





# Συνταγές με ελαιόλαδο

Συνταγές με ελαιόλαδο και πολλή  
αγάπη απο την Δ τάξη του 12ου  
Δημοτικού σχολείου Χαλκίδας

# Παγωτό σοκολάτα



## Υλικά:

- 600 ml κρύα κρέμα γάλακτος 35% λιπαρά
- 400 γρ. καραμελωμένο ζαχαρούχο
- 80 γρ. κακάο σκόνη



## Εκτέλεση.

Χτυπάμε στο μίξερ το ζαχαρούχο και το κακάο Σε άλλο μπολ χτυπάμε την κρέμα γάλακτος μέχρι να σχηματιστούν κορφές. Ενώνουμε τα δύο μείγματα και ανακατεύουμε. Όσο ανακατεύουμε μπορούμε να προσθέσουμε και σταγόνες σοκολάτας. Τέλος βάζουμε το μείγμα στην κατάψυξη και είναι έτοιμο για σερβίρισμα.

# Λαχταριστοί λουκουμάδες

## Υλικά



- 500 γρ. αλεύρι σκληρό ή γ.ο.χ
- 25 γρ. νωπή μαγιά
- 1 κ.σ μέλι θυμαρίσιο
- 1 κ.γ κοφτό αλάτι
- 2 φλ. περίπου χλιαρό νερό.
- ελαιόλαδο για το τηγάνισμα



## Εκτέλεση.

Για τη ζύμη:

Βάζουμε σε μεγάλο μπολ το αλεύρι , την ξερή μαγιά το μέλι και προσθέτουμε σιγά σιγά νερό μέχρι να γίνει ο παχύς χυλός. Προσθέτουμε αλάτι στο τέλος. Σκεπάζουμε το μπολ και το αφήνουμε σε ζεστό χώρο για 30 λεπτά, μέχρι το μείγμα να φουσκώσει.

## Για τους λουκουμάδες:

Σε μία κατσαρόλα βαθιά ζεσταίνουμε ελαιόλαδο. Κάθε φορά που κόβουμε τους λουκουμάδες βουτάμε το κουτάλι σε νερό για να ξεκολλάνε. Ρίχνουμε στο λάδι τον λουκουμά και τηγανίζουμε για λίγα λεπτά. Μόλις είναι έτοιμοι σερβίρουμε με θυμαρίσιο μέλι, κανέλα και καβουρδισμένο σουσάμι.

# Αφράτες τηγανίτες

## Υλικά



- 1 κούπα αλεύρι
- 1 βανίλια
- 3 κ.σ ζάχαρη
- 3 κ.γ μπέικιν
- 1 κούπα γάλα
- 1 αυγό
- 1 κουταλιά της σούπας λάδι



## Εκτέλεση

Λιώνουμε το βούτυρο και το ρίχνουμε σε ένα μπολ. Προσθέτουμε και τα χτυπάμε μέχρι το μείγμα να ομογενοποιηθεί. Έπειτα βουτυρώνω ελάχιστα το τηγάνι αφού το βάλουμε σε δυνατή φωτιά κι έπειτα χαμηλώνω. Ρίχνω μια κουταλιά από το μείγμα στο τηγάνι και περιμένω να βγάλει πολλές φουσκάλες. Τότε γυρίζω την τηγανίτα. Σερβίρω με γαρνιτούρα της αρεσκείας μας.

# Μπισκότα με λάδι και κακάο

## Υλικά



- 220 γρ.
- 35 γρ. κακάο
- 1 κ.γ. baking powder
- 1/4 κ.γ σόδα
- 1/4 κ.γ λάδι
- 60 ml ελαιόλαδο
- 60 ml ηλιέλαιο
- 60 ml νερό
- 100 γρ. ζάχαρη
- 1 βανίλια



## Εκτέλεση

Ρίχνουμε το κακάο, το baking powder, τη σόδα το αλάτι και το αλεύρι σε ένα μπολ και το ανακατεύουμε. Σε ένα άλλο μπολ προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά. Ενώνουμε τα δύο μείγματα. Πλάθουμε το μπισκότο και το ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 για 18 λεπτά.

# Κέικ με ελαιόλαδο



## Υλικά

- 3 αυγά μεσαία
- 150 γρ γιαούρτι στραγγιστό
- 170 γρ κρυσταλλική ζάχαρη
- 170 γρ ελαιόλαδο
- 1 κ.γ εκχύλισμα βανίλια ή βανίλιες σε σκόνη
- ξύσμα πορτοκαλιού και χυμό από ένα πορτοκάλι
- 230 γρ αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 1 πρέζα αλάτι



## Εκτέλεση.

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180 στον αέρα. Σε ένα μπολ βάζουμε τα αυγά, το γιαούρτι, τη ζάχαρη, το ελαιόλαδο, τη βανίλια, το ξύσμα και τον χυμό και ανακατεύουμε πολύ καλά. Έπειτα προσθέτουμε το αλεύρι, το αλάτι και ανακατεύουμε καλά. Βάζουμε το μείγμα σε λαδωμένη φόρμα για κέικ 10 X 30 εκ. και ψήνουμε για 50 λεπτά. Αφαιρούμε το κέικ και αφήνουμε να κρυώσει.

# Τραγανές αυγόφετες

## Υλικά



- 4-5 φέτες χωριάτικο ψωμί
- 4 αυγά
- 100 γρ γάλα
- 150 γρ ελαιόλαδο
- αλάτι
- 1/2 κ.γ. κύβο κνορ σε σκόνη



## Εκτέλεση

Σε ένα μπολ σπάμε τα αυγά, προσθέτουμε το γάλα, το αλάτι και τον κύβο και ανακατεύουμε καλά. Στην συνέχεια παίρνουμε ένα ξύλο κοπής και κόβουμε το χωριάτικο ψωμί. Σε ένα τηγάνι προσθέτουμε το ελαιόλαδο και το τοποθετούμε στο μάτι της κουζίνας σε μέτρια φωτιά. Βουτάμε τις φέτες ψωμί στο μείγμα και τηγανίζουμε μέχρι να ροδίσει το ψωμάκι.



# Μπισκότα με δάκρυα σοκολάτας



## Υλικά

- 400 γρ φαρίνα
- 200 γρ βούτυρο
- 1 αυγό
- 40 γρ λάδι
- 40 γρ γάλα
- 130 γρ άχνη
- 100 γρ σταγόνες σοκολάτας



## Εκτέλεση.

Χτυπάμε όλα τα υλικά μαζί. Έπειτα προσθέτουμε τις σταγόνες και τα βάζουμε στο ψυγείο για 1 ώρα. Μετά, ανοίγουμε το ζυμάρι με τον πλάστη και κόβουμε σχήματα Τέλος τα ψήνουμε στους 160 βαθμούς για 20 λεπτά.

# Ελιοψωμάκι



## Υλικά

- 8 γρ. ξηρή μαγιά
- 1 πρέζα κρυσταλλική ζάχαρη
- 300 γρ. νερό
- 500 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 κ.σ. ρίγανη, ξερή
- 1 κ.γ. αλάτι
- 4 κ.σ. ελαιόλαδο
- 150 γρ. φέτα
- 100 γρ. ελιές, ψιλοκομμένες



## Εκτέλεση

Στο μίξερ προσθέτουμε την ξηρή μαγιά, την κρυσταλλική ζάχαρη και το νερό. Ανακατεύουμε με ένα σύρμα για να διαλυθεί η μαγιά. Προσθέτουμε το αλεύρι, ξερή ρίγανη και χτυπάμε για 5-6 λεπτά. Προσθέτουμε αλάτι..

Σκεπάζουμε την ζύμη και την αφήνουμε να φουσκώσει.

Όταν είναι έτοιμη ανοίγουμε τη ζύμη με έναν πλάστη.

Απλώνουμε τριμμένη φέτα και ελιές ψιλοκομμένες σε όλη την επιφάνεια. Το μεταφέρουμε σε ένα ταψί με

λαδόκολλα. Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 170ο C στον αέρα και το ψήνουμε για 40 λεπτά.