

PKHALI DE ESPINACAS Y DE BERENJENA

Vajilla seleccionada: plato de sushi geométrico, perteneciente al set de sushi geométrico. En este banquete, el set de sushi geométrico está representado por los siguientes platos y salsas: *pkhali* de espinacas y de berenjena; rollitos de berenjena rellenos de crema de nueces y hierbas (*badrijani nigvzit*); salsas *tkemali* y *adjika roja*.

- 
- 
- 

Pkhali es el término utilizado en Georgia para referirse a una especie de paté vegetal que lleva como base nueces, ajo y distintas hierbas aromáticas. Sin embargo, el *pkhali* es fácilmente identificable gracias a su color (generalmente, verde o rosado), obtenido al añadir a dicha base alguna verdura como la remolacha, la espinaca, la acelga o la *ekala* -una planta salvaje que abunda en Georgia-. Este, por tanto, es un aperitivo totalmente vegano que además entra dentro de la dieta paleo.

En este caso,

opté por hacer los *pkhali* más típicos, que son el de remolacha y el de espinaca. Cabe decir que el *pkhali* se come frío y que, tradicionalmente, se presenta en forma de bola. Asimismo, se decora con granos de granada y siempre suele ir acompañado de pan (*puri*) o de unos panecillos de maíz llamados *mchadi*. Yo opté por la segunda opción.

INGREDIENTES (para 2 bloques de *pkhali*)

- 150 gr de nueces previamente tostadas y sin sal
- 2 dientes pequeños de ajo
- $\frac{1}{4}$ cucharadita de cayena
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de fenogreco azul (se puede sustituir por hojas secas de fenogreco común).
- 2 cucharadas de zumo de limón
- 1 cucharadita de miel
- Sal al gusto
- 100 gramos de espinacas
- 2-3 remolachas pequeñas
- Cilantro picado y semillas de granada para decorar.
- *Mchadi* -panecillos de maíz- para acompañar (ver receta más abajo).

ELABORACIÓN

1. Antes de proceder a hacer la pasta, pelamos las remolachas y las ponemos a hervir en una olla con un poco de sal. Aprovecharemos la misma olla

para cocer ligeramente las espinacas con el vapor que esta desprenda. Para ello, utilizaremos un colador, lo colocaremos encima de la olla y, ya con las espinacas dentro, taparemos el conjunto durante 1 minuto. Cuando pase el minuto, sacaremos las espinacas y reservaremos. En lo que a la remolacha respecta, dejaremos que se cueza unos 7 minutos más y reservaremos hasta que se enfríe. No conviene que esté muy blanda, pero sí lo suficiente para que después pueda molerse bien en el procesador de alimentos.

- Una vez realicemos este paso, procederemos a hacer la pasta o paté. Para ello, en un procesador de alimentos, pondremos todos los ingredientes (salvo las espinacas y la remolacha) y moleremos bien hasta que se forme una pasta homogénea.

- Cuando la pasta esté hecha, la sacamos del procesador y dividimos el resultado en dos.

- Para hacer el *pkhali* de espinacas, cogemos las espinacas que previamente hemos cocinado al vapor y les quitamos el agua que hayan absorbido, haciendo una bola. No importa que pierdan la forma y dejen de parecer espinacas; si no lo haces tú, el procesador

de alimentos lo hará por ti. De este paso lo importante es que las espinacas no retengan nada del agua absorbida, pues lo que nos interesa es hacer una pasta compacta y no un puré o una crema.

- Cuando tengamos la bola de espinacas, la incorporamos al procesador de alimentos junto a una de las dos mitades de la pasta que previamente hemos hecho. Volvemos a procesar todos los ingredientes hasta que consigamos una pasta homogénea, tipo paté, de color verde. Probamos para corregir, si es necesario, el punto de la miel, la sal y el zumo de limón. La sacamos del procesador y la metemos en un recipiente cerrado, dentro de la nevera.

- Para hacer el de remolacha procederemos a seguir los mismos pasos que con el de espinaca: cortamos la remolacha en pequeños trozos, la mezclamos dentro del procesador de alimentos con la pasta de nueces y demás ingredientes y molemos bien hasta conseguir un paté compacto de un precioso color rosa. Volvemos a probar por si hubiese que añadir más sal, miel o zumo de limón. Refrigeramos hasta que lo vayamos a servir.

- Para servirlo, se suele decorar con hojas de cilantro picadas y granos

de granada.

NOTA: no abuséis

de la miel, pues el *pkhali* no es un aperitivo especialmente dulce.

Pensad más en una especie de dip, como pueden ser el *humus* o el *baba*

ganoush. Tampoco conviene excederse con el zumo de limón, pues esto

convertiría el *pkhali* en un aperitivo ácido (que no lo es para nada).

GLOSARIO

Fenogreco azul: como ya se ha

comentado en la introducción de este capítulo, Georgia goza de la singularidad

de abarcar ciertas hierbas y especias difíciles de encontrar en otro tipo de

gastronomía. El fenogreco azul es una de ellas.

En Georgia se

conoce bajo el nombre de *utskho suneli* y, aunque pertenece a la misma

familia que el fenogreco que se usa en la cocina hindú, el fenogreco azul tiene

un sabor más suave y más dulce, con notas de nueces y hojas de otoño. Como

semilla, tiene un sabor suave, bastante sutil. Sin embargo, al molerlo cambia

de sabor hacia un rico y cálido aroma, difícil de describir.

No es fácil de

encontrar, salvo que se acuda a una tienda que venda hierbas

aromáticas

georgianas. Si no se tiene a mano, se puede sustituir por hojas secas de fenogreco común.

Para los residentes en Madrid, Spicy Yuli (c/ Valverde 42) vende algunas especias y sales georgianas que irán apareciendo a lo largo del banquete. Si no, todas se pueden adquirir en el siguiente enlace: <https://suneli.uk>

PANECILLOS DE MAÍZ (*MCHADI*)

Como ya he comentado más arriba, para acompañar los *pkhali* hice unos panecillos de maíz llamados *mchadi*, que le van de maravilla. (Ver foto *Lobio Tkemali*)

INGREDIENTES (6 panecillos)

- 1 taza de harina de maíz
- $\frac{3}{4}$ de la misma taza de agua fría
- 1 cucharadita de sal
- Aceite de girasol para freír

ELABORACIÓN

1. En un bol, mezclamos la harina de maíz, la sal y el agua hasta obtener una masa compacta y

fácilmente moldeable con las manos.

- En una sartén calentamos abundante aceite para, posteriormente, freír nuestros panecillos.

- Mientras este se calienta, cogemos un puñado de masa y lo vamos moldeando con las manos hasta conseguir hacer unos seis panecillos del tamaño y la forma de un mejillón hermoso.

- Seguidamente, nos cercioramos de que el aceite está caliente y, con cuidado, los ponemos a freír a fuego medio. Tapamos la sartén y cuando hayan pasado 4-5 minutos les damos la vuelta para que se fríen por el otro lado.

- Sacamos de la sartén y los colocamos sobre papel absorbente para deshacernos del exceso de aceite. Seguidamente, los servimos calientes.