

ΣΤΡΕΙΔΟΚΤΕΝΟ



Γνωρίστε το
www.pearlseafood.upatras.gr/
Ζητήστε το
Απολαύστε το



Ε.Π. Αλιείας & Θάλασσας 2014-2020
«Εμπορική αξιοποίηση του στρειδόκτενου
Pinctada imbricata radiata με την
δημιουργία Μεταποιημένων Προϊόντων
Υψηλής Προστιθέμενης Αξίας»

Κωδικός Έργου ΟΠΣ (MIS) 5010850

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης στο πλαίσιο του
Ε.Π. Αλιείας και Θάλασσας 2014-2020



ΕΧΕΙ ΕΞΩΤΙΚΗ ΚΑΤΑΓΩΓΗ
ΨΑΡΕΥΕΤΑΙ ΤΟΠΙΚΑ
ΚΑΤΑΝΑΛΩΝΕΤΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Στρειδόκτενο
 ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΕΣΥΗ ΜΕ ΕΞΩΤΙΚΗ ΚΑΤΑΓΩΓΗ

Σχετικά με το Στρειδόκτενο

Έχει εξωτική καταγωγή, προερχόμενο από τις τροπικές και υποτροπικές περιοχές.

Έχει εγκατασταθεί στις Ελληνικές θάλασσες πάνω από μισό αιώνα.

Αποτελεί εξωτικό έδεσμα, υψηλής θρεπτικής αξίας πλούσιο σε πρωτεΐνες, λίπη, αμινοξέα και ιχνοστοιχεία.

Σερβίρεται νωπό ή κατά προτίμηση μαγειρεμένο με διάφορους "μεσογειακούς" τρόπους.

Προσοχή

Αποφυγή κατανάλωσης από άτομα με αλλεργίες στα οστρακοειδή



Βήμα 2ο

Για να μπορέσετε να ανοίξετε το στρειδόκτενο κάπου στο 1 εκατοστό, αφού σπάσει η ένωση, στριφογυρίστε το ειδικό σας μαχαίρι. Γλιστρήστε το μαχαίρι κατά μήκος του πάνω ελπέδου όστρακου μέχρι περίπου τη μέση έως ότου να βρείτε τη σάρκα του.



Βήμα 3ο

Βγάλτε τη σάρκα μέσα από το όστρακο αφήνοντας ελεύθερο το επίπεδο του μέρος. Δώστε προσοχή στους χυμούς του στρειδόκτενου καθώς πρέπει να περιέχονται στο κοίλο όστρακο. Στη συνέχεια μπορείτε να πετάξετε το αποσπώμενο επίπεδο μέρος του καθώς δεν είναι πλέον χρήσιμο.

ΤΡΟΠΟΣ ΑΝΟΙΓΜΑΤΟΣ

Βήμα 1ο

Κρατήστε σφιχτά στο χέρι σας το στρειδόκτενο, έχοντας τη βαθουλή επιφάνεια του προς τα κάτω και το σημείο που ενώνονται τα όστρακα του στραμμένο προς το σώμα σας. Χρησιμοποιώντας ειδικό μαχαίρι τοποθετήστε την άκρη ανάμεσα στα δύο όστρακα, το άνω και το κάτω στην ένωση για να επιτύχετε την αφαίρεση του κελύφους. Σε συνδυασμό με άσκηση πίεσης κουνήστε την άκρη του μαχαιριού μπρος πίσω ανάμεσα στα όστρακα.



ΤΡΟΠΟΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ

Στρειδόκτενα αχνιστά

Υλικά:

10-12 μεσαία στρειδόκτενα μαζί με το κέλυφος (καλά καθαρισμένα)
1 σκελίδα σκόρδο
1 πιπεριά μικρή Φλωρίνης
1 μικρό κρεμμύδι ψιλοκομμένο
1/2 κουτάλι σούπας μουστάρδα
1 μεγάλη ντομάτα ψιλοκομμένη μαζί με τον χυμό της
1 ντομάτα μόνο τον χυμό της
75-100 γρ. φέτα κομμένη σε κύβους
1 σφηνάκι ούζο
1/2 ποτήρι νερό
Άνηθο
Ελαιόλαδο
Μαϊντανός
Αλάτι & πιπέρι

Εκτέλεση:

1. Παίρνουμε ένα τηγάνι και βάζουμε μέσα το λάδι, ψιλοκομμένο κρεμμύδι, και τα στρειδόκτενα ολόκληρα και καθαρισμένα για να τσιγαριστούν.
2. Προσθέτουμε 1 κουτάλι σκόρδο ψιλοκομμένο και ξύσμα από 1/2 λεμόνι. Το αφήνουμε στην φωτιά για 6 λεπτά
3. Στην συνέχεια προσθέτουμε ένα κουτάλι ούζο. Μετά ρίχνουμε 100ml λευκό κρασί
4. Βάζουμε πιπέρι, αρκετό μαϊντανό, και λίγο άνηθο.
5. Το αφήνουμε για 10 λεπτά στην φωτιά σκεπασμένο με αλουμινόχαρτο για να δέσει.
6. Σουρώνουμε ώστε να μην υπάρχουν υπολείμματα από τα κελύφη και από το σκόρδο.

Καλή επιτυχία καλή όρεξη!



Στρειδόκτενα με φέτα και σπανάκι

Υλικά:

10 μεσαία στρειδοκτενα μαζί με το κέλυφος(καθαρισμένα καλά)
1 σκελίδα σκόρδο
1 μεγάλη χουφτα σπανάκι (~200γρ)
1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
1/2 κουτ.σούπας μουστάρδα
1 ντομάτα ψιλοκομμένη μαζί με τον χυμό της
~75 γρ. τυρί φέτα ψιλοκομμένη σε κύβους
20ml ούζο (μισό «σφηνάκι»)
1/2 ποτήρι νερό
2 κουταλιές βούτυρο
Ελαιόλαδο
Μαϊντανός
Αλάτι & πιπέρι

Εκτέλεση:

1. Παίρνουμε ένα τηγάνι και βάζουμε μέσα το λάδι, ψιλοκομμένο κρεμμύδι, 1 κουτάλι σκόρδο και τα στρειδόκτενα ολόκληρα και καθαρισμένα να τσιγαριστούν.
2. Προσθέτουμε σπανάκι, μαϊντανό, ντομάτα, αλάτι, και πιπέρι.
3. Προσθέτουμε ούζο και μετά από 1 λεπτό θα βάλουμε 1/2 ποτήρι νερό.
4. Αφήνουμε να βράσει για 10 λεπτά σκεπασμένο ελαφρά με αλουμινόχαρτο.
5. Προσθέτουμε το βούτυρο, την φέτα, και 1/2 κουτάλι σούπας μουστάρδα σε χαμηλή φωτιά για 4-5λεπτά.

Καλή επιτυχία καλή όρεξη!!

