

15-1-2024 «Πίτσα» για το ζυμάρι

100 gr νερό

150 gr αλεύρι

5 gr μαχιά

20 gr ελαιόλαδο

Βάζουμε το αλεύρι μαζί με τη μαχιά σε ένα μπολ και το νερό. Ξεπν συνεχώς το αλάτι και στο τέλος το ελαιόλαδο.

Μόλις δούμε να σχηματίζεται το κάνουμε μια μπάλα και το σκεπάζουμε με ένα βρεγμένο πανί και το αφήνουμε να φουσκώσει για περίπου 2 ώρες.

Για την πίτσα μαργαρίτα
Ζυμάρι, σάλτσα ντομάτας, τυρί μοτσαρέλα.
Ανοίγουμε το ζυμάρι, βάζουμε τη
σάλτσα ντομάτας και το τυρί μοτσαρέλα.
Το βάζουμε στον φούρνο στους 300°C
και το ψήνουμε για 5 λεπτά. Όταν
το βγάλουμε από το φούρνο, μπορούμε
να βάλουμε πάνω από την πίτσα 5-6
φύλλα φρέσκο βασιλικό. Καλή όρεξη!

◀ Καγιανίς παραδοσιακός ▶

Καγιανίς ή στεραπατσάδα... κοινώς αυγά χτυπητά με ντομάτα.

Ένα απλό πεντανόστιμο πιάσο, μια πολύ καλή λύση για

τους κατακαρινούς ειδικά μίνες που οι ντομάτες είναι

νόστιμες και ώριμες. Μια εύκολη συνταγή, για έναν ζουμφο,

νόστιμο και χορταστικό καγιανά με τυρί φέτα και πιπεριές.

Απολαύστε τον ως Πρωινό, Πρόχειρο γεύμα ή δείπνο

ή σαν ορέκτικό ή μεζέ με το τσιπουράκι σας.

Υλικά συνταγής

8 αυγά

5-6 ώριμες ντομάτες

2 ξερά κρεμμύδια ψιλοκομμένα

2 πράσινες πιπεριές κέρατο, κομμένες σε λεπτές ροδέλιτσες

100 gr. τυρί φέτα

1/3 ματσάκι ραϊζανάο ψιλοκομμένο

1/2 φλ. τσαγιού ελαιόλαδο

αλάτι πιπέρι

Εκτέλεση συνταγής

① Πλένετε και ξεφλουδίζετε τις ντομάτσες, τις κόβετε στη μέση και πιέζετε να φύγουν τα σποράκια τους και τις ψιλοκόβετε.

② Σε μεγάλο τηγάνι ζεσταίνετε σε μέτρια θερμοκρασία το ελαιόλαδο και σοτάρετε το το κρεμμύδι και τις πιπεριές μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτετε τις ψιλοκομμένες ντομάτσες, ρίχνετε μια πρέζα ζάχαρη αλάτι και πιπέρι, ανακατεύετε, χαμηλώνετε τη φωτιά σε μέτρια προς χαμηλή και αφήνετε τη σάλτσα να σιγοβράσει για 15 λ. περίπου ή μέχρι να σωθούν τα υγρά της και να δέσει ελαφρώς.

③ Εν τω μεταξύ σπάζετε τα αυγά σε ένα μπολ και τα χτυπάτε καλά με αυγοδάρτη ή πιρούνι. Σε ένα πιάτο θρυμματίζετε τη φέτα με ένα πιρούνι και ψιλοκόβετε και το καϊντανό.

④ Όταν η σάλτσα θα είναι έτοιμη, ρίχνετε στο τηγάνι με τη σάλτσα που βράζει τα χτυπημένα αυγά και ανακατεύετε μέχρι να ψηθούν καλά. Προσθέτετε τη θρυμματισμένη φέτα με τον καϊντανό και συνεχίζετε το ανακάτεψα για 3-4 λ. επιπλέον.

Ελιόψωρο

Υλικά:

- 500 γρ. αλεύρι
- 1 φακιλάκι ξηρή μαγιά
- 1 κ.γ. ζάχαρη
- 1 κ.γ. αλάτι
- 280 γρ. χλιαρό νερό
- 2 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 φλ. τσαγιού ελιές

Εκτίλιση:

Βάζουμε όλα τα υλικά στο καδο του μίξερ και ζυμώνουμε.

Εκτενάζουμε την ξύμη μας και την αφήνουμε σε ζεστό μέρος να φουσκώσει για περίπου 1 ώρα.

Αφού έχει φουσκώσει, ρίχνουμε τις ελιές και ζυμώνουμε.

Πλάθουμε μικρά ψηφάκια, τα βάζουμε σε ένα λαδωμένο ταψί και τα αφήνουμε άλλα 1 ώρα να φουσκώσουν.

Τα ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 190° για 30' - 35' λεπτά.

14/1/91

Σοφία

Τ.Ε. Ασκ. 1 (σελ. 73)

Σιμιγδαλένιος Χαλβάς

ΥΛΙΚΑ

1 κούπα ελαιόλαδο

2 κούπες σιμιγδάλη χοντρό

1/2 κούπα ασπρισμένα αμύγδαλα

Για το σιρόπι

3 κούπες ζάχαρη

4 κούπες νερό

1 ξύλο κανέλας

1 κουταλιά της σούπας χυμός λεμονιού

1 φλούδα λεμονιού ή πορτοκαλιού

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζω τα υλικά για το σιρόπι σε μια κατσαρόλα για να βράσουν. Μόλις αρχίσει να παίρνει βράση, το ξαφρίζω και το βράζω για 5'. Σε μια άλλη κατσαρόλα ζεσταίνω το ελαιόλαδο. Ρίχνω τα αμύγδαλα και το σιμιγδάλη χαμηλώνω στο ④ Ανακατεύω συνεχώς ξεκολλώντας το μίγμα από τον πάτο μέχρι να καθυρνωθεί το σιμιγδάλη και να ροδίσει τα αμύγδαλα. Ρίχνω με προσοχή με κουτάλα

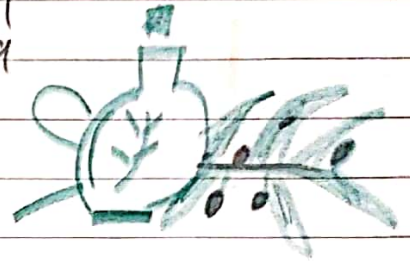
της σούπας το σιρόπι κι ανακατεύω συνεχώς. Βράζω μέχρι να ξεκολλήσει το μίγμα από τα τοιχώματα της κατσαρόλας. Κατεβάζω από τη φωτιά και σκεπάζω με πετσέτα. Αφήνω για 20' να πει όλο το υγρό. Βάζω τον χαλβά σε μία φόρμα κι αφήνω να κρυώσει. Τον κόβω σε κομμάτια και σερβίρω πασαλίζοντας κανέλα σε σκόνη.

Ελιόψωμο

Υλικά



500 γραμμάρια αλεύρι
1 φακελάκι ζηρή μαγιά
1 ποτήρι χλιαρό νερό
1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
1 κουζαλάκι ζάχαρη
λίγο αλάτι



1 και 1/2 φλιτζάνι ελιές κομμένες
σε χοντρά κομμάτια.

Εκτέλεση

1. Σε λεκάνη ανακατεύουμε το αλεύρι με το αλάτι, τη μαγιά και τη ζάχαρη, προσθέζουμε το νερό και ζυμώνοντας συνέχεια, το μισό ελαιόλαδο.

2. Το αφήνουμε να ξεκουραστεί για 10 λεπτά και μετά προσθέτουμε ζυμώνοντας το υπόλοιπο μισό ελαιόλαδο και τις ελιές.

3. Το βάζουμε σε ταψί και το αφήνουμε με 30 λεπτά να φουσκώσει. Το αλείφουμε με λίγο ελαιόλαδο και το ψήνουμε για 45 λεπτά στους 130 βαθμούς.

Καλή Επιτυχία!

Νίκος Π.

« Κουλουράκια Πορτοκαλιού »

ΥΛΙΚΑ

- 1 ποτήρι νερού λάδι
- 1 ποτήρι νερού χυμό πορτοκαλιού
- 1 ποτήρι νερό ζάχαρη
- 1 κ.γλ. μπισκιν
- 1 κ.γλ. κανέλλα
- 800 gr αλεύρι για όλες τις χρήσεις.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ένα μισό βάζουμε όλα τα υλικά, εκτός από το αλεύρι το οποίο το ρίχνουμε τελευταίο ανακατεύοντας σιγά-σιγά.

Πλάθουμε τα κουλουράκια και τα τοποθετούμε σε ένα ταψί με αντικολλητικό χαρτί.

Ψήνουμε σε καλό προθερμασμένο φούρνο, στον αέρα, στους 180°C μέχρι να ροδίσουν.

Ανδρονίκη Δ

Κουλουράκια με ελαιόλαδο

Συστατικά

- 2 1/2-3 φλυτζάνια λαδιού
- 2 φλυτζάνια ζάχαρη
- 1 φλυτζάνι χυμό πορτοκάλι
- 1 φλυτζάνι κονακ
- 1 κ.γ. σόδα
- 1 1/2 κ.γ. μηέικιν πάουντερ
- 1 1/2 κ.γ. κανελα
- 1 1/2 κ.γ. γαρύφαλο
- 1 κ.γ. αμυνία
- ζύσμα πορτοκαλιού, από 1 πορτοκάλι
- 1 1/2 κιλό αλεύρι γ.ο.χ.

Εκτέλεση

- Προθεμαίνουμε τον φούρνο στις 190°C στις αντιστάσεις.
 - Σε ένα μπολ βάζουμε το ελαιόλαδο, το κονακ, τη ζάχαρη, το ζύσμα και τον χυμό από το πορτοκάλι και ανακατεύουμε με τα χέρια μέχρι να λιώσει η ζάχαρη.
 - Προσθέτουμε σιγά-σιγά τα στερεά υλικά, συνεχίζοντας το ανακάτεμα με τα χέρια μέχρι να γίνει μια εύπλαστη ζύμη και να μη κολλάει.
 - Βάζουμε σε ταψί με λαδόκολλα τα κουλουράκια μας αφού τους έχουμε δώσει ό το σχήμα θέλουμε.
 - Ψήνουμε για περίπου 30 λ. μέχρι να ροδίσουν.
- Καλή επιτυχία!!!

Θοδωρής



Μηράουνι με ελαιόλαδο

ΥΛΙΚΑ

300gr κουβερτούρα

50%-55% κακάο

160gr ελαιόλαδο

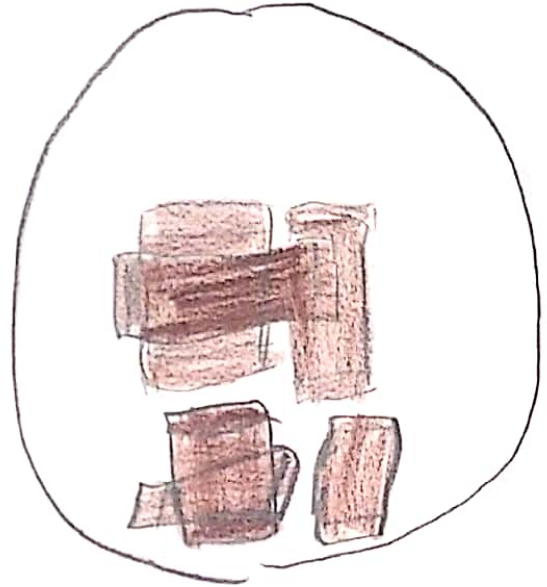
200gr ζάχαρη

4 τεμ. αυγά

120gr αλεύρι

120gr καρύδια, χοντροκομμένα
σαντιφι αδελική για το σερβίρισμα

Εκτέλεση



Λιώνουμε την κουβερτούρα σε μικρό κατρί και την ανακατεύουμε με το ελαιόλαδο. Χτυπάμε στο μίξερ με το σύρμα τη ζάχαρη με τα αυγά έως ότου ασπρίσουν και αρατέψουν πολύ καλά και τα ανακατεύουμε με τη σοκολάτα. Προσθέτουμε το αλεύρι (κοσκινισμένο) μαζί με τα χοντροκομμένα καρύδια και ανακατεύουμε απαλά. Αδειάζουμε το μείγμα σε ένα μακρόστενο τσέρκι ή μια φόρμα της αρεσκείας μας και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 25-30 λεπτά. Το διατηρούμε εκτός ψυγείου. Εάν θέλουμε το βρεσιόνομι πριν το σερβίρουμε.