

Κολοκυθόρυζο με κρουτόν φέτας

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 15 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 35 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** - **Σκεύος:** -

Υλικά για τα κρουτόν φέτας:

- 300 γρ. Φέτα ΔΩΔΩΝΗ με 40% λιγότερο αλάτι
- 4 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κ.σ. γλυκιά πάπρικα
- 1 κ.γ. ξερό βασιλικό
- 1 κ.γ. ξερή ρίγανη
- 1 κ.γ. αποξηραμένο σκόρδο σε σκόνη
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 4 κ.σ. τριμμένη φρυγανιά

Υλικά για το κολοκυθόρυζο:

- 1 κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 4 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα
- 700 γρ. κολοκυθάκια, σε φέτες
- 1 μεγάλο καρότο, χοντροτριμμένο
- 300 γρ. ρύζι καρολίνα
- 1.200 ml ζεστό νερό ή ζωμό λαχανικών
- ξύσμα από 1 ακέρωτο λεμόνι
- χυμό από ½ λεμόνι
- ½ ματσάκι μαϊντανό, ψιλοκομμένο
- ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Ετοιμάζουμε τα κρουτόν φέτας. Κόβουμε τη Φέτα ΔΩΔΩΝΗ με 40% λιγότερο αλάτι σε κυβάκια, τη βάζουμε σε μπολ με το ελαιόλαδο και ανακατεύουμε.

2) Προσθέτουμε την πάπρικα, το βασιλικό, τη ρίγανη, το σκόρδο, φρεσκοτριμμένο πιπέρι και τη φρυγανιά και ανακατεύουμε απαλά να καλυφθεί η φέτα από τα υπόλοιπα υλικά.

3) Μεταφέρουμε τα κυβάκια φέτας σε ταψί περασμένο με λαδόκολλα (μαζί με τα υπολείμματα φρυγανιάς & μυρωδικών) και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C στον αέρα για 12-14 λεπτά, μέχρι να χρυσοψηθούν.

4) Παράλληλα ετοιμάζουμε το κολοκυθόρυζο. Ζεσταίνουμε 5 κ.σ. ελαιόλαδο σε ρηχή κατσαρόλα και σοτάρουμε το κρεμμύδι και τα φρέσκα κρεμμυδάκια σε μέτρια φωτιά, για 3-4 λεπτά. Προσθέτουμε τα κολοκυθάκια, το καρότο, αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και σοτάρουμε για 7-8 λεπτά μέχρι να αρχίσουν να μαλακώνουν τα λαχανικά.

5) Προσθέτουμε το ρύζι, σοτάρουμε για 1 λεπτό και περιχύνουμε με το νερό (ή το ζωμό). Μόλις πάρει βράση, χαμηλώνουμε τη φωτιά και αφήνουμε το ρύζι να σιγομαγειρευτεί για 18-20 λεπτά, ανακατεύοντας τακτικά για να μην κολλήσει.

6) Βγάζουμε τα κρουτόν φέτας από το φούρνο και τα αφήνουμε να κρυώσουν μέχρι να ετοιμαστεί το κολοκυθόρυζο. Προς το τέλος του μαγειρέματος του ρυζιού, προσθέτουμε το ξύσμα και το χυμό λεμονιού καθώς και το μαϊντανό και ανακατεύουμε. Αποσύρουμε το κολοκυθόρυζο όσο είναι ακόμα ζουμερό, το αφήνουμε να σταθεί για λίγα λεπτά και σερβίρουμε με τα κρουτόν φέτας.