**Η... ανακύκλωση του πασχαλινού τραπεζιού**

[**Κόχυλα Νταϊάνα**](https://www.tanea.gr/editor/%ce%ba%cf%8c%cf%87%cf%85%ce%bb%ce%b1-%ce%bd%cf%84%ce%b1%cf%8a%ce%ac%ce%bd%ce%b1/)

|  |
| --- |
| http://assets.in.gr/AssetService/Data/D2003/D0423/1or26b.jpg |
|  |

Ύστερα από δυο-τρεις ημέρες δεν αντέχω άλλο πρωινό με κόκκινα αυγά και  
τσουρέκι. Ένας λογικός άνθρωπος θα έλεγε να μη φτιάχνω τόση ποσότητα εξ αρχής.  
Δεν μπορώ. Το Πάσχα, όπως τα Χριστούγεννα, είναι μια γιορτή που το φαγητό  
υπάρχει σε αφθονία. Το τραπέζι ξεχειλίζει από όλα όσα περιμένει ο καθένας  
εκείνη την ημέρα, από τα γνωστά πατροπαράδοτα του κάθε τόπου (το πασχαλινό  
τραπέζι, περισσότερο απ' όλα τα άλλα γιορτινά τραπέζια, περιέχει ένα έντονο  
στοιχείο ιεροτελεστίας), από τα διάφορα εποχικά, είτε είναι αγκινάρες είτε  
χορτόπιτες με μάραθο κ.λπ. και, φυσικά, από καμιά-δυο σπεσιαλιτέ που  
δημιουργεί η μαγείρισσα επειδή, απλώς, έτσι γουστάρει.

Η επομένη όμως είναι άλλη ιστορία και εγώ, φαν της έξυπνης χρήσης των  
περισσευμάτων, σκέπτομαι από τώρα τι θα τα κάνω.

Η περσινή μου εμπειρία ως ταβερνιάρισσα μου έμαθε ότι τα πάντα ανακυκλώνονται  
και ότι πολλές φορές μάλιστα είναι και πιο νόστιμα τη δεύτερη ημέρα. Έτσι, δεν  
πετάω τίποτε, διότι όλα τα περισσεύματα έχουν δεύτερη «πνοή ζωής» -  
τουλάχιστον για μία, ίσως και για δύο ημέρες ακόμη. Τα κοψίδια, λοιπόν,  
γίνονται πίτες, πιτούλες, σάντουιτς, «γύρος» και άλλα πολλά. Κάνουν και  
θαυμάσιες σάλτσες. Εάν θέλουμε να ξεφύγουμε τελείως από τη Μεσόγειο, είναι και  
υπέροχα σε διάφορες συνταγές για «stir fry» - το γρήγορο τηγάνι της ασιατικής  
κουζίνας. Μαζί με ρύζι είναι καταπληκτικά, όπως επίσης και σε σάλτσες. Τα  
αρνίσια κόκαλα κάνουν θαυμάσιες σούπες. Ακόμα και το λίπος που περισσεύει,  
καθώς καθαρίζεις τα... ρετάλια του αρνιού, έχει τη χρήση του. Αποθηκεύεται  
άνετα στην ψύξη και χρησιμοποιείται σαν γευστική ενίσχυση σε άπειρα φαγητά,  
από μαγειρευτά μέχρι σάλτσες.

Οι ψητές πατάτες δεν λένε την επομένη, αλλά δεν υπάρχει ωραιότερο φαγητό από  
την... πρώην ψημένη πατάτα, κομμένη σε μικρά κομμάτια, ανακατεμένη με  
σοταρισμένο κρεμμύδι, μυρωδικά και κρέμα γάλακτος και ξανά ψημένη, σαν πίτα  
σχεδόν, αλλά χωρίς φύλλο. Εάν έχει ψηθεί και σε ξυλόφουρνο, το αποτέλεσμα  
είναι καταπληκτικό.

Τα αυγά βρίσκουν δευτερεύοντα ρόλο σε σαλάτες, σάντουιτς και πίτες. Φυσικά  
μπορείτε να τα γεμίστε, για να κάνετε έναν μεζέ. Τριμμένα, κάνουν μια ωραία  
γαρνιτούρα σε διάφορα άλλα φαγητά.

Ακόμα και το ξερό, μπαγιάτικο τσουρέκι έχει δεύτερη ζωή. Όταν ξεραθεί τελείως  
το βουτάω μέσα σε αυγό και γάλα και το σοτάρω με λίγο βούτυρο. Ρίχνω μέλι από  
πάνω. Είναι πολύ ωραίο για πρωινό. Γίνεται επίσης και θαυμάσια πουτίγκα.  
Ταιριάζει με κάθε είδος αποξηραμένου φρούτου, από φρουί γλασέ μέχρι σταφίδες.  
Το μουλιάζω μέσα σε γάλα και χτυπημένα αυγά, ρίχνω και λίγη κανέλα και το ψήνω  
σε μπεν μαρί. Καμιά φορά ρίχνω και κομμάτια από σοκολάτα. Υπάρχουν πολλές  
πουτίγκες που γίνονται από μπαγιάτικο ψωμί, από παξιμάδια ή από φρυγανιά.  
Αυτή, απλώς, είναι μια παραλλαγή.

Η χρήση των περισσευμάτων έχει τους κανόνες της. Πρώτον, για λόγους υγιεινής,  
πρέπει να καταναλωθούν σχετικά γρήγορα, εκτός βέβαια εάν τα βάζετε κατευθείαν  
στην ψύξη. Τα βρασμένα αυγά τα διατηρούμε στο ψυγείο.

Για εμένα η όλη φιλοσοφία των «περισσευμάτων» ξεπερνάει την έννοια της  
οικιακής οικονομίας. Είναι σαν να έχω ξαφνικά μια παλέτα από καινούργιες  
«πρώτες ύλες». Είναι μια πρόκληση να φτιάξετε κάτι νόστιμο από αυτό που ίσως  
έχετε βαρεθεί - επειδή παρατρώμε όλοι το Πάσχα. Πάντως, δεν θεωρώ τα...  
ρετάλια ως ρετάλια. Απλώς είναι φαγητά νόστιμα, τα οποία πρέπει να φαγωθούν  
μέχρι την τελευταία «πιθανή» μπουκιά.

**Η πίτα του βοσκού**

**Δεν είμαστε οι μόνοι που έχουμε να σκεφτούμε μια συνταγή από τα  
περισσεύματα του αρνιού. Μία από τις πιο κλασικές συνταγές της Αγγλίας είναι η  
περίφημη Shepherd's Pie, η πίτα του βοσκού, δηλαδή. Είναι ίσως και από τα πιο  
νόστιμα φαγητά στην πατροπαράδοτη βρετανική κουζίνα, ένα χορταστικό πιάτο με  
πλούσια γέμιση και μια πεντανόστιμη έκπληξη. Δεν είναι μια πίτα με την κλασική  
έννοια. Κατ' αρχήν, δεν έχει ζύμη. Η γέμιση σκεπάζεται με πουρέ από πατάτα. Το  
αποτέλεσμα είναι πολύ ωραίο. Σαν φαγητό, ακούγεται ίσως λίγο βαρύ και  
χειμωνιάτικο. Καθώς γράφω όμως, το καλοριφέρ καίει στο full. Δεν λένε ότι  
φέτος το Πάσχα θα κάνει κρύο; Να μια καλή ιδέα για την επόμενη ημέρα.**

**Για να φτιάξουμε τη γέμιση θα χρειαστούμε: 300 γραμμ. κρεμμύδια στιφάδου, 4  
πράσα ψιλοκομμένα, 1 κιλό ψαχνό αρνί (περίσσευμα), αλάτι, πιπέρι, 3-4  
κουταλιές σούπας βούτυρο. 2 σκελίδες σκόρδο, ½ φλίτζάνι λευκό κρασί, 2 κ.τ.  
σούπας ντοματοπελτέ, 1 φλιτζάνι ζωμό κρέατος, 1 φλιτζάνι νερό, 2 κ.τ. γλυκού  
θυμάρι, 5 καρότα κομμένα σε φέτες τού 1 εκ.**

**Για τον πουρέ θα χρειαστούμε 1 κιλό πατάτες, ½ φλιτζάνι κρέμα γάλακτος, ½  
φλιτζάνι γάλα, αλάτι, πιπέρι, βούτυρο.**

**Ζεματάμε τα κρεμμύδια μαζί με τα φλούδια τους για ένα λεπτό. Τα  
στραγγίζουμε και τα ξεφλουδίζουμε. Καθαρίζουμε τα πράσα. Σοτάρουμε τα πράσα σε  
2 κ.τ. σούπας βούτυρο, πασπαλίζουμε με 1-2 κ.τ. σούπας αλεύρι, και ρίχνουμε το  
σκόρδο. Προσθέτουμε το αρνί και το γυρίζουμε για 3-5 λεπτά. Σβήνουμε με το  
κρασί και σιγοβράζουμε μέχρι να σωθεί το μισό υγρό. Ρίχνουμε την ντομάτα, τον  
ζωμό, το νερό, τα μυρωδικά, τα κρεμμύδια και τα καρότα και σιγομαγειρεύουμε  
για μισή ώρα. Κατεβάζουμε από τη φωτιά. Μεταφέρουμε το μείγμα σε ένα  
στρογγυλό, σχετικά βαθύ ταψί, και συνεχίζουμε το μαγείρεμα στον φούρνο, με το  
φαγητό σκεπασμένο, στους 180ΨC για περίπου μία ώρα. Πρέπει να σωθούν τα  
περισσότερα υγρά.**

**Στο μεταξύ, φτιάχνουμε τον πουρέ με τον συνηθισμένο τρόπο. Σκεπάζουμε το  
κρέας με τον πουρέ και ψήνουμε την πίτα του βοσκού κάτω από το γκριλ για 3-5  
λεπτά, μέχρι να ροδίσει ελαφρώς ο πουρές.**

**Χρήσιμες συμβουλές**

**Μπορούμε**να προσθέσουμε ψιλοκομμένο αρνί σε οποιαδήποτε σάλτσα από  
ντομάτα.

**Εάν κόψετε**το αρνί που περισσεύει σε λεπτές φέτες και το σοτάρετε μαζί  
με πιπεριές και κρεμμύδια, θα έχετε την πρώτη ύλη για ένα καταπληκτικό  
σάντουιτς, σε στυλ «γύρου». Μπορείτε να προσθέσετε και λίγο τζατζίκι από πάνω!

**Άλλο ένα**καταπληκτικό σάντουιτς από το χθεσινό αρνί είναι να το  
ανακατέψετε μαζί με καραμελωμένα κρεμμύδια και να τοποθετήσετε το μείγμα αυτό  
πάνω σε στρογγυλά βουτυρωμένα ψωμιά. Τρίβετε λίγο κασέρι ή γραβιέρα από πάνω,  
ψήνετε στο γκριλ και...

**Μουσακάς της επομένης**

**Για 4 - 6 άτομα**

**\* 1/4 του φλιτζανιού ελαιόλαδο**

**\* 1 μεγάλο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο**

**\* 600 γραμμ. αρνί ψαχνό, περίσσευμα**

**\* 2 φλιτζάνια ντομάτα ψιλοκομμένη**

**\* 2 μέτριες μελιτζάνες, κομμένες σε λεπτές, μακρόστενες φέτες**

**\* Ρίγανη**

**\* Αλάτι και πιπέρι**

**Για την μπεσαμέλ**

**\* 2 κ.τ.σ. βούτυρο**

**\* 2 κ.τ.σ. αλεύρι**

**\* 2 ½ φλιτζάνια γάλα φρέσκο**

**\* Αλάτι, πιπέρι, λίγο μοσχοκάρυδο**

**\* ½ φλιτζάνι τριμμένη γραβιέρα**

**\* ½ φλιτζάνι τριμμένη γαλέτα**

**1.**Σοτάρουμε το κρεμμύδι στο λάδι σε μέτρια φωτιά, για 4-5 λεπτά.  
Κόβουμε το αρνί σε πολύ μικρά κομμάτια και το προσθέτουμε στο κρεμμύδι.  
Προσθέτουμε την ντομάτα, τη ρίγανη, αλάτι και πιπέρι και σιγομαγειρεύουμε  
μέχρι να πήξει η σάλτσα.

**2.**Αλείφουμε τις φέτες μελιτζάνας με λίγο ελαιόλαδο και τις ψήνουμε σε  
ρηχό ταψί, στους 180Ψ για 10 λεπτά, γυρίζοντάς τες μία φορά. Πρέπει να  
μαλακώσουν. Τις βγάζουμε και τις αφήνουμε στην άκρη να κρυώσουν.

**3.**Φτιάχνουμε την μπεσαμέλ: λειώνουμε το βούτυρο, προσθέτουμε το αλεύρι  
και ανακατεύουμε με το σύρμα. Προσθέτουμε το γάλα, αλατίζουμε, πιπερώνουμε και  
ρίχνουμε το μοσχοκάρυδο. Γυρίζουμε το μείγμα με το σύρμα μέχρι να πήξει.  
Μπορούμε, εάν θέλουμε, να ρίξουμε και ένα χτυπημένο αυγό και λίγο επιπλέον  
τυρί.

**4.**Παρασκευάζουμε τον μουσακά: σε λαδωμένο ταψί στρώνουμε μια-δυο  
κουταλιές γαλέτα. Από πάνω τοποθετούμε μια στρώση από μελιτζάνες. Στρώνουμε τη  
μισή σάλτσα και από πάνω το 1/3 τής μπεσαμέλ. Επαναλαμβάνουμε, ρίχνοντας την  
υπόλοιπη μπεσαμέλ από πάνω. Πασπαλίζουμε με τη γαλέτα και το τυρί και ψήνουμε  
σε μέτριο φούρνο, μέχρι να πήξει και να ροδίσει η σάλτσα.