

Οι **Μύλοι Κρήτης** κατάφεραν
τα τελευταία χρόνια να γίνουν το προϊόν
που πρωταγωνιστεί στην κουζίνα
και την ζωή μας!

Ήταν εκεί σε όλες τις οικογενειακές
και επαγγελματικές μας στιγμές δίνοντας με την γεύση
και την ποιότητα τους μια ξεχωριστή υπογραφή
στις γαστρονομικές μας αναμνήσεις.

Η συνεργασία με τους **Μύλους Κρήτης** ήταν
μια ξεχωριστή εμπειρία που μου έδωσε
την δυνατότητα να αφηγηθώ μέσα από 10 συνταγές
την δική μου ιστορία για τα Χριστούγεννα!

Χρόνια Πολλά σε όλους!

Κωνσταντίνα Βούλγαρη Κοντεσοπούλου
Young Chef 2017 Mediterranean Countries

Φωτογραφίες: Γιάννης Κουκουράκης / Food styling: Γεωργία Ματσάμáκη
Σκέυη: Μαντωνανάκης Ξενοδοχειακός εξοπλισμός
Εστιατόριο εξωφύλλου: Tartufo – Χανιά



ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

ΟΙ ΣΕΦ ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΝ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΣΥΛΛΟΓΗ 2'





ΓΑΛΑΚΤΕΡΑ ΧΑΡΟΥΠΙΟΥ ΜΕ ΚΑΣΤΑΝΟ ΚΑΙ ΛΕΥΚΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

ΥΛΙΚΑ

500 γρ. Αλεύρι για Τσουρέκι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

500 γρ. Χαραυπάλευρο ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

90 γρ. μαγιά

100 γρ. νερό

200 γρ. ζάχαρη

100 γρ. Χαραυπόμελο ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

4 αυγά

100 γρ. Στραγγιστό Γασούρτι Πλήρες Βέρο Κρητικό

100 γρ. Γάλα Αγελαδινό Πλήρες Βέρο Κρητικό

150 γρ. βούτυρο

300 γρ. κάστανα βρασμένα αποφλοιωμένα

400 γρ. σοκολάτα λευκή

100 γρ. φιλέ αμυγδάλου (προαιρετικά)

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Διαλύω τη μαγιά στο νερό με τη ζάχαρη και με μισό φλιτζάνι από το αλεύρι για τσουρέκι, και αφήνω να ενεργοποιηθεί η μαγιά.

Σε ένα μπολ προσθέτω όλα τα υγρά στοιχεία μου και τα ομογενοποιώ, έπειτα προσθέτω και το μίγμα της μαγιάς. Προσθέτω τα αλεύρια και ζυμώνω καλά μέχρι να αποκτήσω μια λεία και εύπλαστη ζύμη και αφήνω τη ζύμη μου να ξεκουραστεί για 30 λεπτά.

Έπειτα, μεριδοποιώ το ζυμάρι μου σε μικρότερα κομμάτια των 100 γραμμαρίων.

Στη συνέχεια, ανοίγω τα κομμάτια σε μακρόστενα φυτίλια 3 χιλ. και κατά μήκος στην άκρη του ζυμαριού βάζω τα γλασαρισμένα κάστανα με λευκή σοκολάτα και τυλίγω το ζυμάρι μου ώστε να αποκτήσω ένα φυτίλι που θα τυλίξω σε σχήμα σαλιγκαριού.

Τοποθετώ τα γαλακτερά μου σε ταψί με αντικολητικό χαρτί και αφήνω σε ζεστό μέρος να διπλασιαστεί. Ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 40 λεπτά περίπου.

20 λεπτά πριν τελειώσει το ψήσιμο, αλείφω με πινέλο τα γαλακτερά με 3 κ.σ.

χαραυπόμελο διαλυμένο σε 4 κ.σ. νερό και πασπαλίζω με φιλέ αμυγδάλου.

Μπορώ να λιώσω λεύκη σοκολάτα για να περικόσω τα γαλακτερά μου και να τα πασπαλίζω με χρωματισμένη ζάχαρη.





ΓΑΛΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΤΡΑΓΑΝΟ ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ & ΣΑΛΤΣΑ ΛΕΜΟΝΙΟΥ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΓΑΛΑΤΟΠΙΤΑ:

150 γρ. Σιμιγδάλι Ψιλό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
1 λίτρο Γάλα Κασιόκισιο Βέρο Κρητικό
500 γρ. Γάλα Αγελαδινό Πλήρες Βέρο Κρητικό
200 γρ. ζάχαρη
ξύσμα ενός λεμονιού
4 αυγά
60 γρ. φρέσκο βούτυρο

ΓΙΑ ΤΟ ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ:

200 γρ. Αλεύρι Μαλακό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
150 γρ. βούτυρο μαλακό
150 γρ. ζάχαρη καστανή 3 κρόκοι
100 γρ. αμύγδαλα τριμμένα & 50 γρ. φιλέ αμυγδάλου
10 γρ. baking powder
1 γρ. αλάτι
ξύσμα ½ λεμόνι

ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΛΤΣΑ ΛΕΜΟΝΙ:

600 γρ. λεμόνι χωρίς την φέικα
400 γρ. ζάχαρη
200 γρ. Ζαχαρούχος Χυμός Λεμόνι ΒΙΟΧΥΜ
200 γρ. Φυσικός Χυμός Λεμόνι Creta fresh

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

ΓΙΑ ΤΗ ΓΑΛΑΤΟΠΙΤΑ:

Σε μια κατσαρόλα προσθέτω το κασιόκισιο και το αγελαδινό γάλα μαζί με 100 γρ. από τη ζάχαρη και το ξύσμα λεμονιού, να ζεσταθεί. Χτυπάω στο μίξερ τους κρόκους με την υπόλοιπη ζάχαρη μέχρι να αφρατεψει το μίγμα. Λίγο πριν το γάλα φτάσει σε βρασμό ρίχνω λίγο στο μίγμα των κρόκων, ανακατεύοντας συνέχεια και μετά αδειάζω πάλι στην κατσαρόλα μαζί με το σιμιγδάλι χωρίς να σταματήσω να ανακατεύω μέχρι να φτάσει σε βρασμό και στα πρώτα σκασίματα κατεβάζω από την φωτιά. Προσθέτω το βούτυρο και ανακατεύω καλά, αφήνοντας την λίγο να κρυσώσει.

ΓΙΑ ΤΟ ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ:

Στο μολι του μίξερ αφρατεύω με φτερό το βούτυρο με το ξύσμα λεμονιού και τη ζάχαρη μέχρι να διαλυθεί. Έπειτα σταδιακά προσθέτω στο μίξερ και τους κρόκους των αυγών μαζί με 2 κ.σ. αλεύρι. Κοσκινίζω το αλεύρι με το μπέικιν πάουτερ και το αλάτι και το προσθέτω στο μίγμα μαζί με το τριμμένο αμύγδαλο, ομογενοποιώ το μίγμα μου χωρίς να χτυπήσω για πολύ το ζυμάρι, αφήνω να ξεκουραστεί για 10 λεπτά, και στη συνέχεια κονδροσπάω κομμάτια τις ζύμης στο πάτο μιας φόρμας. Ψήνω για 20 λεπτά στους 160°C. Προσθέτω και την κρέμα της γαλατόπιτας στην φόρμα και συνεχίζω το ψήσιμο για 30 λεπτά στους 160°C.

ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΛΤΣΑ ΛΕΜΟΝΙ:

Έχοντας αφαιρέσει το ξύσμα του λεμονιού και την φέικα τους, τα ξεπικρίζω 2 μέρες σε νερό που το αλλάζω σε τακτά διαστήματα. Κόβω τα λεμόνια σε μικρές λωρίδες. Τα βάζω σε κατσαρόλα με όλα τα υπόλοιπα υλικά και φέρνω σε βρασμό σε χαμηλή φωτιά, μέχρι να μαλακώσει, και να δέσει το σιρόπι. Τέλος, αφήνω να κρυσώσει και έπειτα περικύνω την επιφάνεια της γαλατόπιτας.







ΚΕΙΚ ΜΕ ΓΛΥΚΙΑ ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΟΛΟΚΥΘΑ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ, ΚΑΡΔΑΜΟ & ΤΖΙΝΤΖΕΡ

ΥΛΙΚΑ

600 γρ. Μίγμα για Κέικ και Μάφιν ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

300 γρ. κολοκύθα στραγγισμένη χονδροτριμμένη

120 γρ. Γάλα Αγελαδινό Πλήρες Βέρο Κρητικό

50 γρ. Φυσικός Χυμός Πορτοκάλι Creta fresh

170 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο Βιολογικό ΑΒΕΑ

3 σταγόνες Αιθέριο Έλαιο Πορτοκάλι ΒΙΟΧΥΜ

10 γρ. κάρδαμο τριμμένο

5 γρ. τζίντζερ τριμμένο

5 γρ. κανέλα τριμμένη

100 γρ. σταφίδες

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Κοσκινίζω το αλεύρι μαζί με όλα τα μπαχαρικά.

Στο μπολ του μίξερ χτυπάω σε μέτρια ταχύτητα με σύρμα όλα τα υγρά στοιχεία.

Προσθέτω την τριμμένη κολοκύθα και σιγά σιγά το αλεύρι.

Ομογενοποιώ το μίγμα μου και στο τέλος προσθέτω τις σταφίδες.

Ρίχνω το μίγμα σου σε φόρμα κέικ που έχω πρώτα βουτυρώσει και πασπαλίσει ελαφρά με αλεύρι. Ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 45 λεπτά περίπου.

Μπορώ να πασπαλίσω με αχνή ζάχαρη ή να περικύσω με λεύκη σοκολάτα ή και να ντύσω το κέικ μου με ζαχαρόψαστα για πιο ιδιαίτερο food style.





ΜΟΥΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙΟΥ, ΣΕ ΒΑΣΗ ΜΠΙΣΚΟΤΟΥ ΚΑΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΜΑΝΤΑΡΙΝΙ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΜΟΥΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙΟΥ:

500 γρ. Στραγγιστό Γιαούρτι
Πλήρες Βέρο Κρητικό
500 γρ. σοκολάτα λευκή λιωμένη
600 γρ. σαντιγύ σφιχτή

ΓΙΑ ΤΗ ΒΑΣΗ ΜΠΙΣΚΟΤΟΥ:

50 γρ. Αλεύρι για Όλες τις
Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
100 γρ. Σερέάλ - Πίτουρο Σταριού
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
170 γρ. βούτυρο
100 γρ. ζάχαρη
120 γρ. φιστίκι Αίγινας
100 γρ. λιναρόσπορο
50 γρ. Χαρουπάλευρο
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
1 αυγό προαιρετικό

ΓΙΑ ΤΗ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΜΑΝΤΑΡΙΝΙ:

600 γρ. φλούδες μανταρινιού
500 γρ. ζάχαρη
300 γρ. Ζαχαρούχος Χυμός
Μανταρίνι ΒΙΟΧΥΜ
200 γρ. Φυσιόκος Χυμός
Πορτοκάλι Creta fresh
100 γρ. νερό

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

ΓΙΑ ΤΗ ΒΑΣΗ ΜΠΙΣΚΟΤΟΥ:

Στο κάδο του μίξερ ρίχνω το βούτυρο και τη ζάχαρη και τυπνάω μέχρι να αφρατέψει το βούτυρο περίπου για 7 λεπτά. Προσθέτω το αλεύρι, το πίτουρο, το τριμμένο φιστίκι και το λιναρόσπορο, καθώς και το ένα αυγό και συνεχίζω το χτύπημα σε χαμηλή ταχύτητα για 1 λεπτό. Σπάζω το ζυμάρι μου σε χοντρά κομμάτια σε ταψάκι με αντι-κολλητικό χαρτί και ψήνω στους 160°C για 22 με 27 λεπτά.

Έπειτα αφήνω να κρυώσει και το θρυμματίζω και αναμιγνύω με το χαρουπάμελο. Στρώνω το μίγμα του μπισκότου σε μια φόρμα και πιέζω καλά το μίγμα να έχει παντού το ίδιο πάχος.

ΓΙΑ ΤΗ ΜΟΥΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙΟΥ:

Λιώνω σε μπεν μαρί τη λευκή σοκολάτα. Ανακατεύω απαλά το γιαούρτι να πάρει μια λεία μορφή, ρίχνω μέσα στο γιαούρτι την λευκή σοκολάτα και ανακατεύω με γρήγορες κινήσεις. Τέλος, προσθέτω και τη σαντιγύ και με απαλές κινήσεις ομογενοποιώ το μίγμα. Αφήνω τη μους στο ψυγείο για 1 ώρα να σταθεί. Τέλος, την ρίχνω μέσα στην φόρμα με το μπισκότο και αφήνω στο ψυγείο για 3 με 4 ώρες να παγώσει.

ΓΙΑ ΤΗ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΜΑΝΤΑΡΙΝΙ:

Έχοντας ξεπικρίσει 2 μέρες τις φλούδες του μανταρινιού σε νερό που το αλλάζω σε τακτά διαστήματα. Τις ζεματίζω 6 φορές σε καθαρό νερό κάθε φορά. Κάβω την ψίχα από τα μανταρίνια σε μικρότερα κομμάτια και αφαιρώ τυχόν κουκούτσια. Τα βάζω σε κατσαρόλα με όλα τα υπόλοιπα υλικά και φέρνω σε βρασμό σε χαμηλή ταχύτητα, μέχρι να μαλακώσουν, αν χρειαστεί προσθέτω ελάχιστο νερό. Τέλος, πολτοποιώ ελαφρά το μίγμα μου και αφήνω να κρυώσει σερβίρω περιχύνοντας την επιφάνεια του γλυκού.







ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΑ ΨΩΜΑΚΙΑ ΟΛΙΚΗΣ ΜΕ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΑ, ΣΤΑΦΙΔΕΣ ΚΑΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

ΥΛΙΚΑ

500 γρ. Μίγμα για Ψωμί Ολικής Άλεσης ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

500 γρ. Αλεύρι για Τσουρέκι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

80 γρ. μαγιά

100 γρ. νερό

250 γρ. ζάχαρη

200 γρ. Στραγγιστό Γιαούρτι Πλήρες Βέρο Κρητικό

3 αυγά

100 γρ. Γάλα Κατσικίσιο Βέρο Κρητικό

300 γρ. βούτυρο παγωμένο

100 γρ. κουβερτούρα τριμμένη

100 γρ. φουντουκιά χοντροαλεσμένα

100 γρ. σταφίδες ξανθές

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Διαλύω τη μαγιά στο νερό, με τη ζάχαρη και 4 κ.σ. αλεύρι για τσουρέκι και αφήνω να ενεργοποιηθεί η μαγιά. Σε ένα μπολ προσθέτω όλα τα υγρά στοιχεία μου, εκτός του βουτύρου και τα ομογενοποιώ, έπειτα προσθέτω και το μίγμα της μαγιάς. Προσθέτω τα αλευριά και ζυμώνω καλά, προσθέτω το παγωμένο βούτυρο σε μικρά κομμάτια και συνεχίζω το ζύμωμα μέχρι να αποκτήσω μια λεία και εύπλαστη ζύμη. Τέλος, προσθέτω τα φουντουκιά, τις σταφίδες και τη σοκολάτα. Συνεχίζω το ζύμωμα και αφήνω το μίγμα σε ζεστό μέρος να διπλασιαστεί. Μεριδοποιώ το ζυμάρι μου σε κομμάτια των 80 γρ. και πλάθω σε στρογγυλά μπαλάκια, τοποθετώ σε ταψί με λαδόκολλα και αφήνω να φουσκώσουν, έπειτα ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 35 με 45 λεπτά.





Βέρο Κρητικό

Κατσικίσιο γάλα
Πλήρες 3,5%

Γάλα αγελάδος
Πλήρες 3,5%



Κατσικίσιο γάλα
Ελαφρύ 1,5%

Γάλα αγελάδος
Ελαφρύ 1,5%

Γαλακτοκομικά προϊόντα

Κατσίκισιο γιαούρτι 4%

Στραγγιστό γιαούρτι
Πλήρες 7%



Στραγγιστό γιαούρτι
Ελαφρύ 2%





**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

Φυσικοί χυμοί



Πορτοκάλι



Βιοδωγικό
πορτοκάλι



Γκρέιπφρουτ



10 Φρούτα
7 Βιταμίνες



Πορτοκάλι
Μήλο
Βερίκοκο



Λεμονάδα

Ζαχαρούχοι χυμοί



Πορτοκάλι



Λεμόνι



Μανταρίνι



Βύσσινο

BIOXYM



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Βιολογικό



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Κορωνίκια
ποικιλία



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Τσουνάτι
ποικιλία



Εξαιρετικό
παρθένο
ελαιόλαδο

Κολυμβάρι
Χανίων Κρήτης
Π.Ο.Π.



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



Σαμπουάν
ελαιόλαδο
μέλι



Κρέμα μαλλιών
ελαιόλαδο
μέλι



Κρέμα σώματος
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Αφρόλουτρο
ελαιόλαδο
πορτοκάλι



Κρεμοσάπουνο
ελαιόλαδο
λεβάντα



Βρεφικό
σαμπουάν
& αφρόλουτρο



Παιδικό
σαμπουάν
& αφρόλουτρο



ΨΩΜΙ ΜΕ ΠΑΤΑΤΑ ΚΑΙ ΑΓΡΙΟΠΡΑΣΟ

ΥΛΙΚΑ

**500 γρ. Αλεύρι Ολικής από Δίκοκκο Σιτάρι
Βιολογικό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**

500 γρ. Αλεύρι Εμπλουτισμένο ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

40 γρ. μαγιά ή 350 γρ. προζύμι αναπιασμένο

20 γρ. αλάτι & 5 γρ. πιπέρι

10 γρ. ζάχαρη

450 γρ. νερό

70 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο Κολυμβάρι ΑΒΕΑ

400 γρ. πατάτα ψημένη χοντροκομμένη

400 γρ. πράσο σε λεπτές ροδέλες κομμένο

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Πλένω καλά τις πατάτες και τις ψήνω με την φλούδα, στο φούρνο στους 180°C για 45 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν. Έπειτα τις αποφλοιώνω και τις αφήνω να κρυώσουν.

Σε μια λεκάνη προσθέτω τα αλευρά, τη ζάχαρη και το αλάτι. Κάνω μια λακκούβα στο κέντρο και προσθέτω τη μαγιά διαλυμένη στο νερό ή το αναπιασμένο προζύμι, το ελαιόλαδο και το νερό σιγά σιγά. Ζυμώνω καλά περίπου για δέκα λεπτά μέχρι να αποκτήσω ένα σφιχτό ζυμάρι, αλλά λείο.

Προσθέτω και την πατάτα μου σπασμένη σε χοντρά κομμάτια και το πράσο, ζυμώνω ελαφρά και μεριδοποιώ το ζυμάρι σε κομμάτια 400 γραμμαρίων. Πλάθω σε καρτελάκια και τοποθετώ σε ταψάκι, πασπαλίζω με αλεύρι και χαράζω με ένα μαχαίρι, σκεπάζω με πετσέτα και αφήνω να διπλασιαστεί.

Τέλος, έχοντας τοποθετήσει ένα μεταλλικό σκεύος με νερό στο πάτο του φούρνου, ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 40 λεπτά περίπου.





ΧΩΡΙΑΤΙΚΟΙ ΛΟΥΚΟΥΜΑΔΕΣ ΜΕ ΞΙΝΟΜΥΖΗΘΡΑ ΚΑΙ ΒΑΛΣΑΜΟ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ:

400 γρ. Μίγμα για Χωριάτικο

Ψωμί ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

500 γρ. Αλεύρι για Όλες τις

Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

10 γρ. μαγιά ή 150 γρ.

αναπασμένο προζύμι

40γρ. Εξαιρετικό Παρθένο

Ελαιόλαδο Βιολογικό ΑΒΕΑ

100 γρ. Γάλα Αγελαδινό Πλήρες

Βέρο Κρητικό

280γρ. νερό

10 γρ. αλάτι

20γρ. ζάχαρη

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ:

500 γρ. Ξινομυζήθρα

200γρ. Στραγγιστό Γιαούρτι

Πλήρες Βέρο Κρητικό

2 κ.σ. δυόσμο ψιλοκομμένο

ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΝΑΡΙΣΜΑ:

300 γρ. Σιμιγδάλι Χονδρό

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

3 κ.σ. μαυροσούσασμο &

8 κ.σ. σουσάμι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Αναμιγνύω τη ξινομυζήθρα με το στραγγιστό γιαούρτι και το δυόσμο ψιλοκομμένο, ζυμώνω μέχρι να ομογενοποιηθεί το μίγμα και στη συνέχεια κάνω μικρά στρόγγυλα μπαλάκια περίπου 30 γραμμαρίων και τοποθετώ στο ψυγείο για να σφίξουν.

Αναμιγνύω σε ένα μπολ τα αλεύρια με τη ζάχαρη και το αλάτι.

Έπειτα σε ένα άλλο μπολ προσθέτω τη μαγιά ή το αναπασμένο προζύμι με όλα τα υγρά και ανακατεύω ελαφρά. Στη συνέχεια ενσωματώνω σιγά σιγά το μίγμα των αλεύρων και ζυμώνω μέχρι να αποκτήσω μια εύπλαστη λεία ζύμη.

Την αφήνω να ξεκουραστεί και να διπλασιαστεί για 45 λεπτά. Κόβω το ζυμάρι σε μπαλάκια 40 γρ. και τα ανοίγω ελαφρώς στην παλάμη μου, τοποθετώ στο κέντρο ένα μπαλάκι τυριού και τυλίγω με τη ζύμη και πλάθω έτσι ώστε να απεγκλωβίσω τον αέρα και να μην χάσω το σχήμα.

Σε ένα βαθύ μπολ προσθέτω το σιμιγδάλι, το μαυροσούσασμο και το σουσάμι.

Πανάρω ελαφρώς τα μπαλάκια.

Τοποθετώ σε ένα ταψί με λαδόκολλα και ψήνω για περίπου 20 λεπτά στους 180°C, ή τηγανίζω σε μέτρια φωτιά μέχρι να ροδοκοκκινίσουν.





ΠΙΠΕΡΟΠΙΤΑ ΜΕ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΦΥΛΛΟ & ΑΠΑΚΙ ΚΡΗΤΗΣ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΟ ΦΥΛΛΟ:

800 γρ. Αλεύρι για Κρητικό Φύλλο
και Πίτες ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

100 γρ. Αλεύρι Σκληρό
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

100 γρ. Σιμιγδάλι Ψιλό
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

80 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο
Ελαιόλαδο Τσουνάτη ΑΒΕΑ

450 γρ. νερό

100 γρ. Γάλα Αγελαδινό Ελαφρύ
Βέρο Κρητικό

5 γρ. αλάτι

20 γρ. ρακή

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ:

5 κ.σ. Εξαιρετικό Παρθένο
Ελαιόλαδο Τσουνάτη ΑΒΕΑ

1 κιλό πιπεριές πολύχρωμες
κομμένες σε κύβους

200 γρ. απάκι κομμένο σε μικρούς
κύβους

500 γρ. μανιτάρια φιλοκομμένα

100 γρ. μαϊντανό ψιλοκομμένο

300 γρ. κρεμμυδάκι φρέσκο
ψιλοκομμένο

300 γρ. γραβιέρα
χονδροκομμένη

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Σε ένα τηγάνι βαθύ, σοτάρω σε δυνατή φωτιά τα μανιτάρια με τις πιπεριές και το απάκι. Μόλις μαλακώσουν ελαφρώς οι πιπεριές, προσθέτω το φρέσκο κρεμμυδάκι και μαγειρεύω για 3 λεπτά ακόμα. Κατεβάζω από τη φωτιά και προσθέτω το μαϊντανό και τη γραβιέρα, καρυκεύω και ανακατεύω.

Τοποθετώ το μίγμα σε ένα σουρωτήρι και το αφήνω να στραγγίξει και να κρυώσει.

Σε ένα μεγάλο και βαθύ μπολ κοσκινίζω τα αλευριά μου και το σιμιγδάλι, προσθέτω το αλάτι και κάνω μια λακκούβα στο κέντρο, στη συνέχεια προσθέτω όλα τα υγρά υλικά και ζυμώνω μέχρι να έχω ένα σφιχτό αλλά λείο ζυμάρι.

Αφήνω να ξεκουραστεί η ζύμη μου για μισή ώρα, και τη χωρίζω σε κομμάτια 200 γρ.

Ανοίγω χοντρό φύλλο σε τετράγωνο σχήμα, και προσθέτω 4 κ.σ. γέμιση.

Κλείνω σε φάκελο αλευρώνω την επιφάνειά μου και ψήνω στο φούρνο ή στη σχάρα.





ΨΩΜΑΚΙΑ ΑΤΜΟΥ ΜΕ ΓΛΥΚΟΞΙΝΟ ΑΠΑΚΙ

ΥΛΙΚΑ

ΓΙΑ ΤΑ ΨΩΜΑΚΙΑ:

300 γρ. Αλεύρι Μαλακό

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

200 γρ. Φαρίνα ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

200 γρ. Γάλα Αγελαδινό Πλήρες

Βέρο Κρητικό

100 γρ. νερό

50 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο

Ελαιόλαδο Κολυμβάρι ΑΒΕΑ

20 γρ. μαγιά

60 γρ. ζάχαρη

10 γρ. αλάτι

5 γρ. θυμάρι σε σκόνη

ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ:

500 γρ. απάκι κομμένο σε

μικρούς κύβους

10 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο

Ελαιόλαδο Κολυμβάρι ΑΒΕΑ

50 γρ. κρέμα βαλσάμικο λευκό

Χυμό λεμονιού

ΓΙΑ ΤΗ ΣΩΣ:

Στραγγιστό Πασούρτι Πλήρες

Βέρο Κρητικό

Ξύσμα λεμονιού

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Διαλύω στο νερό, τη ζάχαρη και τη μαγιά. Τοποθετώ σε ένα μπολ όλα τα υλικά για τα ψωμάκια μου, εκτός του ελαιολάδου που το προσθέτω σιγά σιγά ανά διαστήματα και ζυμώνω ελαφρά, μέχρι να αποκτήσω μια εύπλαστη και λεία ζύμη. Αφήνω τη ζύμη μου σε λαδωμένο μπολ να ξεκουραστεί για 1 περίπου ώρα.

Έπειτα ξεφουσκώνω το ζυμάρι μου και χωρίζω σε κομμάτια 80 γραμμαρίων. Δίνω το σχήμα που επιθυμώ στο στρογγυλό ή οβάλ μακρόστενο και αναδιπλώνω στη μέση τοποθετώντας ένα κομμάτι λαδόκολλα για να μην κολλήσει η ζύμη και αφήνω να φουσκώσει. Γεμίζω το 1/3 μιας κατασρόλας με νερό και βράζω, έχοντας τοποθετήσει μέσα στην κατασρόλα ένα σουρωτήρι μεταλλικό. Μέσα του τοποθετώ τα ψωμάκια, χωρίς να έρχονται σε επαφή με το νερό, σκεπάζω με καπάκι και αφήνω να ψηθούν με τον ατμό για περίπου 22 με 25 λεπτά.

Σοτάρω στο ελαιόλαδο το απάκι μέχρι να πάρει ένα ροδοκόκκινο χρώμα, στη συνέχεια σβήνω με το λευκό βαλσάμικο και το χυμό λεμόνι.

Αναμειγνύω το πασούρτι με το ξύσμα λεμονιού, για να αρωματιστεί.

Τέλος ανοίγω απαλά τα ψωμάκια στα πλάγια και προσθέτω λίγο γιαούρτι, φρέσκα σαλατικά και το μίγμα με το ζεστό απάκι.







ΠΙΤΑ ΜΕ ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΟΛΟΚΥΘΑ ΚΑΙ ΠΙΤΟΥΡΟ

ΥΛΙΚΑ

200 γρ. Σερεάλ - Πίτουρο Σταριού ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

100 γρ. Σιμιγδάλι Χονδρό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

1000 γρ. κολοκύθα κίτρινη χοντροκομμένη

1 λίτρο Γάλα αγελαδινό 3,5% Βέρο Κρητικό

200γρ. Φέτα μαλακή

200 γρ. γραβιέρα τριμμένη

200 γρ. Στραγγιστό Γιαούρτι Ελαφρύ Βέρο Κρητικό

4 αυγά

Αλάτι - πιπέρι

100 γρ. Εξαιρετικό Παρθένο Ελαιόλαδο Βιολογικό ΑΒΕΑ

4 κ.σ. κολοκυθόσπορο

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Χτυπάω με σύρμα τα αυγά μέσα σε ένα μεγάλο μπολ.

Προσθέτω το γάλα, το γιαούρτι και το ελαιόλαδο και ομογενοποιώ.

Έπειτα προσθέτω την κολοκύθα, και τα τυριά μου, ανακατεύω καλά και προσθέτω

το σιμιγδάλι και το πίτουρο, καρυκεύω με το αλάτι και πιπέρι.

Στη συνέχεια τοποθετώ το μίγμα σε αντικοληπτικό ταψί ή σε πυρίμαχο πήλινο σκεύος

και πασπαλίζω με τον κολοκυθόσπορο.

Ψήνω σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 35 με 45 λεπτά

μέχρι να ροδίσει η πίτα μου.



