

# Stifado

Grytor av olika slag är mycket vanlig mat i Grekland och förekommer än mer i hemmen än på tavernor. *Stifádo* är nog den gryta som förekommer oftast på tavernorna. Den är mycket enkel att laga till då den i stort sett sköter sig själv sedan den kokat upp och får puttra vidare.

Stifado lagas också ofta då det är *panigíri*, helgonfest. Man samlas då ofta årligen vid en kyrka och har en fest till ära för den som kyrkan är helgad åt. Då är det enkelt att laga till stifado i stora kärl för att utspisa alla besökare.

Detta recept på stifado är dock avsett för något färre personer, det är ungefär sex portioner.

## Ingredienser

1½ kg nötkött, t.ex. ytterlår eller fransyska  
½ kg smålökar  
6 vitlöksklyftor  
1 burk krossade tomater  
3 kryddnejlikor  
2 lagerbärsblad  
1 kanelstång  
1 tsk stött rosmarin  
1 msk salt  
svartpeppar  
1 dl vinäger  
2½ dl olivolja

## Tillagning

Putsa köttet om det är mycket hinnor på det och skär det i bitar med ungefär 4 cm:s sida. (En variant är att byta ut nötköttet mot hare vilket är vanligt i Grekland.) Lagg sedan köttbitarna i en gryta. Skala smålökarna och vitlöksklyftorna. Skär varje vitlöksklyfta i några bitar och lägg all lök i grytan. Sedan ska alla övriga ingredienser också i grytan. Häll därefter på vatten så att allt är täckt. Lagg på locket på grytan och låt det hela koka upp för att sedan småkoka i 2-3 timmar med locket på. Stifadon är klar då köttet är mört.

Till stifadon kan man äta pasta av något slag, t.ex. *kritharákia* som är den grekiska kornformade pastan eller helt enkelt bröd som man också doppar i den goda såsen.