της 25^{ης} Μαρτίου, καθώς με εφάιρεται τα νησιά, το φρέσκο ψάρι αποτελούσε πολυτέλεια για τους φτωχούς κατοίκους της ηπειρωτικής Ελλάδας. Ο παστός μπακαλιάρος λοιπόν, αποτέλεσε την εύκολη και φθηνή λύση, έθιμο που κρατά μέχρι τις μέρες μας.

Υλικά και οδηγίες (βήμα, βήμα!!!)

- 1 παστός μπακαλιάρος -

Τον κόβουμε σε μικρά κομμάτια και τον βάζουμε σε ένα μπλάν με μπόλινο νερό, μέσα στο ψυγείο για 2 μέρες (θυμόμαστε να αλλάζουμε συχνά το νερό).





- Καρκάντα -

- 1 κουτάκι βόδα
- 1 κουταλιά της βούτσας βιολιχδάρι
- λίγο αλάτι
- Αλεύρι για όλες τις χρήσεις (όσο πάρει)

Τα ανακατεύουμε όλα μαζί μέχρι να γίνει ένας σφιχτός χυλός.

— o —

Σκουπίζουμε τα κομμάτια του μπακαλιάρου και τα βουτάμε στο καρκάντα και τα τυχαρίζουμε σε καυτό ηλιέλαιο να ροδίσει και από τις 2 πλευρές.

— o —

- Σκορδαλιά -

- 2 κελιδες σκόρδο
- Μουσκεμένο ζερό ψωμί
- Λάδι (όσο πάρει)
- 1 βφινάκι ζύδι
- λίγο καρύδια

Τα χτυπάμε όλα μαζί στο ειδικό μηχάνημα, εκτός από τα καρύδια που τα προσθέτουμε στο τέλος.

ΚΑΛΗ ΜΑΣ ΟΡΕΞΗ!!!







