

## ΚΕΚΑΚΙΑ ΟΥΑΛΙΑΣ



### ΥΛΙΚΑ

#### για τη ζύμη:

- 500 γρ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 75 γρ. ζάχαρη
- 1 κ.γλ. γεμάτο, διάφορα καρυκεύματα (κανέλα, μοσχοκάρυδο, τζίντζερ)
- 250 γρ. ανάλατο βούτυρο, κατευθείαν από το ψυγείο
- 1 πρέζα αλάτι
- 150 γρ. ανάμεικτες σταφίδες (σουλτανίνα κλπ.)
- 1 μεγάλο αβγό
- μερικές σταγόνες γάλα

#### για τη γέμιση:

- 300 ml κρέμα γάλακτος
- 1 κ.σ. γεμάτο, ζάχαρη
- 1 κ.γλ. πάστα βανίλιας ή 1/2 στικ
- 400 γρ. φρέσκα φρούτα, όπως βατόμουρα, σμέουρα, φράουλες
- 1 λεμόνι, χυμός

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

#### για τη ζύμη:

Στον κάδο του μίξερ κοσκινίζω το αλεύρι και προσθέτω τη ζάχαρη και τα μπακάρια. Κόβω το κρύο βούτυρο σε κυβάκια και το προσθέτω στο μείγμα, μαζί με το αλάτι. Με τα χέρια μου δουλεύω τα υλικά, τρίβοντάς τα μέχρι να φτιάξω ψίχουλα. Προσθέτω τις διάφορες σταφίδες κι ανακατεύω να πάνε παντού. Σχηματίζω μια τρύπα στο κέντρο και σπάω το αβγό μέσα. Χύνω μερικές σταγόνες γάλα και δουλεύω τη ζύμη με ένα πιρούνι, ανακατεύοντας ζωηρά να ενσωματωθεί καλά το αβγό. Εναλλακτικά, χρησιμοποιώ το φτερό. Στο

τέλος, δουλεύω το μείγμα με τα χέρια, μέχρις ότου προκύψει μια ωραία ζύμη. Δεν το παρακάνω.

Βάζω ένα μικρό τηγάνι με βαρύ πάτο πάνω σε μέτρια φωτιά και το αφήνω να ζεσταθεί.

Εντωμεταξύ σχηματίζω τις "τηγανίτες" μου. Αλευρώνω ελαφρώς τον πάγκο της κουζίνας και τον πλάστη μου. Ρολάρω τη ζύμη, δίνοντάς της πάχος 1 εκ..

Χρησιμοποιώ κουπ πατ διαμέτρου 5εκ. και κόβω δίσκους.

#### **για να δοκιμάσω τη θερμοκρασία:**

Όλο το μυστικό σε αυτό το παραδοσιακό βρετανικό "κεκάκι", είναι η σωστή θερμοκρασία κατά το ψήσιμο της "τηγανίτας". Παίρνω λοιπόν έναν δίσκο και τον αφήνω πάνω στο ζεστό τηγάνι. Αν η επιφάνεια είναι ξανθή, θα πρέπει να δυναμώσω την ένταση. Αν αντιθέτως μαυρίσει, θα πρέπει να χαμηλώσω το μάτι. Αφού αφαιρέσω τον πειραματικό δίσκο, αφήνω λίγα δευτερόλεπτα τη φωτιά να ισορροπήσει.

Επαναλαμβάνω με καινούργιο δίσκο, τον οποίο ψήνω για 4' από κάθε μεριά.

Εάν χρυσίσει ευχάριστα, τότε η θερμοκρασία μου είναι η σωστή.

Κάθε ένας δίσκος που ψήνεται, τον αφήνω στη σχάρα να κρυώσει και τον πασπαλίζω με μπόλικη κρυσταλλική ζάχαρη. Μπορώ να τον καταναλώσω σκέτο, όπως είναι.

#### **για τη γέμιση:**

Εναλλακτικά, κόβω με ένα μαχαίρι και γυρνώντας κυκλικά κατά τη διάρκεια, τον δίσκο στη μέση, σχηματίζοντας δύο πάτους. Στον κάδο του μίξερ χτυπάω την κρέμα γάλακτος, τη ζάχαρη και τη βανίλια, σε αφράτη σαντιγί.

Σε ένα μεγάλο μπολ ρίχνω τα φρέσκα φρούτα μου, τα οποία τεμαχίζω αν είναι πολύ μεγάλα τα κομμάτια τους. Τα περιχύνω με το χυμό του λεμονιού και τα πασπαλίζω με λίγη ζάχαρη.

#### **για τη συναρμολόγηση:**

Γεμίζω τους μισούς πάτους με τη σαντιγί και γαρνίρω από πάνω με τα φρούτα. Καλύπτω τον κάθε πάτο με τον δεύτερο δίσκο του.

## ΡΑΜΠΙΑΝΑΝΤΑΣ ΠΟΡΤΟΓΑΛΙΑΣ



### ΥΛΙΚΑ

1 γαλλική μπαγκέτα μπαγιάτικη  
300 ml. κόκκινο κρασί πόρτο  
1 φλυτζάνι ζάχαρη  
2 κουταλιές της σούπας γάλα.  
2 αυγά  
1 λεμόνι  
1 ξυλάκι κανέλα  
για το τηγάνισμα  
Αραβοσιτέλαιο  
για το σερβίρισμα  
Άχνη ζάχαρη  
Κανέλα

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα κατσαρολάκι βάζουμε το κρασί, τη ζάχαρη, το ζύσμα του λεμονιού και το ξυλάκι κανέλας.

Αφήνουμε να σιγοβράσει για περίπου 30' λεπτά και αποσύρουμε από την φωτιά.

Κόβουμε την μπαγκέτα σε μετρίου πάχους φέτες το ψωμί.

Βουτάμε τις φέτες του ψωμιού μέσα στο μείγμα κρασιού, να ποτίσει καλά η κάθε φέτα.

Χτυπάμε, καλά, τα αυγά και το γάλα σε ένα μπωλ.

Σε ένα τηγάνι βάζουμε αρκετό αραβοσιτέλαιο να κάψει.

Βουτάμε τις φέτες μέσα στο μείγμα αυγών και τηγανίζουμε μέχρι να πάρουν χρυσό χρώμα.

Πασπαλίζουμε τις φέτες με άχνη ζάχαρη και κανέλα!

## ΤΑΠΑΣ ΙΣΠΑΝΙΑΣ



### ΥΛΙΚΑ

Φέτες χωριάτικης μπαγκέτας

1 σκ. σκόρδο (καθαρισμένη και κομμένη στη μέση)

Έξτρα παρθένο ελαιόλαδο

1 πολύ ώριμη ντομάτα (κομμένη στη μέση)

Χοντρό αλάτι

Σπανιόλικο χαμόν κομμένο σε λεπτές φέτες

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ψήνουμε το ψωμί και από τις δύο μεριές. Πιέζουμε το σκόρδο πάνω στο ψωμί να πάρει μυρωδιά και περιχύνουμε με ελαιόλαδο. Πιέζουμε την ντομάτα καλά πάνω στο ψωμί, έτσι ώστε να μουλιάσει με μπόλικη ντομάτα, πασπαλίζουμε με λίγο χοντρό αλάτι και σκεπάζουμε κάθε φέτα με χαμόν.

## ΒΕΛΓΙΚΕΣ ΒΑΦΛΕΣ



### **ΥΛΙΚΑ**

- 2 φλυτζάνια αλευρι
- 1 φλυτζάνι γάλα εβαπορέ
- 1 κουταλιά βουτυρο λιωμένο
- 1-2 κουταλιές σουπας ζαχαρη
- 3 βανιλιες ή λιγες σταγόνες υγρό
- 2 αυγα
- 1 1/2 κουταλάκι μπεικιν

### **ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Ανακατεω αλευρι , ζαχαρη , μπεικιν , βανιλιες σε ενα λεκανάκι. Χτυπάω τα αυγά και προσθέτω το μισό γαλα, καλύτερα ελαφρά ζεσταμένο . Αδειάζω αυγα και υπολοιπο γαλα στο λεκανάκι και προσθέτω το βουτυρο . Ανακατεύω καλα και ετοιμο . Ζεσταινω την βαφλιέρα στο 3-4 (εχει δεικτες 1-5) μολις ζεσταθεί αλοιφω πολυ ελαφρα και μονο για την πρωτη φορα με λίγο βουτυρο . Ριχνω τον κυλο στο κέντρο ,κλείνω και αφηνω για 3-4 λεπτά να ψηθεί. Οι πρωτες αργουν λιγακι αλλα μολις ζεσταθει καλα η βαφλιέρα ο χρονος ειναι λιγοτερος. Τις προσφέρουμε στον καλο μας και σε αυτους που αγαπάμε κοβοντας σε σχήμα καρδιάς ή ολοκληρες με συνοδεια ό,τι θελουμε (μαρμελάδες , σοκολάτα , μερέντα , σαντιγή , παγωτό και ακομα και σκέτες με λιγη ακνη ζάχαρη) . Η ποσότητα ειναι 8-9 περίπου βαφλες γιατι εμενα μου αρέσουν χοντρουτσικες.

## Brownies ΒΕΛΓΙΟΥ



### ΥΛΙΚΑ

180γρ. κουβερτούρα  
180γρ. βούτυρο  
180γρ. ζάχαρη  
3 αυγά  
4κ. σούπας νερό  
50 γρ. αλεύρι

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Βάζω σε μπεν μαρί τη σοκολάτα και το βούτυρο να λιώσουν.



2. Χτυπάω τη ζάχαρη, το νερό και τους κρόκους



3. μέχρι να σφίξει το μείγμα.



4. Στη συνέχεια προσθέτω στο μείγμα εναλλάξ το αλεύρι (κοσκινίζοντάς το)



5. και τη λιωμένη σοκολάτα (+βούτυρο).



**6.** Το μείγμα στο τέλος θα είναι κάπως έτσι.



**7.** Χτυπάω τα ασπράδια ξεχωριστά σε μαρέγγα, και έπειτα προσθέτω τη μαρέγγα στο μείγμα



**8.** ανακατεύοντας απαλά με μιά ξύλινη κουτάλα.



**9.** Ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο (180) για 25'.



**10.** Το αφήνω να σταθεί για λίγα λεπτά (συνήθως κάνει λίγο όγκο)

**11.** και σερβίρω!

## **Chevrettes au curry(Γαλλική Πολυνησία)**



### **ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 6 ΑΤΟΜΑ:**

700g φρέσκα γαρίδες, με κέλυφος  
1 σκελίδα σκόρδο  
1 κρεμμύδι  
βούτυρο  
1 κουταλάκι του γλυκού κάρυ σε σκόνη  
200 ml γάλα καρύδας  
αλάτι, πιπέρι

### **ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Ξεφλουδίστε και ψιλοκόψτε το κρεμμύδι και το σκόρδο, και μαλακώνουν τους στο βούτυρο. Προσθέστε τις γαρίδες και συνεχίστε το βράσιμο για μερικά λεπτά. Ρίξτε αλάτι, πιπέρι και κάρυ σε σκόνη. Προσθέστε το γάλα καρύδας και χαμηλώνετε τη φωτιά - το γάλα καρύδας δεν πρέπει να βράσει. Σιγοβράζετε για λίγα λεπτά. Η σάλτσα πρέπει να είναι η συνέπεια της κρέμας. Σερβίρουμε με ρύζι και φέτες μπανάνας (οι μπανάνες είναι μια εξαιρετική προσθήκη για την κλασική συνταγή, που συνιστάται από οικοδεσπότες Tahitian μας).



## Placki ziemniaczane (Πολωνία)



---

### ΥΛΙΚΑ

1. 4 πατάτες
2. 1 κρεμμύδι
3. 2 καρότα
4. μαιντανός
5. 1 αυγό
6. αλεύρι πατάτας
7. αλάτι
8. πιπέρι
9. λάδι για το τηγάνισμα

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Τρίβουμε τις πατάτες, τα καρότα και το κρεμμύδι.
2. Τα στραγγίζουμε ώστε να φύγουν τα πολλά ζουμιά.
3. Προσθέτουμε τον μαιντανό και το αυγό.
4. Ρίχνουμε αλεύρι όσο πάρει ώστε να γίνει ένας παχύρευστος κυλός και αλατοπιπερόνουμε.
5. Ρίχνουμε λίγες κουταλιές στο τηγάνι και τηγανίζουμε

## ΤΑΡΤΑ ΙΤΑΛΙΚΗ



### ΥΛΙΚΑ

Ζύμη μπριζέ (από το εμπόριο ή ανατρέξτε σε αντίστοιχη συνταγή για ζύμη)  
1 κολοκυθάκι τριμμένο  
10 ντοματίνια  
1 πακέτο ανθότυρο (250 γρ.)  
100 γρ. γάλα  
3 αυγά  
Αλάτι, πιπέρι  
Φρέσκα αρωματικά  
(βασιλικός, μαϊντανός κ.λπ.)  
50 γρ. ρόκα  
6 φέτες προσούτο  
Φλοίδες παρμεζάνας  
Υλικά για τη βινεγκρέτ  
3 κ.σ. ελαιόλαδο  
1 κ.σ. ξύδι βαλσάμικο  
Αλάτι, πιπέρι

## **ΕΚΤΕΛΕΣΗ**

Τοποθετούμε τη ζύμη στη φόρμα. Βάζουμε το τριμμένο κολοκυθάκι πάνω στην τάρτα. Ανακατεύουμε το ανθότυρο, τα αυγά, το γάλα, τα αρωματικά και αλατοπιπερώνουμε. Χύνουμε το μείγμα πάνω στη ζύμη. Τοποθετούμε διάσπαρτα τα ντοματίνια. Ψήνουμε στους 180°C για 25'. Στο σερβίρισμα, τοποθετούμε πάνω στην τάρτα μας τη ρόκα, το προσούτο και την παρμεζάνα. Ποτίζουμε με λίγη βινεγκρέτ.

Διάρκεια προετοιμασίας: 25'

Διάρκεια ψησίματος: 25'

Θερμοκρασία: 180°C

---

## ΓΕΜΙΣΤΑ



### ΥΛΙΚΑ

- 6** ώριμες και σφικτές ντομάτες μεγάλες
1. **3** μελιτζάνες φλάσκες μέτριες
  2. **3** πιπεριές πράσινες
  3. **500 γραμμ.** μοσχαρίσιος κιμάς
  4. **1** κολοκύθι χοντροτριμμένο
  5. **12 κ.σ.** ρύζι Καρολίνα
  6. **2** ξερά κρεμμύδια ψιλοκομμένα
  7. **1 1/2 φλ. τσαγιού** ελαιόλαδο
  8. **1** μικρό ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο
  9. **1** ματσάκι δυόσμο ψιλοκομμένο
  10. φρυγανιά
  11. **1 κ.σ.** ζάχαρη
  12. αλάτι
  13. φρεσκοτριμμένο πιπέρι

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αφού πλύνουμε όλα τα λαχανικά, τ' ανοίγουμε. Κόβουμε 1 φέτα απ' την κάθε ντομάτα (να μείνει ενωμένη με την ντομάτα δεν αποχωρίζουμε τελείως) και με κουτάλι ή παριζιέν αδειάζουμε την ψίχα της· προσέχοντας ν' αφήσουμε λίγη σάρκα στη φλούδα ώστε να μην ανοίξουν μετά. Πασπαλίζουμε κάθε ντομάτα με λίγο αλάτι και ελάχιστη ζάχαρη. Τις γυρνάμε ανάποδα σε δίσκο, ν' αφήσουν τα υγρά τους. Κόβουμε 1 φέτα απ' το πάνω μέρος της πιπεριάς και αφαιρούμε τα σποράκια και το λευκό μέρος τους. Κόβουμε 1 λεπτή φέτα απ' το πίσω μέρος της μελιτζάνας ώστε να κάθονται καλά στο ταψί. Αφαιρούμε και μια φέτα απ' το

κοτσάνι και με κουτάλα ή παριζιέν αδειάζουμε την ψίχα της και την φιλοκόβουμε. Μόλις αδειάσουμε τα λαχανικά ξεκινάμε τη γέμιση. Πρώτα αλέθουμε στο μπλέντερ τη σάλτσα της ντομάτας. Κρατάμε το ½ της αλεσμένης ντομάτας για το τέλος της συνταγής. Σε βαθύ τηγάνι ζεσταίνουμε το ½ φλ. τσαγιού ελαιόλαδο και σοτάρουμε τον κιμά για 5'-6' μέχρι να αλλάξει χρώμα. Προσθέτουμε το φιλοκομμένο κρεμμύδι, το κολοκύθι, την ψίχα της μελιτζάνας και σοτάρουμε 2'-3', να μαραθούν. Προσθέτουμε το ρύζι και ανακατεύουμε. Περικύνουμε με το ½ της αλεσμένης ντομάτας και 1 φλ. τσαγιού νερό. Αλατοπιπερώνουμε και σιγοβράζουμε για 5'. Αποσύρουμε απ' τη φωτιά τη γέμιση. Πασπαλίζουμε με τα φιλοκομμένα μυρωδικά. Η γέμιση πρέπει να είναι αρκετά ζουμερή όταν θα γεμίσουμε τα λαχανικά. Γεμίζουμε κάθε λαχανικό μέχρι τα ¾ γιατί θα φουσκώσει το ρύζι με το ψήσιμο. Βάζουμε τα καπάκια και τα αραδιάζουμε σε βαθύ ταψί, το ένα κοντά στο άλλο. Σε ένα μπολ χτυπάμε με σύρμα την υπόλοιπη αλεσμένη ντομάτα με το υπόλοιπο 1 φλ. τσαγιού ελαιόλαδο. Αλατοπιπερώνουμε και μ' ένα κουτάλι περικύνουμε τα γεμιστά. Τέλος, ανακατεύουμε τη φρυγανιά με τη ζάχαρη και πασπαλίζουμε τα γεμιστά. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C στις αντιστάσεις το πρώτο μισάωρο τα γεμιστά σκεπασμένα. Έπειτα αφαιρούμε και συνεχίζουμε το ψήσιμο, που συνολικά διαρκεί 1 ώρα και 15'. Σερβίρονται ζεστά ή κρύα.

---

---

## ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ



### ΥΛΙΚΑ

Χοντρά μακαρόνια παστιτσιου: 500 γρ.

Κιμά μοσχαρίσιο: 1 κιλό

Τριμμένη κεφαλογραβιέρα ή κεφαλοτύρι: 1 κούπα

Χυμός ντομάτας: 2 κούπες

Αλάτι, πιπέρι: όσο σας αρέσει

Ξερό θυμάρι, ρίγανη: από 1/2 κουταλάκι (μπορείτε να τα αντικαταστήσετε με κανέλα και γαρύφαλλο)

Ψιλοκομμένο κρεμμύδι: 1 μέτριο

Ζάχαρη: λίγη στη μύτη του κουταλιού

Ελαιόλαδο: 3 κουταλιές

#### **Υλικά για την μπεσαμέλ:**

Γάλα: 8 κούπες

Βούτυρο ή μαργαρίνη: 150 γρ.

Αλεύρι: 160 γρ.

Αλάτι, άσπρο πιπέρι, μοσχοκάρυδο: όσο σας αρέσει

#### **Υλικά επιπλέον:**

Τριμμένη κεφαλογραβιέρα: 1/2 κούπα

Τριμμένη φρυγανιά: 1/2 κούπα

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Ζεσταίνετε σε μεγάλο τηγάνι το ελαιόλαδο και καβουρδίζετε τον κιμά με το κρεμμύδι. Προσθέτετε την ντομάτα, ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι, θυμάρι και ρίγανη (ή κανέλα και γαρύφαλλο) και τον αφήνετε να σιγοβράσει.
2. Βράζετε μπόλικο αλατισμένο νερά και προσθέτετε τα μακαρόνια. Όταν κοντεύουν να γίνουν τα σουρώνετε. Στρώνετε τα μισά σε βαθύ βουτυρωμένο ταψάκι και τα πασπαλίζετε με τυρί. Από πάνω απλώνετε τον κιμά και τον

πασπαλίζετε με τυρί. Τελειώνετε με τα άλλα μισά μακαρόνια και πασπαλίζετε ξανά με τυρί.

3. Στη συνέχεια ζεσταίνετε το γάλα, να κάψει, αλλά όχι να βράσει. Λιώνετε το βούτυρο και προσθέτετε το αλεύρι. Τα ανακατεύετε να γίνουν σαν αλοιφή. Προσθέτετε το γάλα και ανακατεύετε συνέχεια πάνω από χαμηλή φωτιά μέχρι να πήξει (θα γίνει αρκετά σφιχτή μπεσαμέλ). Προσθέτετε αλάτι, άσπρο πιπέρι και μοσχοκάρυδο.

4. Απλώνετε πάνω από τα μακαρόνια, πασπαλίζετε με 1/2 κούπα τυρί και τριμμένη φρυγανιά και ψήνετε σε μέτριο προθερμασμένο φούρνο μέχρι να ροδίσει (50 λεπτά περίπου).

5. Αφήνετε το παστίσιο να ηρεμήσει τουλάχιστον μισή ώρα πριν το κόψετε για να σταθεροποιηθούν τα υλικά και να βγαίνουν ακαίρεα τα κομμάτια.

---