

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΝΑΤΟ



Γνωρίστε τους ντόπιους!



Περιεχόμενα

Γνωρίστε τους ντόπιους: χριστουγεννιάτικες και πασχαλινές συνταγές



Βουλγαρία	149
Γαλλία	151
Ελλάδα	153
Ιταλία	155
Πορτογαλία	153
Ισπανία	159
Βιβλιογραφία	161



Co-funded by
the European Union

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι απόψεις που εκφράζονται είναι μόνο του ή των συγγραφέων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΚΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΚΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτά.

Χριστουγεννιάτικη συνταγή



Νηστίσιμο σαρμί

Υλικά

½ κουτ. ρύζι

2 κεφάλια κρεμμυδιού

1 κοτσάνι κρεμμύδι πράσο, φύλλα ξινολάχανου

½ κουτ. έλαιο

1 κουταλάκι του γλυκού χυμό ξινολάχανο

κόκκινο πιπέρι

άλατι



Οδηγίες

- Κόβουμε τα δύο κρεμμύδια και το πράσο σε πολύ μικρά κομμάτια και τα ανακατεύουμε με μια πρέζα αλάτι. Τα ανακατεύουμε με το λάδι μέχρι να χρυσίσουν.
- Στη συνέχεια, προσθέτουμε το ρύζι, το οποίο προηγουμένως το καθαρίζουμε. Προσθέτουμε τα μπαχαρικά και λίγο ζεστό νερό. Αφήνουμε να σιγοβράσει - μέχρι να είναι σχεδόν έτοιμο το ρύζι.
- Στο μεταξύ, ετοιμάζουμε τα φύλλα του λάχανου. Αφαιρέστε τα σκληρά κοτσάνια που βρίσκονται στη μέση.
- Όταν το ρύζι είναι έτοιμο, αφήνουμε να κρυώσει ένα μπουλ. Στη συνέχεια, βάλτε μια κουταλιά από τη γέμιση ρυζιού σε κάθε φύλλο λάχανου και τυλίξτε το. Πάρτε μια κασαρόλα, στον πάτο της οποίας είναι τοποθετημένα φύλλα λάχανου ή αμπελόφυλλα.
- Τα τυλιγμένα σαρμαδάκια τοποθετούνται από πάνω και σκεπάζονται με μια πιατέλα από πάνω για να μην επιπλέουν. Προσθέτουμε το χυμό λάχανου και 2 κουτ. ζεστό νερό. Αυτή η λιχουδιά πρέπει να βράσει σε χαμηλή φωτιά για περίπου μία ώρα. Ή μπορείτε να βάλετε την κασαρόλα με το σαρμί σε προθερμασμένο φούρνο για μια ώρα στους 180°C. Ελέγξτε το ρύζι πριν βγάλετε την κασαρόλα από το φούρνο.



Πασχαλινή συνταγή

Αρνάκι στο φούρνο

Υλικά

- ωμοπλάτη αρνιού - 1 τεμάχιο
- φρέσκο κρεμμύδι - 1 μάτσο
- σκόρδο - 5 σκελίδες
- κόκκινο πιπέρι
- 1 κουταλάκι του γλυκού μαύρο πιπέρι



Οδηγίες

- Το πρώτο βήμα στη συνταγή του ψητού αρνιού είναι η προετοιμασία του αρνιού. Πλένουμε καλά το αρνίσιο μπουτί και μετά το πασπαλίζουμε με αλάτι, το οποίο τρίβουμε στο κρέας με τα χέρια μας
- Πασπαλίζουμε με κόκκινο και μαύρο πιπέρι, με το οποίο τρίβουμε καλά και στο μπουτί του αρνιού. Αφήνουμε το κρέας για περίπου 15 λεπτά να απορροφηθούν τα μπαχαρικά.
- Εν τω μεταξύ, ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο. Τοποθετούμε το αρνί σε ένα μεγάλο δίσκο, ανάλογα με το μέγεθος του μπουτιού/κρέατος, ρίχνουμε 1 φλιτζάνι του τσαγιού ζεστό νερό στο οποίο προσθέτουμε τα ψιλοκομμένα κρεμμύδια και το σκόρδο.
- Τοποθετούμε το ταψί σε προθερμασμένο φούρνο στους 200 βαθμούς για 15 λεπτά περίπου ώστε το αρνί να πάρει μια ελαφριά κρούστα, στη συνέχεια αφαιρούμε το ταψί, το σκεπάζουμε καλά με αλουμινοχαρτο και το ψήνουμε για περίπου 3 ώρες στους 180 βαθμούς.
- Αν και συνήθως αυτός είναι ο χρόνος που χρειάζεται για το ψήσιμο του αρνιού, μετά από περίπου 2 ώρες στο φούρνο μπορείτε να κοιτάξετε να δείτε αν το κρέας έχει ψηθεί.

Χριστουγεννιάτικη συνταγή



Γαλοπούλα με κάστανα

Υλικά (για 8 άτομα)

1 γαλοπούλα ελευθέρας βοσκής βάρους 3,5 κιλών

400 γρ κάστανα σε βάζο

80 γρ βούτυρο

25 cl ζωμός κότας

Γέμιση:

150 γρ τριμμένη φρυγανιά + 15 cl γάλα

2 κρεμμύδια, ψιλοκομμένα

20 γρ βούτυρο

Συκώτι γαλοπούλας κομμένο σε κύβους

1 αυγό

100 γραμμάρια κάστανα σε βάζο,

θρυμματισμένα

1 κ.γ. κονιάκ

Αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι



Οδηγίες

- Ετοιμάζουμε τη γέμιση. Μουλιάζουμε τη φρυγανιά στο γάλα. Σωτάρουμε τα κρεμμύδια με 20 γρ βούτυρο, προσθέτουμε το συκώτι και μαγειρεύουμε για 1 λεπτό. Ανακατεύουμε σε ένα μπολ το στραγγισμένο ψωμί, το κρεμμύδι και το συκώτι, τη γέμιση, το αυγό, τα κάστανα (100 γρ. το καθένα) και το κονιάκ. Αλατοπιπερώνουμε. Γεμίζουμε τη γαλοπούλα.
- Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180°C. Αλείφουμε τη γαλοπούλα με 30 γραμμάρια μαλακό βούτυρο. Αλατοπιπερώνουμε. Τοποθετούμε μια σχάρα στο ταψί και τη γαλοπούλα πάνω της. Αφήνουμε να ψηθεί για 18 λεπτά για 500 γραμμάρια γεμιστή γαλοπούλα, δηλαδή 2 ώρες 20 λεπτά, αλείφοντας τη γαλοπούλα τακτικά (κάθε 30 λεπτά) με τη σάλτσα της.
- Τυλίγουμε τη γαλοπούλα σε αλουμινοχαρτό και την αφήνουμε να ξεκουραστεί στον φούρνο για 15 λεπτά. Εν τω μεταξύ, ροδίζουμε τα κάστανα στο υπόλοιπο βούτυρο και μετά ρίχνουμε μέσα το ζωμό κοτόπουλου. Μαγειρεύουμε σε χαμηλή φωτιά μέχρι να εξατμιστεί σχεδόν ο ζωμός. Χαράζουμε τη γαλοπούλα και τη σερβίρουμε ζεστή με τα κάστανα.

Πασχαλινή συνταγή



Το πατέ Berrichon

Υλικά (για 6 άτομα)

2 ρολά σφολιάτας (ή κρούστα αν προτιμάτε)

6 αυγά

300 γρ κιμά χοιρινό

200 γρ μοσχαρίσιο κιμά

1 κρεμμύδι

50 γρ τριμμένη φρυγανιά

1 κουταλιά της σούπας Κονιάκ

0,5 κουταλάκι του γλυκού μοσχοκάρυδο

0,5 ματσάκι μαϊντανό

Αλάτι

Πιπέρι



Οδηγίες

- Βράζουμε 4 αυγα (χρονος μαγειρεματος 10 λεπτα). Ψιλοκόβουμε ένα κρεμμύδι. Πλένουμε και ψιλοκόβουμε το μαϊντανό.
- Σε μια σαλατιέρα ανακατεύουμε τα 2 κρέατα, το 1 αυγό χτυπημένο σε ομελέτα, το μαϊντανό, το κρεμμύδι, τη φρυγανιά, το κονιάκ και το μοσχοκάρυδο. Αλατοπιπερώνουμε.
- Ξετυλίγουμε 1 από τα ρολά σφολιάτας. Το τοποθετούμε σε ειδική φόρμα «πατέ εν κρουτέ» (στρωμένη με λαδόκολλα). Απλώνουμε τον μισό κιμά πάνω από τη ζύμη. Κάνουμε εσοχές σε τακτά διαστήματα. Τοποθετούμε τα 4 βρασμένα αυγά στη γέμιση, πιέζοντάς τα ελαφρά. Σκεπάζουμε με τον υπόλοιπο κιμά.
- Χωρίζουμε το ασπράδι από τον κρόκο του τελευταίου αυγού. Αλείφουμε την άκρη της ζύμης με τον κρόκο αραιωμένο σε λίγο νερό. Σφραγίζουμε με το δεύτερο ρολό σφολιάτας, σφραγίζοντας τις άκρες και ροδίζοντας με αυγό.
- Με τη μύτη ενός μαχαιριού φτιάχνουμε 3 “καμινάδες” στη σφολιάτα για να φύγει ο ατμός κατά το μαγείρεμα. Ψήνουμε για 20 λεπτά στους 180°C και 30 λεπτά στους 150°C.



Χριστουγεννιάτικη συνταγή

Μελομακάρονα Ελληνικά Χριστουγεννιάτικα μπισκότα με μέλι

Υλικά

Για το σιρόπι

250 γρ νερό

400 γραμμάρια κρυσταλλική

ζάχαρη

70 γρ μέλι

2 Ξυλάκια κανέλα

2 ολόκληρα γαρίφαλα

1 πορτοκάλι, κομμένο στη μέση

πρώτο μείγμα

• 200 γρ χυμό πορτοκαλιού

• 200 γρ σπορέλαιο

• 90 γρ ελαιόλαδο

• 30 γρ ζάχαρη άχνη

• ¼ κουταλάκι του γλυκού
τριμμένο γαρύφαλλο

• 2 κουταλάκια του γλυκού
κανέλα

• ¼ κουταλάκι του γλυκού
αλεσμένο μοσχοκάρυδο

• ½ κουταλάκι του γλυκού
μαγειρική σόδα

• Ξύσμα πορτοκαλιού, από 2
πορτοκάλια

δεύτερο μείγμα

• ½ κιλό αλεύρι για όλες τις

χρήσεις

• 100 γρ σιμιγδάλι, ψιλό

• Να υπηρετήσουν

• Μέλι

• Καρύδια



Οδηγίες

- Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 190* C (370°F) στον αέρα. Για να φτιάξουμε τα μπισκότα, πρέπει να ετοιμάσουμε 2 ξεχωριστά μείγματα. Για το πρώτο μείγμα, προσθέτουμε όλα τα υλικά σε ένα μεγάλο μπολ. Ανακατεύουμε, χρησιμοποιώντας ένα σύρμα χειρός.
- Σε ξεχωριστό μπολ προσθέτουμε όλα τα υλικά για το δεύτερο μείγμα. Ενώνουμε το πρώτο και το δεύτερο μείγμα. Ανακατεύουμε με το χέρι, πολύ απαλά και για πολύ λίγο (10 δευτερόλεπτα το πολύ). Πλάθουμε τη ζύμη μπισκότων σε οβάλ σχήματα, μήκους 3-4 εκ., 30 γραμμάρια το καθένα.
- Ψήνουμε για περίπου 20-25 λεπτά, μέχρι να γίνουν τραγανά και να ροδίσουν. Μόλις τα βγάλουμε από το φούρνο μουλιάζουμε τα ζεστά μπισκότα στο σιρόπι για 10 δευτερόλεπτα. Αφήνουμε τα να στραγγίσουν σε μια σχάρα. Προσθέτουμε μέλι και ψιλοκομμένα καρύδια.

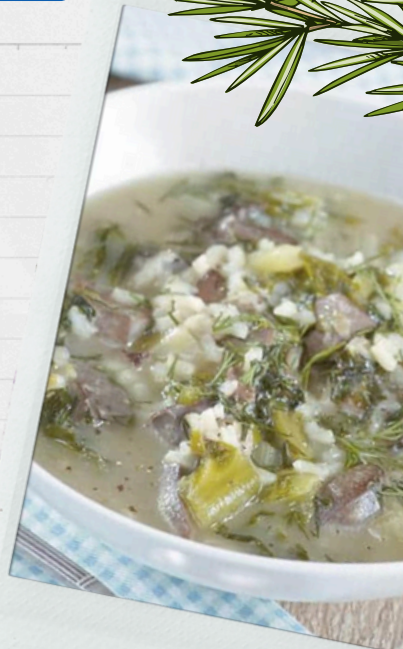
Πασχαλινή συνταγή



Μαγειρίτσα

Υλικά (για 6-8 άτομα)

- 1 κιλό αρνί
- 2 φέτες λεμόνι
- 2 φύλλα δάφνης
- Αλάτι
- 4-5 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- 2 μέτρια ξερά κρεμμύδια
- 2 μαρούλια χοντροκομμένα
- 50 γρ λευκό κρασί
- 1,5 λίτρο νερό
- 5-6 φρέσκα κρεμμυδάκια
- 1 ματσάκι άνηθο
- 100 γρ ρύζι (προαιρετικά)
- Για τη σάλτσα αυγολέμονο
- Χυμός λεμονιού από 2 λεμόνια
- 1 αυγό
- Αλάτι
- Πιπέρι



Οδηγίες

- Βάζουμε μια κασαρόλα με νερό σε δυνατή φωτιά μέχρι να πάρει βράση. Προσθέτουμε το αρνί, τις φέτες λεμονιού, τα φύλλα δάφνης, αλάτι και βράζουμε για 10-15 λεπτά. Ξαφρίζουμε τακτικά. Στραγγίζουμε και πετάμε το νερό.
- Ξαναβάζουμε την κασαρόλα σε δυνατή φωτιά και προσθέτουμε το ελαιόλαδο. Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και το προσθέτουμε στην κασαρόλα. Κόβουμε το αρνί σε μικρά κομμάτια, τα προσθέτουμε στην κασαρόλα και σοτάρουμε για 8-10 λεπτά.
- Σβήνουμε με το κρασί, προσθέτουμε το νερό και τα μαρούλια και βράζουμε σε μέτρια φωτιά για 30-40 λεπτά.
- Στη συνέχεια, κόβουμε τα φρέσκα κρεμμυδάκια και τον άνηθο και τα προσθέτουμε στην κασαρόλα. Κρατάμε το πράσινο μέρος των φρέσκων κρεμμυδιών και 1 κουταλιά της σούπας από τον άνηθο. Προσθέτουμε το ρύζι, κλείνουμε με το καπάκι και βράζουμε σε μέτρια φωτιά για 15-20 λεπτά.

Χριστουγεννιάτικη συνταγή:



Panettone

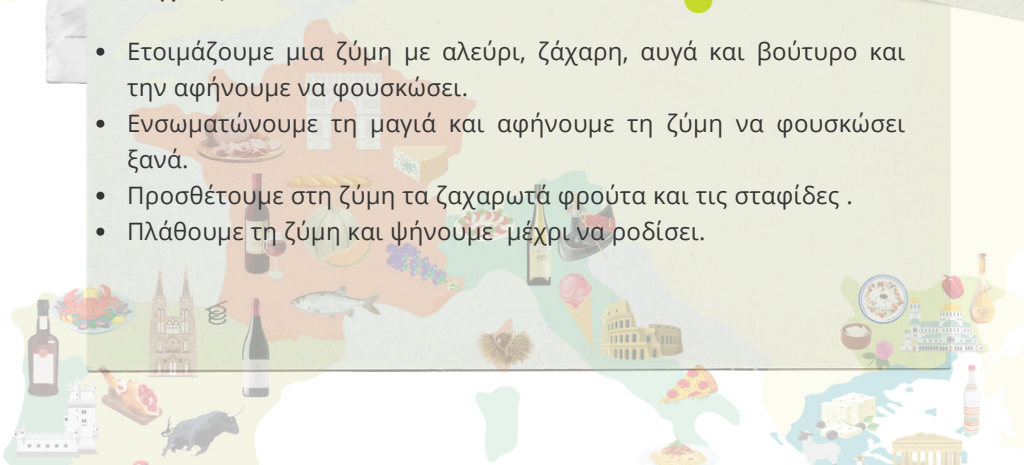
Υλικά

Αλεύρι
ζάχαρη
αυγά
βούτυρο
ζύμη
ζαχαρωμένα φρούτα
σταφίδες
εκχύλισμα βανίλιας
ξύσμα λεμονιού
ξύσμα πορτοκαλιού



Οδηγίες

- Ετοιμάζουμε μια ζύμη με αλεύρι, ζάχαρη, αυγά και βούτυρο και την αφήνουμε να φουσκώσει.
- Ενσωματώνουμε τη μαγιά και αφήνουμε τη ζύμη να φουσκώσει ξανά.
- Προσθέτουμε στη ζύμη τα ζαχαρωτά φρούτα και τις σταφίδες .
- Πλάθουμε τη ζύμη και ψήνουμε μέχρι να ροδίσει.



Χριστουγεννιάτικη συνταγή:



Μαντολάτο

Υλικά

μέλι
ζάχαρη
ασπράδια αυγών
καβουρδισμένα αμύγδαλα ή φουντούκια
εκχύλισμα βανίλιας
χαρτί γκοφρέτας.



Οδηγίες

- Μαγειρεύουμε το μέλι και τη ζάχαρη μαζί μέχρι να αποκτήσουν μια σύσταση καραμέλας.
- Χτυπάμε τα ασπράδια μέχρι να σχηματιστούν σφιχτές κορυφές και τα ενσωματώνουμε σιγά σιγά στο μείγμα μελιού-ζάχαρης.
- Ρίχνουμε τους καβουρδισμένους ξηρούς καρπούς.
- Απλώνουμε το μείγμα σε χαρτί γκοφρέτας, το καλύπτουμε με άλλη μια στρώση χαρτιού γκοφρέτας το αφήνουμε να κρυώσει και το κόβουμε σε κομμάτια.

Χριστουγεννιάτικη συνταγή:



Cappelletti σε ζωμό

Υλικά

αλεύρι

αυγά

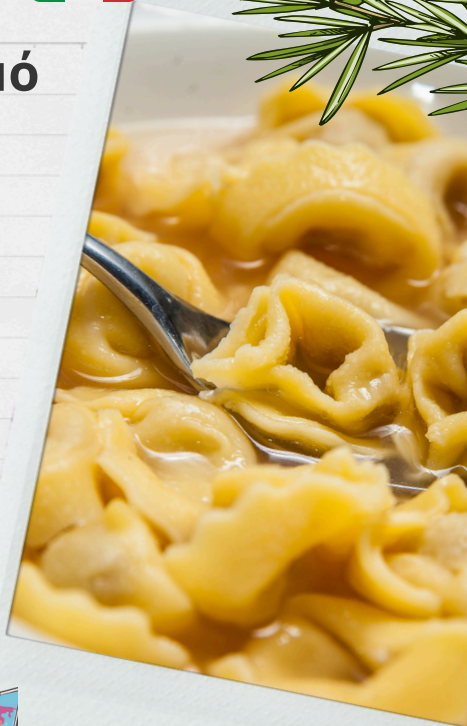
κιμάς (χοιρινό, βόειο ή μείγμα)

τυρί παρμεζάνα

μοσχοκάρυδο, ζωμός (κοτόπουλο ή
μοσχάρι)

αλάτι

πιπέρι.



Οδηγίες

- Ετοιμάζουμε τη ζύμη των ζυμαρικών με το αλεύρι και τα αυγά και στη συνέχεια την ανοίγουμε σε λεπτή φύλλο.
- Φτιάχνουμε τη γέμιση με τον κιμά, την παρμεζάνα, το μοσχοκάρυδο, αλάτι και πιπέρι.
- Κόβουμε τα ζυμαρικά σε μικρά τετράγωνα, τοποθετούμε μια μικρή ποσότητα γέμισης στο κέντρο του καθενός και διπλώνουμε σε ένα ζυμαρικό σε σχήμα “καπακιού”
- Μαγειρεύουμε τα cappelletti σε ζωμό που σιγοβράζει μέχρι να επιπλεύσει στην επιφάνεια.

Πασχαλινή συνταγή:



Πασχαλινό περιστέρι

Υλικά

Αλεύρι

ζάχαρη

αυγά

βούτυρο

ζύμη

ζαχαρωμένη φλούδα πορτοκαλιού,

αμύγδαλα

ζάχαρη

εκχύλισμα βανίλιας.



Οδηγίες



- Ετοιμάζουμε μια ζύμη με αλεύρι, ζάχαρη, αυγά, βούτυρο και μαγιά και αφήνουμε να φουσκώσει.
- Ενσωματώνουμε στη ζύμη ζαχαρωμένη φλούδα πορτοκαλιού.
- Πλάθουμε τη ζύμη σε σχήμα περιστεριού και την αφήνουμε να φουσκώσει ξανά.
- Περιχύνουμε με άχνη αμυγδάλου και ζάχαρη και μετά ψήνουμε μέχρι να ροδίσουν.

Πασχαλινή συνταγή:



Τούρτα Pasqualina

Υλικά

Σφολιάτα
τυρί ρικότα
σπανάκι ή σέσκουλο
αυγά
τυρί παρμεζάνα
μοσχοκάρυδο
αλάτι
πιπέρι



Οδηγίες



- Ανοίγουμε τη σφολιάτα και τη στρώνουμε σε ένα ταψί για πίτα.
- Ετοιμάζουμε τη γέμιση με τυρί ρικότα, μαγειρεμένο σπανάκι ή τσουρέκι, παρμεζάνα, μοσχοκάρυδο, αλάτι και πιπέρι.
- Ρίχνουμε τη γέμιση στη ζύμη και κάνουμε εσοχές όπου θα ρίξουμε τα αυγά.
- Σκεπάζουμε με άλλη μια στρώση σφολιάτας, σφραγίζουμε τις άκρες και ψήνουμε μέχρι να ροδίσουν.

Πασχαλινή συνταγή:



Αρνί στο φούρνο

Υλικά

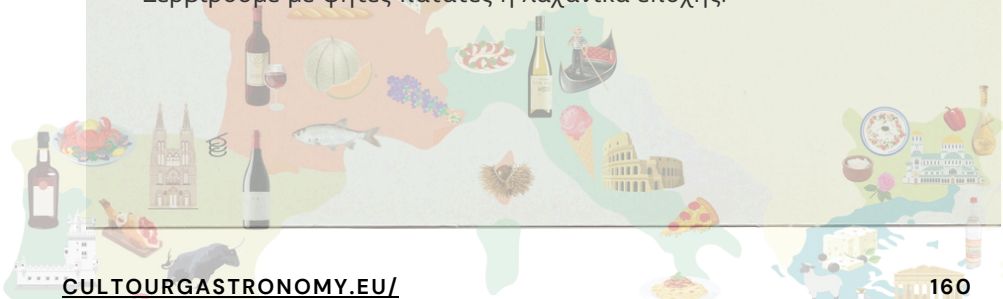
Αρνί (μπούτι ή ώμος)
σκόρδο, δεντρολίβανο
ελαιόλαδο
λευκό κρασί
αλάτι
πιπέρι



Οδηγίες



- Μαρινάrouμε το αρνί με σκόρδο, δεντρολίβανο, ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι.
- Ψήnouμε στο φούρνο, πασπαλίζοντας περιστασιακά με λευκό κρασί, μέχρι να μαλακώσει και να ψηθεί το κρέας.
- Σερβίrouμε με ψητές πατάτες ή λαχανικά εποχής.





Χριστουγεννιάτικη συνταγή:

Μπακαλιάρος για την παραμονή των Χριστουγέννων

Υλικά

- 4 κομμάτια παστό μπακαλιάρο
- 8 πατάτες
- 4 κρεμμύδια
- 4 καρότα
- 4 βραστά αυγά
- Ελαιόλαδο
- Σκόρδο
- Φύλλα δάφνης
- Μαύρες ελιές για γαρνίρισμα



Οδηγίες

- Μουλιάζουμε τον μπακαλιάρο σε νερό για 24-48 ώρες, αλλάζοντας το νερό αρκετές φορές για να φύγει το αλάτι.
- Βράζουμε χωριστά τον μπακαλιάρο, τις πατάτες, τα κρεμμύδια και τα καρότα μέχρι να ψηθούν. Κόβουμε σε φέτες τις πατάτες, τα κρεμμύδια και τα καρότα.
- Τοποθετούμε τον μπακαλιάρο, τις πατάτες, τα κρεμμύδια και τα καρότα σε μια πιατέλα.
- Περιχύνουμε με άφθονο ελαιόλαδο και γαρνίρουμε με σκόρδο, φύλλα δάφνης και μαύρες ελιές.
- Σερβίρουμε με βραστά αυγά κομμένα στη μέση ή σε τέταρτα.

Χριστουγεννιάτικη συνταγή:



Γεμιστή γαλοπούλα

Υλικά

- 1 γαλοπούλα (περίπου 5 κιλά)
- 200 γρ κιμά χοιρινό
- 100 γρ chorizo, κομμένο σε κύβους
- 2 κρεμμύδια, ψιλοκομμένα
- 3 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 100 γρ τριμμένη φρυγανιά
- 2 αυγά
- ελαιόλαδο
- λευκό κρασί
- αλατοπίπερο
- μαϊντανός, θυμάρι, φύλλα δάφνης



Οδηγίες

- Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180°C (350°F).
- Σε ένα μεγάλο μπολ, ανακατεύουμε το χοιρινό κιμά, το chorizo, τα κρεμμύδια, το σκόρδο, την ψίχα ψωμιού και τα αυγά.
- Προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και μυρωδικά.
- Γεμίζουμε τη γαλοπούλα με το μείγμα και στερεώνουμε το άνοιγμα με σπάγγο.
- Αλοιφουμε τη γαλοπούλα με ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι.
- Βάζουμε τη γαλοπούλα σε ένα ταψί, προσθέτουμε λευκό κρασί και ψήνουμε για περίπου 3-4 ώρες, περιχύνοντας περιστασιακά πάνω στο κρέας τη σάλτσα του.
- Αφήνουμε τη γαλοπούλα να ξεκουραστεί για 15-20 λεπτά πριν τη χαράξουμε.



Επιδόρπιο:

Rabanadas (πορτογαλικό γαλλικό τοστ)

Υλικά

- 1 καρβέλι μπαγιάτικο ψωμί (κατά προτίμηση μπαγκέτα)
- 1 λίτρο γάλα
- 200 γρ ζάχαρη
- 1 ξυλάκι κανέλας
- Ξύσμα από 1 λεμόνι
- 4 αυγά
- Ελαιόλαδο (για το τηγάνισμα)
- Αλεσμένη κανέλα

Οδηγίες

- Κόβουμε το ψωμί σε χοντρές φέτες.
- Σε μια κατσαρόλα ζεσταίνουμε το γάλα με τη ζάχαρη, το ξύλο κανέλας και το ξύσμα λεμονιού μέχρι να αρχίσει να βράζει.
- Αποσύρουμε από τη φωτιά και αφήνουμε να κρυώσει ελαφρώς.
- Βουτάμε τις φέτες ψωμιού στο μείγμα γάλακτος μέχρι να μουλιάσουν καλά.
- Χτυπάμε τα αυγά σε ένα μπολ.
- Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε ένα μεγάλο τηγάνι.
- Βουτάμε τις μουλιασμένες φέτες ψωμιού στα χτυπημένα αυγά και στη συνέχεια τηγανίζουμε μέχρι να ροδίσουν και από τις δύο πλευρές.
- Στραγγίζουμε σε απορροφητικό χαρτί και πασπαλίζουμε με τριμμένη κανέλα και ζάχαρη.





Επιδόρπιο:

Filhós (τηγανητή ζύμη)

Υλικά

- 500 γρ αλεύρι
- 10 γρ μαγιά
- 1 dl χυμό πορτοκαλιού
- 50 γρ ζάχαρη
- 3 αυγά
- 1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι
- Ελαιόλαδο (για το τηγάνισμα)
- Ζάχαρη και κανέλα



Οδηγίες

- Διαλύουμε τη μαγιά σε λίγο χλιαρό νερό.
- Σε ένα μεγάλο μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι, το μείγμα μαγιάς, το χυμό πορτοκαλιού, τη ζάχαρη, τα αυγά και το αλάτι. Ζυμώνουμε μέχρι να γίνει μια ζύμη λεία και ελαστική.
- Αφήνουμε τη ζύμη να φουσκώσει σε ζεστό μέρος μέχρι να διπλασιαστεί σε όγκο.
- Απλώνουμε τη ζύμη σε αλευρωμένη επιφάνεια και κόβουμε σε σχήματα που επιθυμούμε.
- Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε μια βαθιά φριτέζα ή μεγάλο τηγάνι.
- Τηγανίζουμε τα κομμάτια της ζύμης μέχρι να ροδίσουν.
- Στραγγίζουμε σε απορροφητικό χαρτί και πασπαλίζουμε με ζάχαρη και κανέλα.



Πασχαλινή συνταγή

Αρνί ψητό

Υλικά

- 1 μπούτι αρνιού (περίπου 2 κιλά)
- 4 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 2 λεμόνια, χυμωμένα
- 100 μλ ελαιόλαδο
- 2 κλωναράκια φρέσκο δεντρολίβανο
- 2 κλωναράκια φρέσκο θυμάρι
- Αλατοπίπερο
- 200 ml λευκό κρασί
- 1 κιλό πατάτες καθαρισμένες και κομμένες σε φέτες



Οδηγίες

- Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180°C
- Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το ψιλοκομμένο σκόρδο, το χυμό λεμονιού, το ελαιόλαδο, το αλάτι και το πιπέρι για να δημιουργηθεί μια μαρινάδα.
- Τρίψτε το αρνίσιο μπούτι με τη μαρινάδα, φροντίζοντας να έχει καλυφθεί. Τοποθετούμε από πάνω τα κλωναράκια δεντρολίβανου και το θυμάρι.
- Τοποθετούμε το αρνί σε ένα ταψί και περιχύνουμε με το λευκό κρασί.
- Προσθέτουμε τις πατάτες γύρω από το αρνί.
- Ψήνουμε στο φούρνο για περίπου 1,5 με 2 ώρες, περιχύνοντας περιστασιακά το κρέας με τους χυμούς του, μέχρι να μαλακώσει το αρνί και να ροδίσουν οι πατάτες.
- Αφήνουμε το αρνί να ξεκουραστεί για 10-15 λεπτά πριν το χαράξουμε.

Πασχαλινό επιδόρπιο



Rão-de-Ló (Πορτογαλικό παντεσπάνι)

Υλικά

6 αυγά

250 γρ ζάχαρη

150 γρ αλεύρι

Ξύσμα από 1 λεμόνι

1 κουταλάκι του γλυκού μπέικιν

πάουντερ



Οδηγίες



- Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180°C (350°F). Λαδώνουμε μια στρογγυλή φόρμα για κέικ και τοποθετούμε μια λαδόκολλα.
- Χτυπάμε τα αυγά με τη ζάχαρη μέχρι να αφρατέψουν.
- Προσθέτουμε το ξύσμα λεμονιού και σταδιακά το αλεύρι και το μπέικιν πάουντερ, ανακατεύοντας απαλά μέχρι να ενωθούν τα υλικά.
- Ρίχνουμε τη ζύμη στην προετοιμασμένη φόρμα του κέικ.
- Ψήνουμε για 25-30 λεπτά ή μέχρι να βγει καθαρή μια οδοντογλυφίδα που έχουμε τοποθετήσει στο κέντρο. Αφήνουμε το κέικ να κρυώσει στο ταψί πριν το μεταφέρουμε σε μια σχάρα για να κρυώσει εντελώς.



Χριστουγεννιάτικη συνταγή

Αγριαγκινάρες με αμύδαλα

Υλικά

- 1 κιλό αγριαγκινάρες καθαρές και φιλοκομμένες
- 100 γρ αμύδαλα καθαρισμένα ωμά
- 50 γρ κουκουνάρι
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 4 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- 2 κουταλιές της σούπας αλεύρι
- 500 ml ζωμό λαχανικών
- 100 ml γάλα
- Αλάτι και πιπέρι
- Μια πρέζα μοσχοκάρυδο

Οδηγίες

- Βράζουμε τις φιλοκομμένες αγριαγκινάρες σε αλατισμένο νερό για περίπου 15 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν. Στραγγίζουμε και αφήνουμε στην άκρη.
- Σπάμε τα αμύδαλα και το κουκουνάρι σε γουδί και τα αφήνουμε στην άκρη. Ταυτόχρονα, σε ένα τηγάνι ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε το σκόρδο μέχρι να αρχίσει να ροδίζει. Προσθέτουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε.
- Προσθέτουμε σταδιακά τον ζωμό λαχανικών και το γάλα, ανακατεύοντας συνεχώς. Προσθέτουμε τα αμύδαλα και το κουκουνάρι και αφήνουμε το μείγμα να δέσει.
- Προσθέτουμε τις αγριαγκινάρες στη σάλτσα αμυγδαλού και σιγοβράζουμε για άλλα 10 λεπτά. Καρυκεύουμε με αλάτι, πιπέρι και μια πρέζα μοσχοκάρυδο. Το σερβίρουμε ζεστό.





Πασχαλινή συνταγή:

Torrijas (Γαλλικό τوست ισπανικού στυλ)

Υλικά

- 1 καρβέλι μαγαιάτικο ψωμί (κατά προτίμηση μπριός ή εμπλουτισμένο με βούτυρο)
- 1 λίτρο γάλα
- 200 γρ ζάχαρη
- 1 ξυλάκι κανέλας
- Ξύσμα από 1 λεμόνι και 1 πορτοκάλι
- 1 cl ρούμι
- 4 αυγά
- Ελαιόλαδο για τηγάνισμα
- Αλεσμένη κανέλα για πασπάλισμα
- Μέλι ή σιρόπι ζάχαρης (προαιρετικά)

Οδηγίες

- Ζεσταίνουμε το γάλα σε μια κατσαρόλα με 100 γρ ζάχαρη, το ξυλάκι κανέλας, το ρούμι και το ξύσμα λεμονιού και πορτοκαλιού. Αφήνουμε να πάρει μια ήπια βράση, στη συνέχεια αποσύρουμε από τη φωτιά, σκεπάζουμε και αφήνουμε να κρυώσει.
- Κόβουμε το μαγαιάτικο ψωμί σε χοντρές φέτες. Βουτάμε κάθε φέτα στο ζεστό μείγμα, αφήνοντας το ψωμί να απορροφήσει τα υγρά αλλά να μη διαλύεται. Αφήνουμε να στραγγίξουν τα περιττά υγρά.
- Χτυπάμε τα αυγά και ζεσταίνουμε άφθονη ποσότητα ελαιόλαδου σε ένα τηγάνι. Βουτάμε τις μουλιασμένες φέτες ψωμιού στα χτυπημένα αυγά και τηγανίζουμε μέχρι να ροδίσουν από κάθε πλευρά.
- Στραγγίζουμε τις τηγανητές torrija σε απορροφητικό χαρτί για να φύγει το περιττό λάδι. Πασπαλίζουμε με ένα μείγμα ζάχαρης και τριμμένης κανέλας. Σερβίρεται ζεστό ή κρύο.



Βιβλιογραφία

- <https://www.youtube.com/watch?v=C9O8yhJKW2O>
- https://www.youtube.com/watch?v=gZSjBOKiOts&ab_channel=%D0%9A%D1%83%D1%85%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%97%D0%B2%D0%B5%D0%B7%D0%B4%D0%B5%D0%B2-LaCocinaB%C3%BAIgara
- https://www.youtube.com/watch?v=qPupjb8INcc&ab_channel=%D0%9A%D1%83%D1%85%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%97%D0%B2%D0%B5%D0%B7%D0%B4%D0%B5%D0%B2-LaCocinaB%C3%BAIgara
- https://www.youtube.com/watch?v=DBWjRlsjyzU&ab_channel=%D0%93%D0%9E%D0%A2%D0%92%D0%95%D0%9D%D0%95%D0%97%D0%90%D0%9D%D0%90%D0%A7%D0%98%D0%9D%D0%90%D0%95%D0%A9%D0%98
- <https://www.hera.bg/s.php?n=397>
- <https://bulgarianhistory.org/badni-vecher/>
- <https://zornitsaivanova.com/blog/balgarski-traditzi-rituali-badni-vecher/>
- <https://pochehli.com/novini/aranzhirane-na-trapezata-za-velikden>
<https://www.24kitchen.bg/articles/velikdenski-obichai>
<https://zvezdev.com/%D1%80%D0%B5%D1%86%D0%B5%D0%BF%D1%82%D0%B0%D0%B2%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8-%D0%BA%D0%BE%D0%B7%D1%83%D0%BD%D0%B0%D0%BA>
- Συντάκτες τροφίμων και κρασιού. (2023, 9 Ιανουαρίου). 22 Παραδοσιακές γαλλικές συνταγές. Φαγητό & Κρασί. <https://www.foodandwine.com/comfort-food/traditional-french-food>
- Fuchs, L. (2023, 14 Ιουλίου). Οι 76 καλύτερες συνταγές της γαλλικής κουζίνας. Κατευθείαν στον ουρανό. <https://www.directoalpaladar.com/recetario/69-mejores-recetas-cocina-francesa>
- Boréan, Y., & Helal, N. (2022, 20 Δεκεμβρίου). Εορταστικό γεύμα: η ιστορία της χριστουγεννιάτικης γαλοπούλας. Εδώ, By France Bleu and France 3. <https://www.francebleu.fr/vie-quotidienne/cuisine/repas-de-fete-l-histoire-de-la-dinde-de-noel-2574851>
- Mariotte, L. (2023, 13 Δεκεμβρίου). Η συνταγή μου για γαλοπούλα με κάστανα - Laurent Mariotte. Laurent Mariotte. <https://www.laurentmariotte.com/recette-de-dinde-aux-marrons/>
- Berry, F.B (2017, 16 Απριλίου). Πασχαλινό πατέ: Το μούρο έχει μόνο αυγά για το πατέ του. Εδώ, By France Bleu and France 3. <https://www.francebleu.fr/infos/insolite/pate-de-paques-le-berry-n-d-oeufs-que-pour-son-pate-1492193586>
- Μούρο πασχαλινό γλυκάκι (από το Berry). (v.δ.). Τρέχουσα Κουζίνα. <https://www.cuisinetemporel.fr/recettes/pate-de-paques-berrichon-from-berry-206004#>



- Cinque Wine & Deli Editors. (2024) Melomakarona: A Symbolic Treat For The Fallen Heroes Of Ancient Greece. <https://www.cinque.gr/melomakarona-a-symbolic-treat-for-the-fallen-heroes-of-ancient-greece/>
- Μαγερίτσα: Μια σούπα στην Ελλάδα – Οδηγός Κρήτης. (2024) <http://www.crete-guide.info/magiritsa.htm>
- Μαγερίτσα της Αργυρώς - www.argiro.gr
- Χρυσόπουλος Π. 22/12/2023. Έλληνας Ρεπόρτερ. Πώς πήραν τα ονόματά τους τα Μελομακάρονα και οι Κουραμπιέδες. <https://greekreporter.com/2023/12/22/how-kourabiedes-and-melomakarona-got-their-names/>
- GST A. 30/4/2021. Greek City Times. Μαγερίτσα - Παραδοσιακή Ελληνική Πασχαλινή Σούπα. <https://greekcitytimes.com/2021/04/30/magiritsa-greek-easter-soup/>
- Παραδοσιακή συνταγή Panettone (Ιταλικό χριστουγεννιάτικο κέικ)
- <https://www.cucinabyelena.com/traditional-panettone-recipe-italian-christmas-cake/>
- Πασχαλινό περιστέρι
- <https://www.italiiregina.it/colomba-cake/>
- Η ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΕΝΟΣ ΙΤΑΛΙΚΟΥ ΠΑΣΧΑΛΙΝΟΥ ΚΕΙΚ: "LA COLOMBA"
- <https://blog.scuolaleonardo.com/2022/04/17/la-colomba-an-italian-traditional-dessert/>
- <https://www.happy.rentals/blog/142-traditional-dishes-for-an-italian-christmas>
- <https://www.walksofitaly.com/blog/food-and-wine/christmas-food-traditions-in-italy>
- <https://devourtours.com/blog/italian-christmas-foods/>
- <https://jornalaltoalentejo.sapo.pt/pascoa-em-marvao-com-cabrito-e-borrego-a-mesa/> <https://receitasdeportugal.com/> <https://www.gastronomias.com/portugal/>
- Πέντε πολύ χριστουγεννιάτικες γαστρονομικές εμπειρίες στην Ισπανία. <https://www.spain.info/en/discover-spain/christmas-gastronomic-experiences-spain/>
- Adria F., Mariscal J., Ortega I. (2024). Ισπανία Το βιβλίο μαγειρικής.
- Coxal M. (2013, 1 Οκτωβρίου). Παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες συνταγές της Ισπανίας: 2.
- Rybaiev V. (2023). Spain Cuisine: A Culinary Journey Through the Flavors of Spain (World Cuisines Book).

