Συντάκτης: Ορφέας Ψιλόπουλος

Παραδοσιακή συνταγή: **Χοιρινό λεμονάτο κατσαρόλας με ρύζι "συνταγή για φοιτητές και όχι μόνο !!!"**

Υλικά για το κρέας

- 1 κιλό χοιρινό ψαχνό κομένο σε μικρά κομάτια
- 3/4 ποτηριού του κρασιού λάδι
- 2 κουταλάκια του γλυκού αλάτι
- 3 κουταλάκια του γλυκού ρίγανη (2 κουταλάκια του γλυκού και 1 κουταλάκι του γλυκού)

- 2 λεμόνια (το χυμό τους)
- 1/2 ποτήρι του κρασιού κρασί
- 2 κρεμμύδια χοντροκομμένα και
- 1 σκελίδα σκόρδο.

Υλικά για το ρύζι

- 1 ποτήρι ρύζι κίτρινο για πιλάφι
- 1 κρεμμύδι χοντροκομμένο
- 1 σκελίδα σκόρδο
- 1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι και
- 1/2 ποτήρι του κρασιού λάδι
- Αναλογία νερού με ρύζι: τρία ποτήρια νερό ένα ποτήρι ρύζι.

Εκτέλεση για το κρέας

Σε κατσαρόλα ρίχνουμε το λάδι και το κρεμμύδι. Τα τσιγαρίζουμε για 5 λεπτά.

Ρίχνουμε τα κομμάτια το κρέας (αφού τα έχουμε ξεπλύνει) και τα ανακατεύουμε για λίγο σε δυνατή φωτιά μέχρι το κρέας να ασπρίσει.

Προσθέτουμε το κρασί, το αλάτι, τα 2 κουταλάκια του γλυκού ρίγανη και το σκόρδο ανακατεύοντάς τα.

Ρίχνουμε τρία ποτήρια νερό και το αφήνουμε να βράσει.

Μετά από 1/2 ώρα αφαιρούμε ένα ποτήρι από το ζουμί με την κουτάλα και το κρατάμε σε μια κούπα για το ρύζι. Για να μην καεί προσθέτουμε μία κούπα νερό στην κατσαρόλα.

Το ελέγχουμε αν έχει βράσει τρυπώντας το κρέας με πιρούνι κατά διαστήματα. Αν δεν έχει βράσει και τελειώνει το νερό προσθέτουμε λίγο για να μην καεί.

Αν έβρασε το αφήνουμε μέχρι να λιγοστέψουν τα υγρά του και να μείνει με το λάδι κα λίγο ζουμί.

Σ' αυτό το σημείο προσθέτουμε ένα μικρό κουταλάκι ρίγανη.

Στύβουμε 2 λεμόνια και ρίχνουμε το χυμό τους στο κρέας, ανακατεύουμε και είναι έτοιμο.

Το αποσύρουμε από το μάτι της κουζίνας για να μην καεί και στο μάτι βάζουμε ένα τηγάνι με νερό για να μην πιτσικάρει.

Εκτέλεση για το ρύζι

Ξεπλένουμε το μετρημένο ρύζι 2 νερά.

Ρίχνουμε στην κατσαρόλα τρία ποτήρια νερό, το κρεμμύδι, το αλάτι, το σκόρδο, το λάδι και το ζουμί από το κρέας που είχαμε κρατήσει από πριν. Τα βάζουμε να βράσουν σε δυνατή φωτιά.

Όταν αρχίσει ο βρασμός ρίχνουμε το ρύζι ανακατεύοντας το για λίγο.

Το αφήνουμε να βράσει σε σιγανή φωτιά (δηλαδή χαμηλώνουμε την θερμοκρασία).

Όταν απορροφήσει τα υγρά και κάνει τρυπίτσες το αποσύρουμε από το μάτι, το σκεπάζουμε με μια καθαρή πετσέτα και από πάνω βάζουμε το καπάκι της κατσαρόλας (αυτό το κάνουμε για να φουσκώσει το ρύζι και να γίνει σπυρωτό).

Και πάλι στο μάτι βάζουμε ένα τηγάνι με νερό για να μην πιτσικάρει.

Καλή σας όρεξη μετά από τόση προσπάθεια και καλό διάβασμα!!!!.

Συντάκτης: Ορφέας Ψιλόπουλος