

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Με μεγάλη χαρά κι ενθουσιασμό μοιραζόμαστε μαζί σας το πρώτο μας βιβλίο συνταγών στα αγγλικά. Ανακαλύψαμε ότι μας αρέσει να μαγειρεύουμε, να δοκιμάζουμε, να πειραματιζόμαστε, να ερευνούμε, αλλά και να μεταφράζουμε! Οι συνταγές που θα βρείτε στο μικρό μας αυτό βιβλιαράκι μας κέντρισαν το ενδιαφέρον, καθώς, οι περισσότερες από αυτές είναι αμερικάνικες ή βρετανικές και πολύ πολύ δελεαστικές. Φυσικά συμπεριλάβαμε και κάποιες πιο συνηθισμένες γεύσεις, όμως τις είδαμε με μια διαφορετική ματιά: είδαμε πώς παρασκευάζονται, πώς αλληλεπιδρούν τα υλικά, πόσο απλό (ή όχι!) είναι να φτιάξεις μια αλμυρή ή γλυκιά λιχουδιά, μα κυρίως μάθαμε τις διαφορές ανάμεσα στα συστήματα μονάδων (μετρικό, αυτοκρατορικό και Αμερικάνικο). Οι συνταγές δεν είναι όλες “δοκιμασμένες κι ελεγμένες”, μα είμαστε σίγουροι ότι τα αποτελέσματα θα είναι καταπληκτικά! Ελπίζουμε να απολαύσετε το έργο μας όσο κι εμείς.

Καλή μας όρεξη,

η Ε2 τάξη του 1ου Δημοτικού Σχολείου Σίνδου

*\*Το παρόν βιβλίο αποτελεί συλλογική προσπάθεια των μαθητών και μαθητριών...*

ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΥ ΖΩΗ

ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ ΒΑΛΕΝΤΙΝΟΣ

ΙΤΣΟΥ ΝΕΝΑ

ΚΑΖΕΛΙ ΔΙΟΝΥΣΗΣ

ΚΑΡΑΔΑΜΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ

ΚΑΡΑΝΤΑΚΟΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ

ΚΑΡΠΟΥΖΑΣ ΣΤΕΛΙΟΣ

ΚΑΣΣΟΥ ΑΝΝΑ

ΛΑΖΟΣ ΚΩΣΤΑΣ

ΜΙΣΑΗΛΙΔΗΣ ΝΙΚΟΣ

ΜΠΑΤΙΡΙΔΟΥ ΙΩΑΝΝΑ

ΝΤΑΟΥΤΗ ΕΛΕΝΑ

ΝΤΑΟΥΤΗ ΜΕΛΙΝΑ

ΡΟΚΑΣ ΑΝΑΣΤΑΣΗΣ

ΤΟΝΤΕΡΑΣΚ ΓΙΑΝΝΗΣ

ΤΟΤΑ ΝΤΑΝΙΕΛ

ΧΑΚΑ ΙΩΑΝΝΑ

*...και της περήφανης δασκάλας τους των Αγγλικών, Ποντοσίδου Κάτιας.*

## BURGER

### Ingredients:

½ kilo minced meat	burger bagels
1 egg	ketchup
1 large onion	salt and pepper
2 large tomatoes, sliced	some vinegar
4 tbsp. olive oil	sliced cheese of your choice
5 tsp. mustard	

### Method:

In a bowl, combine the minced meat, egg, olive oil and mustard. Add a tsp salt and a pinch of pepper. Shape the burgers the size you want. Cut the onion to rings and saute. Add the vinegar, salt and pepper, and let over low heat to caramelize. Cook the burgers in a non-stick pan over medium heat, letting each side cook for 5-6 minutes. Place a slice of cheese over each burger and cover with a lid until the cheese melts. Spread some ketchup at the bottom of the bagel, add the tomato slices and some onions, then the burger and the top part of the bagel. You can add some lettuce, bacon or mushrooms if you want. Serve with french fries.

## ΧΑΜΠΟΥΡΓΚΕΡ

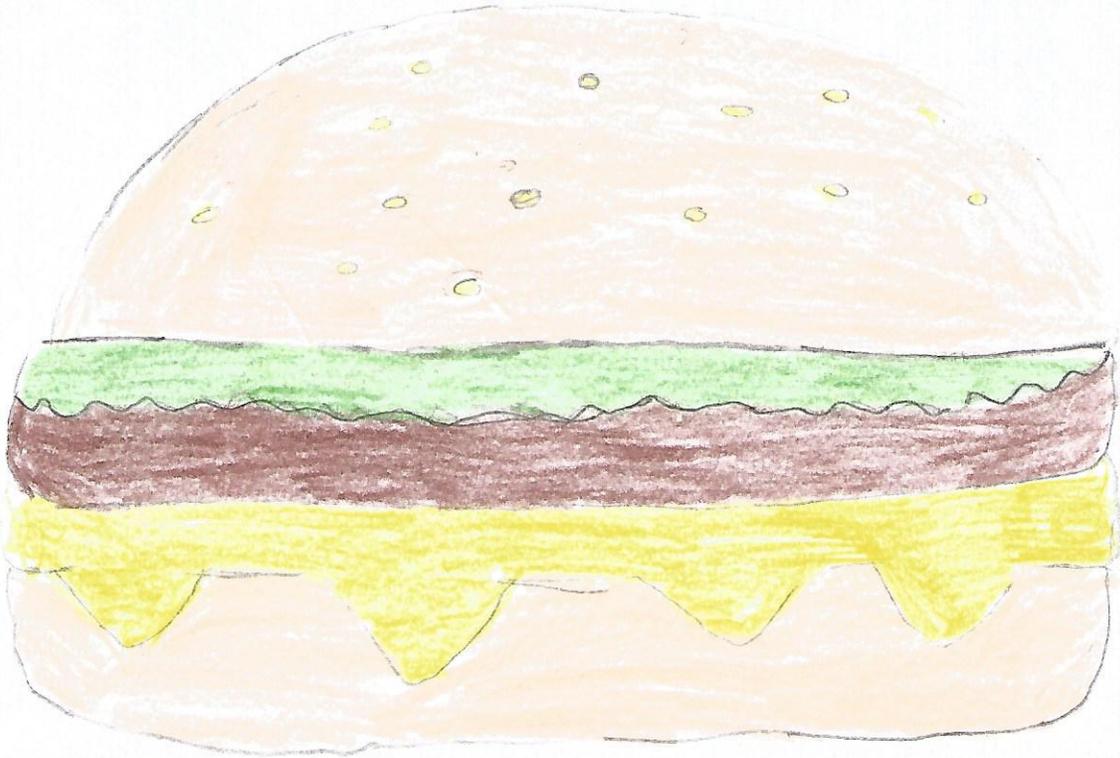
### Υλικά:

½ κιλό κιμά	ψωμάκια για χάμπουργκερ
1 αυγό	κέτσαπ
1 μεγάλο κρεμμύδι	αλάτι και πιπέρι
2 μεγάλες ντομάτες, ροδέλες	λίγο ξύδι
4 κ.σ. Ελαιόλαδο	τυρί της επιλογής σας σε φέτες
5 κ.γ. μουστάρδα	

### Εκτέλεση:

Σε ένα μπωλ, ζυμώνουμε τον κιμά με το αυγό, το ελαιόλαδο και τη μουστάρδα. Προσθέτουμε 1 κ.γ. αλάτι και μια πρέζα πιπέρι. Πλάθουμε τα μπιφτέκια στο μέγεθος

που θέλουμε. Κόβουμε το κρεμμύδι σε ροδέλες και σωτάrouμε. Προσθέτουμε λίγο ξύδι, αλάτι και πιπέρι και αφήνουμε σε χαμηλή φωτιά να καραμελώσουν. Ψήνουμε τα μπιφτέκια σε αντικολλητικό τηγάνι, σε μέτρια φωτιά, αφήνοντας την κάθε πλευρά να ψηθεί για 5-6 λεπτά. Καλύπτουμε κάθε μπιφτέκι με μια φέτα τυρί και σκεπάζουμε το τηγάνι μέχρι να λιώσει το τυρί. Απλώνουμε λίγο κέτσαπ στη βάση του ψωμιού, προσθέτουμε φέτες ντομάτας και κρεμμυδιού, το μπιφτέκι και καλύπτουμε με το πάνω μέρος του ψωμιού. Αν θέλουμε, μπορούμε να προσθέσουμε μαρούλι, μπέικον ή μανιτάρια. Σερβίrouμε με τηγανιτές πατάτες.



## LIME CHICKEN SOFT TACOS

### Ingredients:

1 ½ pound skinless, boneless chicken breast, cubed	2 garlic cloves, minced
1/8 cup vinegar	1 tsp. dried oregano
½ lime or lemon, juiced	10 flour tortillas
1 tsp. sugar	1 tomato, diced
½ tsp. salt	¼ cup shredded cheddar cheese
½ tsp. black pepper	¼ cup salsa*
2 green onions, chopped	

### Method:

Saute chicken in a medium saucepan over medium-high heat for about 20 minutes. Add vinegar, lime/lemon juice, sugar, salt, pepper, green onions, garlic and oregano. Simmer for an extra 10 minutes. Heat an iron skillet over medium heat. Heat each tortilla on both sides. Serve lime chicken mixture in warm tortillas, topped with tomato, lettuce, cheese and salsa.

\* Salsa recipe is included in this booklet.

## ΜΑΛΑΚΑ ΤΑΚΟΣ ΜΕ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΑΙ ΛΑΪΜ

### Υλικά:

680-700 γρ. στήθος κοτόπουλου σε κυβάκια, χωρίς πέτσα ή κόκκαλα	
1/8 κούπας ξύδι	2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
χυμός από ½ λάιμ ή λεμόνι	1 κ.γλ. ξερή ρίγανη
1 κ.γλ. ζάχαρη	10 πίτες τортίγια
½ κ.γλ. αλάτι	1 ντομάτα σε κυβάκια
½ κ.γλ. πιπέρι	¼ κούπας τριμμένο τσένταρ
2 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα	1/4 κούπας σάλσα*

### Εκτέλεση:

Σωτάrouμε το κοτόπουλο σε ένα μέτριο τηγάνι, σε μέτρια φωτιά για περίπου 20 λεπτά. Προσθέτουμε το ξύδι, το χυμό λάιμ/λεμόνι, τη ζάχαρη, το αλάτι και το πιπέρι, τα φρέσκα κρεμμυδάκια, το σκόρδο και τη ρίγανη. Σιγοβράζουμε για άλλα 10 λεπτά. Ζεσταίνουμε ένα άλλο τηγάνι σε μέτρια φωτιά και ζεσταίνουμε τις πίτες και από τις 2 πλευρές. Σερβίrouμε το κοτόπουλο μέσα στις ζεστές πίτες και γαρνίrouμε με ντομάτα, μαρούλι, τυρί και σάλσα.

\*Στο βιβλίο αυτό συμπεριλαμβάνεται και συνταγή για σάλσα.



## SALSA

### Ingredients:

6-8 roma tomatoes, chopped  
4 garlic cloves, minced  
3-4 chili peppers, seeded and minced  
1 red bell pepper, diced  
½ red onion, chopped  
3 fresh scallions, chopped  
1 lemon, juiced  
1 tsp hot paprika  
1 tsp cumin  
4 sprigs fresh parsley, chopped  
Salt and pepper to taste

### Υλικά:

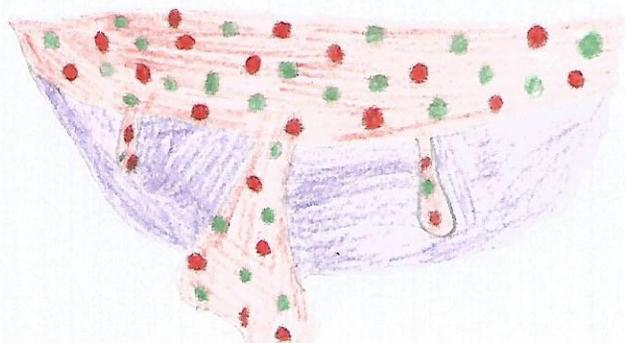
6-8 ντομάτες roma  
4 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες  
3-4 πιπεριές τσίλι, ψιλοκομμένες  
1 κόκκινη πιπεριά κομμένη σε κύβους  
½ κόκκινο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο  
3 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα  
1 λεμόνι, το χυμό  
1 κ.γλ. πάπρικα καυτερή  
1 κ.γλ. κύμινο  
4 κοτσάνια μαϊντανό, ψιλοκομμένα  
Αλάτι και πιπέρι

### Method:

Mix all ingredients well.

### Εκτέλεση:

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά καλά.



## CHOCOLATE COBBLER

### Ingredients:

1 cup flour  
¾ cups sugar  
½ tsp. salt  
2 tsp. baking powder  
1 vanilla or 2 tsp. vanilla extract  
3 tbsp. cocoa powder  
½ cup melted butter  
1/3 cup milk

### For the crust:

¾ cups brown sugar  
1/3 cup white sugar  
¾ cups cocoa powder

### Method:

Preheat oven to 180 C. In a bowl, mix all dry ingredients and whisk well until combined. Make a hole in the middle and add the milk and the butter. Stir with a spoon until the mixture is thick and smooth. Pour the mixture in a small, but tall, baking tray. In a separate bowl, mix the ingredients for the crust with a fork until fully combined. Then sprinkle on top of the chocolate mixture and even it out with your hand. Finally, pour 1 ½ cup of hot water on top. Bake for 40-45 minutes, until the cake cracks on top.

## ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΟ ΚΟΜΠΛΕΡ ΚΕΙΚ

### Υλικά:

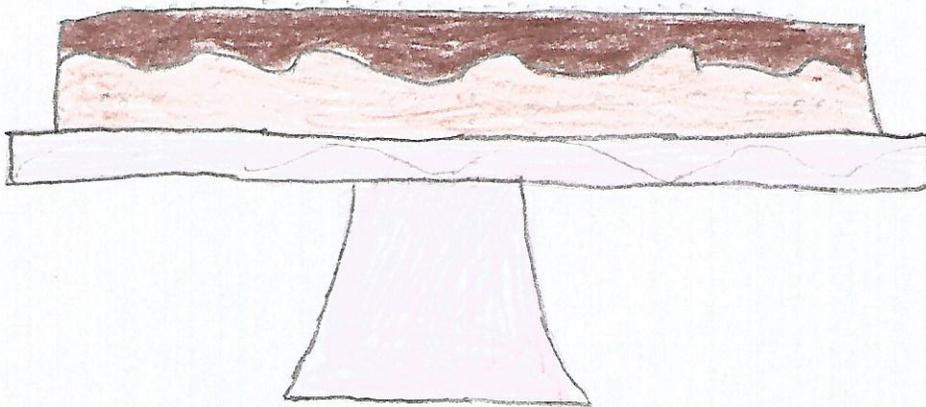
1 κούπα αλεύρι  
¾ κούπας κρυσταλλική ζάχαρη  
½ κ.γλ. αλάτι  
2 κ.γλ. μπέκιν  
1 βανίλια ή 2 κ.γλ. εκχύλισμα βανίλιας  
3 κ.σ. κακάο σκόνη  
½ κούπα λιωμένο βούτυρο  
1/3 κούπας γάλα

### Υλικά για την κρούστα:

¾ κούπας μαύρη ζάχαρη  
1/3 κούπας λευκή ζάχαρη  
¾ κούπας κακάο σκόνη

### Εκτέλεση:

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180 βαθμούς κελσίου. Σε ένα μπολ, αναμιγνύουμε όλα τα στερεά υλικά ώσπου να ενωθούν. Δημιουργούμε μια τρύπα στη μέση και ρίχνουμε το λιωμένο βούτυρο και το γάλα. Ανακατεύουμε καλά με ένα κουτάλι να ενσωματωθούν καλά όλα τα υλικά. Το μείγμα πρέπει να είναι αρκετά σφιχτό και λείο. Ρίχνουμε το μείγμα σε ένα μικρό, αλλά ψηλό, ταψί. Σε ξεχωριστό μπολ ανακατεύουμε τα υλικά για την κρούστα με ένα πηρούνι, ώσπου να ενωθούν καλά. Πασπαλίζουμε πάνω από το σοκολατένιο μείγμα και ισιώνουμε με το χέρι. Ρίχνουμε 1 ½ κούπα ζεστό νερό από πάνω. Ψήνουμε για 40-45 λεπτά, μέχρι να δημιουργηθούν ρωγμές στην επιφάνεια.



## BUTTERCREAM POUND CAKE

### Ingredients:

3 cups all-purpose flour

¼ tsp baking soda

½ tsp salt

1 cup butter

3 cups white sugar

6 eggs

1 tsp lemon zest

1 tsp vanilla extract

1 cup buttermilk



## ΚΕΙΚ ΜΕ ΞΙΝΟΓΑΛΑ

### Υλικά:

3 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις

¼ κ.γλ. σόδα φαγητού

½ κ.γλ. αλάτι

1 κούπα βούτυρο

3 κούπες λευκή ζάχαρη

6 αυγά

1 κ.γλ. ξύσμα λεμονιού

1 κ.γλ. απόσταγμα βανίλιας

1 κούπα ξινόγαλα



### Method:

Preheat oven to 325 degrees F (165 degrees C). Grease a 9 or 10 inch tube pan (23 or 25 cm). Mix the flour, baking soda and salt and set aside. In a large bowl, beat the butter with the sugar. Mix in the eggs, one at a time, beating well after each addition. Stir in the lemon zest and vanilla extract. Gently mix in the flour mixture alternately with the buttermilk. Pour batter in the tube pan and bake for 90 minutes. Do not open the oven door until after 1 hour. When the cake begins to pull away from the sides of the pan, it is done. Let cool in pan for 10 minutes, then turn out onto a wire rack to cool completely.



### Εκτέλεση:

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 165 βαθμούς κελσίου. Βουτυρώνουμε μία φόρμα για κέικ, διαμέτρου 23-25 εκ. Ενώνουμε το αλεύρι, τη σόδα και το αλάτι και αφήνουμε το μείγμα στην άκρη. Σε ένα μεγάλο μπολ, χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη. Προσθέτουμε τα αυγά ένα-ένα, χτυπώντας καλά μετά από κάθε αυγό. Προσθέτουμε το ξύσμα λεμονιού και το εκχύλισμα βανίλιας κι ανακατεύουμε. Προσθέτουμε απαλά το μίγμα με το αλεύρι, εναλλάξ με το ξινόγαλα. Ρίχνουμε το μείγμα στη φόρμα και ψήνουμε για 90 λεπτά. Δεν ανοίγουμε την πόρτα του φούρνου πριν περάσει 1 ώρα. Όταν το κέικ αρχίσει να ξεκολλάει από τα τοιχώματα της φόρμας, είναι έτοιμο. Αφήνουμε να κρυώσει μέσα στη φόρμα για 10 λεπτά και μετά μεταφέρουμε σε σχάρα



## TRUFFLES

### Ingredients:

250 grams butter, softened in room temperature

1 packet biscuits, crushed

1 packet chocolate sprinkles

½ cup cocoa powder

2 tbsp chocolate spread (Nutella)



### Method:

Mix the butter and the biscuits until combined. Add the cocoa powder and the chocolate spread until the mixture is firm. Mould small balls and roll them on the sprinkles. Place the truffles on a tray and put them in the fridge for 1-2 hours.

## ΤΡΟΥΦΑΚΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

### Υλικά:

250 γρ. βούτυρο μαλακό, σε θερμοκρασία δωματίου

1 πακέτο μπισκότα, σπασμένα

1 πακέτο τρούφα σοκολάτας

½ κούπα κακάο σε σκόνη

2 κ.σ. πραλίνα φουντουκιού (τύπου μερέντα)



### Εκτέλεση:

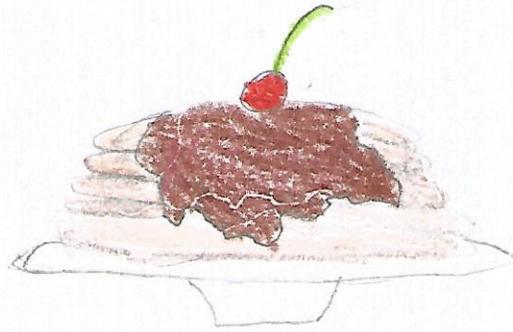
Αναμειγνύουμε το βούτυρο με τα μπισκότα μέχρι να ενωθούν καλά. Προσθέτουμε το κακάο και την πραλίνα κι ανακατεύουμε ώσπου να δέσει το μείγμα. Πλάθουμε μικρά μπαλάκια και τα κυλάμε στην τρούφα. Τοποθετούμε τα τρουφάκια σε έναν δίσκο και τα βάζουμε στο ψυγείο για 1-2 ώρες.



## CREPES

### Ingredients:

- 1 chocolate bar
- 4 eggs
- 1 cup flour
- 10 grams cognac
- 1 cup milk
- 1-3 vanillas



### Method:

Place a frying pan over medium-high heat. Mix the ingredients in a bowl. Pour, a tablespoon at a time, the mixture in the pan and once cooked from one side, turn it over to cook the other side as well. Put some chocolate on top of the crepe, to melt.

## ΚΡΕΠΕΣ

### Υλικά:

- 1 μπάρα σοκολάτας
- 4 αυγά
- 1 κούπα αλεύρι
- 10 γρ. κονιάκ
- 1 κούπα γάλα
- 1-3 βανίλιες



### Εκτέλεση:

Βάζουμε ένα τηγάνι σε μέτρια-δυνατή φωτιά. Ανακατεύουμε όλα τα υλικά σε ένα μπολ. Ρίχνουμε μία κουταλιά από το μείγμα κάθε φορά και μόλις ψηθεί από τη μια μεριά, γυρίζουμε την κρέπα για να ψηθεί και από την άλλη. Βάζουμε λίγη σοκολάτα πάνω στην κρέπα μέχρι να λιώσει.

## CHOCOLATE LOG WITH BISCUITS

### Ingredients:

½ pack petit-beurre biscuits

2 cups granulated sugar

230 grams butter or margarine

½ glass milk

1 cup cocoa powder

1 vanilla

1 tbs cognac (optional)



### Method:

Crash the biscuits in a bowl and add the milk. In a mixer, beat the melted butter, cocoa, sugar and vanilla, as well as the cognac if you want. Add the biscuits in the batter and stir with a spoon until combined. Put the mixture on baking paper and roll it to make a log. Put it in the freezer for 2 hours.

## ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΟΣ ΚΟΡΜΟΣ ΜΕ ΜΠΙΣΚΟΤΑ

### Υλικά:

½ πακέτο μπισκότα petit-beurre

1 κούπα κακάο σε σκόνη

2 κούπες ζάχαρη κρυσταλλική

1 βανίλια

230 γρ. βούτυρο ή μαργαρίνη

1 κ.σ. κονιάκ (προαιρετικά)

½ ποτήρι γάλα

### Εκτέλεση:

Σπάμε τα μπισκότα σε ένα μπολ και προσθέτουμε το γάλα. Στο μίξερ, χτυπάμε το βούτυρο, το κακάο, τη ζάχαρη και τη βανίλια, καθώς και το κονιάκ, αν θέλουμε. Προσθέτουμε τα μπισκότα στο μείγμα και ανακατεύουμε με ένα κουτάλι να ενωθούν τα υλικά. Βάζουμε το μείγμα σε λαδόκολλα και τυλίγουμε σχηματίζοντας έναν κορμό. Το βάζουμε στην κατάψυξη για 2 ώρες.

