



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ
BRUNCH

ΑΠΟ ΤΟΝ **ΣΤΕΛΙΟ ΠΑΡΛΙΑΡΟ**



40

ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
ΜΕ ΒΟΥΤΥΡΟ **LURPAK** & ΠΡΟΪΟΝΤΑ **ARLA**

Πρόσκληση σε brunch

Λατρεύω το πρωινό! Το θεωρώ το καλύτερο γεύμα της ημέρας. Λένε ότι η όσφρηση είναι η πιο δυνατή ανθρώπινη αίσθηση – μια μυρωδιά μπορεί να αποτυπωθεί ανεξίτηλα στη μνήμη μας, να μας ταξιδέψει και να «ξυπνήσει» συναισθήματα. Για μένα η μυρωδιά από φρεσκοψημένο ψωμί, αλειμμένο με μπόλικο βούτυρο, είναι ένας τρόπος να επιστρέψω στα παιδικά μου χρόνια, στην κουζίνα της μαμάς και της γιαγιάς...

Το πρωινό είναι ένα τελετουργικό, διαφορετικό για τον καθένα. Μπορεί να συνδυάζει γλυκές, αλμυρές ή ακόμα και πικάντικες γεύσεις, να σερβίρεται σε μικρά ή μεγάλα πιάτα, να συνοδεύεται από καφέ, τσάι, χυμό ή smoothie. Όπως κι αν το προτιμάμε, είναι εκεί για να μας κάνει να ξεκινήσουμε τη νέα μέρα με καλή διάθεση.

Όποιος κι αν είναι ο τρόπος ζωής μας, το πρωινό μπορεί να ενταχθεί στην καθημερινότητά μας. Αυτός είναι και ο στόχος του e-book που διαβάζετε: να σας δώσει μια ποικιλία αγαπημένων μου συνταγών, οι οποίες θα σας βοηθήσουν να μετατρέψετε τα πρωινά σας στην πιο απολαυστική στιγμή της ημέρας! Έχουμε χωρίσει το βιβλίο σε 5 ενότητες, έτσι ώστε να βρείτε τις συνταγές που σας ταιριάζουν:

Πρωινό στο κρεβάτι. Εκμεταλλευτείτε τη ραστώνη του Σαββατοκύριακου για ένα διαφορετικό πρωινό στο κρεβάτι.

Πρωινό στη δουλειά. Ένα σνακ στο χέρι μπορεί να είναι πολύ πιο απολαυστικό από ό,τι έχετε φανταστεί.

Λύσεις της στιγμής. Όταν ο χρόνος είναι λίγος και το ψυγείο έχει μόνο τα βασικά, η φαντασία και η δημιουργικότητα θα σας βοηθήσουν να φτιάξετε τα δικά σας special πιάτα σε χρόνο μηδέν.

Πρωινό ξύπνημα με τα παιδιά. Ενώστε υλικά, ανακατέψτε, ζυμώστε, πειραματιστείτε και φτιάξτε μαζί λικουδιές που θα τους μείνουν αξέχαστες.

Κυριακάτικο brunch. Το brunch συνδυάζει αρμονικά το αργό πρωινό ξύπνημα μιας νωχελικής Κυριακής με έναν πλούσιο μπουφέ αλμυρών και γλυκών γεύσεων, δίνοντας αξία στα βασικά: το μάζεμα γύρω από το τραπέζι με την οικογένεια ή τους φίλους.

Άλλες συνταγές είναι εύκολες και γρήγορες, άλλες πιο απαιτητικές. Όλες, όμως, έχουν ένα κοινό σημείο: είναι φτιαγμένες με ποιοτικές πρώτες ύλες, ώστε να έχουμε το γευστικό αποτέλεσμα που θέλουμε.

Εύχομαι το βιβλίο αυτό να σας εμπνεύσει να υιοθετήσετε το δικό σας τελετουργικό πρωινού, δίνοντας μια νότα απόλαυσης στην καθημερινότητά σας! Σας περιμένω στο πιο ξεχωριστό brunch της ζωής σας!

Stelios Parliaros

Η σημασία της πρώτης ύλης

Η επιτυχία στην κουζίνα προϋποθέτει αγάπη, φαντασία και, πάνω απ' όλα, ποιοτικές πρώτες ύλες. Όπως αυτές που χρησιμοποιούμε όταν ετοιμάζουμε ιδιαίτερες συνταγές για να περιποιηθούμε τους φίλους ή τον/την αγαπημένο/η μας τα χαλαρά πρωινά του Σαββατοκύριακου, όταν παρασκευάζουμε με τα παιδιά μας νόστιμα σνακ, ή ακόμα και όταν φτιάχνουμε κάτι στα γρήγορα για να κάνουμε πιο ευχάριστο το διάλειμμα στο γραφείο. Βούτυρο, γαλακτοκομικά και τυροκομικά προϊόντα γίνονται η βάση για ξεχωριστές γλυκές και αλμυρές δημιουργίες.

Είναι δύσκολο να ξεπεράσει κανείς το Δανέζικο Βούτυρο Lurpak®, το οποίο παράγεται από 100% αγνό αγελαδινό γάλα χωρίς συντηρητικά και δεν περιέχει καθόλου αλάτι. Η φίνα γεύση του και η σταθερή ποιότητά του είναι το απόσταγμα πείρας περισσότερων από 100 χρόνων στην παραγωγή του κορυφαίου βουτύρου. Η διαδικασία αρχίζει με περίπου 20 kg γάλακτος με όλα τα λιπαρά για την

παρασκευή 1 kg βουτύρου. Το πιο πολύτιμο και αρωματικό μέρος του γάλακτος –η κρέμα– «ωριμάζει» προσεκτικά πριν χρησιμοποιηθεί για τη διαδικασία παρασκευής του βουτύρου. Στη συνέχεια προστίθενται οι αρχικές καλλιέργειες, οι οποίες προσδίδουν μια φρέσκια και ελαφρώς αρωματική νότα στη μοναδική κρεμώδη υφή που δημιουργεί τη χαρακτηριστική γεύση του Lurpak.

Ίσως να μην το ξέρετε, αλλά το βούτυρο Lurpak είναι προϊόν της εταιρείας Arla Foods, η οποία είναι ένας συνεταιρισμός γαλακτοπαραγωγών από τη Δανία. Στόχος της είναι να αξιοποιήσει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο το γάλα των 10.000 παραγωγών της, μετατρέποντάς το σε προϊόντα εξαιρετικής γεύσης, όπως βούτυρο και τυρί. Παράλληλα δίνει τη δυνατότητα στους παραγωγούς να επενδύσουν στη φάρμα τους, έτσι ώστε η ποιότητα του γάλακτος που παράγουν να είναι πάντα η υψηλότερη.

ΠΡΩΙΝΟ ΣΤΟ ΚΡΕΒΑΤΙ

6 ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΑΛΕΙΜΜΑ ΜΕΛΙΟΥ ΜΕ ΒΟΥΤΥΡΟ ΚΑΙ ΛΕΜΟΝΙ σελ. 12

ΒΕΝΕΤΣΙΑΝΙΚΟ ΡΥΖΟΓΑΛΟ σελ. 14

ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΝΙΦΑΔΕΣ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙΟΥ σελ. 16

ΜΟΥΣ COTTAGE CHEESE ΜΕ ΚΡΑΚΕΡ ΜΕΛΙΟΥ σελ. 18

ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΜΕ ΒΡΩΜΗ σελ. 20

ΜΠΡΙΟΣ σελ. 22

ΠΡΩΙΝΟ ΣΤΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

7 ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΚΕΪΚ ΛΕΜΟΝΙΟΥ σελ. 26

ΚΕΪΚ ΜΕ ΜΕΛΙ σελ. 28

ΚΡΕΜΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΣΕ ΜΠΟΛ σελ. 30

ΜΠΑΡΕΣ ΜΕ ΧΟΥΡΜΑΔΕΣ σελ. 32

ΡΑΒΔΟΙ ΒΡΩΜΗΣ ΜΕ ΜΗΛΑ σελ. 34

ΣΑΛΑΜΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ σελ. 36

ΥΓΡΑ ΚΕΪΚ ΜΕ ΚΑΦΕ ΚΑΙ ΚΟΜΜΑΤΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ σελ. 38

ΛΥΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΤΙΓΜΗΣ

8 ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΕΥΚΟΛΟ ΨΩΜΙ ΧΩΡΙΣ ΜΑΓΙΑ σελ. 42

ΓΚΡΑΝΟΛΑ σελ. 44

ΚΡΕΜΑ ΛΕΜΟΝΙ ΣΕ ΠΟΤΗΡΙ σελ. 46

ΚΡΕΠΕΣ σελ. 48

ΜΙΚΡΑ FINANCIER ΜΕ CASTELLO ΜΠΛΕ ΤΥΡΙ
ΚΑΙ ΛΙΑΣΤΗ ΝΤΟΜΑΤΑ σελ. 50

ΜΠΟΥΓΑΤΣΑ ΒΟΥΤΥΡΟΥ σελ. 52

ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ ΑΒΓΟΦΕΤΕΣ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΤΥΡΙΟΥ
ΚΑΙ ΜΕΛΙ σελ. 54

ΦΡΟΥΤΟΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΑΝΤΙΓΙ ΚΑΙ ΚΑΡΑΜΕΛΑ σελ. 56

40

ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
ΜΕ ΒΟΥΤΥΡΟ LURPAK & ΠΡΟΪΟΝΤΑ ARLA

ΠΡΩΙΝΟ ΞΥΠΝΗΜΑ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

7 ΣΥΝΤΑΓΕΣ

SCONES σελ. 60

ΑΛΕΙΜΜΑ ΚΑΡΑΜΕΛΑΣ σελ. 62

ΑΛΕΙΜΜΑ ΜΕ ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΚΑΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑ σελ. 64

ΣΦΟΛΙΑΤΑ ΒΟΥΤΥΡΟΥ ΜΕ ΨΗΤΗ ΚΡΕΜΑ
ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ σελ. 66

ΚΕΪΚ ΦΡΑΟΥΛΑ σελ. 68

ΤΟΣΤ ΜΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑ σελ. 70

ΤΣΟΥΡΟΣ σελ. 72

40

ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
ΜΕ ΒΟΥΤΥΡΟ LURPAK & ΠΡΟΪΟΝΤΑ ARLA

ΚΥΡΙΑΚΑΤΙΚΟ BRUNCH

12 ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΑΜΥΓΔΑΛΟΠΙΤΑ σελ. 76

ΤΟΥΡΤΑ ΦΙΣΤΙΚΙ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΦΙΣΤΙΚΙΟΥ σελ. 78

ΖΕΣΤΟ ΤΣΙΖΚΕΪΚ ΣΕ ΦΡΑΤΖΟΛΑ σελ. 80

ΚΕΪΚ ΜΕ ΣΟΛΟΜΟ ΚΑΙ ΑΝΗΘΟ σελ. 82

ΚΙΣ ΛΟΡΕΝ ΜΕ ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΤΥΡΙΩΝ
ΚΑΙ ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ σελ. 84

ΚΙΣ ΛΟΡΕΝ ΜΕ ΤΥΡΙΑ ΚΑΙ ΜΠΕΪΚΟΝ σελ. 86

ΜΙΛΦΕΪΓ ΜΕ ΜΠΕΣΑΜΕΛ ΚΑΙ ΜΕΙΓΜΑ ΤΥΡΙΩΝ σελ. 88

ΜΠΛΙΝΙΣ ΜΕ ΞΥΝΟΚΡΕΜΑ σελ. 90

ΟΜΕΛΕΤΑ ΜΕ ΛΑΧΑΝΙΚΑ σελ. 92

ΡΟΛΑ ΜΠΟΥΓΑΤΣΑΣ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΤΥΡΙΩΝ σελ. 94

ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΩΜΕΝΑ ΑΧΛΑΔΙΑ ΚΑΙ ΚΡΑΜΠΛ
ΑΠΟ CASTELLO ΜΠΛΕ ΤΥΡΙ σελ. 96

ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΜΟΤΣΑΡΕΛΑ ΚΑΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ
ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ σελ. 98

ΠΡΩΙΝΟ ΣΤΟ ΚΡΕΒΑΤΙ

Αυτό το Σαββατοκύριακο εκμεταλλευτείτε την ευκαιρία για να βάλετε λίγη πολυτέλεια στη ζωή σας!

Μόνοι σας ή μαζί με τον/τη σύντροφό σας απολαύστε τη ραστώνη μιας μέρας χωρίς υποχρεώσεις για να γεμίσετε τις μπαταρίες σας και να δώσετε μια διαφορετική νότα στην καθημερινότητά σας. Δεν έχετε παρά να βάλετε στο αθόρυβο το κινητό σας, να κλείσετε το ξυπνητήρι και να επιλέξετε χαλαρωτική μουσική. Ο βιαστικός καφές στο χέρι σήμερα μπορεί να σερβιρισθεί σε ένα ωραίο φλιτζάνι και το τσάι να ανθίζει στην αγαπημένη σας τσαγιέρα. Το μόνο που θα χρειαστείτε είναι άνετες πιτζάμες και ένα καλό βιβλίο. Α! Και έναν δίσκο γεμάτο αλμυρές και γλυκές γεύσεις!

Άλειμμα μελιού με βούτυρο και λεμόνι

Το κλασικό και αγαπημένο ψωμί με βούτυρο και μέλι αποκτά άλλη διάσταση με αυτό το ξεχωριστό άλειμμα.

ΥΛΙΚΑ

- 250 γρ. βούτυρο Lurpak, σε θερμοκρασία δωματίου
- 125 γρ. μέλι
- 60 γρ. φρέσκος χυμός λεμονιού
- Ξύσμα από 1 λεμόνι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζεσταίνουμε ελαφρώς το μέλι με τον χυμό και το ξύσμα λεμονιού. Αφήνουμε να κρυώσει και το χτυπάμε στο μίξερ μαζί με το βούτυρο έως ότου σχηματιστεί μία ομοιογενής κρέμα. Το φυλάμε σε βάζα. Σερβίρουμε με μπισκότα, με κέικ ή με ψωμί.

Βάρος: 400 γρ.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'



Βενετσιάνικο ρυζόγαλο

Ένα ρυζόγαλο που διαφέρει λίγο από αυτό που γνωρίζουμε.
Θα το απολαύσουμε μέχρι την τελευταία κουταλιά!

ΥΛΙΚΑ

- 650 γρ. Arla Protein ρόφημα γάλακτος με γεύση βανίλια
- 200 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 50 γρ. βούτυρο Lurpak
- 90 γρ. σταφίδες
- 60 γρ. κονιάκ
- 1 κλωναράκι βανίλιας, κομμένο κάθετα στη μέση
- 50 γρ. ζάχαρη
- ¼ κ.γ. κανέλα (και επιπλέον για το σερβίρισμα)
- Ξύσμα από 1 πορτοκάλι
- 100 γρ. ρύζι αρμπόριο ή γλασέ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζουμε τις σταφίδες μέσα στο κονιάκ και τις αφήνουμε να μουλιάσουν για ένα βράδυ ή για τουλάχιστον μία ώρα. Σε μια κατσαρόλα ρίχνουμε το ρόφημα γάλακτος, την κρέμα γάλακτος και τη βανίλια. Όταν πάρει βράση αποσύρουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε τη ζάχαρη, την κανέλα και το ξύσμα πορτοκαλιού. Αδειάζουμε το ρύζι μέσα στο βρασμένο ρόφημα γάλακτος, τοποθετούμε την κατσαρόλα σε χαμηλή φωτιά και ανακατεύουμε για 30-35 λεπτά, έως ότου το ρύζι χυλώσει, προσθέτοντας και το βούτυρο. Αποσύρουμε από τη φωτιά, αφαιρούμε το κλωναράκι της βανίλιας και προσθέτουμε τις σταφίδες, τις οποίες έχουμε στραγγίξει από το κονιάκ. Πασπαλίζουμε με κανέλα και σερβίρουμε κατά προτίμηση χλιαρό.

Μερίδες: 6



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

35' - 40'

(χωρίς το μούλιασμα των σταφίδων)



Κρέμα με νιφάδες καλαμποκιού

Ποιος είπε ότι δεν μπορείτε να είστε δημιουργικοί με ένα μπουλ νιφάδες καλαμποκιού; Ξαπλώστε στο κρεβάτι και απολαύστε.

ΥΛΙΚΑ

- 150 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 400 γρ. Arla φρέσκο τυρί κρέμα
- 400 γρ. Arla Protein επιδόρπιο γάλακτος φυσική γεύση
- 200 γρ. μέλι θυμαρίσιο
- Ξύσμα από 1 λεμόνι
- 2 φύλλα ζελατίνης (10 γρ.)
- νιφάδες καλαμποκιού για το σερβίρισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια μικρή κατσαρόλα βάζουμε την κρέμα γάλακτος, το μέλι και το ξύσμα λεμονιού. Τοποθετούμε στη φωτιά και μόλις λιώσει το μέλι, πριν βράσει, αποσύρουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε τα φύλλα ζελατίνης αφού προηγουμένως τα έχουμε μαλακώσει σε κρύο νερό. Αφήνουμε να κρυώσει και ανακατεύουμε πρώτα με το φρέσκο τυρί κρέμα και έπειτα με το επιδόρπιο γάλακτος. Αδειάζουμε σε ένα ρηχό σκεύος και το τοποθετούμε στο ψυγείο να σταθεροποιηθεί. Σερβίρουμε κουταλιές πασπαλίζοντας με νιφάδες καλαμποκιού.

Μερίδες: 10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

20'



Μους cottage cheese με κράκερ μελιού

Σερβίρετε τη μους με τα κράκερ σε έναν δίσκο και περιποιηθείτε τον/την αγαπημένο/η σας σαν να βρίσκεται στο καλύτερο ξενοδοχείο.

ΥΛΙΚΑ

Για τη μους

- 500 γρ. Arla Protein Cottage Cheese
- 500 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά, χτυπημένη σε σφικτή σαντιγί
- 80 γρ. ζάχαρη άχνη
- κανέλα για το πασπάλισμα
- κράκερ μελιού για το σερβίρισμα

Για τα κράκερ μελιού

- 230 γρ. βούτυρο Lugrak, σε θερμοκρασία δωματίου
- 70 γρ. ζάχαρη καστανή
- 100 γρ. μέλι
- 230 γρ. αλεύρι ολικής άλεσης
- 100 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. κανέλα
- 1 πρέζα αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη μους

Αναμειγνύουμε το cottage cheese με τη ζάχαρη άχνη και προσθέτουμε τη χτυπημένη κρέμα γάλακτος. Ανακατεύουμε καλά, μοιράζουμε σε ατομικά μπολ και τοποθετούμε στο ψυγείο να κρυώσει. Πασπαλίζουμε με κανέλα και σερβίρουμε με κράκερ μελιού.

Για τα κράκερ μελιού

Στο μίξερ χτυπάμε το βούτυρο μαζί με τη ζάχαρη και το μέλι έως ότου γίνει μία λεία κρέμα. Προσθέτουμε τα άλευρα, την κανέλα και το αλάτι και ανακατεύουμε έως ότου γίνει ένα ζυμάρι. Ανοίγουμε σε πολύ λεπτό φύλλο. Κόβουμε τα κράκερ με ένα τετράγωνο κουπ πατ 6x6 εκ. και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 15 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν.

Μερίδες (για τα κράκερ): 15



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

15'



Μπισκότα με βρώμη

Πάρτε μια κούπα αχνιστό καφέ και λίγα μπισκότα και αφεθείτε σε ένα «τεμπέλικο» πρωινό στο κρεβάτι.

ΥΛΙΚΑ

- 125 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 180 γρ. νιφάδες βρώμης
- 110 γρ. ζάχαρη μαύρη
- 100 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 50 γρ. μέλι
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 20 γρ. νερό, βραστό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αναμειγνύουμε τη βρώμη με τη ζάχαρη και το αλεύρι. Σε ένα άλλο μπολ ανακατεύουμε το μέλι, το μπέικιν πάουντερ, το βραστό νερό και το λιωμένο βούτυρο. Ενώνουμε τα δύο μείγματα, ανακατεύουμε πολύ καλά και αδειάζουμε σε ένα τετράγωνο τσέρκι 18x18 εκ. και ύψους 2 εκ. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 20 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει και κόβουμε σε μικρά τετράγωνα κομμάτια. Μπορούμε να φτιάξουμε τα μπισκότα βάζοντας κουταλιές επάνω σε λαδόκολλα. Σε αυτήν την περίπτωση ο χρόνος ψησίματος μειώνεται κατά 5 λεπτά.

Βάρος: 500 γρ.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

15' - 20'



Μπριός

Με αυτό το αφράτο, βουτυρένιο ψωμάκι μπορούμε να δημιουργήσουμε πολυάριθμους συνδυασμούς, αλλά είναι πολύ νόστιμο και σκέτο.

ΥΛΙΚΑ

- 150 γρ. βούτυρο Lurpak
- 25 γρ. γάλα
- 1 φακελάκι ξερή μαγιά
- 250 γρ. αλεύρι σκληρό
- 1 πρέζα αλάτι
- 25 γρ. ζάχαρη
- 3 αβγά
- αβγό για άλειμμα
- ζάχαρη διακοσμητική για το πασάλισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Στον κάδο του μίξερ ρίχνουμε το γάλα, τη μαγιά, το αλεύρι, το αλάτι, τη ζάχαρη και τα αβγά. Ζυμώνουμε με τον γάντζο για 15 λεπτά. Προσθέτουμε το βούτυρο παγωμένο σε μικρά κομμάτια. Συνεχίζουμε το ζύμωμα για αρκετή ώρα, έως ότου σχηματιστεί μία ελαστική ζύμη, η οποία ξεκολλάει από τα τοιχώματα. Βάζουμε τη ζύμη σε μπολ και τη σκεπάζουμε με μια πετσέτα. Την αφήνουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 2 ώρες. Ζυμώνουμε με τα χέρια στο σχήμα που θέλουμε. Τοποθετούμε σε βουτυρωμένη φόρμα του κέικ και αφήνουμε για περίπου 1 ώρα, έως ότου διπλασιαστεί ο όγκος της ζύμης. Αλείφουμε με το άλειμμα αβγού και πασπαλίζουμε με διακοσμητική ζάχαρη. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160-170°C για περίπου 20-25 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει.

Tip: Όταν βγαίνει το μπριός από τον φούρνο πρέπει να είναι ελαφρύ, να έχει χάσει δηλαδή την υγρασία του. Διαφορετικά, είναι ωμό.

Μερίδες: 10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

40'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

20' - 25'

ΧΡΟΝΟΣ
ΑΝΑΜΟΝΗΣ

3 ώρες



ΠΡΩΙΝΟ ΣΤΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

Οι καθημερινοί ρυθμοί συνήθως δεν μας δίνουν τη δυνατότητα να απολαύσουμε ένα πρωινό όπως θα θέλαμε.

Έτσι, καταλήγουμε να τρώμε κάτι γρήγορο στον δρόμο ή στη δουλειά. Ένα πρωινό στο χέρι δεν συνεπάγεται πάντα μια πρόχειρη λύση –συνήθως ανθυγιεινή– που τρώμε απλώς για να «κόψουμε» την πείνα μας. Αντίθετα, μπορεί να γίνει ένα απολαυστικό σνακ, το οποίο έχουμε φτιάξει από το προηγούμενο βράδυ ή από το Σαββατοκύριακο –κερδίζοντας λίγο ύπνο παραπάνω– και μας γεμίζει ενέργεια στη στιγμή.

Κέικ λεμονιού

Με υπέροχη γεύση και άρωμα λεμονιού, αυτό το κέικ θα γίνει το αγαπημένο μας.

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. βούτυρο Lurpak, σε θερμοκρασία δωματίου
- 250 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 5 αβγά
- 300 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- ξύσμα από 2 λεμόνια
- 120 γρ. χυμός λεμονιού
- ζάχαρη άχνη για το πασάλισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Στον κάδο του μίξερ χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη και ρίχνουμε ένα ένα τα αβγά έως ότου αφρατέψει το μείγμα. Σταματάμε το χτύπημα, προσθέτουμε το αλεύρι, το μπέικιν πάουντερ, το ξύσμα και τον χυμό λεμονιού, και ανακατεύουμε. Αδειάζουμε σε βουτυρωμένη και αλευρωμένη μακρόστενη φόρμα του κέικ 26x10 εκ. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 40 λεπτά. Βγάζουμε από τον φούρνο, αφήνουμε για λίγο και ξεφορμάρουμε. Πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.

Μερίδες: 12

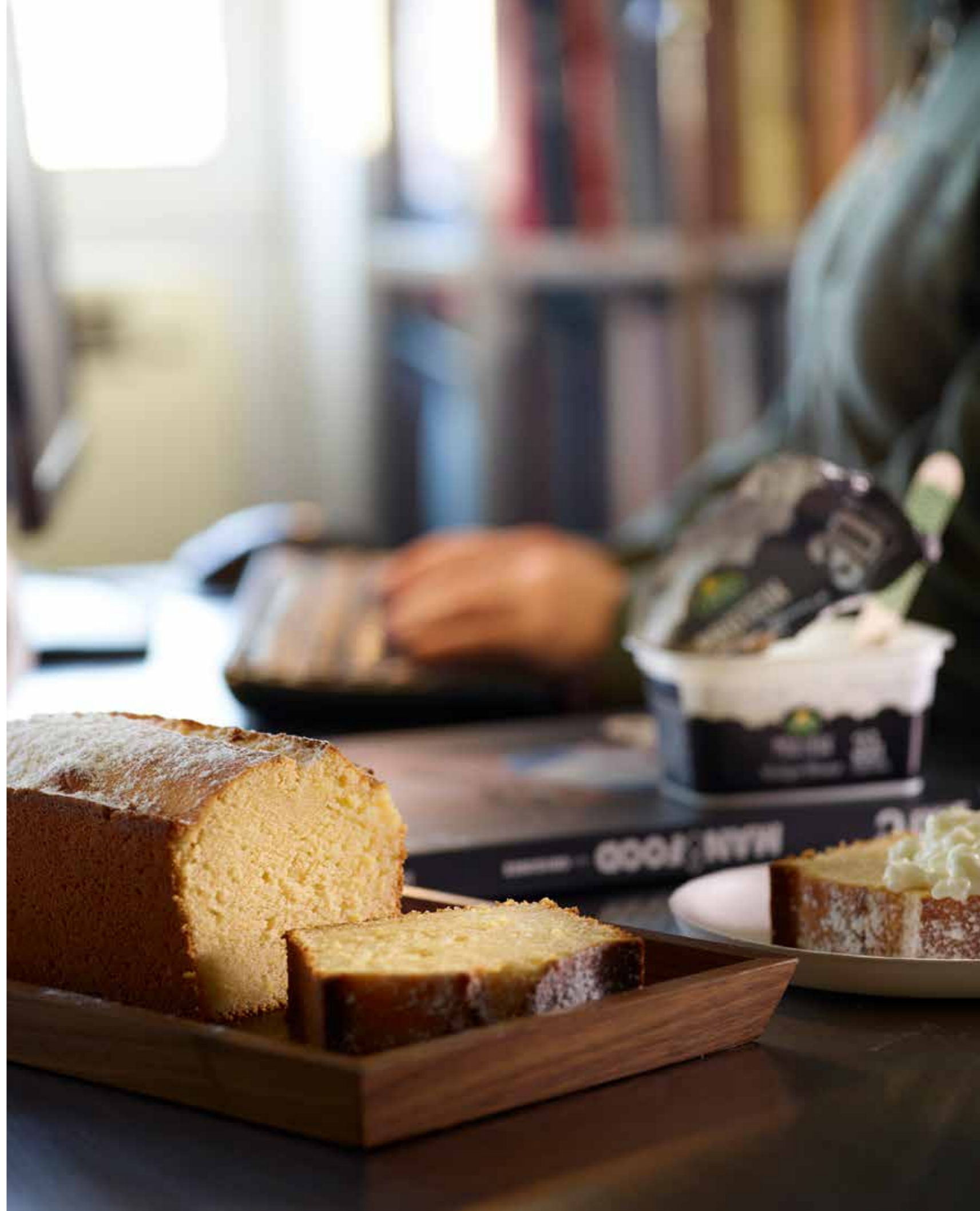


ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

20'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

40'



Κέικ με μέλι

Το μέλι χαρίζει γλυκιά γεύση σε αυτό το υπέροχο κέικ, ενώ παράλληλα μας τροφοδοτεί με ενέργεια.

ΥΛΙΚΑ

- 100 γρ. βούτυρο Luwak
- 200 γρ. μέλι
- 100 γρ. γάλα
- 50 γρ. ζάχαρη καστανή
- 3 αβγά
- 200 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- ½ κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- ½ κ.γ. κανέλα
- 50 γρ. καρύδια, ψιλοκομμένα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια κατσαρόλα ζεσταίνουμε το μέλι. Προσθέτουμε και το βούτυρο να λιώσει και αποσύρουμε. Ανακατεύουμε το γάλα, τη ζάχαρη και τα αβγά και τα προσθέτουμε στο μείγμα με το βούτυρο, συνεχίζοντας το ανακάτεμα. Ρίχνουμε το αλεύρι, το μπέικιν πάουντερ, την κανέλα και τα καρύδια. Ανακατεύουμε και βάζουμε το μείγμα σε βουτυρωμένη και αλευρωμένη μακρόστενη φόρμα του κέικ 30x8 εκ. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για περίπου 50-60 λεπτά.

Μερίδες: 12-15

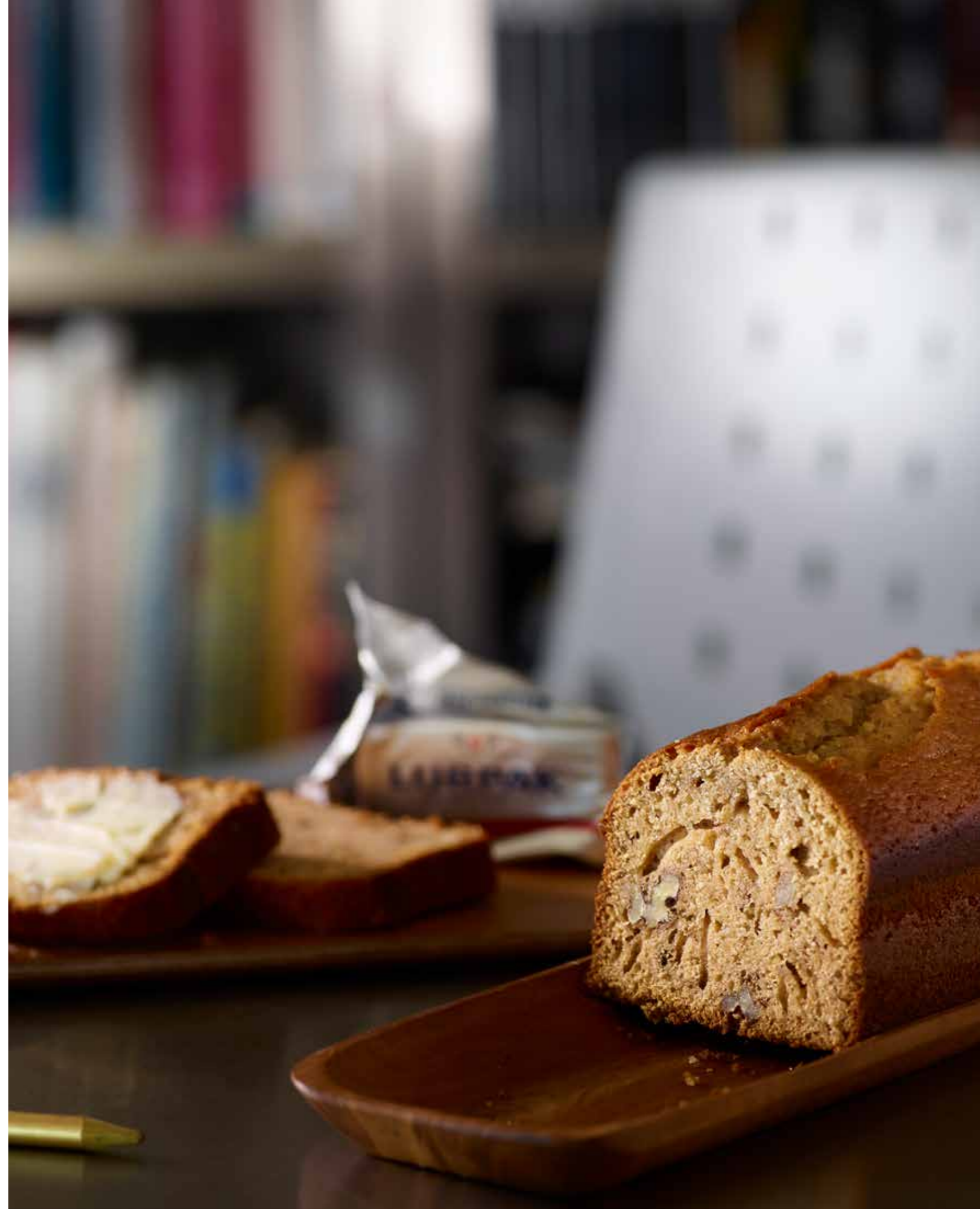


ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

50' - 60'



Κρέμα σοκολάτα σε μπολ

Κάνουμε ένα διάλειμμα για γλυκό και συνεχίζουμε τη δουλειά με ακόμα μεγαλύτερη όρεξη.

ΥΛΙΚΑ

- 50 γρ. βούτυρο Lurpak
- 500 γρ. γάλα
- 50 γρ. κακάο
- 120 γρ. ζάχαρη
- 20 γρ. κορν φλάουρ
- 1 φλιτζανάκι του καφέ νερό
- 300 γρ. σοκολάτα 55% κακάο, τεμαχισμένη σε μικρά κομμάτια

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το γάλα με το κακάο και την τοποθετούμε στη φωτιά. Ανακατεύουμε τη ζάχαρη με το κορν φλάουρ και προσθέτουμε ένα φλιτζανάκι του καφέ νερό. Πριν πάρει βράση το γάλα αδειάζουμε μέσα το μείγμα του κορν φλάουρ και ανακατεύουμε πολύ καλά. Προσθέτουμε και την τεμαχισμένη σοκολάτα. Αποσύρουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε το βούτυρο. Ανακατεύουμε συνεχώς έως ότου η σοκολάτα λιώσει. Αδειάζουμε σε ένα μπολ –μεταλλικό κατά προτίμηση– το οποίο τοποθετούμε πάνω από ένα μεγαλύτερο μπολ με παγάκια, ανακατεύοντας συνεχώς έως ότου κρυώσει η κρέμα. Με αυτόν τον τρόπο πετυχαίνουμε βελούδινη, λεία και γυαλιστερή υφή χωρίς να πιάνει κρούστα. Αδειάζουμε το μείγμα σε ατομικά μπολ.

Μερίδες: 6-8



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'



Μπάρες με χουρμάδες

Οι θρεπτικοί και υγιεινοί χουρμάδες αντικαθιστούν τη ζάχαρη και δίνουν γλύκα σε αυτές τις ξεχωριστές μπάρες που μας εξασφαλίζουν ενέργεια για να αντεπεξέλθουμε σε μια δύσκολη μέρα.

ΥΛΙΚΑ

- 100 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 500 γρ. χουρμάδες, αρκετά μαλακοί, χωρίς κουκούτσια
- 50 γρ. ηλιόσποροι
- 50 γρ. κολοκυθόσποροι
- 50 γρ. σουσάμι (και επιπλέον για το πασάλισμα)
- 50 γρ. καρύδια, τριμμένα
- ½ μοσχοκάρυδο, τριμμένο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Στο μπλέντερ ρίχνουμε τους χουρμάδες, προσθέτουμε το λιωμένο βούτυρο και χτυπάμε μέχρι να δημιουργηθεί μια πάστα. Ανακατεύουμε το μείγμα με τους ηλιόσπορους, τους κολοκυθόσπορους, το σουσάμι, τα καρύδια και το μοσχοκάρυδο. Σε ένα τετράγωνο τσέρκι 17x17 εκ. πασπαλίζουμε το κάτω μέρος με σουσάμι, πιέζουμε το μείγμα από πάνω και πασπαλίζουμε ξανά με σουσάμι. Το αφήνουμε για 2-3 ώρες να στεγνώσει και το κόβουμε σε ράβδους.

Μερίδες: 10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'



Ράβδοι βρώμης με μήλα

Έχετε πάντα μία στην τσάντα σας. Είναι η ιδανική λύση για τις μέρες που δεν προλαβαίνετε ούτε να φάτε.

ΥΛΙΚΑ

- 150 γρ. βούτυρο Lurpak
- 60 γρ. ζάχαρη μαύρη, υγρή (με μελάσα)
- 60 γρ. μέλι
- ½ κ.γ. κανέλα
- ½ κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 350 γρ. βρώμη
- 250 γρ. μήλα, πολτοποιημένα στο μπλέντερ
- 1-2 μήλα καθαρισμένα και κομμένα σε λεπτές φέτες

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπεν μαρί λιώνουμε το βούτυρο, τη ζάχαρη και το μέλι. Αποσύρουμε και ρίχνουμε την κανέλα, το μπέικιν πάουντερ και τη βρώμη. Ανακατεύουμε πολύ καλά και προσθέτουμε τα πολτοποιημένα μήλα συνεχίζοντας το ανακάτεμα με μια μαρίζ. Σε ένα μακρόστενο τσέρκι τοποθετούμε τις λεπτές φέτες μήλου. Αδειάζουμε από πάνω το μείγμα πιέζοντας ελαφρώς με την παλάμη μας. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 25 λεπτά, έως ότου ροδίσει. Βγάζουμε από τον φούρνο και αφήνουμε να κρυώσει. Αναποδογυρίζουμε και κόβουμε σε ράβδους.

Μερίδες: 12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15' - 20'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

25'



Σαλάμι σοκολάτας

Πάρτε μαζί σας ένα δύο κομμάτια παραπάνω.
Ο συνάδελφος στο διπλανό γραφείο θα σας λατρέψει!

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. βούτυρο Lurpak
- 350 γρ. σοκολάτα 55% κακάο
- 80 γρ. μέλι
- 80 γρ. κακάο
- 50 γρ. ρούμι ή κονιάκ
- 400 γρ. μπισκότα τύπου πτι-μπερ, σπασμένα σε μικρά κομμάτια
- 130 γρ. αμύγδαλα, καβουρδισμένα
- ζάχαρη άχνη για επικάλυψη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μπεν μαρί ή στον φούρνο μικροκυμάτων λιώνουμε το βούτυρο με τη σοκολάτα. Αποσύρουμε και προσθέτουμε το μέλι, το κακάο και το ρούμι. Ανακατεύουμε πολύ καλά και ρίχνουμε τα μπισκότα και τα αμύγδαλα. Αδειάζουμε το μείγμα σε αντικολλητικό χαρτί και φτιάχνουμε σαλάμι τυλίγοντάς το. Αφήνουμε για ένα βράδυ εκτός ψυγείου να σφίξει και την επόμενη ξετυλίγουμε και ρολάρουμε στη ζάχαρη άχνη.

Μερίδες: 12-15



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'



Υγρά κέικ με καφέ και κομμάτια σοκολάτας

Καφές και σοκολάτα μαζί!
Ό,τι χρειαζόμαστε για να ξεκινήσει όμορφα το πρωινό μας.

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 240 γρ. ζάχαρη άχνη
- 250 γρ. αμύγδαλα, τριμμένα σε σκόνη
- 100 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 280 γρ. ασπράδι αβγού
- 100 γρ. δυνατός καφές espresso
- 100 γρ. σταγόνες σοκολάτας γάλακτος

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε πρώτα τη ζάχαρη άχνη, τα αμύγδαλα, το αλεύρι και το μπέικιν πάουντερ. Προσθέτουμε το ασπράδι αβγού, το λιωμένο βούτυρο και τον καφέ και ανακατεύουμε. Στο τέλος ρίχνουμε και τις σταγόνες σοκολάτας. Μοιράζουμε το μείγμα σε ατομικά φορμάκια για cupcakes. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για περίπου 30-40 λεπτά.

Μερίδες: 8-10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

30' - 40'



ΛΥΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΤΙΓΜΗΣ

Ωραίες οι ιεροτελεστίες, αλλά τι γίνεται όταν ο χρόνος είναι λίγος και το ψυγείο έχει μόνο τα βασικά;

Αυτοσχεδιάστε! Επιστρατεύοντας τη φαντασία και τη δημιουργικότητά σας μπορείτε να φτιάξετε γευστικά πιάτα που φαίνονται –και είναι– προκλητικά στη γεύση, χωρίς να απαιτούν πολλή ώρα, περίεργα υλικά ή γνώσεις ζαχαροπλαστικής. Οι συνταγές αυτής της ενότητας θα σας δώσουν το κίνητρο να μπειτε στην κουζίνα –ακόμα κι αν αυτός δεν είναι ο τομέας σας– και να εμπνευστείτε για να δημιουργήσετε τα δικά σας special πιάτα σε χρόνο μηδέν.

Εύκολο ψωμί χωρίς μαγιά

Βάζουμε επάνω το άλειμμα της αρεσκείας μας και έχουμε έτοιμο ένα νόστιμο σνακ σε χρόνο μηδέν.

ΥΛΙΚΑ

- 150 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 400 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 130 γρ. γάλα
- 130 γρ. νερό
- 2 κ.σ. ζάχαρη
- 1 κ.γ. αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ ή στο χέρι. Αλευρώνουμε τα χέρια μας και φτιάχνουμε μια μπάλα. Πιέζουμε την μπάλα με την παλάμη μας προς τα κάτω σε διάμετρο 20 εκ. Με ένα μαχαίρι χαράζουμε σταυρωτά στα έξι. Αλείφουμε με λίγο γάλα και πασπαλίζουμε με αλεύρι. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 25 λεπτά, κατεβάζουμε στους 160°C και συνεχίζουμε το ψήσιμο για άλλα 10 λεπτά. Σερβίρουμε με βούτυρο και μαρμελάδα ή οποιοδήποτε άλλο άλειμμα της αρεσκείας μας.

Μερίδες: 10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

35'



Γκρανόλα

Θρεπτική και νόστιμη! Διατηρήστε τη σε κουτί που κλείνει αεροστεγώς και θα έχετε ανά πάσα στιγμή ένα υγιεινό πρωινό.

ΥΛΙΚΑ

- 125 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 400 γρ. νιφάδες βρώμης
- 125 γρ. αμύγδαλα αναποφλοιώτα
- 100 γρ. ηλιόσποροι
- 100 γρ. κολοκυθόσποροι
- 50 γρ. σουσάμι
- 150 γρ. Ξερά φρούτα (σταφίδες, βερίκοκα, κράνμπερις, κτλ.)
- ½ κ.γ. αλάτι
- 125 γρ. νερό
- 250 γρ. μέλι
- 50 γρ. Ζάχαρη καστανή
- Arla Protein επιδόρπιο γάλακτος φυσική γεύση, για το σερβίρισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε όλα τα στερεά υλικά εκτός από την καστανή ζάχαρη. Σε μια κασαρόλα βάζουμε το βούτυρο, το νερό, το μέλι και την καστανή ζάχαρη και την τοποθετούμε στη φωτιά. Μόλις πάρει βράση, αποσύρουμε και αδειάζουμε πάνω από τα στερεά υλικά. Ανακατεύουμε πάρα πολύ καλά με μια μαρίζ έτσι ώστε το μείγμα των υγρών να καλύψει το μείγμα των στερεών. Απλώνουμε το μείγμα σε δύο λαδόκολλες πάνω σε μια λαμαρίνα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 135-140°C για 1 ώρα. Αφήνουμε να κρυώσει, σπάμε με τα χέρια μας τα μεγάλα κομμάτια και τα διατηρούμε σε κουτί που κλείνει ερμητικά. Σερβίρουμε με επιδόρπιο γάλακτος.

Μερίδες: 8



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

60'



Κρέμα Λεμόνι σε ποτήρι

Χρειάζονται μόλις πέντε λεπτά και ελάχιστα υλικά για να φτιάξουμε αυτό το γευστικό, δροσερό γλυκό.

ΥΛΙΚΑ

- 500 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 110 γρ. ζάχαρη
- 60 γρ. φρέσκος χυμός λεμονιού
- Ξύσμα από 1 λεμόνι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια κατσαρόλα βάζουμε την κρέμα γάλακτος με τη ζάχαρη και την τοποθετούμε στη φωτιά. Όταν πάρει βράση, ρίχνουμε τον χυμό λεμονιού και το ξύσμα, ανακατεύουμε και αποσύρουμε. Γεμίζουμε 5-6 μικρά ποτήρια. Τα τοποθετούμε στο ψυγείο και τα αφήνουμε για 3-4 ώρες πριν σερβίρουμε.

Μερίδες: 5-6



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

5'



Κρέπες

Αφήνουμε τη φαντασία μας ελεύθερη και φτιάχνουμε γλυκές ή αλμυρές κρέπες για τους φίλους και την οικογένειά μας.

ΥΛΙΚΑ

- 30 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 90 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις, κοσκινισμένο
- 20 γρ. ζάχαρη
- 1 πρέζα αλάτι
- 2 αβγά
- 1 κρόκος αβγού
- 240 γρ. γάλα, ζεστό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανακατεύουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη και το αλάτι. Ρίχνουμε τα αβγά και τον κρόκο και ανακατεύουμε έως ότου γίνει ένας χυλός. Προσθέτουμε σιγά σιγά το γάλα ανακατεύοντας. Ρίχνουμε και το λιωμένο βούτυρο. Αφήνουμε το μείγμα για 15 λεπτά να ξεκουραστεί. Βουτυρώνουμε ένα αντικολλητικό τηγάνι διαμέτρου 18 εκ. και το τοποθετούμε στη φωτιά έως ότου κάψει αρκετά. Ρίχνουμε μία κουταλιά από τον χυλό και με γρήγορες κινήσεις του τηγανιού απλώνουμε το μείγμα παντού. Αναποδογυρίζουμε με μια σπάτουλα την κρέπα για να ψηθεί και από την άλλη πλευρά. Τοποθετούμε τις κρέπες πάνω σε αντικολλητικό χαρτί. Σερβίρουμε με γλυκιά ή αλμυρή γέμιση.

Μερίδες: Περίπου 12 κρέπες διαμέτρου 20 εκ.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

12'

ΧΡΟΝΟΣ
ΑΝΑΜΟΝΗΣ

15'



Μικρά financier με Castello μπλε τυρί και λιαστή ντομάτα

Αυτά τα πικάντικα κεκάκια θα εντυπωσιάσουν
και τους πιο απαιτητικούς ουρανίσκους.

ΥΛΙΚΑ

- 100 γρ. βούτυρο Lurak, λιωμένο
- 100 γρ. Castello μπλε τυρί, κομμένο σε μικρά κομμάτια
- 3 ασπράδια αβγού (από μικρού μεγέθους αβγά)
- 1 πρέζα ανθός αλατιού
- 30 γρ. ζάχαρη καστανή
- 70 γρ. καρύδια, τριμμένα
- 70 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- ½ κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 100 γρ. λιαστές ντομάτες σε λάδι, στραγγισμένες και κομμένες
- 3 κλαράκια φρέσκια ρίγανη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί αφήνοντας για το τέλος το blue cheese, τις λιαστές ντομάτες και τη ρίγανη. Προσθέτουμε έπειτα και τα τρία αυτά υλικά και ανακατεύουμε απαλά. Γεμίζουμε μικρά ατομικά φορμάκια για cupcakes και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C-180°C για 15 λεπτά.

Μερίδες: 5-6



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

15'



Μπουγάτσα βουτύρου

Αν σας έρθει επιθυμία για μπουγάτσα, μπορείτε να τη φτιάξετε μόνοι σας εύκολα και γρήγορα. Τέλεια ιδέα για κολατσιό!

ΥΛΙΚΑ

- 200-250 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 1 πακέτο φύλλο κρούστας για μπακλαβά
- ζάχαρη κρυσταλλική
- ζάχαρη άχνη
- κανέλα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βουτυρώνουμε τον πάτο ενός ταψιού. Ζαρώνουμε ένα ένα τα φύλλα και τα τοποθετούμε το ένα δίπλα στο άλλο κολλητά. Με ένα πινέλο βουτυρώνουμε πολύ καλά την επιφάνειά τους και επαναλαμβάνουμε την ίδια διαδικασία με τα υπόλοιπα φύλλα, βάζοντάς τα πάνω από τα προηγούμενα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για περίπου 25 λεπτά, μέχρι να πάρουν χρυσαφί χρώμα. Σερβίρουμε μόλις βγουν από τον φούρνο, πασπαλίζοντας με τις ζάχαρες και την κανέλα.

Μερίδες: 6



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

25'



Τηγανητές αβγοφέτες με κρέμα τυριού και μέλι

Ό,τι πρέπει για ένα εύκολο πρωινό σνακ που
θα μας κρατήσει χορτάτους για ώρα.

ΥΛΙΚΑ

Για τις αβγοφέτες

- βούτυρο Lurpak για το τηγάνισμα
- 2 αβγά
- 500 γρ. γάλα
- 10 λεπτές φέτες ψωμιού
1-2 ημερών ή του τοστ
- μέλι και κανέλα για το σερβίρισμα

Για το σιρόπι

- 250 γρ. ζάχαρη
- 250 γρ. νερό

Για την κρέμα τυριού

- 300 γρ. Arla φρέσκο τυρί κρέμα
- 100 γρ. Arla Protein επιδόρπιο
γάλακτος φυσική γεύση

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τις αβγοφέτες

Σε ένα μπολ χτυπάμε ελαφρώς τα αβγά και προσθέτουμε το γάλα.
Σε ένα τηγάνι βάζουμε το βούτυρο να λιώσει. Αφήνουμε να
ζεσταθεί πολύ καλά. Βουτάμε τις φέτες του ψωμιού μέσα στο
μείγμα του γάλακτος και τις τηγανίζουμε κι από τις δύο πλευρές
έως ότου ροδίσουν. Τις στραγγίζουμε για λίγο σε απορροφητικό
χαρτί, τις βουτάμε ζεστές στο κρύο σιρόπι και τις βάζουμε σε
πιατέλα. Σερβίρουμε με την κρέμα τυριού, ραντίζουμε με το μέλι και
πασπαλίζουμε με την κανέλα.

Για το σιρόπι

Βράζουμε τη ζάχαρη με το νερό για 2-3 λεπτά.

Για την κρέμα τυριού

Πολτοποιούμε στο μπλέντερ πολύ καλά το φρέσκο τυρί κρέμα και
προσθέτουμε το επιδόρπιο γάλακτος ανακατεύοντας με μια μαριζέ έως
ότου ομογενοποιηθούν.

Μερίδες: 10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'



Φρουτοσαλάτα με σαντιγί και καραμέλα

Καραμέλα, σαντιγί και ξύσμα λεμονιού δημιουργούν έναν συνδυασμό που θα απογειώσει τη γεύση των αγαπημένων μας φρούτων.

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. Aria κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά, χτυπημένη σε σαντιγί
- 200 γρ. ζάχαρη
- 50 γρ. νερό
- 500 γρ. ποικιλία φρούτων εποχής, πλυμένα και καθαρισμένα, τεμαχισμένα σε κομμάτια (καθαρό βάρος)
- Ξύσμα από ½ λεμόνι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια μικρή κατσαρόλα βάζουμε τη ζάχαρη με το νερό και την τοποθετούμε σε δυνατή φωτιά. Αφήνουμε να βράσει χωρίς να ανακατεύουμε έως ότου γίνει μία σκούρα ξανθιά καραμέλα. Ανακατεύουμε τα φρούτα με το ξύσμα λεμονιού και σε ένα πυρίμαχο μπολ βάζουμε το 1/3 από αυτά. Αδειάζουμε το 1/3 της σαντιγί από πάνω και το 1/3 της καραμέλας αμέσως μόλις την κατεβάσουμε από τη φωτιά ώστε να είναι ρευστή. Επαναλαμβάνουμε την ίδια διαδικασία με τα υπόλοιπα υλικά.

Μερίδες: 6



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

12'



ΠΡΩΙΝΟ ΕΥΠΝΗΜΑ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Σύννεφα από αλεύρι στον αέρα, τσόφλια αβγών στο πάτωμα, βουτυρωμένα χέρια και χαρούμενα πρόσωπα!

Το πρωινό με τα παιδιά δίνει μια εντελώς διαφορετική διάσταση στην καθημερινότητα. Προετοιμαστείτε για ακαταστασία, αλλά και πολλή χαρά. Αφήστε τα μαζέματα για αργότερα και αφεθείτε στη μαγεία των παιδιών. Ζήστε μαζί τους την εμπειρία του να δημιουργείς με τα χέρια. Ενώστε υλικά, ανακατέψτε, ζυμώστε, πειραματιστείτε και φτιάξτε μαζί λικουδιές που θα τους μείνουν αξέχαστες. Τα παιδιά δεν θα θυμούνται μόνο τις υπέροχες γεύσεις, αλλά και τη διαδικασία της προετοιμασίας μαζί σας – κι αυτό είναι το πιο σπουδαίο.

Scones

Τα γλυκά αυτά ψωμάκια είναι από τα αγαπημένα εδέσματα της βασίλισσας της Αγγλίας. Αξίζει να τα δοκιμάσετε!

ΥΛΙΚΑ

- 120 γρ. βούτυρο Lurak, κομμένο σε κύβους
- 100 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 380 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 πρέζα αλάτι
- 2 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 40 γρ. ζάχαρη
- 200 γρ. γάλα
- 1 αβγό, ελαφρώς χτυπημένο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι με το αλάτι, το μπέικιν πάουντερ και τη ζάχαρη και προσθέτουμε το βούτυρο τρίβοντάς το έως ότου μοιάζει με ψίχουλα ψωμιού. Ρίχνουμε το γάλα και την κρέμα γάλακτος σιγά σιγά, ζυμώνοντας μέχρι να γίνει μία μαλακή ζύμη, όχι πολύ ομογενοποιημένη. Σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια ανοίγουμε τη ζύμη σε φύλλο πάχους 4 εκ. και κόβουμε με κουπ πατ μικρά scones διαμέτρου 5 εκ. Τοποθετούμε σε ταψί και τα αλείφουμε με το αβγό. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180-190°C για 25 λεπτά, έως ότου πάρουν χρυσαφί χρώμα. Βγάζουμε από τον φούρνο και τα τοποθετούμε σε σήτα για να κρυώσουν. Τα σερβίρουμε την ίδια ημέρα συνοδεύοντάς τα με βούτυρο, με ξυνόκρεμα, με μαρμελάδα ή τυριά.

Μερίδες: 15-18



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

25'



Άλειμμα καραμέλας

Ποιο παιδί δεν αγαπάει την καραμέλα; Αλείφουμε σε μια φέτα ψωμιού και έχουμε έτοιμο το πιο λαχταριστό σνακ.

ΥΛΙΚΑ

- 300 γρ. Αγία κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 75 γρ. βούτυρο Lurpak
- 120 γρ. γλυκόζη
- 180 γρ. ζάχαρη
- 1 πρέζα αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζεσταίνουμε την κρέμα γάλακτος μαζί με τη γλυκόζη. Σε ένα αντικολλητικό τηγάνι ρίχνουμε ένα μέρος από τη ζάχαρη σιγά σιγά, ανακατεύοντας διαρκώς. Όταν αρχίσει να παίρνει σκούρο χρώμα ρίχνουμε σταδιακά και την υπόλοιπη, συνεχίζοντας το ανακάτεμα. Έτσι καραμελώνουμε τη ζάχαρη και όταν πάρει όλη σκούρο χρώμα, αδειάζουμε την κρέμα γάλακτος μέσα σε αυτήν. Βράζουμε το μείγμα μέχρι τους 107°C. Αφήνουμε να κρυώσει και όταν η θερμοκρασία του μείγματος φτάσει στους 35°C, ρίχνουμε το βούτυρο. Ομογενοποιούμε με μπλέντερ χειρός, προσθέτουμε το αλάτι και ανακατεύουμε. Γεμίζουμε αποστειρωμένα βάζα.

Βάρος: 500 γρ.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΑΝΑΜΟΝΗΣ

30'



Άλειμμα με μπισκότο και σοκολάτα

Η σοκολάτα και το μπισκότο μοιάζουν να είναι φτιαγμένα το ένα για το άλλο και ενώνονται σε ένα νόστιμο άλειμμα.

ΥΛΙΚΑ

- 50 γρ. βούτυρο Lurpak, τεμαχισμένο
- 200 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 200 γρ. σοκολάτα γάλακτος, τεμαχισμένη
- 100 γρ. μπισκότα τύπου πτι-μπερ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ βάζουμε τη σοκολάτα και το βούτυρο. Σε μια μικρή κατσαρόλα βράζουμε την κρέμα γάλακτος. Μόλις ζεσταθεί αδειάζουμε πάνω από την τεμαχισμένη σοκολάτα, αφήνουμε για 2 λεπτά και ομογενοποιούμε πολύ καλά. Αφήνουμε να κρυώσει. Θρυμματίζουμε σε μικρά κομμάτια τα μπισκότα και τα προσθέτουμε στο μείγμα της σοκολάτας. Γεμίζουμε ένα βάζο και διατηρούμε κατά προτίμηση για λίγες ημέρες εκτός ψυγείου.

Βάρος: 500 γρ.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10'



Σφολιάτα βουτύρου με ψητή κρέμα αμυγδάλου

Πάρτε για βοηθούς τους μικρούς επίδοξους σεφ και μυήστε τους στα μυστικά της κουζίνας.

ΥΛΙΚΑ

- 110 γρ. βούτυρο Lurpak
- 120 γρ. ζάχαρη
- 125 γρ. αμύγδαλα αναποφλοιώτα, τριμμένα σε σκόνη
- 2 αβγά μικρά
- 60 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 2 λωρίδες σφολιάτας πάχους 3 χιλ., μήκους 35 εκ. και πλάτους 10 εκ.
- 1 αβγό για άλειμμα
- λίγο γάλα
- 1 κονσέρβα βύσσινα, στραγγισμένα
- ζάχαρη άχνη για το πασάλισμα (προαιρετικά)

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Στο μίξερ χτυπάμε το βούτυρο, τη ζάχαρη και τη σκόνη αμυγδάλου μέχρι να φουσκώσουν και να γίνει μια λευκή κρέμα. Ρίχνουμε σταδιακά τα αβγά. Σταματάμε το μίξερ και ρίχνουμε το αλεύρι ανακατεύοντας απαλά με μια μαρίζ. Αφήνουμε το μείγμα στο ψυγείο να ξεκουραστεί για αρκετές ώρες ή για ένα βράδυ. Τρυπάμε την επιφάνεια της μίας λωρίδας σφολιάτας ελάχιστα με το πιρούνι. Σε ένα μπολ χτυπάμε το αβγό με το γάλα και με ένα πινέλο περνάμε την επιφάνεια της σφολιάτας. Απλώνουμε τη γέμιση κατά μήκος, αφήνοντας και από τις δύο πλευρές 1,5 εκ. χωρίς κρέμα, και σκορπίζουμε από πάνω τα βύσσινα. Σκεπάζουμε με τη δεύτερη λωρίδα και με ένα μαχαίρι δημιουργούμε στην επιφάνεια σχισμές 1 εκ. ανά 4-5 εκ. Πιέζουμε με τα δάχτυλά μας περιφερειακά για να κολλήσουν μεταξύ τους οι δύο λωρίδες. Με το πινέλο αλείφουμε την επιφάνεια της σφολιάτας με το μείγμα του αβγού και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για περίπου 40-50 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει και προαιρετικά πασπαλίζουμε τις δύο άκρες κατά μήκος με ζάχαρη άχνη.

Μερίδες: 12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

40' - 50'



Κέικ φράουλα

Δυσκολεύεστε να πείσετε τα παιδιά σας να πιουν το γάλα τους;
Συνοδέψτε το με ένα ζουμερό κομμάτι κέικ.

ΥΛΙΚΑ

Για το κέικ

- 350 γρ. βούτυρο Lurpak
- 150 γρ. Arla Protein ρόφημα γάλακτος με γεύση φράουλα
- 300 γρ. ζάχαρη
- 6 αβγά
- 400 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ

Για το γλάσο

- 300 γρ. ζάχαρη άχνη
- 80 γρ. φρέσκες φράουλες, πολτοποιημένες (και επιπλέον ολόκληρες για το γαρνίρισμα)

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για το κέικ

Στο μίξερ χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη έως ότου αφρατέψει και προσθέτουμε ένα ένα τα αβγά. Σταματάμε το χτύπημα και προσθέτουμε σιγά σιγά το αλεύρι μαζί με το μπέικιν πάουντερ, που έχουμε ήδη κοσκινίσει, εναλλάξ με το ρόφημα γάλακτος και ανακατεύουμε απαλά. Αδειάζουμε το μείγμα σε ένα βουτυρωμένο και αλευρωμένο ταψί διαμέτρου 24 εκ. Ψήνουμε στους 160°C για 1 ώρα και δοκιμάζουμε με ένα μαχαίρι για να δούμε αν είναι έτοιμο. Βγάζουμε από τον φούρνο και το αναποδογυρίζουμε σε μια σήτα – με αυτόν τον τρόπο αποφεύγουμε την υγρασία που θα κρατούσε στο ταψί.

Για το γλάσο

Ανακατεύουμε τις πολτοποιημένες φράουλες με τη ζάχαρη άχνη. Καλύπτουμε με το γλάσο το κέικ και γαρνίρουμε με φρέσκες φράουλες.

Μερίδες: 12-14



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

20'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

60'



Τοστ με σοκολάτα

Σε αυτά τα τοστ κανένα παιδί δεν θα αντισταθεί.
Μπορούν να τα ετοιμάσουν μόνο τους και σίγουρα θα ξετρελαθούν.

ΥΛΙΚΑ

- Lurpak soft για επάλειψη
- ψωμί του τοστ
- σοκολάτα της αρεσκείας μας

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αλείφουμε τις φέτες του τοστ με το βούτυρο. Τεμαχίζουμε τη σοκολάτα σε μικρά κομμάτια και την απλώνουμε στις μισές φέτες του τοστ. Σκεπάζουμε με τις υπόλοιπες φέτες, βουτυρώνουμε τις δύο πλευρές και ψήνουμε στην τοστιέρα. Σερβίρουμε τα τοστ χλιαρά.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

5'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

5'



Τσούρος

Μπορείτε να τα βουτήξετε σε σοκολάτα ή καραμέλα ή και να τα φάτε σκέτα. Το μόνο σίγουρο είναι ότι κανένας -μικρός ή μεγάλος- δεν γίνεται να φάει μόνο ένα!

ΥΛΙΚΑ

- 50 γρ. βούτυρο Lurpak
- 250 γρ. νερό
- 20 γρ. ζάχαρη
- 1 πρέζα αλάτι
- 250 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- λάδι για το τηγάνισμα (ελαιόλαδο ή σπορέλαιο)
- ζάχαρη και κανέλα για επικάλυψη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια μικρή κατσαρόλα βάζουμε το νερό, τη ζάχαρη και το αλάτι και την τοποθετούμε στη φωτιά. Μόλις αρχίσει να βράζει ρίχνουμε και το αλεύρι και ανακατεύουμε συνεχώς έως ότου έχουμε μία σφιχτή ζύμη. Κατεβάζουμε από τη φωτιά, ρίχνουμε το βούτυρο, ανακατεύουμε να πέσει λίγο η θερμοκρασία και συνεχίζουμε το ανακάτεμα με τα χέρια έως ότου η ζύμη γίνει λεία και μαλακή. Σε μια άλλη κατσαρόλα βάζουμε το λάδι και ζεσταίνουμε μέχρι η θερμοκρασία να φτάσει τους 117°C, δηλαδή να ζεσταθεί καλά. Σε μια αρκετά γερή σακούλα ζαχαροπλαστικής, στην οποία έχουμε τοποθετήσει μύτη κορνέ σε σχήμα αστεριού, βάζουμε το μείγμα. Πιέζουμε και βγάζουμε μπαστούνια περίπου 10 εκ, τα οποία ρίχνουμε στο λάδι. Ανακατεύουμε με μια κουτάλα για 3-4 λεπτά έως ότου ροδίσουν πολύ καλά, τα βγάζουμε από τη φωτιά και τα τοποθετούμε σε απορροφητικό χαρτί. Ρολάρουμε στη ζάχαρη και την κανέλα και τα καταναλώνουμε χλιαρά.

Βάρος: 500 γρ.



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'



ΚΥΡΙΑΚΑΤΙΚΟ BRUNCH

Το brunch συνδυάζει αρμονικά το αργό πρωινό ξύπνημα μιας νωχελικής Κυριακής με έναν πλούσιο μπουφέ αλμυρών και γλυκών γεύσεων, κάτι ανάμεσα σε breakfast και lunch, όπως μαρτυρά το όνομά του.

Η μυρωδιά του καφέ συναντά αυτήν του φρεσκοψημένου ψωμιού και του φρέσκου βούτυρου και πλημμυρίζει την κουζίνα. Τηγανίτες, ομελέτες, τάρτες, κέικ πρωταγωνιστούν σε μια ιεροτελεστία που δίνει αξία στα βασικά: το μάζεμα γύρω από το τραπέζι με την οικογένεια ή τους φίλους.

Αμυγδαλόπιτα

Το σπίτι θα μοσχομυρίσει αμύγδαλο και πορτοκάλι.
Ό,τι καλύτερο για ένα πρωινό Κυριακής.

ΥΛΙΚΑ

- 260 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 200 γρ. αμύγδαλα, τριμμένα σε σκόνη
- 240 γρ. ζάχαρη άχνη
- 100 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 280 γρ. ασπράδι αβγού (από 9-10 μικρά αβγά)
- 30 γρ. ξύσμα από πορτοκάλι
- αμύγδαλα φιλέ και ζάχαρη άχνη για το πασάλισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανακατεύουμε το αμύγδαλο, τη ζάχαρη άχνη, το αλεύρι και το μπέικιν πάουντερ. Προσθέτουμε το λιωμένο βούτυρο και το ασπράδι. Στο τέλος ρίχνουμε το ξύσμα πορτοκαλιού. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε ένα ταψί διαμέτρου 22 εκ, αδειάζουμε μέσα το μείγμα και πασπαλίζουμε με τα αμύγδαλα φιλέ. Ψήνουμε στους 160°C για 50 λεπτά. Βγάζουμε από το ταψί και πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.

Μερίδες: 10-12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10' - 15'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

50'



Τούρτα φιστίκι με κρέμα φιστικιού

Το φιστίκι ενώνεται με μια δροσερή κρέμα τυριού σε έναν γευστικό συνδυασμό που συνοδεύει ιδανικά ένα φλιτζάνι ζεστό καφέ.

ΥΛΙΚΑ

Για τη βάση

- 260 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 240 γρ. ζάχαρη άχνη
- 200 γρ. φιστίκια Αιγίνης, τριμμένα σε σκόνη
- 100 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 280 γρ. ασπράδι αβγού (από 9-10 μικρά αβγά)

Για την κρέμα τυριού

- 600 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 300 γρ. Arla φρέσκο τυρί κρέμα
- 3 φύλλα ζελατίνης (15 γρ.)
- 100 γρ. γάλα
- Ξύσμα από ένα πορτοκάλι
- 100 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- ζάχαρη άχνη για το πασάλισμα
- 350-400 γρ. φρούτα του δάσους για το σερβίρισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη βάση

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε τη ζάχαρη άχνη, τη σκόνη φιστικιού, το αλεύρι και το μπέικιν πάουντερ. Προσθέτουμε το ασπράδι και το λιωμένο βούτυρο. Μοιράζουμε το μείγμα σε δύο τσέρκια διαμέτρου 22 εκ. ή ταψάκια μιας χρήσεως και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 25 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει.

Για την κρέμα τυριού

Μουσκεύουμε τα φύλλα ζελατίνης σε κρύο νερό. Σε μια κατσαρόλα βάζουμε την κρέμα γάλακτος, το γάλα, το ξύσμα πορτοκαλιού και τη ζάχαρη και την τοποθετούμε σε δυνατή φωτιά. Μόλις αρχίσει να φουσκώνει, κατεβάζουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε τα φύλλα ζελατίνης στραγγισμένα. Συνεχίζουμε να ανακατεύουμε σταδιακά έως ότου η θερμοκρασία πέσει στους 35°C. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε με έναν αβγοδάρτη το φρέσκο τυρί κρέμα και ρίχνουμε σιγά σιγά το μείγμα του γάλακτος. Ομογενοποιούμε πολύ καλά.

Για τη συναρμολόγηση

Σε ένα τσέρκι διαμέτρου 22 εκ. ή σε ταψάκι μιας χρήσης και ύψους 5 εκ. τοποθετούμε τον ένα δίσκο από τη βάση, αδειάζουμε την κρέμα και καλύπτουμε με το δεύτερο δίσκο. Βάζουμε στο ψυγείο για 3-4 ώρες. Σερβίρουμε πασπαλίζοντας με άχνη ζάχαρη και συνοδεύουμε με φρούτα του δάσους.

Μερίδες: 10-12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

45'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

25'



Ζεστό τσίζκεϊκ σε φρατζόλα

Ένα τσίζκεϊκ διαφορετικό από τα συνηθισμένα,
που σίγουρα θα λατρέψουμε.

ΥΛΙΚΑ

- 600 γρ. Arla φρέσκο τυρί κρέμα
- 150 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 50 γρ. ζάχαρη άχνη
- 1 κ.γ. κορν φλάουρ
- 100 γρ. μπισκότα τύπου πτι-μπερ ή digestive, τριμμένα
- 1 συσκευασία χωριάτικο ψωμί σε φέτες (από το σούπερ μάρκετ)
- 300 γρ. γλυκό του κουταλιού βύσσινο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ανακατεύουμε πολύ καλά το φρέσκο τυρί κρέμα με τη ζάχαρη άχνη και το κορν φλάουρ. Ανακατεύουμε πολύ καλά το βούτυρο με τα τριμμένα μπισκότα. Αλείφουμε τις φέτες του ψωμιού μία μία πρώτα με το μείγμα βουτύρου και μετά με το μείγμα τυριού και συναρμολογούμε σαν φρατζόλα. Την τυλίγουμε σε αλουμινόχαρτο και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 25-30 λεπτά. Τη βγάζουμε από τον φούρνο, τη μεταφέρουμε ζεστή σε μια πιατέλα και την περιχύνουμε με το γλυκό του κουταλιού βύσσινο.

Μερίδες: 16



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

20'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

25' - 30'



Κέικ με σολομό και άνηθο

Ένα αλμυρό κέικ που μας προσφέρει τα ωφέλιμα Ω-3 λιπαρά και την υπέροχη γεύση του σολομού.

ΥΛΙΚΑ

- 100 γρ. βούτυρο Lufrak, λιωμένο
- 120 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 300 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 6 αβγά
- 150 γρ. καπνιστός σολομός, ψιλοκομμένος (και επιπλέον για το γαρνίρισμα)
- 2 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα
- 1 κ.γ. άνηθος φρέσκος, ψιλοκομμένος (και επιπλέον για το γαρνίρισμα)
- 1 πρέζα ανθός αλατιού
- 1 πρέζα πιπέρι, φρεσκοτριμμένο
- Arla φρέσκο τυρί κρέμα για το σερβίρισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι με το μπέικιν πάουντερ και ρίχνουμε ένα ένα τα αβγά. Προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά και αδειάζουμε το μείγμα σε μια βουτυρωμένη και αλευρωμένη μακρόστενη φόρμα του κέικ. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 50-60 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει, σερβίρουμε με φρέσκο τυρί κρέμα και γαρνίρουμε με κομμάτια σολομού και άνηθο.

Μερίδες: 10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

15' - 20'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

50' - 60'



Κις Λορέν με ποικιλία τυριών και ντοματίνια

Η «διάσημη Γαλλίδα», σε μια ενδιαφέρουσα παραλλαγή, θα σας αναδείξει σε μάστερ της κουζίνας.

ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη μπριζέ

- 125 γρ. βούτυρο Lurpak, από το ψυγείο
- 250 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 125 γρ. νερό, κρύο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.γ. ζάχαρη

Για τη γέμιση

- 200 γρ. Arla κρέμα γάλακτος
- 100 γρ. Arla Pasta & Gratinar μείγμα τριών τυριών
- 100 γρ. Arla αυθεντικό Δανέζικο σκληρό τυρί τριμμένο
- 100 γρ. Arla Mozzarella τριμμένη
- 3 αβγά
- 200 γρ. γάλα
- 1 πρέζα πιπέρι, φρεσκοτριμμένο
- 15 ντοματίνια

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη ζύμη μπριζέ

Τεμαχίζουμε το βούτυρο σε κύβους και ρίχνουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ. Τα ζυμώνουμε έτσι ώστε να ομογενοποιηθούν όλα πολύ καλά. Είναι προτιμότερο να αφήσουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί για ένα βράδυ. Την ανοίγουμε σε φόρμα τάρτας διαμέτρου 24 εκ. Διατηρείται στο ψυγείο, ωμή, έως και μία εβδομάδα.

Για τη γέμιση

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε με ένα σύρμα τα αβγά, την κρέμα γάλακτος, το γάλα και το πιπέρι. Γεμίζουμε την τάρτα με τα ντοματίνια, σκορπίζουμε από πάνω τα τυριά, αδειάζουμε το μείγμα γάλακτος και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 50 λεπτά.

Μερίδες: 12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

40'



ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

50'



Κις Λορέν με τυριά και μπέικον

Η πιο φημισμένη αλμυρή τάρτα γίνεται η πρωταγωνίστρια του κυριακάτικου brunch.

ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη μπριζέ

- 125 γρ. βούτυρο Lurpak, από το ψυγείο
- 250 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 125 γρ. νερό, κρύο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.γ. ζάχαρη

Για τη γέμιση

- 50 γρ. βούτυρο Lurpak
- 150 γρ. Arla Pasta & Gratar μείγμα τριών τυριών
- 300 γρ. Arla κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- 500 γρ. μπέικον
- 500 γρ. κρεμμύδι ξερό, ψιλοκομμένο
- 3 αβγά
- 150 γρ. γάλα
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 πρέζα πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη ζύμη μπριζέ

Τεμαχίζουμε το βούτυρο σε κύβους και ρίχνουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ. Τα ζυμώνουμε έτσι ώστε να ομογενοποιηθούν όλα πολύ καλά. Είναι προτιμότερο να αφήσουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί για ένα βράδυ. Την ανοίγουμε σε φόρμα τάρτας διαμέτρου 24 εκ. Διατηρείται στο ψυγείο, ωμή, έως και μία εβδομάδα.

Για τη γέμιση

Ψιλοκόβουμε το μπέικον και το ρίχνουμε μαζί με το ψιλοκομμένο κρεμμύδι σε ένα τηγάνι όπου έχουμε λιώσει το βούτυρο. Τα τσιγαρίζουμε σε μέτρια φωτιά έως ότου μαραθεί πολύ καλά το μπέικον. Τα απλώνουμε μέσα στην τάρτα που έχουμε ανοίξει και πασπαλίζουμε με το τυρί. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε με έναν αβγοδάρτη τα αβγά, την κρέμα γάλακτος, το γάλα, το αλάτι και το πιπέρι. Αδειάζουμε το μείγμα μέσα στην τάρτα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 50 λεπτά.

Μερίδες: 12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

40'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

50'



Μιλφέιγ με μπεσαμέλ και μείγμα τυριών

Αν είστε λάτρεις του μιλφέιγ, δοκιμάστε αυτή την αλμυρή εκδοχή του. Σίγουρα θα σας ενθουσιάσει.

ΥΛΙΚΑ

- 1 φύλλο σφολιάτας βουτύρου

Για την μπεσαμέλ

- 80 γρ. βούτυρο Lurpak
- 150 γρ. Arla Pasta & Gratar μείγμα τριών τυριών (και επιπλέον για το πασπάλισμα)
- 50 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 500 γρ. γάλα
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 πρέζα πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για την μπεσαμέλ

Σε μια κατσαρόλα, σε μέτρια φωτιά, λιώνουμε το βούτυρο και προσθέτουμε το αλεύρι. Ανακατεύουμε συνεχώς για 2 λεπτά τουλάχιστον, έως ότου το μείγμα ξανθύνει. Με αυτό τον τρόπο ψήνεται το αλεύρι. Προσθέτουμε σιγά σιγά το γάλα κλιαρό, ανακατεύοντας συνεχώς για να μη σβολιάσει. Ρίχνουμε το αλάτι και το πιπέρι και συνεχίζουμε το βράσιμο σε χαμηλή φωτιά, ανακατεύοντας πάντα έως ότου η κρέμα δέσει. Αποσύρουμε από τη φωτιά και προσθέτουμε το μείγμα τυριών. Σκεπάζουμε με μεμβράνη έτσι ώστε να εφάπτεται με την επιφάνειά της για να μην κάνει κρούστα και αφήνουμε να κρυώσει.

Για τη σφολιάτα

Ξεπαγώνουμε το φύλλο πολύ καλά, εάν είναι κατεψυγμένο. Το ξεδιπλώνουμε, το κόβουμε σε δύο ίσα μέρη, το τρυπάμε πολύ καλά με ένα πιρούνι και το ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 20 λεπτά. Το αναποδογυρίζουμε στη λαμαρίνα, το πιέζουμε για λίγο να φύγει ο αέρας και το ψήνουμε για άλλα 20 λεπτά, έως ότου γίνει πολύ τραγανό. Αφήνουμε ελαφρώς να κρυώσει και το κόβουμε σε τρεις λωρίδες. Απλώνουμε λιγότερο από τη μισή κρέμα στο ένα φύλλο, καλύπτουμε με το δεύτερο φύλλο, απλώνουμε άλλο ένα μέρος κρέμας, σκεπάζουμε με το τρίτο φύλλο και αλείφουμε την επιφάνειά του με το μέρος της κρέμας που μας περισσεύει. Πασπαλίζουμε με το μείγμα τυριών και σερβίρουμε.

Μερίδες: 8-10



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

40'



Μπλινίς με ξυνόκρεμα

Οι τηγανίτες που έρχονται από τη Ρωσία θα εμπλουτίσουν τις γευστικές μας εμπειρίες.

ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη

- 80 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 250 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 3 κρόκοι αυγού
- 250 γρ. γάλα
- 125 γρ. νερό
- 15 γρ. νωπή μαγιά ή ένα φακελάκι ξερή
- 1 πρέζα αλάτι
- 3 ασπράδια αυγού
- 1 κ.γ. ζάχαρη

Για την ξυνόκρεμα (sour cream)

- 300 γρ. Αγία κρέμα γάλακτος 36% λιπαρά
- χυμός από 1 λεμόνι

Για το σερβίρισμα

- 300 γρ. ξυνόκρεμα
- ½ κ.γ. πιπέρι, φρεσκοτριμμένο
- λίγος άνηθος, ψιλοκομμένος (και επιπλέον για το γαρνίρισμα)
- 200 γρ. σολομός ή καπνιστή πέστροφα
- 1 μικρό βάζο μπρικ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη ζύμη

Κοσκινίζουμε το αλεύρι. Σε ένα μπολ αναμειγνύουμε τους κρόκους του αυγού με το γάλα, το νερό και τη μαγιά και ανακατεύουμε μέχρι να διαλυθεί. Προσθέτουμε στο μείγμα το αλάτι και το λιωμένο βούτυρο, το ρίχνουμε στο κοσκινισμένο αλεύρι και ανακατεύουμε έως ότου έχουμε έναν ομοιογενή κυλό. Αφήνουμε το μείγμα σε θερμοκρασία δωματίου για 40-60 λεπτά. Στον κάδο του μίξερ χτυπάμε με το φτερό τα ασπράδια αυγού με τη ζάχαρη σε απαλή μαρέγκα και την ενσωματώνουμε απαλά στον κυλό. Βουτυρώνουμε ελαφρώς ένα μικρό, κατά προτίμηση αντικολλητικό, τηγάνι και όταν κάψει, ρίχνουμε από μία κουταλιά της σούπας (ανάλογα με το μέγεθος που θέλουμε το κάθε μπλινίς). Ψήνουμε για περίπου 1 λεπτό την κάθε πλευρά, έως ότου πάρουν χρυσαφί χρώμα.

Για την ξυνόκρεμα

Ανακατεύουμε τον χυμό λεμονιού με την κρέμα γάλακτος και το αφήνουμε για ένα βράδυ σε δροσερό μέρος.

Για το σερβίρισμα

Ανακατεύουμε την ξυνόκρεμα με το πιπέρι και τον άνηθο. Απλώνουμε μία κουταλιά του γλυκού από το μείγμα πάνω σε κάθε μπλινίς, ένα μικρό κομμάτι σολομού ή πέστροφας, λίγο μπρικ και ένα κλαδάκι άνηθο.

Μερίδες: Περίπου 30



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

40'

ΧΡΟΝΟΣ
ΑΝΑΜΟΝΗΣ

40' - 60'



Ομελέτα με λαχανικά

Η ομελέτα δεν θα μπορούσε να λείπει από ένα brunch.
Η μοτσαρέλα και τα λαχανικά την κάνουν ακόμα πιο πλούσια και θρεπτική.

ΥΛΙΚΑ

- 100 γρ. βούτυρο Lurpak
- 150 γρ. Arla Mozzarella τριμμένη
- 1 πακέτο με διάφορα κατεψυγμένα λαχανικά
- 5 αβγά
- 200 γρ. γάλα
- άνηθος, ψιλοκομμένος (και επιπλέον για το σερβίρισμα)
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 πρέζα πιπέρι
- ντοματίνια για το σερβίρισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα αντικολλητικό τηγάνι σοτάρουμε με τα 50 γρ. βούτυρο τα λαχανικά, εκτός από τον άνηθο, τόσο ώστε να είναι τραγανά. Παράλληλα χτυπάμε τα αβγά με το γάλα, την τριμμένη μοτσαρέλα, τον άνηθο, το αλάτι και το πιπέρι. Περικύνουμε τα λαχανικά και ψήνουμε σε μέτρια φωτιά για 5-10 λεπτά. Ανακατεύουμε έως ότου σταθεροποιηθεί. Χαμηλώνουμε κι άλλο την ένταση και σκεπάζουμε το τηγάνι για να ψηθεί και η επιφάνεια. Αποσύρουμε από τη φωτιά, απλώνουμε στην επιφάνεια το υπόλοιπο βούτυρο σε κομματάκια και σερβίρουμε με τα ντοματίνια και τον άνηθο.

Μερίδες: 6



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

10' - 15'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

5' - 10'



Ρολά μπουγάτσας με κρέμα τυριών

Δεν χρειάζεται να ταξιδέψουμε μέχρι τη Θεσσαλονίκη για να απολαύσουμε νόστιμη μπουγάτσα. Τη φτιάχνουμε στο σπίτι, για γευστικά οικογενειακά πρωινά.

ΥΛΙΚΑ

- 150 γρ. Αγία Mozzarella τριμμένη
- 150 γρ. Αγία αυθεντικό Δανέζικο σκληρό τυρί τριμμένο
- 150 γρ. βούτυρο Lurpak, λιωμένο
- 500 γρ. γάλα
- 90 γρ. σιμιγδάλι ψιλό
- 3 αβγά
- πιπέρι, τριμμένο
- 1 πακέτο φύλλο κρούστας

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μια καθαρόλα αδειάζουμε το γάλα και το βάζουμε στη φωτιά. Μόλις ζεσταθεί καλά προσθέτουμε το σιμιγδάλι. Ανακατεύουμε και μόλις δέσει η κρέμα και αρχίσει να κοκλάζει αποσύρουμε από τη φωτιά. Προσθέτουμε τα αβγά και το τριμμένο πιπέρι. Αδειάζουμε σε ένα καθαρό σκεύος, τη σκεπάζουμε με μεμβράνη, αφήνουμε για περίπου 20 λεπτά, ρίχνουμε όλα τα τυριά τριμμένα και ανακατεύουμε. Βουτυρώνουμε δύο από τα φύλλα κρούστας και βάζουμε το ένα πάνω στο άλλο. Κόβουμε σε τρία ίσα μέρη κατά μήκος και βάζουμε στην άκρη κρέμα. Διπλώνουμε τις άκρες προς τα μέσα, τυλίγουμε ρολό και το βάζουμε σε αντικολλητικό χαρτί, πάνω στη λαμαρίνα. Επαναλαμβάνουμε το ίδιο μέχρι να τελειώσουν τα υλικά. Βουτυρώνουμε τα ρολά και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για περίπου 30 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσουν ελαφρώς και σερβίρουμε.

Μερίδες: 10-12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

30'



Τάρτα με καραμελωμένα αχλάδια και κραμπλ από Castello μπλε τυρί

Οι φίλοι σας θα αισθάνονται σαν να σερβίρονται από τον μπουφέ
ενός γκουρμέ εστιατορίου!

ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη μπιριζέ

- 125 γρ. βούτυρο Lurpak, από το ψυγείο
- 250 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 125 γρ. νερό, κρύο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.γ. ζάχαρη

Για το κραμπλ

- 100 γρ. Castello μπλε τυρί (και επιπλέον για το σερβίρισμα)
- 50 γρ. βούτυρο Lurpak
- 100 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 100 γρ. ζάχαρη καστανή
- 100 γρ. καρύδια, τριμμένα σε σκόνη

Για τη γέμιση

- 80 γρ. βούτυρο Lurpak
- 80 γρ. ζάχαρη μαύρη
- 8 αχλάδια, καθαρισμένα και κομμένα στα δύο
- 1 κ.γ. πιπέρια, χοντροκομμένα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη ζύμη μπιριζέ

Τεμαχίζουμε το βούτυρο σε κύβους και ρίχνουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ. Τα ζυμώνουμε έτσι ώστε να ομογενοποιηθούν όλα πολύ καλά. Είναι προτιμότερο να αφήσουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί για ένα βράδυ. Την ανοίγουμε σε λεπτό φύλλο και τη χρησιμοποιούμε στη συνταγή που θέλουμε. Διατηρείται στο ψυγείο, ωμή, έως και μία εβδομάδα.

Για το κραμπλ

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί έτσι ώστε να σχηματιστεί μία σφιχτή ζύμη και με τα δάχτυλά μας τη θρυμματίζουμε πάνω από το γλυκό.

Για τη γέμιση

Σε ένα τηγάνι λιώνουμε το βούτυρο και ρίχνουμε τη ζάχαρη. Μόλις αρχίσει να βράζει, προσθέτουμε τα αχλάδια και τα σιγοβράζουμε έως ότου αρχίσουν να караμελώνουν καλά. Ρίχνουμε και τα πιπέρια και αποσύρουμε από τη φωτιά. Αφήνουμε να κρυώσουν. Ανοίγουμε τη ζύμη και την τοποθετούμε σε μια ταρτιέρα διαμέτρου 24 εκ. Τοποθετούμε ομοιόμορφα τα αχλάδια και καλύπτουμε με το κραμπλ. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για περίπου 40-50 λεπτά, έως ότου ροδίσουν. Σερβίρουμε χλιαρή τοποθετώντας στην επιφάνειά της κομμάτια από blue cheese.

Μερίδες: 12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

40' - 50'



Τάρτα με μοτσαρέλα και μαρμελάδα πορτοκάλι

Τα Σαββατοκύριακα προσφέρονται για μαγειρικούς πειραματισμούς. Συνδυάστε μοτσαρέλα με μαρμελάδα πορτοκάλι σε μια διαφορετική τάρτα και το αποτέλεσμα θα σας δικαιώσει.

ΥΛΙΚΑ

Για τη βάση

- 100 γρ. Αgla αυθεντικό Δανέζικο σκληρό τυρί τριμμένο
- 120 γρ. βούτυρο Lurpak
- 200 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 30 γρ. γάλα
- 15 γρ. κορν φλάουρ
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 πρέζα πιπέρι

Για τη γέμιση

- 150 γρ. Αgla Mozzarella τριμμένη
- 500 γρ. Αgla φρέσκο τυρί κρέμα
- 3 κρόκοι αβγού
- 1 πρέζα ανθός αλατιού
- 1 πρέζα πιπέρι, χοντροτριμμένο
- 150-200 γρ. μαρμελάδα πορτοκάλι (όχι πολύ γλυκιά) ή γλυκό του κουταλιού

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για τη βάση

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί και απλώνουμε μέσα σε μια ταρτιέρα διαμέτρου 22 εκ. καλύπτοντας το κάτω μέρος και τα τοιχώματα.

Για τη γέμιση

Ανακατεύουμε πολύ καλά τη μοτσαρέλα με το φρέσκο τυρί κρέμα, τους κρόκους, το αλάτι και το πιπέρι. Γεμίζουμε την τάρτα και ψήνουμε στους 160°C για περίπου 35-40 λεπτά. Αφήνουμε για λίγο να κρυώσει, καλύπτουμε με τη μαρμελάδα και τη σεββίρουμε χλιαρή.

Μερίδες: 10-12



ΧΡΟΝΟΣ
ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

30'

ΧΡΟΝΟΣ
ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ

35' - 40'



Συνταγές - Food Styling: Στέλιος Παρλιάρος
Φωτογραφίες: Βαγγέλης Πατεράκης
Επιμέλεια Έκδοσης: Μυρτώ Αντωνοπούλου
Καλλιτεχνική Επιμέλεια: Νικόλας Φαράκλας
Διόρθωση: Φανή Παπαγεωργίου



40

ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
ΜΕ ΒΟΥΤΥΡΟ **LURPAK** & ΠΡΟΪΟΝΤΑ **ARLA**