



ОБЛАСТЬ ВОСТОЧНОЙ МАКЕДОНИИ И ФРАКИИ

ПРЕФЕКТУРА ЭВРО

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОРАТ РЕГИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

ДЕПАРТАМЕНТ ПО КОММЕРЦИИ И ТУРИЗМУ

РЕЦЕПТЫ ЕВРОСА



АЛЕКСАНДРУПОЛИ , Май 2014

Издание:

Область Восточной Македонии и Фракии
Генеральный директорат регионального развития
Префектура Эвро
Департамент по коммерции и туризму
адрес Караоли и Димитриу 40 68100 Александруполи,
Телефон: 25513 57106
Факс: 25510-50526
e-mail: anaptixi.evrou@pamth.gov.gr

Редактирование:

Тсонга Эльпиники , корректор, руководитель департамента торговли и туризма
Алексаки Мария , **Косьмас Кириакидис**, **Каванозис Сакис**, перевод на французский
Александриди Ольга, перевод на русский
Александрю Урания, **RALLOU Терзи**, перевод на турецкой
Кампури Гинка, перевод на болгарский
Склида Сотирия, редактирование на греческом и перевод на английский
Тзиантариду Ставула, перевод на итальянской
Топтси Елени , **Грузия Бадж**, перевод на испанский

Источник: Женский фитнес клуб КАПИ г.Тихеро

Благодарим г. Димитрия Мананаса за предоставление фольклорной информации.

СОДЕРЖАНИЕ

Соленый молочный пирог.....	4
Голубцы яландзи	5
Гюзлемедес.....	6
Голио	7
Ифкадия суфле.....	8
Козлятина самофракийская	9
Петух с булгуром.....	10
Курица с соленой капустой	11
Курица с трахана	12
Курбани с бараниной	13
Лалангиты	14
Лалангиты с курицей	15
Голубцы капама	16
Лукумадес.....	17
Матия	18
Милинес.....	19
Бабу	20
Бурани.....	21
Сарагли с кунжутом	22
Сырный хлеб пет-пет	23
Фасоль с квашенной капустой.....	24
Халва люнгу-люнгу	25
Хасламас	26
Лапша с кавурмой.....	27

СОЛЕНЫЙ МОЛОЧНЫЙ ПИРОГ



Ингредиенты:

- 1 упаковка слоеного теста
- 1 литр молока
- 1 столовая ложка дрожжи
- 4 яйца
- $\frac{3}{4}$ стакана оливкового масла
- соль, перец

Приготовление:

Подогретое молоко положить в миску, добавить пепсин (сырная закваска) и хорошо перемешать. Накрывать полотенцем и оставить на 1 час. После того, как молоко свернется и загустеет, взять нож и разрезать сыр на квадраты. Тем временем взбить яйца, добавить масло, соль и перец, соединить с полученным сыром.

Смазать форму для выпечки и выложить первый лист в сморщенном виде, не пытаясь растянуть по форме. Разбросать одну ложку начинки по всей поверхности формы. Положить второй лист так же как и первый затем разбросать еще одну ложку начинки. Повторять до тех пор, пока закончатся листы теста и начинка. Последний лист смазать небольшим количеством масла, смешанного с водой. Продырявить ножом в нескольких местах для испарения горячего пара. Выпекать при 180°C 20 минут, до золотистой корочки. Затем покрыть сверху пергаментной бумагой и выпекать еще 15-20 минут.

Обычно готовился как сопровождающее блюдо для воскресных семейных обедов. Считался легким пирогом, главным образом из-за ингредиентов, а также для использования излишков молока.

ГОЛУБЦЫ ЯЛАНДЗИ



Ингредиенты:

- 75 виноградных листьев
- 2 чашки риса
- сок 2 лимонов
- 2 лука
- 1 стакан оливкового масла
- петрушка, укроп, мята, орегано, соль, перец

Приготовление:

Очищенные виноградные листья бланшировать в кастрюле с водой и одной столовой ложкой масла в течении 5 минут. Обжарить лук в оливковом масле, добавить специи и рис. Налить 1 ½ стакана воды и мешать до тех пор, пока рис впитает всю воду. Удалить с огня, отставить на 10 минут. На широкую часть виноградного листа положить 1 ложку рисового фарша, завенуть. Дно кастрюли выстелить соломенными шпажками и виноградными листьями и сверху плотно уложить голубцы. Влить оставшееся масло, 1 ½ стакана горячей воды и лимонный сок. Накрыть голубцы оставшимися виноградными листьями и перевернутой тарелкой. Варить на слабом огне 1 час.

Готовились обычно в мае, когда виноградные листья были молочными, а зеленый лук и укроп были в изобилии. Готовили главным образом виноградари для хорошего урожая. На праздники готовили с фаршем, но обычно были без мяса поэтому назывались яландзи (подделка).

ГЮЗЛЕМЕДЕС



Ингредиенты:

15 столовых ложек муки
5 яиц
½ кг сыр фета
250гр. жирный творог
оливковое масло, уксус, соль, вода

Приготовление:

Приготовить тесто. В миску положить муку, по одной столовой ложке уксуса и оливкового масла, 1 чайную ложку соли, 1 яйцо. Влить постепенно воду и замесить однородное гладкое тесто. Разделить тесто на 15 шариков и раскатать в тонкие листы.

Приготовить начинку. В глубокой миске натереть сыр и творог, добавить 4 яйца и перемешать. В середину листа теста положить 2 ложки начинки размазывая ее по всей поверхности. Сложить конвертиком.. Жарить на антипригарной сковороде на среднем огне с обеих сторон, подливая каждый раз оливковое масло.

Готовились во все времена года, но особенно вечером когда возвращались после молитвы. Помимо этого домохозяйки готовили гюзлемедес из остатков теста для соленых пирогов, и жарили на раскаленной сковороде или на горячем камне под названием сачи, выигрывая этим время.

ГОЛИО



Ингредиенты:

1 кг цуккини
4 яйца
1 ½ стакана молока
1 ч.л разрыхлителя
1 стакан муки
соль, перец

Приготовление:

Очистить цуккини, натереть на крупной терке, посыпать солью. Взбить яйца, добавить молоко, муку, разрыхлитель, соль и перец по вкусу. Затем отжать цуккини и добавить в смесь. Смазать противень, присыпать мукой и выложить кабачковую смесь. Сверху полить маслом и посыпать мукой. Выпекать при 180°C около 45 минут, пока не подрумянится.

«Голио» означает голый. Пирог получил такое название потому, что делается без листа. Считался легким и доступным пирогом, ингредиенты которого существовали в каждом доме той эпохи.

ИФКАДИЯ (вид лапши) СУФЛЕ



Ингредиенты:

- 1 пакетик ифкадия
- 2 большие луковицы
- 1 зеленый перец
- 1 помидор
- 1 стакан оливкового масла
- 350 г. мягкий сыр
- 150 г. кефалотири (твердый сыр)
- 150 г. ветчины

Приготовление:

Отварить ифкадия 15 минут в подсоленной воде и охладить холодной водой. Нарезать лук и поджарить, добавить тертый помидор. Натереть сыры и добавить мелко нарезанный зеленый перец. Смазать форму маслом и посыпать панировочными сухарями. Выложить ифкадия, половину сыра, лук, помидор, зеленый перец и ветчину, посыпать оставшимся сыром. Покрыть фольгой и запекать около 40 минут при 200°C. К концу готовки снять фольгу для образования румяной корочки.

Ифкадия или юфкадес являются по существу домашней лапшой. Чисто фракийский рецепт который принесли с собой беженцы из Восточной Фракии. Название происходит от турецкого слова "лепёшка" и представляет собой тонкий лист теста. Запекался лист на специальной чугунной поверхности разогретой углями.

САМОФРАКИЙСКАЯ ФАРШИРОВАННАЯ КОЗЛЯТИНА



Ингредиенты:

1 маленький козленок
потроха
2 зубчика чеснока
8 перьев зеленого лука
500 граммов лука
2 чашки риса
оливковое масло
фенхель, мята, тимьян, розмарин
соль, перец

Приготовление:

Для приготовления начинки обжарить потроха, добавить мелко нарезанный лук. Затем добавить рис и мешать в течение 5 минут. Положить фенхель, мяту, соль, перец и 2 стакана воды. Готовить до испарения жидкости. Разогреть духовку до 150°C. Натереть внутренность козленка чесноком и тимьяном, приправить солью и заполнить начинкой. Зашить с помощью иглы или зашить палочками для шашлыка. Смазать поверхность козленка оливковым маслом и натереть солью. Распределить на дне горшка ветви розмарина, налить 1 стакан воды, закрыть плотно крышкой или жиронепроницаемой бумагой и поставить в духовой шкаф приблизительно на 5 часов. К концу готовки убрать крышку для образования румяной корочки.

*Происхождение
рецепта из острова
Самофраки,
известного местной
козлятиной которая
являлась ритуально
Пасхальным
блюдом.
Традиционно
запекалось в печи,
плюс классическая
вариация на вертеле.*

ПЕТУХ С БУЛГУРОМ В ГОРШКЕ



Ингредиенты:

- 1 петух нарезанный на порции
- 2 стакана булгура
- 1 красный перец
- 1 зеленый перец
- 2 средних лука
- 4 помидора черри
- красный перец
- орегано, соль
- оливковое масло

Подготовка:

В кастрюле с водой варить петуха в течение 20 минут, снять пенку. В кастрюле поджарить лук, перец, специи и тертые помидоры. Затем соединить булгур и куски петуха. Влить 6 чашек бульона и варить все ингредиенты вместе. Выложить все в горшок, поставить в разогретую духовку. Готовить при 170°C 45-60 минут.

Блюдо готовилось в день Святого Дмитрия и в первый день посева. Пожелание хозяйки фермеру уходящему на посев было «сколько зернышек имеет пшено столько амбаров пусть заполнит новый урожай». Обычно резали самого крупного годовалого петуха.

КУРИЦА С СОЛЕННОЙ КАПУСТОЙ



Ингредиенты:

1 курица
солёная капуста
1 морковь
1 красный перец
Оливковое масло

Подготовка:

Нашинковать капусту, отжать и поджарить в небольшом количестве оливкового масла. Добавить нарезанные соломкой перец и морковь и тушить минут пять. Если капуста даст мало сока можно добавить немного воды. Одновременно сварить курицу до полуготовности добавив немного соли (с солью быть поосторожней т.к в капусте достаточно соли). Соединить курицу с овощами, выложить на противень и поставить в духовку до готовности. Пока готовится необходимо мешать чтобы избежать почернения капусты.

Готовили на второй или третий день Рождества. Обычно использовали мясо курицы, но можно было готовить и свинину. Название блюда имело отклонения в зависимости от местности и помимо этого когда использовали свежую капусту называлось "Ляханна" а с кислой капустой "Ляхарна".

КУРИЦА С ТРАХАНОЙ



Традиционно зимняя еда. Еще курица готовилась с дробленой пшеницей (булгур). Постольку трахана было самое экономичное и простое решение для семьи.

Ингредиенты:

- 1 курица
- 3 чашки мелко нарезанного лука
- 3 чашки траханаса
- 3 помидора
- ½ стакана оливкового масла
- соль, перец

Приготовление:

Отварить курицу, снять с бульона, разделить на порции. В сковороде обжарить лук, добавить помидоры, соль, перец и довести до кипения. Затем влить куриный бульон, довести до кипения и добавить трахана. Нарезанную на порции курицу положить в глубокую сковородку, влить бульон с трахана и поставить в духовку. Готовить при 150°C до образования румяной корочки.

КУРБАНИ С БАРАНИНОЙ



Ингредиенты:

- 2 ½ кг баранины
- 1 ½ кг. черствого хлеба
- 3 пучка зеленого лука
- 1 пучок мяты
- 2 чашки свежего молока
- 200 гр. топленого масла
- черный перец, соль, красный перец

Приготовление:

Мясо помыть, смазать маслом и поместить в духовку на 200°C на 30 минут. Спустить температуру на 150°C, добавить 1 стакан воды и готовить 2 часа. В большую миску крошить хлеб, добавить пол пучка мяты и только зелень из 2 пучков лука, перемешать. Мелко нарезать третий пучок лука и оставшуюся белую часть от 2х остальных, потушить на масле. Затем добавить оставшуюся мяту, паприку и 2 чашки получившегося мясного бульона. После закипания добавить молоко, снять с огня и тонкой струйкой влить в миску с хлебом, помешивая до образования однородной массы. Перелить в противень, поместить сверху баранину, посыпать красным перцем и отправить в духовку на час при 150°C. Блюдо готово после образования румяной корочки.

Готовилось в день Святого Георгия или на Пасху. Имело религиозный смысл, как жертвоприношение Святому Георгию. Должны были поесть все, поэтому использовалось большое количество хлеба. Сопровождалось айраном или кислым молоком.

ЛАЛАНГИТЫ



Ингредиенты:

- 1 пакетик сухих дрожжей
- 1 стакан теплого молока
- 1 стакан теплой воды
- Соль сахар
- Мука

Приготовление:

Смешать в миске 1 чайную ложку соли, сахара и дрожжи. Взбивая миксером влить молоко и воду. Затем постепенно добавить муку, столько, чтобы тесто (достаточно жидкое) сливалось полностью с ложки. Тесто поставить в тёплое место примерно на час. Через час выпекать лалангиты на раскаленной сковороде. Обжарить 1-2 минуты с одной стороны, перевернуть, обжарить с другой стороны.

Совет: можно подавать лалангиты с медом, шоколадом, фруктами и сыром...

Представляют из себя обычные блины. Название происходит от древне греческого слова «lalaggis», что означает месиво из муки и воды. Лалангиты выпекались на разогретых круглых камнях, которые назывались «сачи».

ЛАЛАНГИТЫ С КУРИЦЕЙ



Ингредиенты:

1 курица
50 гр. дрожжи
мука
2 стакана теплого молока
1 чашка оливкового масла
1 чашка томатной пасты
1 лук
Орегано ,соль,перец

Приготовление:

Развести дрожжи в теплой воде, добавить на глаз муку. Тесто должно быть достаточно жидким. Тесто поставить в тёплое место на пол часа. Выпекать лалангиты на раскаленной и смазанной маслом сковородке. Обжарить 1-2 минуты с одной стороны, перевернуть, обжарить с другой стороны.

Одновременно в кастрюле потушить курицу, добавив лук, томатную пасту, специи и воду. Варить до готовности. В 1 чашке теплого бульона развести 1 столовую ложку муки и влить в кипящий бульон. В глубокую тарелку сложить лалангиты разрезать на небольшие квадратики, залить бульоном и кусочками курицы.

*Обычно готовились
в День 40 мучеников.
Женщины говорили
поговорку "сорок
есть, сорок пить,
сорок плата для
души".*

ГОЛУБЦЫ КАПАМА



Ингредиенты:

1 курица
1 квашеная капуста
2 чашки оливкового масла
300 г. печени, потроха
2 стакана риса
1 зубчик чеснока
1 средняя луковица
черный перец, мускатный орех
красный перец, орегано

Приготовление:

Лук репчатый пассировать на оливковом масле. Нарезанные потроха соединить с луком, добавить черный перец, мускатный орех, красный перец, орегано, дольку чеснока и рис и влить постепенно 1½ стакана воды. Убрать с огня. Завернуть голубцы. На дно казанка или посуды с толстым дном положить 2-3 листа капусты и сырую курицу начиненную парой голубцов. Далее сложить рядами голубцы, верхний слой укрыть капустными листьями. Влить 1 чашку оливкового масла, 1 чашку капустного рассола заправить красным перцем. Тушить на слабом огне 1-1.5 часа.

Готовили на Новый Год или на Крещение. Лист капусты символизирует пеленание Иисуса. Также завернутые голубцы символизируют здоровье и изобилие наступающего года. Готовили из свиной челюсти которую держали с Рождества. Чтобы сбалансировать жирное мясо использовали квашеную капусту.

ЛУКУМАДЕС



Ингредиенты:

4 стакана воды
50грамм дрожжи
1 литр растительного масла
мука
соль, сахар

Приготовление:

В теплой воде развести соль, сахар и дрожжи. Добавить растительное масло и муку, замесить крутое эластичное тесто. Накрыть тесто полотенцем и поставить в теплое место на пол часа. Мокрыми руками сформировать шарики размером с орех. В глубокую сковороду налить большое количество растительного масла и хорошо разогреть, погрузить лукумадес и дать им обжариться с обеих сторон. Готовые лукумадес выложить на блюдо. Подавать с медом.

После первого помола нового урожая делали лукумадес для проверки качества муки. Считалось угощением для роженицы. Подавалось с патокой или медом. В северной части Эвроса их звали «миқиқиа».

МАТИЯ-ФРАКИЙСКИЕ РАВИОЛИ



Ингредиенты:

вода теплая
мука 0.5 кг
соль
1 чашка растительного масла
100 грамм сливочного масла
сыр фета
тертый сыр

Приготовление:

Просеять муку в миску, сделать в ней воронку и добавить соль, влить растительное масло и воду. Замесить эластичное тесто, накрыть полотенцем и оставить на час. Разделить тесто на 3 части, каждый раскатать в тонкий пласт и разрезать на квадратики. В каждый квадратик положить кусочек сыра и сложить треугольником. Сложить готовые матия на полотенце и оставить подсохнуть. Варить в подсоленной воде с небольшим количеством масла. Когда матия всплывут на поверхность, откинуть на дуршлаг. Подавать в глубоких тарелках полив топленным маслом.

Представляли из себя ravioli и являлись традиционным мучным изделием Фракии. Название свое получили из за своей формы (глаза) и встречается главным образом в северной части Эвроса.

МИЛИНЫ



Ингредиенты:

мука

вода

1 ст. ложка сахара

растительное масло

2 яйца

сыр

Приготовление:

В теплой воде перемешать муку и сахар до образования эластичного теста. Сформировать маленькие шарики. Раскатать каждый шарик в тонкий пласт. Приготовить начинку перемешав сыр с взбитыми яйцами. Каждый лист теста начинить и сложить конвертиком. Жарить в небольшом количестве масла с обеих сторон.

Легкий пирог, рецепт которого принесли в Эврос Влахы и Саракацаны. Эти пироги быстро стали известны из-за доступности продуктов используемых для их производства.

БАБУ



Ингредиенты:

½ кг свиной кишки
300 гр. говядины 300 г. Свинины
300 гр. говяжьего фарша
300 г. печени
200 г. дробленой пшеницы
½ лук-порей
1 средний лук
томатный соус
лавровый лист, петрушка, орегано
душистый перец, красный перец, соль, уксус
лимон, оливковое масло

Приготовление:

Кишки промыть холодной водой, потереть солью, вывернуть, соскоблить слизь, еще раз промыть холодной водой. Оставить на час в известковой воде, промыть и оставить на час в уксусной воде. Промыть и оставить еще на час в лимонной воде. Промыть и поставить в дуршлаг чтобы стекла вода. Пассировать репчатый лук, лук-порей, петрушку и все приправы и добить все в отваренное и нарезанное маленькими кусочками мясо. Далее всыпать дробленную пшеницу и воду. Завязать один конец кишки и при помощи воронки и ложки заполнить не очень плотно начинкой. Сложить в противень залить наполовину водой, томатным соком, добавить орегано, черный перец, соль. Готовить при 180°C 2 часа.

Рождественское блюдо Восточной Фракии. Для этого блюда использовали внутренности свиньи которую резали на Рождество, а также булгур и лук-порей которые в этот сезон были в изобилии. Название происходит от слова бабу (бабушка) которая олицетворяла опытную акушерку принимающую роды (Рождение Христа).

ПИРОГ БУРАНИ



Ингредиенты:

- 3 стакана теплой воды
- 1 пакетик дрожжей
- 1 фунт шпинат
- 1 пучок зеленого лука
- 1 пучок мяты
- 1 пучок укропа
- 5 яиц
- 250 мл концентрированного молока
- 750 гр. сыр фета
- мука,
- уксус, оливковое масло, соль

Приготовление:

Для теста растворить дрожжи в теплой воде, добавить 2 столовые ложки уксуса оливкового масла, соль и добавить муку. Месить до тех пор пока тесто не будет прилипать к рукам. Поставить тесто в теплое место на один час. Разделить на две части. Раскатать тесто по размеру противня.

Приготовить начинку. Обжарить лук с мятой и укропом в 0.5 стакане масла. Добавить шпинат, дождатся испарения воды. В миске взбить 4 яйца с молоком, добавь тертый сыр и обжаренные ингредиенты и перемешать. В смазанный маслом противень положить один лист теста, добавить начинку и покрыть вторым листом. Смазать яйцом и выпекать при температуре 200°C. Выпекать около часа.

Блюдо ели на протяжении всего года. В день когда домохозяйка пекла хлеб, из-за нехватки времени для приготовления обеда, использовала тесто для хлеба и на скорую руку пекла овощной пирог чтобы накормить всю семью. Сопровождался айраном или кислым молоком.

САРАГЛИ С КУНЖУТОМ



Ингредиенты:

- 250 гр. тертых орехов
- 1 стакан кукурузного масла
- 4 стакана кунжутных семян
- 1 стакан сахара
- 2 чайные ложки корицы
- 6 листов теста для пирогов
- для сиропа
- 2 стакана воды
- 1 стакан сахара

Приготовление:

Смешать семена кунжута, орехи и сахар. Каждый лист теста смазать маслом и распределить 3 столовые ложки начинки. Затем свернуть в рулет поместить в центр круглой формы заворачивая спиралью. Выпекать 30 минут при 180°C. Для приготовления сиропа смешать сахар с горячей водой, остудить. Залить холодным сиропом горячее сарагли.

*Постный десерт
который особо
предпочитался
жителями деревни
Шихеро,
предпочитался 29
августа в день
Усекновения Иоанна
Крестителя.*

СЫРНЫЙ ПИРОГ ПЕТ-ПЕТ



Ингредиенты:

600 гр. муки,
1 ½ стакана воды
50 гр. дрожжи,
сахар, соль, уксус
600 гр. сыр фета
250 гр. сливочного масла
1 яйцо
оливковое масло

Приготовление:

В миску, положить муку, 2 столовые ложки оливкового масла, ½ чайной ложки соли, 1 чайную ложку уксуса, 1 чайную ложку сахара, 1 ½ стакана теплой воды и разведенные дрожжи.. Месить до тех пор, пока тесто станет мягким и эластичным. Накрывать и оставить подходить на 30 минут.

Натереть сыр. Раскатать тесто на плоской поверхности в достаточно толстый лист. Смазать всю поверхность теста топленым сливочным маслом и одной чашкой оливкового масла. 2/3 измельченного сыра распределить на половину листа и сложить лист вдвое так, чтобы закрыть весь сыр.. Оставшийся сыр снова распределить на половине листа и снова сложить. Положить на смазанный маслом противень и прессуя пальцами раскатать по всей поверхности сковороды Смазать яйцом и поместить в духовку на 20 минут на 50°C пока поднимется в два раза, затем увеличить до 180°C и печь 45 минут.

*На праздник
Вознесения Господня
который
празднуется на 40
день после Пасхи
женщины готовили
сырный слоеный
пирог который
освящали в церкви и
затем раздавали.*

ФАСОЛЬ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ



*Блюдо как правило
готовили На
Великий Пост
поскольку фасоль
является отличной
заменой мяса.*

Ингредиенты:

3 чашки фасоли
квашеная капуста
1 сухой лук
2 моркови
1 помидор
оливковое масло
мята, петрушка, соль, перец красный

Приготовление:

Фасоль варить примерно полтора часа. Затем, добавить лук, морковь, оливковое масло, соль и мяту. Потушить все вместе и добавить нарезанный помидор. После закипания добавить квашеную капусту. Одновременно в сковородке раскалить немного масла всыпать красный перец. Убрать фасоль с огня, влить горечее масло и заправит петрушкой.

ХАЛВА ЛЮНГУ-ЛЮНГУ



Ингредиенты:

- 1 стакан растительного масла
- 2 стакана сахара
- 2 стакана муки
- 4 стакана воды
- Корица

Приготовление:

В кастрюле согреть масло и добавить просеянную муку. Непрерывно мешать до образования золотистого цвета. Вскипятить воду с сахаром и тонкой струйкой влить в кастрюлю помешивая для предотвращения образования комочков. Снять с огня и через 5 минут ложкой сформировать халву. Выложить на тарелку и посыпать корицей.

Легкая и быстрая сладость которую готовили для большой компании которая собиралась холодными зимними вечерами. Также халвой угощали родных и близких на второй день после свадьбы.

ХАСЛАМАС



Ингредиенты:

3 стакана подсолнечного масла
1 стакан раствора золы в воде
½ кг муки
тертая цедра 1 лимона
кожура 1 лимона
2 стакана сахара
корица, гвоздика

Подготовка:

В кастрюлю налить подсолнечное масло и раствор золы и хорошо перемешать. В миске соединить 1 стакан сахара, цедру лимона, корицу, гвоздику и смесь подсолнечного масла. Постепенно добавить муку и мешать до однородной массы. Замесить гладкое тесто, выложить на противень, разрезать ромбиками и поставить в духовку на 1 час на 200°C.

Тем временем приготовить сироп из 2 чашек воды, 1 стакана сахара и цедры лимона. Залить горячую хасламу сиропом.

*Происхождение
хасламы с острова
Самофраки. Легкое
угощение на скорую
руку, которое
готовили когда
собиралась
компания.*

ХИЛОПИТЫ (ЛАПША) С КАВУРМОЙ



Ингредиенты:

500 гр. лапши
300 гр. твердого сыра
400 гр. сливок
300 гр. кавурмы
400 гр. концентрированный томатный сок
1 красный перец
1 репчатый лук
сахар, перец, базилик, соль, перец

Приготовление:

Отварить лапшу 15 минут. Тем временем обжарить лук и перец, добавить томатный сок и немного воды из лапши. Добавить соль, перец, базилик, перец и сахар. Перемешать и довести до кипения на маленьком огне примерно 6-8 минут. После того как соус остынет немного добавить 150 г. сливок и перемешать, чтобы предотвратить слипание.

В сковороду положить нарезанную кубиками кавурму на 2-3 минуты. Добавить в соус и залить лапшу, перемешать. Посыпать тертым сыром, влить оставшиеся сливки. Отправить в духовку на 25-30 минут до образования золотистой корочки. Перед подачей на стол дать остыть около 10 минут.

Лапша является очень распространенным макаронным изделием в Эвро. Обычно готовилась с кавурмой в семьях скотоводов. Раньше кавурму делали из вареной баранины или козлятины с бульоном.

*ПРИБЛИЖНОТО
АПРЕЖИЖИТА!!!*