



ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

ΟΙ ΣΕΦ
ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΝ
ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΣΥΛΛΟΓΗ Β'



ΜΕΛΟΜΑΚΑΡΟΝΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΜΕ ΚΑΡΥΔΙΑ, ΧΟΥΡΜΑΔΕΣ & ΜΕΛΙ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

150 γρ. Χυμό Πορτοκαλιού *Crete fresh*, **50 γρ.** τσικουδιά,
265 γρ. Ελαιόλαδο Ραφινέ *ΑΒΕΑ*, **15 γρ.** ζάχαρη άχνη, **¼ κ.** γλυκού σόδα,
600 γρ. Αλεύριο *ΜΑΛΑΚΟ ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ*, **1/4 κ.** γλυκού κανελογαρύφαλο,
25 γρ. βούτυρο γάλακτος, **Ξύμα 1/6** πορτοκαλιού

ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ

350 γρ. ζάχαρη, **250 γρ.** νερό, **½ πορτοκάλι** (κομμένο), **1 ξυλάκι** κανέλας

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

90 γρ. χουρμάδες, **70 γρ.** καρύδια, **30 γρ.** μέλι, **20 γρ.** πετιμέζι,
80 γρ. σουσάμι, **Ξύμα ½ λεμονιού**

ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΣΠΑΛΙΣΜΑ

100 γρ. χοντροκοπανισμένα καρύδια, **50 γρ.** μέλι, **50 γρ.** καβουρδισμένο σουσάμι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Ετοιμάζουμε το σιρόπι, βάζοντας σε μια κατασάροla τη ζάχαρη, το νερό, το πορτοκάλι και την κανέλα. Συνθράζουμε για 4'. Στη συνέχεια, αποσύρουμε και αφήνουμε κατά μέρος να κρυώσει. Βάζουμε όλα τα υλικά της γέμισης σε μούλti. και τα αλέθουμε όλα μαζί μέχρι να ενωθούν και να αποκτήσουμε μια πικτή αλοιφή. Σε μεγάλη λεκάνη, βάζουμε όλα τα υλικά της ζύμης εκτός του αλευριού. Ανακατεύουμε ελαφρά και ρίχνουμε όλο μαζί το αλεύρι. Ζυμώνουμε μέχρι να ενσωματωθούν όλα τα υλικά, όχι πολύ για να μην σφίξει το μίγμα και "ξέρασε" το λάδι του. Παίρνουμε λίγη ζύμη, την πατάμε να διαπλατύνει με το χέρι μας, βάζουμε λίγη γέμιση στη κέντρο και κατόπιν τη διπλώνουμε εγκλωβίζοντας τη γέμιση μέσα στο μελομακάρονο. Κυλινδρίζουμε ελαφρά σε επιφέναια εργασίας και αραδίζουμε σε ταψί με λαδόκαλλα. Ψήνουμε σε προθερμαμένο φούρνο σουβ 160-170° C για 30'. Μόλις βγάλουμε από το φούρνο, τα ρίχνουμε όπως είναι ζεστά σε κρύο αιρόπι. Σερβίρουμε σε πιατέλα, ρίχνοντας πρώτα λίγο μέλι, λίγα κοπανισμένα καρύδια, αραδίζουμε ομοιόμορφα τα μελομακάρονα και τελειώνουμε ρίχνοντας μέλι σουσάμι και καρύδια.







ΚΟΥΡΑΜΠΙΕΔΕΣ “ΜΠΟΥΚΙΤΣΕΣ” ΜΕ ΑΜΥΓΔΑΛΟ & ΛΟΥΚΟΥΜΗ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟ

ΥΛΙΚΑ

175 γρ. βούτυρο γάλακτος,

75 γρ. φυτίνη,

50 γρ. Ελαιόλαδο Ραφινέ **ΑΒΕΑ**,

125 γρ. αμύγδαλο, χοντροκομμένο και καβουρδισμένο,

100 γρ. λουκούμη τριαντάφυλλο, κομμένο σε μικρά κυβάκια,

¼ κ. γλυκού μπέκιν πάσουντερ,

1 πρέζα βανίλια,

125 γρ. ζάχαρη άχνη,

25 γρ. μπράντι,

600 γρ. Αλεύρι για όλες τις Χρήσεις **ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**,

Ζάχαρη άχνη (για το πασπάλισμα)

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Μ' ένα σύρμα ή στο μίξερ, χτυπάμε το βούτυρο, το ελαιόλαδο, τη φυτίνη και τη ζάχαρη (125 γρ.) μέχρι να μαλακώσουν και να αφρατέψουν. Κοκκινίζουμε το αλέύρι, το μπέκιν και τη βανίλια και τα ρίχνουμε στο χτυπημένο βούτυρο. Ανακατεύουμε ελαφρά και προσθέτουμε το μπράντι, το αμύγδαλο και το λουκούμη τριαντάφυλλο. Πλέθουμε τους κουραμπιέδες “σφικτά” σε μικρές στρογγυλές μπουκίες. Ψύνουμε στους 200° C σε προθέρμασμένο φούρνο για 18'. Βγάζουμε από το φούρνο, αφήνουμε να κρυώσουν πολύ καλά και τους βάνταμε στη ζάχαρη άχνη.

Το λουκούμη τριαντάφυλλο, πρέπει αφού το κόψουμε να το βάλουμε για 10' στο ψυγείο ώστε να σφιξεί και να ενσωματωθεί καλύτερα στη ζύμη





ΒΑΣΙΛΟΨΩΜΟ

ΥΛΙΚΑ

1 κιλό Αλεύρι Σκληρό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
125 γρ. Αλεύρι για Τσουρέκι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
125 γρ. Σιμιγδάλι Ψιλό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,

25 γρ. αλάτι ψιλό,

40 γρ. μαγιά νωπή,

100 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική,

50 γρ. μαργαρίνη μαλακή,

5 γρ. μαστιχά τρίμμα,

3 γρ. μαχλέπι,

750 ml. νερό,

Σουσάμι για πασπάλισμα



◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Στον κάδο του μίξερ, ρίχνουμε όλα τα στερεά υλικά. Κάνουμε μια γούβα στη μέση και βάζουμε το νερό και τη μαργαρίνη. Ξεκινάμε το ζύμωμα, αρχικά για 4' στην αργή ταχύτητα και για άλλα 4' στη γρήγορη. Ξεκουράζουμε το ζυμάρι μέσα στον κάδο για 20' και στη συνέχεια ζυμώνουμε εκ νέου για 5' στη γρήγορη ταχύτητα. Κατόπιν, βγάζουμε το ζυμάρι σε πάνγκο εργασίας και κόβουμε σε κομμάτια των 400 γραμμαρίων στα οποία και δίνουμε στρογγυλό σχήμα. Ζυγίζουμε επίσης 1 τεμάχιο ζύμης 100 γραμμαρίων, το οποίο το οποίο ανοίγουμε "φυτύλι". Πατάμε το στρογγυλοποιημένο τεμάχιο των 400 γραμμαρίων ομοιόμορφα και με το "φυτύλι" σχηματίζουμε πάνω στο ζυμάρι ένα "σαλίγκαρο", ξεκινώντας από το κέντρο και πηγαίνοντας προς τα άκρα. Αλείφουμε την επιφάνεια με νερό και πασπαλίζουμε με σουσάμι. Αφήνουμε σε ζεστό μέρος μέχρι να διπλασιαστεί σε όγκο και φουρνίζουμε σε προθερμασμένο φούρνο. Μόλις το βάλουμε στο φούρνο, ψεκάζουμε με λίγο νερό και φήνουμε στους 200° C για 40-45'. Ξεφυρνίζουμε και έτσι όπως είναι ζεστό, τοποθετούμε στο κέντρο ένα ολόκληρο καρύδι.





ΜΗΛΟΠΙΤΑ “KEIK” ΜΕ ΣΤΑΦΙΔΕΣ & ΡΟΔΙ

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ.** βούτυρο γάλακτος,
50 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ Τσουνάτη,
2 μεγάλα κόκκινα μήλα, αποφλοιωμένα και κομμένα σε φέτες,
110 ml. νερό (για το βράσιμο των μήλων),
50 γρ. ζάχαρη (για το βράσιμο των μήλων),
280 γρ. Μήγμα για Κέικ ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ (κοκκινισμένο),
5 γρ. μπέκιν πάσουντερ, **5 γρ.** σόδα μαγειρική,
1 πρέζα αλάτι, Λίγο έξυπνα λεμονιού,
100 γρ. ζάχαρη, **1 αυγό,** **1 κρόκος αιγυού,** **100 γρ.** σταφίδες,
100 γρ. σπόρους ροδιού (ελαφρό αλευρωμένους),
Ζάχαρη άχνη (για παστάλισμα),
Λίγο βούτυρο (για επάλειψη του ταψιού)

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Βάζουμε τα μήλα σε μικρή κατσαρόλα με το νερό (110 ml) και τη ζάχαρη (50 γρ.), προσθέτουμε το έξυπνα του λεμονιού και σιγοβράζουμε μέχρι να πολτοποιηθούν, σαν μαρμελάδα, την οποία αφίνουμε να κρυώσει.

Στη συνέχεια, ενώνουμε σε λεκάνη το βούτυρο να αφρατέψει μαζί με τη ζάχαρη.

Ρίχνουμε το αιγύ, τον κρόκο και συνεχίζουμε το χτύπημα. Προσθέτουμε με τη σειρά, το μήγμα του αλεύρου, τη μαρμελάδα μήλου, και τέλος τα ρόδια με τις σταφίδες. Ανακατεύουμε πολύ καλά. Σε βουτυρωμένη στρογγυλή φόρμα του κέικ, πασπαλίζουμε με λίγη αλεύρι και στρώνουμε ομοιόμορφα το μήγμα. Ψήνουμε σε προθέρμασμένο φούρνο, στους 170° C για 45-50'. Αφήνουμε να κρυώσει και πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.







ΓΙΟΡΤΙΝΑ “ΚΡΗΤΙΚΑ ΠΑΤΟΥΔΑ” ΜΕ ΓΛΥΚΟ ΚΥΔΩΝΙ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

1600 γρ. Αλεύρι για Κρητικό Φύλλο **ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**,
100 ml. Ελαιόλαδο **ΑΒΕΑ Ραφινέ**, **65 γρ.** βούτυρο,
140 ml. Χυμό **Πορτοκαλιού Creta fresh**,
65 ml. ρακί, Ξύμα από $\frac{1}{2}$ λεμόνι, Χυμό από $\frac{1}{2}$ λεμόνι
5 γρ. μπέκιν πάσουντερ

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

200 γρ. καρύδια και αμύγδαλα αλεμένα, **50 γρ.** σουσάμι καβουριτσιαμένο και “σπασμένο”, **80 γρ.** γλυκό κυδώνι κομμένο σε κομμάτια, με το σιρόπι του **1/6** μασοκάρισθ, τριμμένο, **½ κ. σούπας** κανελογάρυφαλλα **35 γρ.** παξιμάδι, κοπανισμένο, **1 κ. σούπας** ζάχαρη **75 γρ.** μέλι (ζεσταίνουμε σε μπρίκι να διαλύσει και προσθέτουμε ελάχιστο νερό να βράσει μαζί), **1 ½ κ. σούπας ελαιόλαδο ΑΒΕΑ “Κλασικό”**, Ανθόνερο (για το σερβίρισμα), Ζάχαρη άχνη (για το σερβίρισμα)

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε μεγάλο λεκάνη, βάζουμε τα υλικά της ζύμης. Συμβούνομε μέχρι να αποκτήσουμε ένα ούτε πολύ αφικτό ούτε πολύ μαλακό ζυμάρι, το σκεπάζουμε με μεμβράνη και το αφίνουμε να ξεκουραστεί. Παράλληλα, ετοιμάζουμε τη γέμιση ως εξής: Βάζουμε όλα τα υλικά της γέμισης σε μια λεκάνη εκτός το μέλι και ανακατεύουμε ελαφρά. Στη συνέχεια, “βρέχουμε” τα υλικά με το μέλι και τα ενώνουμε. Αφίνουμε τη γέμιση κατά μέρος για 10 λεπτά της ώρας μέχρι να αναδειχθούν όλα τα αρώματα. Στη συνέχεια, ανοίγουμε με πλάστη το ζυμάρι σε φύλλο πάκους 2-3 εκ. Με ένα πιατάκι του καφέ, κόβουμε σε μικρά στρογγυλά κομμάτια. Τοποθετούμε στα μέσο και λίγο προς το πλάι του ζυμαριού 1/3 περίπου της κουταλιάς γέμιση. Κλείνουμε το ζυμαράκι, εγκλωβίζοντας τη γέμιση μέσα σ' αυτό. Πατάμε ελαφρά με το δάκτυλο μας στις ενώσεις και αραδίαζουμε σε ταψί με λαδόκολλα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175° C για 35'. Αποσύρουμε και μολις κρυώσουν, ραντίζουμε με αινόνερο και πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.





Βέρο Κρυτικό

Κατσικίσιο γάλα
Πλήρες 3,5%

Γάλα αγελάδος
Πλήρες 3,5%



Γάλα αγελάδος
Ελαφρύ 1,5%



Κατσικίσιο γάλα
Ελαφρύ 1,5%

Γαλακτοκομικά προϊόντα

Επιδόρπιο
στραγγιστού γιαουρτιού
Ροδάκινο 1,8%

Κατσικίσιο γιαούρτι 4%

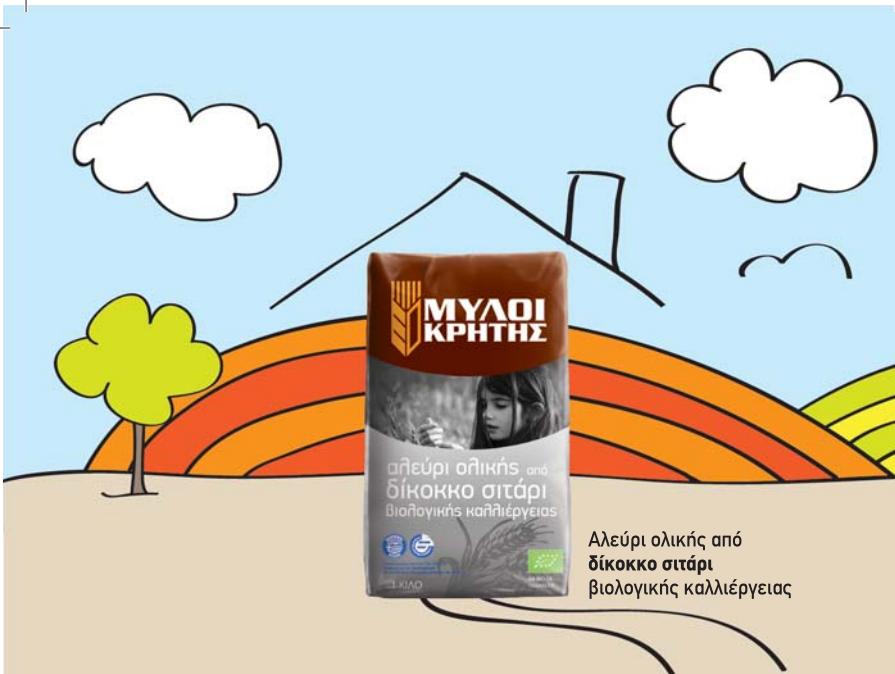
Στραγγιστό γιαούρτι
Πλήρες 7%



Στραγγιστό γιαούρτι
Ελαφρύ 2%

Επιδόρπιο
στραγγιστού γιαουρτιού
Φράουλα 1,8%





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 Αλευροβιομηχάνων της Ελλάδος.



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



Creta fresh

Φυσικοί χυμοί

Πορτοκάλι



Βιολογικό πορτοκάλι



10 Φρούτα
7 Βιταμίνες



Πορτοκάλι Μήλο
Βερίκοκο



Λεμονάδα



Ζαχαρούχοι χυμοί



Πορτοκάλι



Λεμόνι



Μανταρίνι



Βύσσινο

BIOXYM



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο
Βιολογικό



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο
Κορωνέϊκη
ποικιλία



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο
Τσουνάτη
ποικιλία



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο
Κολυμβάρι
Χανών Κρήτης
Π.Ο.Π.



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο



Ελαιολάδο



Ραφινέ



Πυργονέλιαδο



Σαμιούπαν
ελαιόλαδο - μέλι



Κρέτα μαλιτήριων
ελαιόλαδο - μέλι



Κρέτα σφακιώτος
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Αφρόδιτουκρο
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Κρεμοσάπουνο
ελαιόλαδο - λεβάντα



Λευκό σαπούνι
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Λευκό σαπούνι
ελαιόλαδο - λεβάντα



Πράσινο σαπούνι
ελαιόλαδου



Πράσινο σαπούνι
ελαιόλαδου
με κουκούτσι ελιάς
και μέλι

oliva
Σαπούνια



ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΚΙΜΑ, ΚΑΣΤΑΝΑ & ΣΤΑΦΙΔΕΣ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΟ ΖΥΜΑΡΙ ΤΗΣ ΤΑΡΤΑΣ

225 γρ. Φαρίνα ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
100 γρ. Αλεύρι Ολικής από Δίκοκκο σιτάρι Βιολογικό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
175 γρ. βούτυρο σε κομμάτια (παγωμένο), 1 αυγό, 30 γρ. κρύο νερό,
3 γρ. αλάτι, 3 γρ. ζάχαρη, 40 γρ. γραβιέρα Κρήτης, τριμμένη σε πούδρα

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

700 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος (ελιά), 100 γρ. ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο,
100 γρ. πρόσα, κομμένα σε λεπτές φέτες, 90 γρ. κουκουνάρι,
100 γρ. κάστανα ψίχα (προβτησμένα), 100 γρ. σταφίδα σουλατάνινα

**60 ml. πετιμέζι, 50 γρ. Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ Κλασικό, 200 γρ. Γιαούρτι Στραγγιστό
Βέρο Κρητικό, 100 ml. Γάλα Αγελάδος πλήρες Βέρο Κρητικό, 150 γρ. γραβιέρα
Κρήτης, κομμένη σε κύβους, 80 γρ. νιφάδες βρώμης, 1 κ. γλυκού κανέλα σκόνη,
Αλάτι & πιπέρι ανάλογο**

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε λεκάνη, ενώνουμε τα άλευρα με τη γραβιέρα, το αλάτι και τη ζάχαρη. Ανοίγουμε μια γούβα στη μέση και βάζουμε το βούτυρο, το αυγό και το νερό. Ενώνουμε όλα τα υλικά μέχρι να δημιουργηθεί μια ομοιογενής και εύλαστη ζύμη. Τυλίγουμε με μεμβράνη και αφήνουμε στο ψυγείο για μία ώρα. Για τη γέμιση, ζεσταίνουμε μια πλατάτα κατσαρόλα και βάζουμε το ελαιόλαδο. Ρίχνουμε τον κιμά και μια κουτάλια ξεσβολιάζουμε. Προσθέτουμε τα κρεμμύδια, τα πρόσα και συνεχίζουμε το τσιγάρισμα για 3-4' ακόμα μέχρι να "μυρίσει". Σβήνουμε με το πετιμέζι, χαμπλώνουμε τη φωτιά και βάζουμε το γάλα, τη σταφίδα, τα κουκουνάρι, τα κάστανα και την κανέλα. Σιγοβράζουμε για 8 λεπτά της ώρας. Αποσύρουμε από τη φωτιά και μόλις μισο κρυώσει, ρίχνουμε τη γραβιέρα, τη βρώμη και το γιαούρτι. Φτιάχνουμε τη γέυση με αλάτι, πιπέρι και αφήνουμε κατά μέρος. Ανοίγουμε τη ζύμη με τον πλάστη, ξεκινώντας από το κέντρο της και πιέζοντας διαδοκικά προς όλες τις κατευθύνσεις μέχρι να σχηματιστεί ένα τετράγωνο, ομοιόμορφο φύλλο πάχους $\frac{1}{2}$ εκ περίπου. Στρώνουμε τη ζύμη, σε τετράγωνο τσέρκι φροντίζοντας να εφάπτεται σε όλα τα σημεία, κάτω και στο πλάι. Καλύπτουμε την επιφάνεια της ζύμης με χαρτί ψησίματος και αρκετά φασόδια (για να αποφύγουμε το φουσκωμά της κατά το ψήσιμο). Την ψήνουμε στους 170°C για 15 λεπτά περίπου, τη βάζουμε εκ νέου σε προθερμασμένο φουρνό αφαιρούμε τα φασόδια και απλώνουμε τη γέμιση. Ψήνουμε εκ νέου σε προθερμασμένο φουρνό στους 180°C για 25 λεπτά και οερβίρουμε.



ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΡΕΜΜΥΔΟΠΙΤΑ ΜΕ ΑΝΘΟΤΥΡΟ & ΣΥΓΚΛΙΝΟ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

- 500 γρ.** Αλεύρι για Κρητικό Φύλλο **ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,**
1 αυγό, **20 γρ.** αλάτι, **225 γρ.** νερό,
65 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο **ΑΒΕΑ Κορωνέικη,**
15 γρ. ξύδι

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

- 3 κ.** σούπας **Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ Κορωνέικη,**
100 γρ. κρεμμύδια ξερά, κομμένα σε μισοφέγγαρα,
125 γρ. κρεμμύδια φρέσκα, ψιλοκομμένα (κατ’ το πράσινο μέρος τους),
2 κ. σούπας **Σιμιγδάλι Ψιλό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,**
100 γρ. ανθότυρο (ξερό), σε κύβους, **90 γρ.** σύγκλινο, κομμένο σε κύβους,
Αλάτι & πιπέρι φρεσκοτριμένο (ανάλογο),
25 ml. **Γάλα Αγελάδος πλήρες Βέρο Κρητικό,**
1 αυγό (ελαφρά χυτημένο), **1 κρόκο** αυγού (για άλειμμα)

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Φτιάχνουμε τη ζύμη, ανακατεύοντας όλα τα υλικά μαζί μέχρι να αποκτήσουμε ένα μαλακό και ελαστικό ζυμάρι. Το σκεπάζουμε με μεμβράνη και το αφίνουμε να ξεκουραστεί.

Στη συνέχεια, επισάζουμε τη γέμιση: Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και τοιχαρίζουμε τα κρεμμύδια (ξερά και φρέσκα), 4'-5' ανακατεύοντας καλά. Αποσύρουμε από τη φωτά και μόλις κρυώσει το μείγμα με τα κρεμμύδια, προσθέτουμε το σιμιγδάλι, το γάλα και κατόπιν το ανθότυρο και το σύγκλινο κομματισμένα. Φτιάχνουμε τη γεύση με πιπέρι, λίγο αλάτι και το 1 χυτημένο αυγό. Χωρίζουμε τη ζύμη σε 2 επιμέρους κομμάτια.

Ανοίγουμε με πλάστη και βάζουμε το ένα φύλλο σε λαδωμένο στρογγυλό ταψί.

Απλώνουμε τη γέμισα ισόσημα σε όλη την επιφάνεια του ταψιού. Σκεπάζουμε με το 2ο φύλλο και κλείνουμε καλά στις άκρες. Αλείφουμε με το αυγό και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C, για 40 λεπτά περίπου.





ΨΩΜΙ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙΑΚΟ ΜΕ ΠΡΟΖΥΜΙ & 3 ΑΛΕΥΡΑ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

300 γρ. Μίγμα για Χωριάτικο Ψωμί ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
100 γρ. Αλεύρι Ολικής από Δίκοκκο σιτάρι Βιολογικό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
100 γρ. Μίγμα για Ψωμί Ολικής ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
125 γρ. ρεβύθια, ψυλοσαλεμένα και μουλιασμένα σε 250 ml. νερό,
10 γρ. αλάτι,
25 γρ. Εξαιρετικά Παρθένο Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ ΠΟΠ Κολυμβάρι,
½ κ. γλυκού κοφτό, κύμινο,
½ κ. γλυκού ζάχαρη,
225 ml. νερό

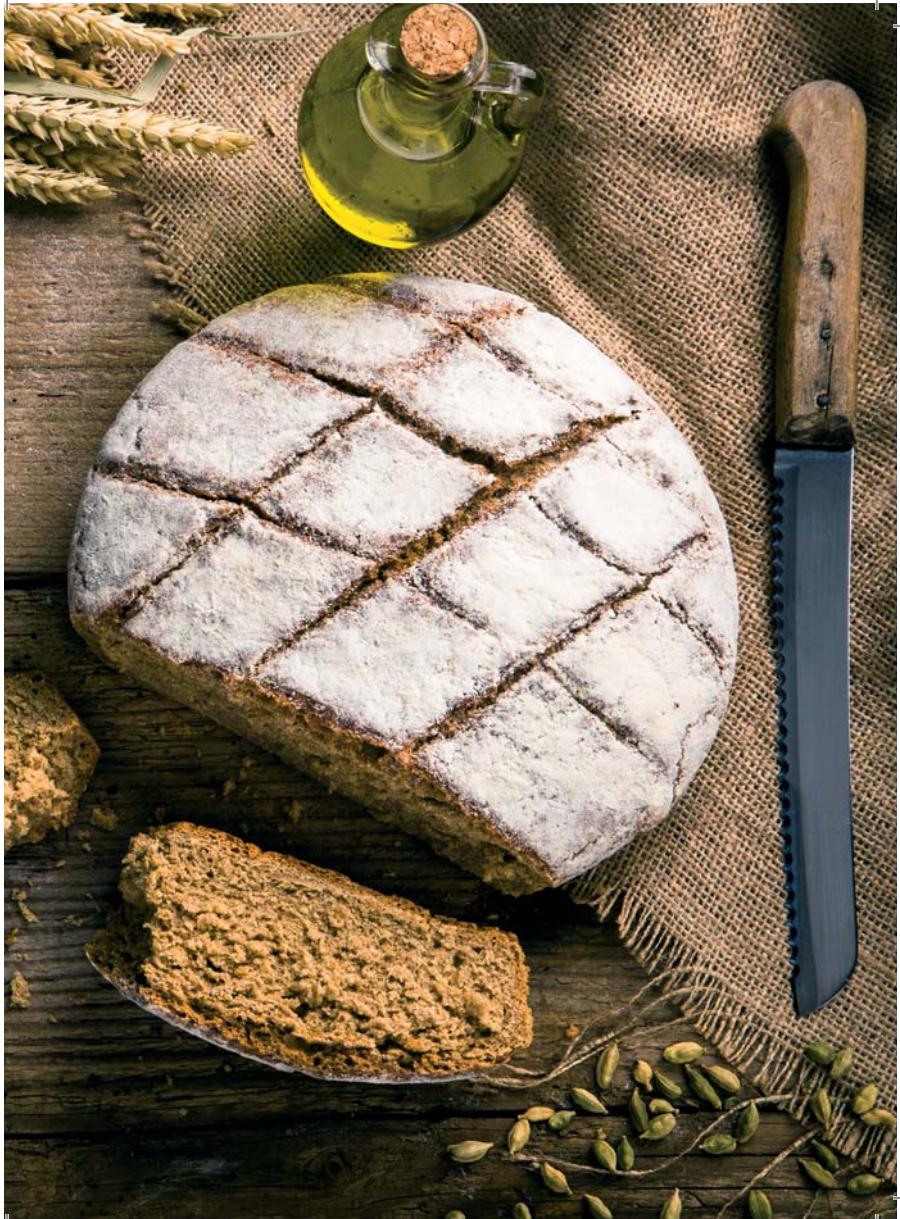
ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΣΠΑΛΙΣΜΑ

Σπόρους κάρδαμου "κοπανισμένους"

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Για το προζύμι το ποιηθετούμε τα αλεμένα ρεβύθια σε κατσαρόλα με 250 ml. νερό που βράζει. Τα αφίνουμε (εκτός φωτιάς), για 5 περίου ώρες. Με αυτό τον τρόπο τα ρεβύθια θα μαλακώσουν και θα γίνουν χυλός. Στη συνέχεια ζεσταίνουμε 125 γρ. νερό και τα προσθέτουμε στο προζύμι ανακατεύοντας και ρίχνοντας λίγο αλέύρι, με σκοπό να γίνει πηπτός χυλός και πάλι. Το αφίνουμε σε ζεστό μέρος, σκεπασμένο για 2 ώρες τουλάχιστον μέχρι να διγλασσαστεί σε όγκο. Σε αυτό το σημείο, δίνουμε στο ζυμάρι την τελική του μορφή, συμπληρώνοντας, το ελαιόλαδο, τα υπόλοιπα αλεύρα, το αλάτι, τη ζάχαρη, το κύμινο και τέλος το υπόλοιπο νερό (100 ml). Ζυμώνουμε συνεχώς, μέχρι να αποκτήσουμε ένα ελαστικό ευκολόπλαστο ζυμάρι. Αφίνουμε να ανέβει ξανά και κατόπιν, πλάθουμε σε καρβελάκια ή φραντζόλες, και καράζουμε ακτινωτά με μαχαιράκι. Ραντίζουμε με λίγο νερό και πασπαλίζουμε με τους σπόρους κάρδαμου. Μόλις ξεκουρσαστούν και ξαναέβουν, ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200° C για 35-40 λεπτά.







ΠΙΚΑΝΤΙΚΑ ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ ΜΕ ΓΡΑΒΙΕΡΑ ΚΡΗΤΗΣ, ΛΙΑΣΤΕΣ ΝΤΟΜΑΤΕΣ & ΠΑΠΡΙΚΑ

ΥΛΙΚΑ

350 γρ. Αλεύρι Βιολογικό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
100 γρ. Αλεύρι Ολικής από Δίκοκκο αιτάρι Βιολογικό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
50 γρ. Αλεύρι για Τσουρέκι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ,
10 γρ. baking powder, 10 γρ. ζάχαρη, 5 γρ. αλάτι,
150 γρ. Εξαιρετικό Λαδιάλαδο ΑΒΕΑ Βιολογικό,
10 γρ. χυμός λεμονιού, 200 γρ. λευκό κρασί, 20 γρ. μπράντι,
50 γρ. πικάντικη Κεφαλογραβίέρα Κρήτης,
50 γρ. ξερό κρεμμύδι ψιλοκομμένο & ελαφρά σωταρισμένο σε λίγο ελαιόλαδο,
25 γρ. σκόρδο, πολτοποιημένο,
50 γρ. λιαστή ντομάτα, ψιλοκομμένη,
15 γρ. θυμάρι, 15 γρ. πάπρικα

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε μεγάλο λεκάνη, βάζουμε τα άλευρα (μαλακό, σιλνόρι, τσουρεκιού), το baking, τη ζάχαρη, το θυμάρι, το αλάτι και την πάπρικα. Κάνουμε μια γούθα στη μέση και ρίκνουμε όλα τα υγρά στοιχεία (ελαιόλαδο, χυμό λεμονιού, μπράντι και λευκό κρασί). Ζεκινάμε το ζύμωμα μέχρι να ενυδρώνεται ωλικά. Στη συνέχεια, προσθέτουμε το κρεμμύδι, το σκόρδο, τη λιαστή ντομάτα και τελευταία τη γραβίέρα. Συμβάνουμε για 1-2 λεπτά ακόμα και αφήνουμε να σταθεί για 5 λεπτά. Πλέθουμε σε λεπτά μπαστουνάκια "κριτσίνια" και τα τοποθετούμε με σειρά σε ταφί με λαδόκολλα.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 220°C για 18-20 λεπτά της ώρας.





ΠΡΑΣΟΤΗΓΑΝΙΤΕΣ ΜΕ ΠΑΤΑΤΕΣ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ

ΥΛΙΚΑ

- 300 γρ.** πράσα, καθαρισμένα και καρμένα σε λεπτές φέτες,
100 γρ. πατάτες, καθαρισμένες και περασμένες στο χοντρό τρίφτη,
40 γρ. φρέσκο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο,
40 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο ΑΒΕΑ,
2 συγά,
20 γρ. μαϊντανό, ψιλοκομμένο,
20 γρ. δυόσμο, ψιλοκομμένο,
10 γρ. άνηθο, ψιλοκομμένο,
110 γρ. Αλεύρι για Τηγάνισμα **ΜΥΑΟΙ ΚΡΗΤΗΣ** (κοσκινισμένο),
Αλάτι & πιπέρι (ανάλογο),
Ελαιόλαδο για το τηγάνισμα

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Βάζουμε σε πλατιά κατσαρόλα τα πράσα, τις πατάτες και το κρεμμυδάκι με 200 ml. νερό και τα ακνίζουμε σε χαμπλή φωτιά. Όταν τραβήγουν τα υγρά τους, προσθέτουμε το ελαιόλαδο και ταιγαρίζουμε σε μέτρια φωτιά μέχρι να "μυρίσουν". Αποσύρουμε και αφήνουμε να κρυώσουν. Στη συνέχεια σε μεγάλο μπολ στάψει τα συγά, προσθέτουμε τα μυρωδικά και ρίχνουμε και το μήγα με τα πράσα. Φτιάχνουμε τη γέυση με αλάτι και πιπέρι και ανακατέένουμε. Ρίχνουμε από σιγά το αλεύρι, συνεχίζοντας το ανακάτεμα μέχρι να ενωθούν τα υλικά. Σε τηγάνι, βάζουμε το ελαιόλαδο να ζεσταθεί και μόλις φτάσει σε θερμοκρασία με τη βοήθεια ενός κουταλιού απλώνουμε τους "τηγανίτες". Φήνουμε για 5 λεπτά και από τις 2 πλευρές. Αποσύρουμε και στραγγίζουμε σε απορροφητικό χαρτί. Σερβίρουμε.





Οι Μύλοι Κρήτης, δεκαετίες τώρα συντροφεύουν κάθε επογγέλματιά του χώρου και κάθε νοικοκυρά στο μαγειρικό τους ταξίδι. Με άριστες πρώτες ύλες και σταθερή ποιότητα δεν μπορεί παρά να πάρνουμε χωρίς υπερβολή, το καλύτερο γευστικό και οπτικό αποτέλεσμα. Μέσα από αυτές τις γραμμές, θα ήθελα προσωπικά να ευχαριστήσω τους Μύλους Κρήτης που μου έδωσαν την ευκαιρία να δημιουργήσω 10 νέες συνταγές φτιαγμένες από ογκά υλικά.

Συνταγές φτιαγμένες με μεράκι και αγάπη και ζυμωμένες με τα άρωματα και τις γεύσεις της Κρητικής κουζίνας. Εύχομαι το 2016 να είναι μια χρονιά γεμάτη υγεία, δημιουργικότητα και αγάπη προς τους συνανθρώπους μας που τόσο πολύ την χρειάζονται.

Καλή και δημιουργική χρονιά

Γιώργος Μακρής
Executive Chef