

ΟΙ ΔΟΚΙΜΑΣΜΕΝΕΣ ΧΡΥΣΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΤΕΥΧΟΣ 95 • 18/9/2016 • ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΝ "Φ" ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ, ΜΕΤΑ ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ



Τραπέζι για φίλους

«Με την πρώτη σταγόνα της βροχής σκοτώθηκε το καλοκαίρι» είχε γράψει ο Οδυσσέας Ελύτης. Οι μπόρες που μας ήλθαν σήμαναν λοιπόν το τέλος του καλοκαιριού και δυστυχώς και το τέλος των διακοπών. Τα σχολεία άνοιξαν και μαζευτήκαμε όλοι στα σπιτάκια μας. Και τώρα που ξαναβρίσκονται οι παρέες που σκόρπισαν το καλοκαίρι, όλο και κάποιο φιλικό τραπέζωμα οργανώνεται. Για να σας διευκολύνουμε γι' αυτά τα φιλικά δείπνα, παραθέτουμε ένα ωραίο συνταγολόγιο, με πολλές επιλογές, που να καλύπτουν όλα τα γούστα. Φροντίσαμε μάλιστα να σας δώσουμε συνταγές που να πραγματοποιούνται εύκολα, έστω και αν χρειαστεί να αφιερώσετε λίγο περισσότερο χρόνο. Όμως, όταν φιλοξενούμε αγαπημένα πρόσωπα στο σπίτι, είναι χαρά μας να δουλέψουμε λίγο περισσότερο για να τους ευχαριστήσουμε. Όμως, τα αποτελέσματα ανταμείβουν τους κόπους μας και όπως θα δείτε οι συνταγές μας είναι πράγματι εντυπωσιακές! Ένα υπέροχο γευστικό ποτηρούρι, από τα ορεκτικά και τα μεζεδάκια και τα κυρίως πιάτα, μέχρι τα επιδόρπια. Μαζί με αυτά μια μικρή συλλογή από κέικ και κούκις, για κάθε ώρα. Και φυσικά, στο τεύχος αυτό, θα βρείτε και όλες τις άλλες χρήσιμες στήλες μας, με χρήσιμες συμβουλές, προϊόντα που ανακαλύψαμε στην αγορά, όμορφες συνταγές από τους συνεργάτες μας και άλλα πολλά.

Νίνα Θεοχαρίδου

How to

Εξηγούμε βήμα με βήμα πώς κόβεται το κοτόπουλο, πώς φτιάχνουμε ρολάκια σοκολάτας και τίρας για τα εισαγόμενα λεμόνια και για το κέικ.

Παραδοσιακή κουζίνα

Φτιάχνουμε μαζί σας καθημερινά κυπριακά πιάτα: Κεφτέδες και φασολάκια γιαχνί με αρνί.

Βήμα με βήμα

Η Νίνα Θεοχαρίδου φτιάχνει για σας μια πολύ εντυπωσιακή τούρτα λεμόνι με μύρτιλα, που γίνεται εύκολα και γρήγορα.

Γρήγορα κι απλά

Ο Πιερίς Πλαναγή φτιάχνει για σας εξαιρετικά σοκολατένια Brownies, που αξίζει τον κόπο να δοκιμάσετε.

Μαγειρεύοντας για φίλους

Η Ευγενία Ηροδότου-Αλεξάνδρου ξέρει να εκτιμά το καλό φαγητό και τις πρωτότυπες γεύσεις και πειραματίζεται με τέλεια αποτελέσματα.

2

Αφιέρωμα

Δίνουμε την ιστορία της ελιάς και του ελαιόλαδου, την τέχνη της διατήρησής του, άλλες χρήσιμες συμβουλές και συνταγές.

4

Sunstayés

Τα σχολεία άνοιξαν και μαζευτήκαμε όλοι στα σπιτάκια μας. Οι παρέες ξαναβρίσκονται και όλο και κάποιο φιλικό τραπέζωμα οργανώνεται. Για να σας διευκολύνουμε για αυτά τα φιλικά δείπνα, παραθέτουμε ένα ωραίο συνταγολόγιο.

6

Κέικ και κούκις

Εύκολα και απλά γλυκά, γεμάτα καλούδια που σας δίνουν ενέργεια, για τον καφέ, το πρόγευμα, το κολατσό στο σχολείο, το γραφείο ή για σνακ οποιαδήποτε ώρα της ημέρας.

8

Στο επόμενο

Με τον ερχομό του φινινοπώρου, σας προτείνουμε σπιτικά μαγειρευτά φαγητά.

10

12

20

56

64