



**ΜΥΛΟΙ
ΚΡΙΤΗΣ**



**ΟΙ ΣΕΦ
ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΝ
ΣΥΝΤΑΓΕΣ**



ΣΥΛΛΟΓΗ ΙΘ'



ΦΟCACCIA ΟΛΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ ΜΕ ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ ΚΑΙ ΔΕΝΤΡΟΛΙΒΑΝΟ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΟ POOLISH

50 γρ. Σκληρό Αλεύρι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
50 γρ. Αλεύρι Ολικής από Δίκκοκο Σιτάρι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
100 ml νερό
1,5 γρ. νωπή μαγιά

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

800 γρ. Αλεύρι Σκληρό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
100 γρ. Αλεύρι Ολικής Από Δίκκοκο Σιτάρι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
50 ml Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο Τσουνάτη ΑΒΕΑ
100 γρ. νιφάδες πατάτας
700 ml νερό
23 γρ. αλάτι
10 γρ. μαγιά νωπή
200 γρ. poolish

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

ΓΙΑ ΤΟ POOLISH

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί και αφήνουμε το μείγμα τουλάχιστον 6 ώρες στο ψυγείο.

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ:

Σε ένα μίξερ ζυμώνουμε όλο το αλεύρι, τις νιφάδες, 500ml νερό, τη μαγιά και όλο το poolish.

Μολις ενσωματωθεί η ζύμη προσθέτουμε σταδιακά το υπόλοιπο νερό, λίγο πριν το τέλος το αλάτι και για το τελείωμα βάζουμε το ελαιόλαδο.

Ξεκουράζουμε 10 λεπτά τη ζύμη και κάνουμε 2 διπλώματα από έξω προς τα μέσα κάθε μισή ώρα. Σε κάθε μιάσωρο αναμονής αποθηκεύουμε σε κλειστό μπουλ.

Κόβουμε τη ζύμη στη μέση και σε ένα μπουλ που έχουμε λαδώσει, αποθηκεύουμε τη ζύμη για μια νύχτα στο ψυγείο τυλιγμένο σε μεμβράνη.

Την επομένη ημέρα χωρίζουμε το ζυμάρι μας σε τεμάχια 500 γραμμαρίων και αφήνουμε μέχρι να φουσκώσει σε ένα ζεστό μέρος με υγρασία.

Τέλος, ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 250°C για περίπου 15 λεπτά.





ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ ΜΕ ΚΟΥΡΚΟΥΜΑ ΚΑΙ ΠΑΠΑΡΟΥΝΟΣΠΟΡΟ

ΥΛΙΚΑ

500 γρ. Μαλακό Αλεύρι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

100 ml Ραφινέ ΑΒΕΑ

10 γρ. αλάτι

50 γρ. ζάχαρη

50 γρ. βούτυρο

7 γρ. baking powder

200 ml κρασί λευκό

80 ml Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ

25 γρ. καβουρδισμένο παπαρινόσπορο

30 γρ. κουρκουμά

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε ένα μίξερ δουλεύουμε όλα τα υλικά μέχρι να δέσουν καλά.
Πλάθουμε μικρά φυτίλκια και ψήνουμε σε προθερμασμένο
φούρνο στους 160°C για περίπου 35 λεπτά.





ΨΩΜΙ ΤΟΥ ΑΓΡΟΥ ΣΕ ΦΟΡΜΑ

ΥΛΙΚΑ

600 γρ. Αλεύρι *Triticordeum* ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

400 γρ. Αλεύρι *Σκληρό* ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

5 γρ. νωπή μαγιά

100 γρ. poolish (δες συνταγή focaccia)

700 ml νερό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μίξερ με γάντζο βάζουμε όλα τα αλεύρα με 400 ml νερό και το αφήνουμε στην άκρη για μισή ώρα. Στη συνέχεια προσθέτουμε τη μαγιά, το poolish δουλεύοντάς τα στην αργή ταχύτητα. Μόλις δέσει το ζυμάρι βάζουμε μέτρια ταχύτητα και προσθέτουμε σταδιακά το νερό και πριν το τέλος βάζουμε και το αλάτι. Κάνουμε δύο διπλώματα από έξω προς τα μέσα κάθε μισή ώρα και έπειτα κόβουμε τεμάχια των 500 γραμμαρίων.

Σε κάθε μισάωρο αναμονής αποθηκεύουμε σε κλειστό μπολ στο ψυγείο. Τα πλάθουμε σε σαίτάκια και τα βάζουμε σε φόρμες του κέικ με λαδόκολλα στο πάτο και στο ψυγείο για μια νύχτα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 250°C για περίπου 40 λεπτά έχοντας χαράξει μια ευθεία στο κέντρο του ψωμιού.





ΣΚΟΡΔΑΤΟ ΤΥΡΟΨΩΜΟ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΟ ΣΚΟΡΔΟΒΟΥΤΥΡΟ

400 γρ. βούτυρο αγελαδινό (82% λιπαρά)
100 γρ. σκελίδες σκόρδου χωρίς την ρίζα τους
μια πρέζα αλάτι
λίγο μαϊντανό

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

1 kg Αλεύρι Σκληρό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
200 γρ. poolish (δες συνταγή focaccia)
600 ml νερό
20 γρ. αλάτι
7 γρ. μαγιά νωπή

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

ΓΙΑ ΤΟ ΣΚΟΡΔΟΒΟΥΤΥΡΟ

Ανακατεύουμε το βούτυρο μέχρι να γίνει κρέμα, προσθέτουμε το σκόρδο, το αλάτι και τον μαϊντανό.

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

Σε ένα μίξερ βάζουμε όλο το αλεύρι, 400ml νερό, τη μαγιά, το poolish και το δουλεύουμε σε χαμηλή ταχύτητα. Μόλις ομογενοποιηθούν τα υλικά βάζουμε στην γρήγορη ταχύτητα σταδιακά το νερό και λίγο πριν το τέλος το αλάτι. Αποσύρουμε τη ζύμη μας και κάνουμε δύο διπλώματα από έξω προς τα μέσα κάθε μισή ώρα. Σε κάθε μισάωρο αναμονής αποθηκεύουμε σε κλειστό μπολ. Κόβουμε σε τεμάχια 350 γραμμαρίων και κάνουμε σχήμα μπαγκέτας.

Αποθηκεύουμε στο ψυγείο με αλευρωμένη πετσέτα όλη νύχτα. Χαράσσουμε και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 220°C για περίπου 20 λεπτά. Κόβουμε στη μέση και βάζουμε μια στρώση από το σκอร์δαβούτυρο και το βάζουμε στον φούρνο (γκριλ) για περίπου 10 λεπτά.





ΚΡΗΤΙΚΟ MUFFIN

ΥΛΙΚΑ

165 γρ. βούτυρο

90 γρ. ζάχαρη άχνη

160 αυγά

Αλάτι

Πιπέρι

160 Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

4 baking powder

Φρέσκο θυμάρι ψιλοκομμένο

100 γρ. Απάκι κομμένο σε κύβους

120 γρ. Τριμμένη γραβιέρα

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Ανακατεύουμε σε ένα μπολ βούτυρο και άχνη. Προσθέτω αυγά και αλάτι. Προσθέτουμε το αλεύρι με το baking. Βάζουμε την τριμμένη γραβιέρα, το απάκι, θυμάρι και πιπέρι στο μείγμα μας ανακατεύοντας καλά. Γεμίζουμε τα φορμάκια μας και ψήνουμε στους 180°C για 15 λεπτά περίπου.





Οικογενειακές δημιουργίες οικογενειακές αξίες!

www.mills.gr



Η μεγαλύτερη οικογένεια στο αλεύρι καθημερινά
δίπλα σας για μοναδικές οικογενειακές δημιουργίες.



πράτουν γενιές και γενιές

Οι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ έχουν πιστοποιηθεί από την TÜV Hellas για τη διάθεση αλεύρων ελληνικής άλεσης, σύμφωνα με την προδιαγραφή του Συνδέσμου Αλευροβιομηχάνων της Ελλάδος.



ΑΛΕΥΡΙ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΛΕΣΗΣ

Πιστοποιημένο από την TÜV HELLAS σύμφωνα με την προδιαγραφή του Συνδέσμου Αλευροβιομηχάνων της Ελλάδος

Βέρο Κρητικό

Γαλακτοκομικά προϊόντα



Κατσικίσιο γάλα
Πλήρες 3,5%

Κατσικίσιο γιαούρτι 4%



Σοκολάτα παγωτό
από κατσικίσιο γάλα



Κρέμα παγωτό
από κατσικίσιο γάλα



Κατσικίσιο Τυρί
για ντάκο



VERO CEREAL







Creta fresh

Φυσικοί χυμοί



Πορτοκάλι



Βιολογικό
Πορτοκάλι



Γκρέιπφρουτ



10 φρούτα
7 βιταμίνες



Πορτοκάλι
Μήλο
Βερίκοκο



Λεμονάδα



Φυσικός
στυμμένος
χυμός
Πορτοκάλι



Φυσικός
στυμμένος
χυμός
Γκρέιπφρουτ



Φυσικός
στυμμένος
χυμός
Λεμόνι



Πορτοκάλι
με γλυκαντικά



Πορτοκάλι



Μανταρίνι



Λεμονάδα



Βουσσινάδα

ΒΙΟΧΥΜ



Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο
Βιολογικό
Τσουνάτης Ποικιλίας
Π.Ο.Π. Κολυμβάρι Χανίων Κρήτης
Κορωνέικης Ποικιλίας



Εξαιρετικό
Παρθένο
Ελαιόλαδο
Συμβατικό



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο



Ελαιόλαδο



Ραφινέ



Πυρηνέλαιο



Βαλσάμικο
Ξύδι

oliva Σαπούνια



Λευκό σαπούνι
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Λευκό σαπούνι
ελαιόλαδο - λεβάντα



Πράσινο σαπούνι
ελαιολάδου



Πράσινο σαπούνι
ελαιολάδου
με κουκούτσι ελιάς
και μέλι



Σαπούνι
ελαιόλαδο
μέλι



Κρέμα μαλλιών
ελαιόλαδο
μέλι



Κρέμα σώματος
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Αφρόλουτρο
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Κρεμοσαπούνι
ελαιόλαδο
λεβάντα



Βρεφικό
σαπούνι
& αφρόλουτρο



Παιδικό
σαπούνι
& αφρόλουτρο

ΤΑΡΤΑ ΧΑΡΟΥΠΙΟΥ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΑΠΟ ΡΟΦΗΜΑ ΒΡΩΜΗΣ ΜΕ ΧΑΡΟΥΠΙ ΚΑΙ ΚΑΚΑΟ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΑΡΤΑ

230 γρ. Αλεύρι Μαλακό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

40 γρ. αυγά

100 γρ. ζάχαρη

110 γρ. βούτυρο

μια πρέζα αλάτι

ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΡΕΜΑ ΧΑΡΟΥΠΙΟΥ

**500 ml Ρόφημα Βρώμης με Χαρούπι
και Κακάο ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**

40 γρ. ζάχαρη

80 γρ. αυγά

40 γρ. corn flour

60 γρ. βούτυρο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΑΡΤΑ

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί μέχρι να ομογενοποιηθούν.
Ανοίγουμε φύλλο πάχους 2 cm, κόβουμε με ένα ταξέρι και το βάζουμε στη κατάψυξη να παγώσει.
Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 165°C για 15 λεπτά με βαρίδιο στο κέντρο της τάρτας.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΡΕΜΑ ΧΑΡΟΥΠΙΟΥ:

Βράζουμε σε μια κατσαρόλα το ρόφημα χαρουπιού να βράσει και ταυτόχρονα σε ένα μπολ ανακατεύουμε ζάχαρη, αυγά και corn flour. Μόλις βράσει το ρόφημα βάζουμε το μισό στο μπολ και ανακατεύουμε καλά. Το επιστέφουμε στην κατσαρόλα και ανακατεύουμε ολο το μείγμα μέχρι να δέσει. Μόλις δέσει προσθέτουμε το βούτυρο και ανακατεύουμε. Βάζουμε το μείγμα στην ψημένη τάρτα και το αφήνουμε να κρυώσει. Αλείφουμε την επιφάνεια με ένα αυγό και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 30 λεπτά περίπου.
Μόλις ψηθεί το αφήνουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 6 ώρες και είναι έτοιμο!







ΚΕΪΚ ΜΕ ΚΑΡΥΚΕΥΜΑΤΑ

ΥΛΙΚΑ

60. γρ Αλεύρι Ολικής Από Δίκκοκο Σιτάρι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

40. γρ Αλεύρι για όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

40 ml Γάλα Καταικίσιο Βέρο Κρητικό

10 γρ. baking powder

30 γρ. ζάχαρη

80 γρ. αυγά

80 γρ. μέλι θυμαρίσιο

από 1/2 κ.γ. κανέλα, μοσχοκάρυδο και αστεροειδή γλυκάνισο

Ξύσμα από 1 λεμόνι και 1 πορτοκαλί

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε μία κασαρόλα ζεσταίνουμε το γάλα, τα καρυκεύματα και το ξύσμα από λεμόνι και πορτοκάλι.

Τα σκεπάζουμε με μια μεβράνη και τα αφήνουμε 15 λεπτά να βγουν τα αρώματά μας.

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε καλά τα αυγά με τη ζάχαρη και στη συνέχεια προσθέτουμε το γάλα, το λιωμένο μέλι, τα στερεά υλικά και ομογενοποιούμε.

Ψήνουμε σε μια φόρμα διαστάσεων 14x7x7 σε προθερμασμένο φούρνο στους 150°C για 30-40 λεπτά.

Το αφήνουμε μια μέρα στο ψυγείο για να δέσουν τα αρώματα.







ΣΟΚΟΛΑΤΟΨΩΜΟ ΜΕ ΣΤΑΦΙΔΕΣ

ΥΛΙΚΑ

1 kg Αλεύρι Σκληρό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

700 ml νερό

40 γρ. κακάο

7 γρ. μαγιά

300 γρ. σταφίδες

200 γρ. κουβερτούρα σε σταγόνες

20 γρ. αλάτι ψιλό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μίξερ βάζουμε το αλεύρι και τα 500 ml νερού και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.

Τα αφήνουμε μισή ώρα στην άκρη κάνοντας αυτόλυση.

Στη συνέχεια προσθέτουμε τη μαγιά, το κακάο, σταδιακά το υπόλοιπο νερό και στο τέλος το αλάτι. Προσθέτουμε τις σταφίδες και την κουβερτούρα και ανακατεύουμε ελαφριά.

Ξεκινάμε τη ζύμη μας 10 λεπτά και κάνουμε 1 διπλώμα από μέσα προς τα έξω και το αφήνουμε μισή ώρα να ξεκουραστεί.

Χωρίζουμε τη ζύμη μας σε 4 ίσα μέρη και τα πλάθουμε σε καρβελάκια.

Τα αφήνουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 12 ώρες με αλευρωμένη πετσέτα. Χαράσσουμε ελαφριά στο κέντρο και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 220°C για 40 λεπτά περίπου







ΓΑΛΛΙΚΗ ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΑΧΛΑΔΙ (BOURDALOUE)

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΑΡΤΑ

230 γρ. Αλεύρι Μαλακό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

40 γρ. αυγά

100 γρ. ζάχαρη

110 γρ. βούτυρο

μια πρέζα αλάτι

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

80 γρ. Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

3 αχλάδια

90 γρ. βούτυρο μαλακό

90 γρ. ζάχαρη

110 γρ. αυγά

100 γρ. πούδρα αμύγδαλο

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΑΡΤΑ

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί μέχρι να ομογενοποιηθούν.
Ανοίγουμε φύλλο πάχους 2 cm, κόβουμε με ένα τσέρκι και το βάζουμε στη κατάψυξη να παγώσει.

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

Σε ένα μίξερ ανακατεύουμε το βούτυρο με τη ζάχαρη. Στη συνέχεια βάζουμε και τα αυγά.
Ανακατεύουμε και τέλος βάζουμε την πούδρα αμύγδαλο με το αλεύρι μέχρι να ομογενοποιηθούν.
Στην παγωμένη τάρτα μας, βάζουμε την αμυγδαλόκρεμα μέχρι τη μέση και από πάνω τις φέτες
από τα αχλάδια που έχουμε κόψει. Προαιρετικά γαρνίρουμε με αμύγδαλο φιλέ.
Ψήνουμε στους 170°C για περίπου 30 λεπτά μέχρι να αποκτήσει χρυσαφένιο χρώμα.





ΓΕΜΙΣΤΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΜΕ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ

1 kg καθαρός χυμός φρούτων της επιλογής σας

200 γρ. ζάχαρη

10 γρ. agar agar

ΓΙΑ ΤΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ

350 γρ. Αλέυρι για Όλες τις Χρήσεις **Εμπλουτισμένο ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**

130 γρ. ζάχαρη άχνη

40 γρ. κράκι

10 γρ. ασπράδια

60 γρ. σπασμένα αμύγδαλα άψητα

50 γρ. σπασμένα φουντούκια άψητα

200 γρ. βούτυρο

μια πρέζα αλάτι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

ΓΙΑ ΤΗ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ:

Σε ένα κατσαρολάκι ζεσταίνουμε τον χυμό και προσθέτουμε τη ζάχαρη με το πηκτικό μας. Μόλις βράσει συνεχίζουμε το ανακάτεμα για 1 λεπτό και το αποσύρουμε από τη φωτιά.

Αφήνουμε τη μαρμελάδα τουλάχιστον για 8 ώρες στο ψυγείο.

Χτυπάμε στο multi για να "σπάσει" και η μαρμελάδα μας είναι έτοιμη για χρήση.

ΓΙΑ ΤΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ:

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί σε ένα μίξερ.

Αφήνουμε τη ζύμη μια νύχτα στο ψυγείο να ξεκουραστεί.

Πλάθουμε ίσες ποσότητες ζύμης κάνοντας ένα βαθούλωμα στο κέντρο με το δάχτυλό μας.

Ψήνουμε στους 180°C για 15 λεπτά περίπου.

Μόλις κρυώσουν τοποθετούμε τη μαρμελάδα μας στην εσοχή των μπισκότων.





BAKER

Θα ήθελα να ευχαριστήσω
για τη συνεργασία μας τους Μύλους Κρήτης,
για την εμπιστοσύνη που μου δείχνουν όλα αυτά τα χρόνια,
αλλά κυρίως για τη διαρκή αρτιότητα στην ποιότητα των
πρώτων υλών που προσφέρουν.
Εύχομαι οι αναγνώστες να απολαύσουν αυτές τις συνταγές,
να προσπαθήσουν, και να πειραματιστούν με αυτές.
Καλές γιορτές σε όλους, και ο νέος χρόνος, ας φέρει
στον κάθε ένα ξεχωριστά οτι επιθυμεί!

Μανώλης Δημητρουλάκης
Baker

Φωτογραφίες: Γιάννης Κουκουράκης / Food styling: Γεωργία Μασσαμάκη

Εξοπλισμός: Μανιάς Home Collection

Χώρος φωτογράφισης εξωφύλλου: Pallas Philocaly

pallas
Philocaly