

## Λαχανοντολμάδες με κιμά μανιταριού σε λεμονάτη σάλτσα

**Μερίδες:** 6-7 (30 λαχανοντολμάδες) **Χρόνος προετοιμασίας:** 30 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 50-60 λεπτά

Διατηρείται καλυμμένο στο ψυγείο για 3-4 μέρες.

### Υλικά για τους λαχανοντολμάδες:

- 1 λάχανο αφράτο
- 1 κρεμμύδι ξερό, ψιλοκομμένο
- 1 καρότο, ψιλοκομμένο
- 1 κιλό μανιτάρια πορτομπέλο, ψιλοκομμένα
- 300 γρ. πλιγούρι
- ½ μάτσο μαϊντανό, ψιλοκομμένο (κρατάμε τα κοτσάνια στην άκρη)
- ½ μάτσο άνηθο, ψιλοκομμένο (κρατάμε τα κοτσάνια στην άκρη)
- [2 κ.σ.υγρό ζωμό λαχανικών MAGGI](#)
- 1 λίτρο νερό
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- ελαιόλαδο

### Για την σάλτσα:

- 3 κ.σ. ταχίνι
- ξύσμα και χυμό από 3 λεμόνια

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Ξεκινάμε με το λάχανο βάζοντας μία μεγάλη κατσαρόλα με αλατισμένο νερό να βράσει. Υπολογίζουμε το νερό να καλύπτει απλά το μεγαλύτερο μέρος του λάχανου. Κόβουμε το κοτσάνι δημιουργώντας έναν κώνο στην βάση του λάχανου. Το τοποθετούμε με προσοχή στην κατσαρόλα με την μεριά που ήταν το κοτσάνι προς τα κάτω και το αφήνουμε να βράσει σε πολύ χαμηλή φωτιά για 3-4 λεπτά. Αναποδογυρίζουμε το λάχανο μέσα στην κατσαρόλα και αρχίζουμε να ξεκολλάμε με προσοχή τα 5-6 εξωτερικά φύλλα του λάχανου με τη βοήθεια μιας λαβίδας και τα μεταφέρουμε σε ένα σουρωτήρι. Επαναλαμβάνουμε την διαδικασία βγάζοντας όλα τα μεγάλα φύλλα του λάχανου. Μόλις φτάσουμε στην καρδιά σταματάμε καθώς δεν μπορούμε να τυλίξουμε τα μικρά φύλλα. Αφαιρούμε το λάχανο απο την κατσαρόλα αφήνουμε το νερό να ξαναβράσει και ζεματίζουμε τα φύλλα του λάχανου για 3-4 λεπτά. Για να καταλάβετε καλά την διαδικασία, δείτε το βίντεο εδώ.

2) Για την γέμιση βάζουμε 3 κ.σ. ελαιόλαδο σε βαθύ τηγάνι και μόλις κάψει καλά προσθέτουμε το κρεμμύδι και το καρότο και σοτάρουμε για 4-5 λεπτά σε μέτρια φωτιά. Προσθέτουμε τα μανιτάρια και σοτάρουμε για περίπου 7-8 λεπτά, μέχρι να αρχίσουν να χάνουν τα υγρά τους. Αποσύρουμε από τη φωτιά, προσθέτουμε το πλιγούρι, τον μαϊντανό, τον άνηθο, αλατοπιπερώνουμε καλά και αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει.

3) Παίρνουμε ένα φύλλο από το λάχανο και το απλώνουμε σε ένα ξύλο κοπής. Με ένα μαχαίρι κόβουμε το κεντρικό νεύρο, κόβοντας το φύλλο στα δύο. Βάζουμε μία μεγάλη κουταλιά από τη γέμιση στην άκρη ενός κομματιού φύλλου και τυλίγουμε τον ντολμά σχετικά σφιχτά (αφήνοντας όμως περιθώριο στο πλιγούρι να φουσκώσει), γυρίζοντας τις άκρες προς τα μέσα πριν φτάσουμε στο τέλος (βλ. βίντεο).

4) Τοποθετούμε σε μία κατσαρόλα τα κοτσάνια από τον μαϊντανό και τον άνηθο και φτιάχνουμε μία στρώση με λαχανόφυλλα από την καρδιά του μαρουλιού ή από φύλλα που μας σκίστηκαν. Τοποθετούμε πολύ σφιχτά τους λαχανοντολμάδες σε 2-3 στρώσεις. Τους καλύπτουμε με ένα πιάτο και βάζουμε από πάνω ένα ακόμα πυρίμαχο σκεύος (πχ. μπολ) το οποίο γεμίζουμε νερό.

5) Ανακατεύουμε το νερό με τον [υγρό ζυμό λαχανικών MAGGI](#) και περιχύνουμε τους λαχανοντολμάδες. Θα πρέπει ο ζυμός να καλύπτει το πιάτο. Βράζουμε τους λαχανοντολμάδες για 50 λεπτά με 1 ώρα σε χαμηλή φωτιά.

6) Λίγο πριν τελειώσουν οι λαχανοντολμάδες, αφαιρούμε το πιάτο και ετοιμάζουμε το ταχινόλεμονο. Σε ένα μεσαίο μπολ ανακατεύουμε το ταχίνι με το ξύσμα και το χυμό λεμονιού. Προσθέτουμε 5-6 κουταλιές της σούπας από τον ζυμό που βράζουν οι λαχανοντολμάδες και ανακατεύουμε καλά. Ρίχνουμε το ταχινόλεμονο στην κατσαρόλα, κλείνουμε τη φωτιά και ανακατεύουμε απαλά κουνώντας από τα χερούλια. Αφήνουμε να ξεκουραστεί το φαγητό για 30 λεπτά και σερβίρουμε.