

KUCHNIA GRECKA

warsztaty kulinarne



Na Fali Erasmusa 2023

Warsztaty kulinarne

KUCHNIA GRECKA

„Na fali Erasmusa – Grecja”

Wykonanie:
mgr inż. Katarzyna Kopeć-Chodnicka

Revithia me kolokitha, czyli pieczona ciecierzycą z dynią

1 dynia piżmowa (lub ok. 1kg innej dyni)
400g ugotowanej ciecierzycy
2 czerwone cebule
2 małe pory
3 papryki chilli (lub na ile macie odwagi)
1 kopiasta łyżka mielonego kminu rzymskiego
1 łyżka tłuczonego czarnego pieprzu
solidna szczypta dzikiego oregano
1/2 szklanki
Sok i skórka z 1 niepryskanej, niewoskowanej pomarańczy

Dynię obierz, usuń pestki i pokrój ją na kawałki wielkości kilku centymetrów.

Cebulę, pory oraz paprykę pokrój w grube plastry.

Do szerokiego naczynia żaroodpornego wrzuć pokrojone warzywa.

Nagrzewaj piekarnik do temperatury 200 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Do pokrojonych warzyw dodaj ugotowaną ciecierzycę, mielony kmin rzymski, pieprz, oregano, sól do smaku, oliwę oraz sok i skórę z pomarańczy. Wymieszaj wszystko bardzo dokładnie.

Piecz przez około 45 minut. Jeżeli zauważysz, że warzywa się przypalają, przykryj wierzch naczynia folią aluminiową.

Podawaj na gorąco lub zimno, z ryżem, ziemniakami, z chlebem lub kompletnie bez niczego.

Soufra, greckie ciasto z filo z mlecznym kremem

Opakowanie ciasta filo (około 450g)

około 200 ml oliwy

Na krem:

5 jajek

250 g cukru

600 ml tłustego koziego lub owczego mleka lub 500 ml mleka i 100 ml tłustej śmietanki 36%

1 łyżeczka ekstraktu z wanilii

2 płaskie łyżki mąki pszennej

2 łyżki drobnej kaszy manny (semoliny)

skórka z pomarańczy

szczypta mielonego cynamonu (opcjonalnie)

Na syrop:

1,5 szklanki cukru

1 szklanka wody

2 łyżki miodu

sok z 1/2 cytryny

1 laska dobrego cynamonu

Zacznij od syropu, bo musi się schłodzić: Do szerokiego garnka o grubym dnie dodaj wodę, cukier, miód, sok z cytryny i cynamon. Zagotuj i mieszaj, aby cukier i miód się rozpuściły. Zmniejsz ogień do minimum i gotuj jeszcze 5 minut od czasu do czasu mieszając.

Zdejmij z ognia i pozostaw do całkowitego wystygnięcia, możesz go też przechowywać (po wystygnięciu) w lodówce.

Przygotuj ciasto filo: Okrągła formę o średnicy około 30 cm wysmaruj dokładnie odrobiną oliwy.

Piekarnik rozgrzej do temperatury 200 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Na blacie rozłóż płat ciasta filo i posmaruj go dokładnie oliwą. Ułóż na nim kolejny płat ciasta filo i też posmaruj go oliwą. Powtórz te czynności ponownie, aż otrzymasz 3 płaty ciasta filo wysmarowane oliwą i zlepione ze sobą.

Wzdłuż dłuższego brzegu składaj zlepione płaty ciasta w harmonijkę o wysokości około 5 cm. Zwiń ją luźno w okrągłą „różę” i ułóż na środku blachy.

Ponownie wysmaruj oliwą i zlep ze sobą 3 płaty ciasta filo, zwiń je w harmonijkę i układaj wkoło na blasze, tworząc rozetę wypełniającą blachę. Nie układaj ciasta zbyt ciasno!

Posmaruj wierzch ułożonego ciasta oliwą i piecz w 200 stopniach przez 20 minut lub do momentu aż wierzch będzie jasnozłoty.

Teraz pora na krem: w misie miksera (lub ręcznie, trzepaczką) porządnie ubij jajka z cukrem na gładką masę.

Mleko przelej do rondelka i delikatnie podgrzej do temperatury około 60 stopni (czyli ciepłe, ale nie gorące).

Do masy jajecznej dodaj wanilię, skórkę pomarańczową, mielony cynamon, jeśli go używasz, mąkę, kaszę manną i stopniowo, bardzo powoli, cały czas mieszając dodawaj ciepłe mleko.

Wymieszaj wszystko na bardzo gładką masę.

Wyjmij zezłoczone ciasto filo z piekarnika i delikatnie, powoli polej je masą mleczno-jajeczną, uzupełniając wszystkie wolne przestrzenie.

Piecz ponownie w 200 stopniach Celsjusza przez około 20 minut.

Gotowe, jeszcze gorące ciasto polej cienką strużką bardzo zimnego syropu – powoli i stopniowo.

Pozostaw do całkowitego wystygnięcia zanim pokroisz.

Keftedakia – greckie klopsiki

1 kg mięsa mielonego wieprzowo-wołowego
1 cebula starta na tarce o grubych oczkach
2 łyżki tłuczonej lub grubo mielonej kolendry
1 łyżeczka mielonego kminu rzymskiego
1 łyżka płatków chilli
2 ząbki czosnku startego na tarce
2 łyżeczki soli
1/2 pęczka mięty pieprzowej (samyh liści) lub 1 łyżeczka suszonej mięty pieprzowej
1 pęczek natki pietruszki
2-3 łyżki bułki tartej
1 jajko
2-3 łyżki lodowatej wody
2-3 łyżki mąki pszennej
200 ml oliwy

Do mięsa dodaj cebulę, przyprawy, starty czosnek, sól oraz posiekaną miętę i natkę pietruszki. Dokładnie wszystko wymieszaj i odstaw do lodówki na minimum pół godziny (a najlepiej na całą noc).

Wyjmij mięso z lodówki i dodaj jajko, bułkę tartą oraz lodowatą wodę.

Wyrabiaj dłońmi tak długo, aż masa zacznie kleić się do rąk.

Formuj klopsiki wielkości orzecha włoskiego (lub większe jeśli wolisz) i obtaczaj je w mące, strzepując jej nadmiar.

Na szerokiej patelni rozgrzej oliwę.

Smaż klopsiki z każdej strony na złoty kolor, następnie odsącz je na talerzu wyłożonym ręcznikiem papierowym.

Podawaj na gorąco lub zimno, koniecznie skropione sokiem z cytryny lub w towarzystwie cząstek cytryny.

Keftedakia gemista – greckie klopsiki nadziewane fetą

1,5 kg mielonego mięsa wieprzowo-wołowego
2 łyżki grubo mielonych lub tłuczonych nasion kolendry
1 cebula starta na tarce
garść liści mięty pieprzowej lub 1 płaska łyżeczka suszonej mięty pieprzowej (patrz wskazówka)
1/2 pęczka natki pietruszki
1 jajko
4-5 łyżek lodowatej wody
250 g sera feta
sól i pieprz
2-3 kopiane łyżki mąki pszennej
około 250 ml oliwy

W dużej misce wymieszaj mięso mielone z kolendrą, startą cebulą, posiekaną miętą i natką pietruszki oraz solą i pieprzem do smaku.

Dodaj jajko i lodowatą wodę, następnie wyrabiaj dłońmi do momentu, aż masa stanie się bardzo klejąca.

Przykryj folią spożywczą i włóż do lodówki na minimum pół godziny.

Ser feta pokrój w kostki o boku 1 cm.

Z masy mięsnej formuj kulki wielkości orzecha włoskiego.

Splaszcz każdą kulkę dłońmi i na jej środek układaj po kosteczce sera feta. Zawijaj formując klopsiki.

Przygotowane klopsiki obtocz ze wszystkich stron w mące, strzepując jej nadmiar.

Na głębokiej patelni rozgrzej oliwę.

Smaż klopsiki na mocno złoty kolor z każdej strony, wyjmij łyżką cedzakową i odsącz na talerzu wyłożonym ręcznikami papierowymi.

Podawaj na ciepło lub zimno, najlepiej z prostą sałatką i gęstym jogurtem greckim.

Pieczony ser feta w cieście filo

2 plastry sera feta
5 płatów ciasta filo (około pół opakowania)
1/5 szklanki oliwy
kilka łyżek miodu tymiankowego
2 szczypty suszonego tymianku

Rozgrzej piekarnik do temperatury 200 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.
Na dużej desce lub blacie rozłóż pierwszy płat ciasta filo, resztę ciasta przykryj lekko zwilżoną ściereczką, bo szybko wysycha.
Posmaruj płat ciasta filo bardzo obficie oliwą, dokładnie wysmaruj każdy fragment.
Na posmarowane ciasto ułóż kolejny płat filo i ponownie dokładnie posmaruj go oliwą.
Powtórz tę czynność aż wykorzystasz całe ciasto.
Przekrój tak powstałe ciasto w poprzek na dwie części.
Na każdej części ułóż płat sera feta i zawiń w ciasto jak w kopertę, zwijając rogi pod spód.
W naczyniu do zapiekania lub na blaszce rozprowadź odrobinę oliwy. Ułóż w nim paczuski fety w cieście i posmaruj je dokładnie z każdej strony oliwą.
Piecz 30-40 minut lub do momentu aż ciasto będzie brązowo-złote i upieczone.
Jeszcze gorącą fetę w cieście filo polej łyżką miodu tymiankowego i posyp roztartym w dłoniach suszonym tymiankiem.
Podawaj na gorąco.

Dolmades, dolmadakia, czyli greckie gołąbki w liściach winogron

około 60 liści winogron
1,5 szklanki krótkoziarnistego ryżu
2 duże czerwone cebule
100 ml soku z cytryny
5-6 małych ząbków młodego czosnku lub 2-3 duże ząbki czosnku
1 pęczek natki pietruszki
2 duże pęczki mięty pieprzowej (tylko liście)
1/3 szklanki niefiltrowanej oliwy
1 łyżka dzikiego oregano
1 łyżeczka mielonego kminu rzymskiego
1/4 łyżeczki mielonej gałki muszkatołowej
1 łyżeczka świeżo mielonego czarnego pieprzu
1 łyżka soli
2 cytryny (jedna obrana, druga nie) pokrojone w plasterki
łodyżki z ziół (pietruszki, koperku, selera), opcjonalnie

Jeśli używasz świeżych liści winogron, wrzuć je do gotującej się wody, gotuj 2-3 minuty i odcedź. Przygotuj farsz.

Do miski zetrzyj cebule na tarce o grubych oczkach.

Zioła (poza łodyżkami) i czosnek bardzo drobno posiekaj, dodaj do miski ze startą cebulą. Następnie dodaj ryż, oliwę, sok z cytryny, kmin rzymski, gałkę muszkatołową, pieprz i sól. Bardzo dokładnie wszystko wymieszaj.

Na dnie szerokiego garnka ułóż łodyżki z ziół tworząc taką jakby podłogę, na to połóż plasterki cytryny, a na nie rozłóż 3-4 liście winogron tak, aby zakryły dno.

Na talerzyku lub desce do krojenia rozłóż liść winogrona wypukłą stroną do góry (czyli nakładasz farsz na wypukłą stronę, gładka strona pozostaje na zewnątrz).

Na liść nałóż małą łyżeczkę farszu i zwijaj jak gołąbek, jednak nie za ciasno, aby rosnący podczas gotowania ryż nie rozdarł liścia.

Ułóż zwinięty gołąbek na dno garnka i powtarzaj powyższe czynności aż wykorzystasz cały farsz, układając dolmades ciasno obok siebie.

Zalej zawartość garnka zimną wodą na wysokość 5 cm ponad powierzchnię gołąbków.

Przyciśnij powierzchnię dolmades odwróconym talerzykiem, połóż na niego coś ciężkiego (naczynie do zapiekania wypełnione wodą, ciężki moździerz itp.) upewniając się, że nic nie wystaje ponad powierzchnię wody.

Doprowadź do wrzenia na średnim ogniu i od momentu zagotowania gotuj na małym ogniu przez 45 minut, pod przykryciem, co chwilę sprawdzając, czy nie trzeba dolać wody.

Po 45 minutach wyłącz ogień pod garnkiem. Pozostaw dolmades pod przykryciem do całkowitego ostygnięcia.

Podawaj na ciepło lub zimno, ale najlepiej smakują mocno schłodzone, drugiego dnia.

Manitaria stifado. Grecki gulasz z pieczarek

1/2 kg małych pieczarek
30-40 cebulek perłowych
2 średniej wielkości czerwone cebule
1 kg pomidorów startych na tarce o grubych oczkach
1 łyżeczka koncentratu pomidorowego
1/2 szklanki wytrawnego czerwonego wina
1/2 szklanki oliwy
1-2 łaski cynamonu
3-4 liście laurowe
1/2 szklanki wody
sól

Przełóż obrane cebulki perłowe do miski z lodowatą wodą.

Czerwone cebule drobno posiekaj.

Pieczarki delikatnie i bardzo szybko umyj pod zimną wodą, nie pozwól im nasiąknąć.

Odkrój nóżki z pieczarek przy samym kapeluszu. Kapelusze odłóż na bok, a nóżki z pieczarek dość grubo posiekaj.

W szerokim garnku o grubym dnie rozgrzej oliwę.

Cebulki perłowe odsącz porządnie na sicie.

Na mocno rozgrzaną oliwę wrzucić kapelusze pieczarek i smażyć je na złoto brązowy kolor. Nie mieszaj zbyt często, bo puszczą sok.

Łyżką cedzakową zdejmij ześlócone pieczarki do głębokiego talerza i do garnka z oliwą wrzucić odcedzone cebulki perłowe.

Ponownie smażyć je na złoto brązowy kolor i nie mieszaj zbyt często.

Do garnka z cebulkami dodaj posiekane czerwone cebule, liście laurowe i cynamon. Smażyć jeszcze 3-4 minuty, już teraz ciągle mieszając.

Dodaj usmażone kapelusze i posiekane nóżki pieczarek, czerwone wino, przecier pomidorowy, starte pomidory, wodę i sól do smaku.

Zmniejsz ogień do minimum i gotuj przez około godzinę lub do momentu aż sos zredukuje się o połowę, posiekana cebula rozpuści, a cebulki perłowe pod naciskiem łyżki będą rozplływać się jak masło.

Podawaj od razu lub po podgrzaniu. Tak naprawdę manitaria stifado najlepiej smakuje dopiero następnego dnia, gdy wszystkie smaki dobrze się przejdą.

Peinirli, czyli grecka pizza

Na ciasto:

200 ml ciepłej wody

7 g suszonych drożdży lub 20 g świeżych drożdży

1/2 łyżeczki soli

3-4 łyżki oliwy

500 g mąki pszennej

Na farsz:

200 g sera mizithra lub owczego twarożku (w ostateczności kremowego twarożku)

300 g sera graviera, żółtego sera owczego lub zwykłego sera żółtego (np. gouda)

1/2 łyżeczki mielonego czarnego pieprzu

kilka plasterów apaki lub wędzonego boczku (opcjonalnie)

3-4 łyżki oliwy

sól do smaku

szczypta dzikiego oregano lub dwie szczypty zwykłego oregano

Zacznij od ciasta: mąkę, suche drożdże (jeśli używasz świeżych rozpuść je w podanej w tym przepisie ilości wody) i sól dobrze wymieszaj.

Dodaj oliwę oraz wodę i wyrabiaj na gładkie ciasto.

Przełóż ciasto do naoliwionej miski, przykryj wilgotną ściereczką i odstaw do podwojenia objętości.

Podziel ciasto na 6 części i z każdej z nich uformuj kulę.

Przygotuj farsz: zetrzyj żółty na drobnych oczkach.

W dużej misce widelcem wymieszaj ser mizithra z oliwą, pieprzem, solą i oregano.

Dodaj starty żółty ser i ponownie dokładnie wymieszaj.

Z uformowanych kul ciasta, posmarowanymi oliwą dłońmi formuj długie placki o grubości 1/2 centymetra.

Na każdy placek nałóż po 3 solidne łyżki nadzienia, rozłóż je równomiernie dłońmi i zawijaj brzegi ciasta tak, aby lekko się podniosły, tworząc kształt łódki.

Na część peinirli możesz nałożyć plasterki apaki lub boczku.

Szczykaste końce każdej łódki zawiń delikatnie do środka, dociskając palcami, aby się nie rozwinęły podczas pieczenia.

Przełóż gotowe peinirli na blachę wyłożoną papierem do pieczenia i odstaw na czas nagrzewania się piekarnika.

Piekarnik nagrzej do temperatury 220 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Piecz peinirli przez 15 minut lub do momentu aż ciasto będzie złociste, a ser rozpuszczony i przyrumieniony.

Podawaj od razu, możesz posypać dodatkowym oregano.

Ekspresowy mousakas

500 g drobno posiekanych boczniaków lub mięsa mielonego
1 duża czerwona cebula
400 g startych pomidorów lub pomidorów z puszki
2 duże ziemniaki pokrojone w plastry o grubości 1/2 cm
2 duże bakłażany pokrojone na plastry o grubości 1/2 cm
1/3 szklanki oliwy + 1/2 szklanki do usmażenia warzyw
2 liście laurowe
1/2 łyżeczki mielonego cynamonu
1 łyżeczka mielonej gałki muszkatołowej + 1/2 łyżeczki do białego sosu
szczypta mielonych goździków
2 ząbki czosnku
sól
300 g gęstego jogurtu greckiego
1 kopiaста łyżka mąki
1 jajko

Na szerokiej i głębokiej patelni rozgrzej 1/2 szklanki oliwy. Smaż na niej partiami bakłażany oraz ziemniaki na złoty kolor, następnie odsącz je na ręczniku papierowym.

W szerokim garnku o grubym dnie rozgrzej 1/3 szklanki oliwy.

Cebulę obierz, umyj i pokrój w drobną kostkę, a czosnek w półplasterki.

Do garnka z oliwą dodaj cebulę oraz czosnek, smaż ciągle mieszając do momentu aż będą szkliste, następnie dodaj bardzo drobno posiekane boczniaki lub mięso.

Smaż jeszcze kilka minut, często mieszając, poczym dodaj pomidory, przyprawy oraz sól.

Zmniejsz ogień do minimum i gotuj pod przykryciem przez około 45 minut, mieszając od czasu do czasu, aby się nie przypalało.

Do dużej miski wbij jajko i bardzo dokładnie ubij je trzepaczką na jednolitą masę.

Do ubitego jajka dodaj jogurt, 1/2 łyżeczki mielonej gałki muszkatołowej, mąkę oraz odrobinę soli do smaku. Bardzo dokładnie wymieszaj na jednolitą, dość gęstą masę.

Naczynka lub duże naczynie do zapiekania wysmaruj porządnie odrobiną oliwy i ustaw piekarnik na 220 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Na dnie naczynia ułóż warstwę ziemniaków, następnie bakłażanów, potem sos boczniakowo/mięsno-pomidorowy i ponownie ziemniaki oraz bakłażany.

Na ostatnią warstwę bakłażanów ułóż porcję białego jogurtowego sosu i wyrównaj powierzchnię łyżką.

Piecz w 220 stopniach przez około 30 minut. Jeżeli wierzch mousaki zacznie się przypalać, przykryj go folią aluminiową lub pokrywką.

Spanakopitakia. Greckie rożki z ciasta filo ze szpinakiem i serem feta

1 opakowanie gotowego ciasta filo, rozmrożone
400 g szpinaku
250 g sera feta
1/2 szklanki oliwy
3 pęczki zielonej cebulki
po 2 kopiaste łyżki posiekanych ziół: mięty pieprzowej, natki kopru włoskiego i natki pietruszki
sól
Dodatkowo: oliwa do smarowania

Szpinak pokrój w półcentymetrowe paski, rozłóż na wyłożonym ręcznikiem stole i pozostaw do osuszenia na minimum godzinę.

Przełóż szpinak do dużej miski. Cebulkę dymkę pokrój drobno i dodaj do szpinaku.

Do miski ze szpinakiem dodaj zioła, pokruszony w dłoniach ser feta, oliwę i sól do smaku.

Dokładnie wszystko wymieszaj.

Ciasto filo pokrój na paski o szerokości około 10 cm (lub przekrój każdy arkusz na sześć równych pasków).

Natychmiast posmaruj paski ciasta filo oliwą, a resztę, która się nie zmieści na blacie, przykryj folią lub lekko wilgotną ściereczką.

Na każdy pasek ciasta nałóż płaską łyżkę farszu.

Zawiń róg ciasta, przykrywając farsz i tworząc trójkątną sakiewkę. Nie przejmuj się, jeżeli odrobina farszu wystaje.

Zawijaj ciasto tak, jak to pokazane na filmie, tworząc trójkątne pierożki.

Nagrzewaj piekarnik do 200 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Układaj spanakopitakia na blasze wyłożonej papierem do pieczenia i posmaruj je z wierzchu oliwą.

Piecz w 200 stopniach, około 20 minut lub do momentu, aż się zezłocą.

Podawaj na ciepło lub zimno.

Tiropita. Grecki placek z serem

Na ciasto filo:

1 kg miękkiej mąki pszennej (typ 00)
50 ml wódki, spirytusu, tsikoudii lub octu z białego wina
400 ml bardzo zimnej wody
łyżeczka soli
mąka ziemniaczana do podsypywania

Na farsz:

1/2 kg sera mizithra
1/2 kg startego sera malaka
200 g startego sera graviera
1 łyżeczka mielonego czarnego pieprzu
250 g jogurtu greckiego
250 ml oliwy
sól do smaku
Dodatkowo:
oliwa do smarowania ciasta
sezam

Zacznij od ciasta. Mąkę wymieszaj z solą, dodaj alkohol, wodę i bardzo dokładnie zagnieć ciasto.

Przełóż ciasto do dużej miski, przykryj wilgotną ściereczką i odstaw w ciepłe miejsce na minimum pół godziny.

Podziel ciasto na 16 równych części i każdą z nich rozwałkuj na niemal przezroczyste płaty za pomocą długiego cienkiego wałka, lub kawałka kija od miotły. Pamiętaj, żeby podsypywać ciasto mąką ziemniaczaną, aby nie kleiło się do blatu i wałka.

Każdy rozwałkowany płat ciasta kładź na wcześniejszych i przykryj je suchą ściereczką, ponieważ ciasto szybko wysycha.

Składniki nadzienia wymieszaj dokładnie dłońmi w dużej misce. Spróbuj, czy jest wystarczająco dużo soli i ewentualnie popraw do smaku.

Nagrzej piekarnik do 200 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Dwie okrągłe blaszki o średnicy 30 cm wysmaruj dokładnie oliwą.

Na spód i brzegi każdej blaszki układaj po płacie ciasta, posmaruj go dokładnie oliwą i nałóż drugi płat ciasta. Powtarzaj tę czynność, aż na spodzie będą cztery płaty ciasta.

Podziel ilość nadzienia na dwie części i wyłóż po jednej części na każdą blachę.

Przykryj ciastem filo, znowu posmaruj je oliwą i ponownie układaj filo warstwami posmarowanymi oliwą.

Górną warstwę również posmaruj oliwą i posyp sezamem.

Natnij każdy placek w kawałki, jakie chcesz później otrzymać.

Piecz w 200 stopniach przez godzinę.

Po wyjęciu z pieca potnij na kawałki podawaj na ciepło lub zimno.

Pastitsio. Grecka zapiekanka z makaronu i mielonego mięsa pod beszamelem

500 g makaronu do pastitsio, bucatini lub spaghetti
500 g mielonego mięsa wieprzowego (lub namoczonego w bulionie granulatu sojowego)
500 g pomidorów startych na tarce o grubych oczkach
2 łyżeczki przecieru pomidorowego
1/2 szklanki czerwonego wina
2 duże cebule
1/2 szklanki oliwy
1 łyżeczka mielonego cynamonu
1 łyżeczka mielonej gałki muszkatołowej
1/2 łyżeczki oregano z Krety
2 liście laurowe
sól

Na beszamel:

1 l mleka lub mleka roślinnego
150 g mąki pszennej
100 g oliwy
200 g sera anthotiros xiros startego
1/2 łyżeczki mielonej gałki muszkatołowej
sól

Makaron ugotuj w dużej ilości osolonego wrzątku. Odcedź na durszlaku.

W wysokim garnku o grubym dnie rozgrzej oliwę.

Cebulę obierz i pokrój w drobną kostkę. Dodaj cebulę do garnka z rozgrzaną oliwą i smaż, od czasu do czasu mieszając, aż uzyska lekko brązowy, skarmelizowany kolor.

Do garnka z cebulą dodaj mięso lub granulację, wymieszaj i smaż jeszcze 3-4 minuty.

Dodaj wino, pomidory, przecier pomidorowy i przyprawę. Zmniejsz ogień do minimum i gotuj pod przykryciem przez 40 minut.

Przygotuj beszamel. W garnku o grubym dnie umieść oliwę i mąkę. Ustaw na średnim ogniu i mieszaj, najlepiej trzepaczką, około 2-3 minuty, pilnując żeby mąka nie zbrązowiła.

Ciągle mieszając dodawaj stopniowo mleko.

Gdy sos zgęstnieje dodaj do niego gałkę muszkatołową, sól i starty ser (zostaw pół garści sera do posypania zapiekanki).

Włącz piekarnik na 180 stopni, grzałka górna i dolna.

Głęboką blachę do pieczenia (u mnie o średnicy 30 cm) wysmaruj dokładnie oliwą.

Makaron podziel na pół. Pierwszą połowę przełóż na blachę, dodaj do niej 4-5 łyżek beszamelu, wymieszaj i wyrównaj powierzchnię makaronu dłońmi.

Na wygładzony makaron rozłóż sos mięsno-pomidorowy i wyrównaj jego powierzchnię łyżką.

Na sos przełóż drugą połowę makaronu i wyrównaj go dłońmi.

Polej całość pozostałym beszamelem i posyp odłożonym serem.

Piecz w 180 stopniach Celsjusza przez godzinę, pilnując żeby się nie przypalało od góry.

Teraz najważniejsze: zanim pokroisz upieczone pastitsio musi ono odstać minimum godzinę w temperaturze pokojowej.

Melintzanes Imam, czyli omdlący imam

2 duże bakłażany
2 średnie ziemniaki
2 duże czerwone cebule
500 g dojrzałych pomidorów startych na tarce o grubych oczkach
1 łyżeczka przecieru pomidorowego
1 łyżeczka mielonego cynamonu
½ pęczka natki pietruszki, posiekanej
około ½ szklanki oliwy
sól i pieprz

Ustaw piekarnik na 200 stopni, grzałka górna i dolna.
Bakłażany przekrój na pół, natnij w kratkę i posmaruj oliwą.
Włóż do nagrzanego piekarnika i w tym czasie przygotuj sos.
Cebulę pokrój w cienkie półplasterki.
Do szerokiego garnka o grubym dnie wlej oliwę i ją rozgrzej.
Dodaj pokrojoną cebulę, smaż 2-3 minuty co chwilę mieszając.
Dodaj pomidory, przecier, sól, pieprz, cynamon i posiekaną natkę pietruszki. Zamieszaj dobrze i gotuj jeszcze 4-5 minut.
Ziemniaki obierz i pokrój na cienkie plasterki.
Usmaż je z obu stron na odrobinie oliwy, albo wrzuć na gotującą się wodę na 3 minuty.
Odcedź ziemniaki na ręczniku papierowym.
Wyjmij bakłażany z piekarnika i ułóż na nich ½ sosu pomidorowego.
Na wierzch ułóż plasterki ziemniaków i przykryj pozostałym sosem.
Piecz w temperaturze 200 stopni, około 45 minut, pilnując żeby się nie przypaliło.

Taramasalata. Grecka pasta z ikry z dorsza.

400 g białego chleb bez skórki
150 ml wody
300 ml soku z cytryny
50 ml octu z czerwonego wina
3 ząbki czosnku
750 ml oliwy
150 g taramas, czyli solonej ikry z dorsza lub czarnego kawioru
300 g ugotowanych ziemniaków, przeciśniętych przez praskę
sól

Chleb pokrój w kromki, ułóż w dużej misce i polej wodą. Gdy chleb namoknie, wylej wodę i dokładnie go odciśnij z jej nadmiaru.

Do osobnej dużej miski dodaj odciśnięty chleb, ziemniaki, ikrę i przeciśnięty przez praskę czosnek.

Blenderem lub mikserem zmiksuj zawartość miski na bardzo gładką masę.

Dodaj ocet i ponownie zmiksuj.

Cały czas miksując, tak, jak przy robieniu majonezu, dodawaj na przemian kilka kropel oliwy i kilka kropel soku z cytryny, do momentu aż uzyskasz gładką, przypominającą majonez właśnie pastę.

Dodaj sól do smaku, przełóż do pojemnika, przykryj i włóż do lodówki na minimum godzinę.

Kourabiedes. Greckie ciasteczka na Boże Narodzenie

300 g miękkiego masła
200 g cukru
1 łyżeczka cukru waniliowego
300 ml oliwy
200 ml brandy, tsikoudii lub wódki
2 żółtka
900 g mąki pszennej
1 łyżeczka proszku do pieczenia
300 g grubo posiekanych migdałów
1-1,5 szklanki cukru pudru

W misie miksera ubij masło z cukrem przez około 1 minutę, zwiększając obroty do najwyższych.

Dodaj oliwę, cukier waniliowy, brandy, żółtka i miksuj do utworzenia spójnej emulsji, podobnej w konsystencji do rzadkiego majonezu.

Do misy dodaj migdały, proszek do pieczenia oraz 1/3 mąki i miksuj do połączenia składników.

Dodaj kolejną 1/3 mąki i znów miksuj do połączenia składników.

Odłóż mikser, dosyp do zawartości miski ostatnią część mąki i wymieszaj dokładnie ręcznie.

Ustaw piekarnik na 200 stopni, grzałka górna i dolna.

Dwie blachy wyłóż papierem do pieczenia.

Dłońmi formuj kulki z ciasta o wielkości orzecha włoskiego, lekko spłacz je dłońmi i układaj na wyłożonych papierem blachach.

Piecz 15-20 minut, do lekkiego zarumienienia.

Do miski wsyp cukier puder.

Upieczone i ostygnięte ciastka dokładnie i obficie obtocz w cukrze pudrze.

Układaj na talerzu i podawaj.

Mousakas

1 kg bakłażanów
750 g ziemniaków
2 duże cebule
750 g mięsa mielonego wieprzowego
1 łyżka cynamonu
1/2 łyżeczki mielonych goździków
1/2 łyżeczki gałki muszkatołowej
2 łyżeczki pieprzu
800 g pomidorów z puszki
2 łyżeczki przecieru pomidorowego
150 ml czerwonego wina
1/2 pęczka natki pietruszki
oliwa (choć trochę)
sól

Beszamel:

100 g mąki pszennej
100 g oliwy
1 l mleka (u mnie owsiane niesłodzone)
sól i 1/2 łyżeczki gałki muszkatołowej

Cebulę obierz i pokrój w drobną kostkę.

W wysokim garnku o grubym dnie rozgrzej 1/2 szklanki oliwy i usmaż na niej cebulę aż się delikatnie zarumieni.

Dodaj mięso i smaż na średnim ogniu około 7 minut, co jakiś czas mieszając żeby się nie przypaliło.

Do garnka dodaj pomidory, posiekaną natkę pietruszki, przecier pomidorowy, wino i przyprawy oraz dość sporą ilość soli.

Gotuj na wolnym ogniu około 45 minut do godziny.

Obierz ziemniaki i pokrój je oraz bakłażany w około półcentymetrowe plastry.

Drogi są dwie: usmaż plastry bakłażanów i ziemniaków na patelni z dużą ilością oliwy aż będą lekko rumiane

LUB wyłóż warzywa na dwie osobne blachy, polej obficie oliwą i piecz w 220 stopniach Celsjusza aż się zezłocą (około 15 minut).

Podziel upieczone warzywa na cztery części – dwie części ziemniaków i dwie bakłażanów.

Duże naczynie żaroodporne wysmaruj dokładnie oliwą i ułóż na dnie warstwę upieczonych/usmażonych ziemniaków, następnie bakłażanów.

Wyłóż sos na ułożone w naczyniu warzywa i wyrównaj go łyżką.

Na warstwę sosu ponownie ułóż plastry ziemniaków, a na nie znów plastry bakłażanów.

Ustaw piekarnik na 200 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Do wysokiego garnka wlej oliwę i wsyp mąkę.

Ustaw garnek na średnim ogniu i mieszaj mąkę z oliwą trzepaczką, aż się delikatnie podgrzeje.

Następnie wlej około 1/2 szklanki mleka i cały czas mieszaj. Gdy mleko zacznie delikatnie wrzeć dolewaj stopniowo całą resztę.

Gdy sos zgęstnieje dodaj do niego sól i gałkę muszkatołową i dobrze zamieszaj.

Wylej powstały beszamel jako ostatnią, wierzchnią warstwę w naczyniu do zapiekania i piecz około godzinę w 200 stopniach Celsjusza.

Milopita. Greckie ciasto jabłkowe

Ciasto:

400 g mąki pszennej
100 g cukru pudru
200 g oliwy
1 jajko
szczypta soli

Nadzienie:

4 średnie jabłka, każde innej odmiany (ok. 800 g, waga przed obraniem)
100 g cukru
1 kopiaasta łyżka mąki ziemniaczanej lub kukurydzianej

Wszystkie składniki ciasta szybko zagnieć, uformuj w kulę, zawiń folią spożywczą i wsadź do lodówki na minimum 1,5 godziny.

Na chwilę przed wyciągnięciem ciasta z lodówki obierz i oczyść jabłka, następnie pokrój je w ćwiartki, a każdą ćwiartkę na cienkie plasterki.

W dużej misce dobrze wymieszaj pokrojone jabłka, cukier oraz mąkę ziemniaczaną.

Formę do pieczenia o średnicy 30 cm natłuść delikatnie oliwą.

Włącz piekarnik na 220 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Wyjmij ciasto z lodówki, podziel na dwie części i każdą z nich rozwałkuj pomiędzy dwoma płatami folii spożywczej (patrz wyżej) na okrągły placek, nieco większy niż średnica formy.

Wyłóż pierwszy placek na dno formy i dobrze go dopasuj dłońmi. Ponakłuj go widelcem w kilku miejscach i podpiecz w 220 stopniach przez 7 minut.

Na podpieczony spód nałóż nadzienie z jabłek i wyrównaj je dłońmi.

Przykryj nadzienie pozostałym ciastem, odetnij wystające brzegi i wąskim nożem zrób po środku 4-5 delikatnych otworów w górnej warstwie ciasta. (około 1/2 cm szerokości).

Piecz w 220 stopniach do momentu aż ciasto będzie złocisto-rumiane, czyli około 35 minut

Podawaj po ostudzeniu, bo inaczej nadzienie wypłynie i zrobi się ciapa na talerzu.

Salatka grecka. Salatka wiejska

1 duży pomidor
1 długi ogórek
1 zielona papryka
1 mała czerwona cebula
10-12 czarnych oliwek z pestkami
200 g/1 plaster sera feta
2-3 łyżki octu z czerwonego wina
oliwa
szczypta oregano

Cebulę obierz, pokrój w półplasterki, wrzuć do miski, w której będziesz podawać sałatkę, dodaj ocet i wymieszaj.

Ogórkę obierz ze skórki, paprykę oczyść z gniazd nasiennych. Pokrój obranego ogórka, paprykę i pomidora w dość spore kawałki – takie, żeby zmieściły się do ust.

Dodaj warzywa do cebuli i octu, dorzuć oliwki, polej szczyptę oliwą i dokładnie zamieszaj.

Na górę sałatki ułóż plaster sera feta, skrop jeszcze odrobiną oliwy i posyp oregano.

Podawaj z dobrym wiejskim chlebem.

Baklava

Na syrop:

1,5 szklanki cukru

2 szklanki wody

sok z 1/2 cytryny

listki geranium laska cynamonu, kilka goździków (opcjonalnie)

Na baklavę:

500 g siekanych orzechów włoskich lub migdałów

2 łyżki mielonego cynamonu

75-100 g cukru

kilka łyżek wody różanej (opcjonalnie, ale warto)

1/2 łyżeczki mielonych goździków

8-10 płatów ciasta filo

około 1/2 szklanki oliwy

Najpierw przygotuj syrop: w garnku o grubym dnie podgrzej wodę z cukrem i przyprawami, jeśli ich używasz.

Gdy cukier się rozpuści przelej syrop do szerokiej miski (wyciągnij przyprawy), dodaj sok z cytryny, wymieszaj i pozostaw do ostygnięcia, a najlepiej włóż do lodówki.

Rozgrzej piekarnik do 180 stopni Celsjusza, grzałka górna i dolna.

Prostokątną blaszkę (20cm x 30cm) wysmaruj oliwą i ułóż na niej pierwszy płat ciasta filo (możesz je przyciąć, jeśli jest za duże).

Posmaruj ciasto porządnie oliwą i ułóż kolejną warstwę ciasta. Powtórz to samo jeszcze dwa razy w (sumie zużywając 4 płaty ciasta).

W dużej misce wymieszaj posiekane orzechy z cynamonem, cukrem i wodą różaną.

Wyłóż zawartość miski na blachę z ciastem i przykryj kolejnymi czterema warstwami ciasta i oliwy (tak samo: ciasto, oliwa, ciasto, oliwa...).

Przytnij lub złóż wystające brzegi i natnij baklavę w kawałki, jakie chcesz otrzymać.

Wstaw do piekarnika i piecz w 180 stopniach, przez około 40 minut, następnie zwiększ temperaturę do 220 stopni i piecz kolejne 5-10 minut, pilnując, aby się nie przypaliło.

Wyciągnij ciasto z piekarnika i natychmiast polewaj je powoli zimnym syropem.

Odstaw co całkowitego ostygnięcia, a najlepiej na całą noc.

Tzatziki

1 kg odsączonego jogurtu greckiego
1 duży szklarniowy ogórek
3 ząbki czosnku
3-4 łyżki octu z czerwonego wina
3-4 łyżki oliwy (plus trochę do podania)
sól

Czosnek obierz i zetrzyj na tarce, wrzuć do dużej miski i posól.
Dodaj jogurt, ocet i oliwę, następnie dokładnie wymieszaj i odstaw.
Ogórka obierz (lub nie – jak lubisz) i zetrzyj na tarce o grubych oczkach. Posól, wygnieć dokładnie dłońmi i odstaw na 5 minut, aż puści dużo soku.
Ogórka odciskaj mocno w dłoniach i partiami dodawaj do jogurtu.
Wymieszaj dokładnie łyżką i wstaw do lodówki do schłodzenia.
Podawaj polane oliwą.