



**ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ**



**ΟΙ ΣΕΦ
ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΝ
ΣΥΝΤΑΓΕΣ**



ΣΥΛΛΟΓΗ ΛΑ'



ΨΩΜΙ ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΟ

ΥΛΙΚΑ

350 γρ. Αλεούρι Βιολογικό για Όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

50 γρ. Αλεούρι Βιολογικό Δίκοκκο Ολικής ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

150 γρ. προζύμι (ταϊσμένο)

Νερό

12 γρ. αλάτι

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά, εκτός από το αλάτι, μέχρι να ενωθούν. Ζυμώνουμε για 5' σε χαμηλή ταχύτητα. Προσθέτουμε το αλάτι και συνεχίζουμε για ακόμη 4'. Διπλώνουμε το ζυμάρι σταυρωτά (από έξω προς τα μέσα) και το αφήνουμε να ξεκουραστεί για 30'. Επαναλαμβάνουμε τις διπλώσεις συνολικά τρεις φορές ανά 30 λεπτά. Τοποθετούμε το ζυμάρι σε καλαθάκι και το αφήνουμε στο ψυγείο για 24 ώρες. Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 250°C. Ψήνουμε σε γάστρα σκεπασμένο για 17' στους 250°C, έπειτα αφαιρούμε το καπάκι και συνεχίζουμε το ψήσιμο για ακόμη 17' στους 220°C.







ΣΟΥΒΛΑΚΟΠΙΤΑ

ΥΛΙΚΑ

500 γρ. Αλεύρι για Πίτσα ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

250 ml νερό

70 γρ. γιαούρτι

25 ml ελαιόλαδο

10 γρ. αλάτι

2,5 γρ. μαγιά

10 γρ. ζάχαρη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανακατεύουμε το νερό, το γιαούρτι, τη μαγιά και τη ζάχαρη και αφήνουμε το μείγμα για περίπου 10' να ενεργοποιηθεί. Προσθέτουμε το αλεύρι, το αλάτι και το ελαιόλαδο και ζυμώνουμε μέχρι να δημιουργηθεί μαλακή, ελαστική ζύμη. Αφήνουμε τη ζύμη να φουσκώσει για περίπου 1 ώρα. Χωρίζουμε σε μπάλες, ανοίγουμε λεπτές πίτες και ψήνουμε σε αντικαταλητικό τηγάνι χωρίς λάδι, 1–2 λεπτά ανά πλευρά.





ΤΗΓΑΝΟΨΩΜΑ

ΥΛΙΚΑ

700 γρ. Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

7,5 γρ. ξηρή μαγιά

400 ml νερό

25 γρ. ζάχαρη

12,5 γρ. αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αναμειγνύουμε όλα τα υλικά, εκτός από το αλάτι. Ζυμώνουμε στη χαμηλή ταχύτητα του μίξερ για 5 λεπτά. Προσθέτουμε το αλάτι και συνεχίζουμε το ζύμωμα για ακόμη 4 λεπτά στη γρήγορη ταχύτητα. Σχηματίζουμε τη ζύμη σε μπαλάκια και τα τοποθετούμε στο ψυγείο για 12 ώρες. Στη συνέχεια, τα βάζουμε σε ένα σκεύος με σιμιγδάλι και αλεύρι και τα πιέζουμε απαλά προς τα έξω, μέχρι να σχηματιστεί μια λεπτή, ομοιόμορφη και στρογγυλή επιφάνεια.

Ψήνουμε κάθε κομμάτι ζύμης σε τηγάνι με ελαιόλαδο, και από τις δύο πλευρές, μέχρι να πάρει χρυσαφένιο χρώμα.







ΠΑΤΑΤΟΨΩΜΟ

ΥΛΙΚΑ

500 γρ. πατάτα

100 γρ. στάκα

150 γρ. γάλα

20 γρ. ζάχαρη

15 γρ. αλάτι

600 γρ. Αλεύρι Σκληρό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

6 γρ. μαγιά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βράζουμε και σπάμε τις βρασμένες πατάτες μέχρι το επιθυμητό σημείο. Προσθέτουμε τη στάκα, το γάλα, τη ζάχαρη και τη μαγιά και ανακατεύουμε καλά.

Προσθέτουμε το αλεύρι και το αλάτι και ζυμώνουμε μέχρι να ενσωματωθούν.

Αφήνουμε να φουσκώσει για 1 ώρα. Πλάθουμε σε ψωμάκια ή φρατζόλες, αφήνουμε 30' να φουσκώσουν και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 25–30 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν.





CORN DOG

ΥΛΙΚΑ

300 ml κεφίρ

30 ml ηλιέλαιο

140 γρ. Αλεύρι Καλαμποκιάς ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

150 γρ. Αλεύρι για Τηγάνισμα ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

10 γρ. μπέικιν

30 γρ. ζάχαρη

1 αυγό

5 γρ. αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπολ, ανακατεύουμε το κεφίρ, το αυγό, τη ζάχαρη και το ηλιέλαιο. Προσθέτουμε το καλαμποκάλευρο, το αλεύρι, το μπέικιν και το αλάτι και ανακατεύουμε μέχρι να γίνει ένας παχύρρευστος κυλός. Περνάμε τα λουκάνικα σε ξυλάκια, τα αλευρώνουμε ελαφρά, τα βουτάμε στον κυλό και τα τηγανίζουμε σε μέτριο-δυνατό λάδι μέχρι να ροδίσουν ομοιόμορφα.





Οικογενειακές δημιουργίες οικογενειακές αξίες!

www.mills.gr



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



πράθουν 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

VERO CEREAL

100% ΦΥΤΙΚΟ. ΧΩΡΙΣ ΛΑΚΤΟΣΗ



ΕΚΛΕΡ

ΥΛΙΚΑ

120 γρ. γάλα
120 γρ. νερό
20 γρ. ζάχαρη
3 γρ. αλάτι
100 γρ. βούτυρο
150 γρ. Αλεύρι για Όλες
τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ
3 αυγά

ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΡΕΜΑ
ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ
500 ml γάλα
80 γρ. ζάχαρη
5 αυγά
50 γρ. κορν φλάουρ
70 γρ. βούτυρο
200 γρ. πάστα φυστικοβούτυρο
1 βανίλια

ΓΙΑ ΤΟ ΓΛΑΣΟ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

200 γρ. σοκολάτα κουβερτούρα (ψιλοκομμένη)
200 γρ. κρέμα γάλακτος
30 γρ. βούτυρο (προαιρετικά)

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Ζεσταίνουμε το γάλα, το νερό, τη ζάχαρη, το αλάτι και το βούτυρο μέχρι να πάρουν βράση. Προσθέτουμε το αλεύρι μονομιάς και ανακατεύουμε δυνατά μέχρι η ζύμη να ξεκολλά από τα τοιχώματα. Αποσύρουμε από τη φωτιά και αφήνουμε το μείγμα να γίνει χλιαρό. Προσθέτουμε τα αυγά ένα-ένα, ανακατεύοντας μέχρι να γίνει λεία και γυαλιστερή ζύμη. Βάζουμε τη ζύμη σε κορνέ και σχηματίζουμε λωρίδες πάνω σε ταψί με λαδόκολλα. Ψήνουμε στους 180°C για περίπου 25–30 λεπτά, μέχρι να φουσκώσουν και να χρυσαφίσουν.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΡΕΜΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ

Ζεσταίνουμε το γάλα με τη βανίλια. Ανακατεύουμε ζάχαρη, αυγά και κορν φλάουρ και προσθέτουμε λίγο-λίγο το ζεστό γάλα. Επιστρέφουμε στην κατσαρόλα και βράζουμε μέχρι να πήξει. Αποσύρουμε, προσθέτουμε βούτυρο και φυστικοβούτυρο και ομογενοποιούμε. Αφήνουμε να κρυώσει καλυμμένη με μεμβράνη.

ΓΙΑ ΤΟ ΓΛΑΣΟ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

Ζεσταίνουμε την κρέμα και τη ρίχνουμε στη σοκολάτα. Αφήνουμε 1 λεπτό και ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει. Προσθέτουμε βούτυρο και αφήνουμε 5–10 λεπτά να σταθεί.





ΤΑΡΤΑ ΜΕΛΟΜΑΚΑΡΟΝΟ

ΥΛΙΚΑ

470 γρ. Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

- 160 γρ. άχνη
- 2 γρ. αλάτι
- 40 γρ. κρόκοι αυγών
- 50 γρ. αυγό
- 240 γρ. βούτυρο
- 1 κ.γ. γαρύφαλλο τριμμένο
- 1 κ.γ. κανέλα τριμμένη
- 1 Ξύσμα 1 πορτοκαλιού

ΓΙΑ ΤΗ ΓΚΑΝΑΖ

- 200 γρ. σοκολάτα κουβερτούρα
- 200 γρ. κρέμα γάλακτος
- 50 γρ. βούτυρο
- 0.5 κ.γ. γαρύφαλλο
- 0.5 κ.γ. κανέλα
- 0.5 Ξύσμα 1/2 πορτοκαλιού
- 300 γρ. καρύδι σπασμένο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανακατεύουμε το αλεύρι, την άχνη, το αλάτι, τα μπαχαρικά και το ξύσμα. Προσθέτουμε το κρύο βούτυρο και το ενσωματώνουμε. Ρίχνουμε τους κρόκους και το αυγό και ζυμώνουμε απαλά. Αφήνουμε στο ψυγείο 30–40'. Ανοίγουμε τη ζύμη, τη στρώνουμε στη φόρμα και τρυπάμε τη βάση. Ψήνουμε στους 170°C για 20–25'. Αφήνουμε να κρυώσει.

ΓΙΑ ΤΗ ΓΚΑΝΑΖ

Ζεσταίνουμε την κρέμα χωρίς να βράσει και τη ρίχνουμε στη σοκολάτα. Αφήνουμε 1 λεπτό και ανακατεύουμε. Προσθέτουμε το βούτυρο και τα καρύδια. Γεμίζουμε τις τάρτες και αφήνουμε στο ψυγείο 12–24 ώρες να σταθεροποιηθούν.





ΚΕΪΚ

ΥΛΙΚΑ

200 γρ. βούτυρο
200 γρ. ζάχαρη
4 αυγά
180 ml γάλα
15 γρ. μπέικιν
**300 γρ. Αλεύρι Μαλακό
ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**
100 γρ. κακάο
2 γρ. αλάτι
100 γρ. peanuts (φιστίκια)

ΓΙΑ ΤΟ ΓΛΑΣΟ ΚΑΡΑΜΕΛΑΣ
ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ
100 γρ. ζάχαρη
30 γρ. βούτυρο
60 γρ. κρέμα γάλακτος
100 γρ. ζάχαρη άχνη
50 γρ. peanuts
40 γρ. φυσιτικοβούτυρο
2 γρ. αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη μέχρι να αφρατέψουν. Προσθέτουμε σταδιακά τα αυγά και συνεχίζουμε το χτύπημα. Ρίχνουμε το γάλα και ανακατεύουμε. Κοσκινίζουμε το αλεύρι, το κακάο, το μπέικιν και το αλάτι και τα προσθέτουμε στο μείγμα. Ανακατεύουμε απαλά μέχρι να ομογενοποιηθεί. Προσθέτουμε τα peanuts και τα ενσωματώνουμε. Αδειάζουμε το μείγμα σε βουτυρωμένη φόρμα και ψήνουμε στους 170°C για 45–50 λεπτά.

ΓΙΑ ΤΟ ΓΛΑΣΟ ΚΑΡΑΜΕΛΑΣ – ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ

Ζεσταίνουμε τη ζάχαρη μέχρι να γίνει ανοιχτή καραμέλα. Προσθέτουμε το βούτυρο και την κρέμα γάλακτος και ανακατεύουμε. Ρίχνουμε την άχνη και ανακατεύουμε καλά. Προσθέτουμε το φυσιτικοβούτυρο, τα peanuts και το αλάτι. Αφήνουμε να κρυώσει ελαφρώς πριν το απλώσουμε στο κέικ.





ΝΤΟΝΑΤΣ

ΥΛΙΚΑ

800 γρ. Αλεύρι για Τσουρέκι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

75 γρ. ζάχαρη

7.5 γρ. μαγιά

345 γρ. γάλα

1 αυγό

15 γρ. αλάτι

165 γρ. βούτυρο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζεσταίνουμε ελαφρά το γάλα και διαλύουμε μέσα τη μαγιά με λίγη ζάχαρη. Προσθέτουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη, το αυγό, το αλάτι και τέλος το μαλακό βούτυρο. Ζυμώνουμε στο μίξερ μέχρι να έχουμε λεία, ελαστική ζύμη και την αφήνουμε να φουσκώσει για 1 ώρα. Ανοίγουμε φύλλο πάχους περίπου 1,5 εκ., κόβουμε δακτυλίδια και τα αφήνουμε να φουσκώσουν ξανά για 30'.

Τηγανίζουμε σε μέτριο λάδι μέχρι να ροδίσουν και τα στραγγίζουμε.

Πασπαλίζουμε με ζάχαρη ή γλασάρουμε κατά προτίμηση.





ΜΠΙΣΚΟΤΑ

ΥΛΙΚΑ

200 γρ. βούτυρο
150 γρ. μαύρη ζάχαρη
175 γρ. λευκή ζάχαρη
12 γρ. αλάτι
5 γρ. σόδα
2 αυγά

400 γρ. Αλεύρι Μαλακό ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

1 κλωνάρι βανίλια (σπόροι)
Σταγόνες σοκολάτας

◀ ΕΚΤΕΛΕΣΗ ▶

Χτυπάμε το βούτυρο με τη μαύρη και τη λευκή ζάχαρη μέχρι να αφρατέψουν. Προσθέτουμε τα αυγά και συνεχίζουμε το χτύπημα. Ενσωματώνουμε το αλεύρι, τη σόδα και το αλάτι. Σχηματίζουμε μπάλες 30 γρ., τις τοποθετούμε σε ταψί και πιέζουμε ελαφρά. Προσθέτουμε τις σταγόνες σοκολάτας. Ψήνουμε στους 160°C για 10–12 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσουν σε σχάρα.





Θα ήθελα να ευχαριστήσω τους Μύλους Κρήτης για τη συνεργασία και την εμπιστοσύνη. Είναι χαρά μου να δημιουργώ με τις πρώτες ύλες τους και να μοιράζομαι γεύσεις που θυμίζουν σπίτι και γιορτή.

Σας εύχομαι υγεία, χαρά και όμορφες γιορτές, γεμάτες ζεστασιά και καλό φαγητό!

Νίκος Μυλωνάκης
Chef

Φωτογραφίες: Γιάννης Κουκουράκης / Food styling: Γεωργία Ματσαμάκη
Εξοπλισμός: Manias Home Collection
Χώρος φωτογράφισης εξωφύλλου: ΠΕΡΙΠΛΟΥΣ

PERIPLUS
souvlaki restaurant