

ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Από την Καλοαγρίτισσα

Φύλλα πίτας (ΜΠΑΣΛΑΜΑΣ'Η ΠΕΡΕΚ) Χειροποίητα ψημένα στο σάτσι

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ: Αλεύρι, Αλάτι.

ΤΡΟΠΟΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

A. Παραδοσιακή πίτα

Βρέχουμε τα φύλλα ένα-ένα κάτω από την βρύση αρκετά καλά. Το αφήνουμε 1-2 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν. Λαδώνουμε το ταψί και τοποθετούμε το πρώτο φύλλο.

Επαναλαμβάνουμε την διαδικασία για τα επόμενα τρία φύλλα .

Βάζουμε την γέμιση της αρεσκείας μας (τυρί , σπανάκι , κιμά κ.α.) Συνεχίζουμε την διαδικασία με τα επόμενα φύλλα. Αφήνουμε την πίτα για δέκα λεπτά την κόβουμε και την αλείφουμε με αυγά ή λάδι. Την ψήνουμε στις 180 βαθμούς για 60 λεπτά.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ !

B. Πίτα στο τηγάνι.

Βρέχουμε το φύλλο κάτω από την βρύση και το αφήνουμε να μαλακώσει. Βάζουμε την γέμιση της αρεσκείας μας και το διπλώνουμε στην μέση. Το τηγανίζουμε με λάδι ή βούτυρο.Χρόνος παρασκευής 5 λεπτά.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ !

Συρώ ν

Εκτέλεση συνταγής (3-4 μερίδες)

Τοποθετούμε τα συρών όρθια μέσα σε ένα ταψάκι. Τα περιχύνουμε με 300 -350 ml βραστό αλατισμένο νερό ή ζυμό. Τα σκεπάζουμε με μια πετσέτα μέχρι να τραβήξουν όλο το νερό. Τα περιχύνουμε με αραιωμένο ζεσταμένο στραγγιστό γιαούρτι στο οποίο προσθέτουμε λίγο σκόρδο (1-2 σκ). Ρίχνουμε λιωμένο βούτυρο ή λάδι . Είναι έτοιμο για σερβίρισμα. Καλή σας όρεξη.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ !

Υβριστά ή Εβριστά

Εκτέλεση συνταγής:

Βάζουμε τα υβριστά σε ένα βαθύ σκεύος. Ρίχνουμε βρασμένο και αλατισμένο νερό πάνω στα υβριστά. Τα αφήνουμε σκεπασμένα για 5-6 λεπτά τα στραγγίζουμε και ρίχνουμε λιωμένο αγνό βούτυρο ή λάδι. Είναι έτοιμο για σερβίρισμα.

ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ !

Λουλουδομαγιά

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΨΩΜΙ

2 Κουταλιές σούπας μαγιά, 500-700 gr Αλεύρι- 600 ml νερό , αλάτι , ζάχαρη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ετοιμάζουμε την προζύμη μας βάζοντας σε 150 ml νερό την μαγιά. Ανακατεύουμε να λιώσει καλά και προσθέτουμε ακόμα 150 ml νερό, ζάχαρη, αλεύρι για να γίνει πηχτός χυλός. Το αφήνουμε σε ζεστό μέρος μέχρι να φουσκώσει. Βάζουμε ακόμα 300 ml ζεστό νερό και τα υπόλοιπα υλικά και το αφήνουμε να φουσκώσει. Πλάθουμε το ψωμί , το αφήνουμε να φουσκώσει για λίγο και το ψήνουμε στου 180 βαθμούς για μια ώρα περίπου.

Καλή επιτυχία !

[Καλοαγρίτιστα](#)