



**ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ**



**ΟΙ ΣΕΦ
ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΝ
ΣΥΝΤΑΓΕΣ**



ΣΥΛΛΟΓΗ Η'

*Our lovely Chef
Kliriki Kivonomaki*





ΤΣΟΥΡΕΚΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΜΕ ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ, CRABERRY, ΜΗΛΟ ΚΑΙ ΧΑΡΟΥΠΟΜΕΛΟ

ΥΛΙΚΑ (ΓΙΑ 10 ΤΣΟΥΡΕΚΙΑ)

1 κουτί ζαχαρούχο γάλα
6 αυγά
750 γρ. ζάχαρη
2 βανίλιες
700 ml ηλιέλαιο
1 κ.γ. κακουλέ
1 κ.γ. μαστίχα
1 κ.γ. μαχλέπι
200 γρ. μαγιά νωπή
1 λίτρο χλιαρό νερό
1 φακ. μπέικιν πάουντερ
3 κιλά Αλεύρι για Τσουρέκι
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
8 σταγόνες Αιθέριο Έλαιο
Μανταρίνι BIOXYM

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ:
5 μήλα τριμμένα
100 γρ. cranberry
300 γρ. χοντροκομμένοι
ξηροί καρποί
70 γρ. Χαρουπόμελο
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Βάζουμε σε μια κατσαρόλα το γάλα τη ζάχαρη και τα αυγά, μόλις λιώσει η ζάχαρη προσθέτουμε το ηλιέλαιο.
Σε μια λεκάνη λιώνουμε τη μαγιά με το νερό και έπειτα προσθέτουμε το μίγμα της κατσαρόλας και τα υπόλοιπα υλικά. Ζυμώνουμε και αφήνουμε το μίγμα σκεπασμένο για 2 ώρες.
Χωρίζουμε τη ζύμη και την ανοίγουμε σε ένα ορθογώνιο φύλλο. Πασπαλίζουμε σε όλη την επιφάνια τα υλικά της γέμισης και ρολάρουμε. Με την ένωση προς τα κάτω αφήνουμε άλλες δύο ώρες να φουσκώσουν, αλείφουμε με κρόκο αυγού και ψήνουμε στους 160-170°C για 30 λεπτά.







ΠΑΣΤΑ ΦΛΩΡΑ ΝΗΣΤΙΣΙΜΗ

ΥΛΙΚΑ

250 γρ. Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

250 ml. Χυμό Πορτοκάλι Creta Fresh

2 σταγόνες Αιθέριο Έλαιο Πορτοκάλι ΒΙΟΧΥΜ

125 ml. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο Κορωνέικη ΑΒΕΑ

3 κ.σ. κονιάκ

60 γρ. ζάχαρη

400 γρ. μαρμελάδα φράουλα

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Χτυπάμε τη ζάχαρη με το χυμό και το ελαιόλαδο. Αφού λιώσει βάζουμε τα υπόλοιπα υλικά και προσθέτουμε σταδιακά το αλεύρι.

Παίρνουμε τα 2/3 της ζύμης, την απλώνουμε σε μια ταρτιέρα και ρίχνουμε τη μαρμελάδα.

Κόβουμε την υπόλοιπη ζύμη σε λωρίδες και τις τοποθετούμε κάθετα και οριζόντια πάνω από τη μαρμελάδα.
Ψήνουμε στους 180°C μέχρι να ροδίσει.







ΜΠΡΑΟΥΝΙΣ ΜΕ ΤΣΙΛΙ ΚΑΙ ΚΟΝΙΑΚ

ΥΛΙΚΑ

250 γρ. μαύρη σοκολάτα

50 γρ. σοκολάτα γάλακτος

150 γρ. βούτυρο

150 γρ. ζάχαρη

4 αυγά

100 γρ. Φαρίνα ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

Μια πρέζα αλάτι

2 κ.γ. κοφτά τσίλι

2 κ.σ. κονιάκ

4 κ.σ. κακάο

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Λιώνουμε τις σοκολάτες και το βούτυρο σε μπεν μαρί.

Ανακατεύουμε το μείγμα της λιωμένης σοκολάτας με τη ζάχαρη και τα αυγά και χτυπάμε σε υψηλή ταχύτητα για 5 λεπτά.

Σταδιακά προσθέτουμε τη φαρίνα σε χαμηλή ταχύτητα έπειτα το αλάτι, το τσίλι, το κονιάκ και το κακάο.

Μόλις ενοποιηθούν τα υλικά αδειάζουμε το μείγμα σε ένα ταψί με λαδόκολλα και ψήνουμε για 15 λεπτά στους 175°C σε προθερμασμένο φούρνο.







ΡΑΓΙΣΜΕΝΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

ΥΛΙΚΑ

180 γρ. κουβερτούρα

65 γρ. βούτυρο

180 γρ. Αλεύρι Μαλακό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

½ κ.γ. μπέικιν παούντερ

¼ κ.γ. αλάτι

2 αυγά

150 γρ. ζάχαρη

1 βανίλια

50 γρ. ζάχαρη αχνή

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Λιώνουμε το βούτυρο και τη σοκολάτα.

Χτυπάμε τα αυγά μαζί με τη ζάχαρη το αλάτι και τη βανίλια.

Προσθέτουμε το αλεύρι και τέλος το μείγμα τις σοκολάτας.

Αφήνουμε στο ψυγείο για μια ώρα.

Στη συνέχεια πλάθουμε σε μπαλάκια και τα πασπαλίζουμε σε αχνή ζάχαρη.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 10 λεπτά.







ΤΡΑΓΑΝΑ ΡΟΛΑΚΙΑ ΓΑΛΑΚΤΟΜΠΟΥΡΕΚΟΥ ΑΡΩΜΑΤΙΣΜΕΝΑ ΜΕ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ

ΥΛΙΚΑ

1 πακ. φύλλο κρούστας
1 λίτρο Γάλα Αγελαδινό Πλήρες Βέρο Κρητικό
130 γρ. Σιμιγδάλι Ψιλό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

300 γρ. ζάχαρη
3 αυγά

100 γρ. βούτυρο

4 σταγόνες Αιθέριο Έλαιο Πορτοκάλι ΒΙΟΧΥΜ

ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ:

500 γρ. ζάχαρη

400 γρ. νερό

1 ξύλο κανέλας

½ κούπα λεμόνι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το γάλα, τη ζάχαρη, τα αυγά και ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει η ζάχαρη.

Στη συνέχεια βάζουμε το σιμιγδάλι και ανακατεύουμε συνεχώς μέχρι να πήξει. Όταν είναι έτοιμο ρίχνουμε το βούτυρο και το αιθέριο έλαιο και αφήνουμε να κρυώσει. Βουτυρώνουμε ένα φύλλο κρούστας, το διπλώνουμε, το κόβουμε στη μέση και βάζουμε στην άκρη μια γεμάτη κουταλιά κρέμα. Διπλώνουμε τις άκρες βουτυρώνουμε και τυλίγουμε προς τα πάνω.

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 175°C και ψήνουμε για 20 λεπτά.

Έχουμε βράσει τα υλικά για το σιρόπι και το περικύνουμε, αφού κρυώσει, στα ζεστά ρολάκια.





Βέρο Κρητικό

Κατσίκισιο γάλα
Πλήρες 3,5%

Γάλα αγελάδος
Πλήρες 3,5%



Κατσίκισιο γάλα
Ελαφρύ 1,5%

Γάλα αγελάδος
Ελαφρύ 1,5%

Γαλακτοκομικά προϊόντα

Κατσικίσιο γιαούρτι 4%

Στραγγιστό γιαούρτι
Πλήρες 7%



Στραγγιστό γιαούρτι
Ελαφρύ 2%





Αλεύρι ολικής από
δίκοκκο σιτάρι
βιολογικής καλλιέργειας

**Οικογενειακές δημιουργίες
οικογενειακές αξίες!**

www.mills.gr



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



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



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



Creta fresh

Φυσιικοί χυμοί



Πορτοκάλι



Βιολογικό
πορτοκάλι



Γκρέιπφρουτ



10 Φρούτα
7 Βιταμίνες



Πορτοκάλι
Μήλο
Βερίκοκο



Λεμονάδα

Ζαχαρούχοι χυμοί



Πορτοκάλι



Λεμόνι



Μανταρίνι



Βύσσινο

BIOXYM



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Βιολογικό



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Κορωνίικη
ποικιλία



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Τσουνάτη
ποικιλία



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Κοιλυμβάρη
Χανίων Κρήτης
Π.Ο.Π.



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο



Ελαιόλαδο



Ραφινέ



Πυρηνέλαιο



Βασιτάμικο
ξύδι

oliva Σαπούνια



Λευκό σαπούνι
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Λευκό σαπούνι
ελαιόλαδο - λεβάντα



Πράσινο σαπούνι
ελαιόλαδου



Πράσινο σαπούνι
ελαιόλαδου
με κουκούτσι ελιάς
και μέλι



Σαμπουνί
ελαιόλαδο
μέλι



Κρέμα μαλλιών
ελαιόλαδο
μέλι



Κρέμα σώματος
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Αφρόλουτρο
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Κρεμοσάπουνι
ελαιόλαδο
λεβάντα



Βρεφικό
σαμπουνί
& αφρόλουτρο



Παιδικό
σαμπουνί
& αφρόλουτρο



ΚΡΕΑΤΟΤΟΥΡΤΑ ΤΗΣ ΛΑΜΠΡΗΣ

ΥΛΙΚΑ (ΓΙΑ 12 ΤΟΥΡΤΕΣ)

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ:

3 φακ. ξηρή μαγιά

120 ml χλιαρό νερό

120 ml Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο

Τσουνάτη ΑΒΕΑ

80 γρ. βούτυρο

2 αυγά

1 Κατσικίσιο Γιασούρτι Βέρο Κρητικό

120 ml ζωμός αρνιού

1 κιλό Αλεύρι για Κρητικό Φύλλο και Πίτες

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ:

1,5 κιλό αρνί

150 γρ. στάκα

1 κιλό μυζήθρα

200 γρ. γραβιέρα

¼ δυόσμο ψιλοκομμένο

Αλάτι, πιπέρι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Χτυπάμε το ελαιόλαδο με τα αυγά, το βούτυρο και το γιασούρτι.

Προσθέτουμε το αλατοπίπερο και λίγο από το ζωμό.

Έχουμε ανακατέψει τη μαγιά με τα 250 γρ. αλεύρι και το προσθέτουμε.

Μετά σιγά σιγά το υπόλοιπο αλεύρι, έως ότου έχουμε μια μαλακή ζύμη.

Αφήνουμε για δυο ώρες.

Έχουμε βράσει το αρνί και αφού κρυώσει το ξεκοκαλίζουμε και το κόβουμε μικρά κομμάτια. Το ανακατεύουμε με τα τυριά και το δυόσμο.

Ανοίγουμε ένα στρογγυλό φύλλο, βάζουμε στη μέση τη γέμιση και απλώνουμε 5 εκ. πριν το τελείωμα της ζύμης. Λαδώνουμε περιμετρικά και τοποθετούμε από πάνω ένα μικρότερο στρογγυλό φύλλο και κλείνουμε.

Αλείφουμε με κρόκο αυγού, ρίχνουμε σπασάμι, αφήνουμε μισή ώρα και ψήνουμε στους 170°C για 40-50 λεπτά.







ΕΛΙΟΚΕΦΤΕΔΕΣ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΛΙΟΚΕΦΤΕΔΕΣ:

**500 γρ. Αλεύρι Σκληρό
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**

**40 γρ. μαγιά
300-400 ml νερό**

250 γρ. ελιές ροδέλα

50 γρ. πιπεριές Φλωρίνης

¼ δυόσμο

¼ μάραθο

Αλάτι, πιπέρι

Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο

ABEA για τηγάνισμα

ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΙΠ:

**Στραγγιστό Γιαούρτι Πλήρες
Βέρο Κρητικό**

Λεμόνι

Μάραθο



◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Λιώνουμε τη μαγιά σε στο χλιαρό νερό, μετά προσθέτουμε το αλεύρι, το αλάτι και ανακατεύουμε μέχρι να δημιουργηθεί ένας σφικτός χυλός.

Ψιλοκόβουμε τις ελιές, την πιπεριά, τα μυρωδικά και ανακατεύουμε.

Αφήνουμε μια ώρα να ανέβει το μείγμα.

Με τη βοήθεια δυο βρεγμένων κουταλιών κόβουμε τη ζύμη σε μπαλάκια και τηγανίζουμε σε μπόλικο ελαιόλαδο.

Για το ντιπ ανακατεύουμε το γιαούρτι με το ξύσμα από το λεμόνι και το ψιλοκομμένο μάραθο.





ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ ΜΕ ΣΤΑΚΟΒΟΥΤΥΡΟ ΚΑΙ ΓΡΑΒΙΕΡΑ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΙΣ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ:

**1 κιλό Αλεύρι για Όλες τις
Χρήσεις Βιολογικό
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**
4 αυγά
400 ml Κατσικίσιο Γάλα
Βέρο Κρητικό
Λίγο αλάτι

ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΛΤΣΑ (2 ΜΕΡΙΔΕΣ):

100 γρ. στακοβούτυρο
200 γρ. γραβιέρα
θυμάρι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Χτυπάμε τα αυγά με το γάλα και το αλάτι μέχρι να ομογενοποιηθούν. Προσθέτουμε σταδιακά το αλεύρι. Αφήνουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί για περίπου 1 ώρα.

Ανοίγουμε τα φύλλα τις ζύμης και τα αφήνουμε να στεγνώσουν. Στη συνέχεια κόβουμε τα φύλλα στο πάχος που θέλουμε και απλώνουμε αραιά τις χυλοπίτες να στεγνώσουν όλο το βράδυ.

Αφού ξεραθούν βράζουμε σε νερό για 6 λεπτά, σουρώνουμε και σε ένα τηγάνι τις ανακατεύουμε με το στακοβούτυρο, τη γραβιέρα και το φρέσκο θυμάρι.







ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ

ΥΛΙΚΑ

460 γρ. Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις Εμπλουτισμένο ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

100 ml Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο Βιολογικό ΑΒΕΑ

100 γρ. βούτυρο

110 ml λευκό κρασί

8 γρ. μπέικιν πάουντερ

2 γρ. σόδα

20 γρ. ζάχαρη άχνη

6 γρ. αλάτι

100 γρ. σπανάκι

100 γρ. καρότο

ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΙΠ:

Στραγγιστό Γιαούρτι Ελαφρύ Βέρο Κρητικό

Χυμό λεμονιού

Πιπέρι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Βάζουμε σε ένα μπλέντερ το σπανάκι, το καρότο και το κρασί. Τα πολτοποιούμε και τα ανακατεύουμε με τα υπόλοιπα υλικά.

Όταν η ζύμη γίνει ελαστική είναι έτοιμη.

Πλάθουμε τα κριτσίνια και ψήνουμε στους 170°C για 20 λεπτά.

ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΙΠ:

Ανακατεύουμε το Στραγγιστό Γιαούρτι Ελαφρύ ΒΕΡΟ ΚΡΗΤΙΚΟ με χυμό λεμονιού και φρεσκοτριμμένο πιπέρι.







ΧΩΡΙΑΤΙΚΗ ΜΠΑΚΕΤΑ

ΥΛΙΚΑ

500 γρ. Μίγμα για Χωριάτικο Ψωμί ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

500 γρ. Μίγμα για Ψωμί Ολικής ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

14 γρ. Ξηρή μαγιά

1 κ.γ. Ζάχαρη

450-500 ml χλιαρό νερό

Αλάτι

Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ για λάδωμα

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Βάζουμε σε μια λεκάνη τη μαγιά, τη ζάχαρη και λίγο χλιαρό νερό. Αφήνουμε το μείγμα να αφρίσει και στη συνέχεια προσθέτουμε το μισό αλεύρι, το αλάτι και 250 ml νερό. Ζυμώνουμε σε μέτρια ταχύτητα για 5 λεπτά. Καλύπτουμε το μπολ με υγρό πανί και αφήνουμε το μείγμα να ξεκουραστεί για 5 ώρες.

Προσθέτουμε το υπόλοιπο αλεύρι, το νερό και ζυμώνουμε σε μέτρια ταχύτητα για 10 λεπτά.

Λαδώνουμε το μπολ, σκεπάζουμε με βρεγμένο πανί και αφήνουμε όλη τη νύχτα.

Κόβουμε τη ζύμη στα τρία, πλάθουμε τις μπαγκέτες, λαδώνουμε με το ελαιόλαδο πασπαλίζουμε με αλεύρι και ψήνουμε στο φούρνο, ενώ έχουμε βάλει και ένα άλλο ρηχό ταψί με ζεστό νερό, για περίπου 20 λεπτά στους 190°C.





Οι **Μύλοι Κρήτης** αποτελούν
ένα αναπόσπαστο κομμάτι του προσωπικού
και επαγγελματικού μου ταξιδιού.

Με τα άριστης ποιότητας προϊόντα τους,
συντροφεύουν χρόνια τις γευστικές δημιουργίες μου.

Το ένθετο αυτό περιλαμβάνει 10 προσιτές και
εύκολες συνταγές για όλη την οικογένεια
με πρωταγωνιστή τα αγνά υλικά των **Μύλων Κρήτης**.

Ευχαριστώ θερμά τους **Μύλους Κρήτης**
που με εμπιστεύτηκαν για αυτό το τεύχος και
εύχομαι σε όλους ΚΑΛΟ ΠΑΣΧΑ!

Κυριακή Κληρονομάκη
Chef



Φωτογραφίες: Γιάννης Κουκουράκης / Food styling: Γεωργία Ματσαμάκη
Σκεύη: Μαντωνανάκης ξενοδοχειακός εξοπλισμός