

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑΣ  
ΒΟΤΣΟΥ ΧΡΥΣΟΥΛΑ

Θέμα: «Παραδοσιακά φαγητά και γλυκά Μακεδονίας - Θράκης»

Εισηγητής: ΙΩΑΝΝΗΣ ΣΠΗΛΙΟΠΟΥΛΟΣ



# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

### Α' ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ- ΛΑΪΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

1. Ορισμός
2. Λαϊκός Πολιτισμός
3. Η Ελληνική λαογραφία
4. Η Ελληνική λαογραφία στη σύγχρονη προοπτική τους.

### Β' ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΘΡΑΚΗ - ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΥ ΧΩΡΟΥ

1. Ιστορικά - δομικά στοιχεία του Ελληνικού πληθυσμού στη Μακεδονία - Θράκη
2. Καλλιέργειες
3. Κτηνοτροφία - Πτηνοτροφία
4. Κατοικία
5. Διατροφή

## ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ

1. ΠΙΤΕΣ
2. ΔΙΑΦΟΡΑ ΟΡΕΚΤΙΚΑ
3. ΚΙΜΑΔΕΣ
4. ΚΡΕΑΤΑ
5. ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ
6. ΨΑΡΙΑ - ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ
7. ΣΑΛΑΤΕΣ
8. ΣΟΥΠΕΣ
9. ΛΑΔΕΡΑ
10. ΖΥΜΑΡΙΚΑ
11. ΔΙΑΦΟΡΑ
12. ΛΑΪΚΑ ΙΔΙΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ
13. ΓΛΥΚΑ

ΑΡΙΘΜΟΣ  
ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ

2035

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η εργασία αυτή έχει ως θεματικό άξονα την παρουσίαση παραδοσιακών φαγητών και γλυκών της Μακεδονίας και της Θράκης. Ο προσδιορισμός «παραδοσιακός» δρομολογεί την έρευνα στην έννοια της παράδοσης και ειδικά της ελληνικής. Έτσι η εργασία αυτή, προσπαθεί να καταγράψει οτιδήποτε θεωρείται παραδοσιακό στο χώρο της διατροφής και της διαίτας και μπορεί, με τρόπο δυναμκό, να χρησιμοποιηθεί στην σύγχρονη ελληνική κοινωνία με τις συνισταμένες της αστικοποίησης και του εκσυγχρονισμού που διαμορφώνεται σ' αυτήν.

Για την αποσαφήνιση της έννοιας της παράδοσης θα χρησιμοποιήσουμε τη διατύπωση του Χρ. Γιανναρά «η παράδοση είναι δυναμική αναχώνευση και αξιοποίηση της πείρας του παρελθόντος προκειμένου να λειτουργήσει αυτή η πείρα ως σύγχρονη κοινωνική δυναμική». Το περιεχόμενο της παράδοσης μπορεί να διευρυνθεί συστηματικά και καίρια με την παρατήρηση του Χρ. Μαλεβίτση ότι «παράδοση δεν είναι να επαναφέρουμε το παρελθόν αλλά είναι να ζήσουμε αρμονικά τη συνέχεια του, εκφρασμένη σε νέες μορφές που προκύπτουν δημιουργικά, συνεπώς νεοφανώς από τους μόνιμους πυρήνες ζωής του λαού».

Ο δυναμικός και λειτουργικός προσδιορισμός του παραδοσιακού σηματοδοτεί τα παραδοσιακά εδέσματα που θα παρουσιαστούν όχι απλά σαν δείγματα της διαίτας και του πολιτισμού παλαιότερων εποχών, αλλά κυρίως ως βασικές μορφές του ελληνικού βίου, προσαρμοσμένου στις γεωγραφικές, κλιματολογικές, κοινωνικές πολιτικές και πολιτισμικές συνθήκες που επικράτησαν στον ελλαδικό χώρο.

Το περιεχόμενο του πονήματος αυτού διαρθρώνεται με την αναφορά πρωταρχικά στην επιστήμη της λαογραφίας, καθώς αυτή για πρώτη φορά ερεύνησε και αγκάλιασε τις πτυχές του παραδοσιακού βίου. Στη συνέχεια περιγράφονται ορισμένα χαρακτηριστικά των ενασχολήσεων και των εκδηλώσεων της ζωής των ανθρώπων στη Μακεδονία και τη Θράκη με έμφαση στις καλλιέργειες της περιοχής που προσδιορίζουν σε σημαντικό βαθμό τον τρόπο διατροφής και τα βασικά συστατικά των φαγητών. Τέλος, θα παρατεθεί ένα σύνολο από σπεσιαλιτέ παραδοσιακών φαγητών και γλυκών του γεωγραφικού αυτού διαμερίσματος.



ΛΑΟΤΡΑΦΙΑ

ΛΑΪΚΟΣ  
ΠΟΛΙΤΕΙΣΜΟΣ



## ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ - ΛΑΪΚΟΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Λαογραφία σύμφωνα με τον συντομότερο ορισμό της είναι «η επιστήμη του λαϊκού μας πολιτισμού». Αυτό σημαίνει ότι ο λαογράφος προέρχεται ο ίδιος από το λαό τον οποίο μελετά και με τον όρο «λαϊκός πολιτισμός» νοείται ο πολιτισμός του χωριού, σε αντίθεση με τον πολιτισμό της πόλης που χαρακτηρίζεται ως «άνωτερος», «σύγχρονος», ή «αστικός» πολιτισμός.

Η διάκριση αυτή βέβαια έγινε σε μια εποχή όπου η ύπαιθρος κρατούσε ακόμη τον παραδοσιακό της χαρακτήρα, συνέχιζε με άλλα λόγια, τον πολιτισμό εκείνο που έχει την καταγωγή του, σύμφωνα με τη άποψη του Στίλπωνα Κυριακίδη, στην ύστερη αρχαιότητα, συνεχίστηκε ύστερα ως λαϊκός πολιτισμός των βυζαντινών χρόνων και στην τουρκοκρατία τέλος πήρε καθολικότερο χαρακτήρα, δηλαδή «παραδοσιακός», ήταν ο πολιτισμός της πόλης και του χωριού, προσαρμοσμένος φυσικά στις συγκεκριμένες συνθήκες του κάθε ελληνικού τόπου.

Οι λαογράφοι ως το Β' Παγκόσμιο πόλεμο μπορούσαν να μιλούν για «λαϊκό πολιτισμό» και να εννοούν τον πολιτισμό της υπαίθρου, γιατί υπήρχε, έστω και πολύ εξασθενημένο, ένα σύστημα ζωής διαφορετικό, το οποίο διέκρινε τους Έλληνες χωρικούς από τους συμπατριώτες τους αστούς. Μετά το 1950 όμως για λόγους που οφείλονται στις πολιτικές συνθήκες της χώρας όσο και στη ραγδαία αλλαγή της τεχνικοοικονομικής βάσης του πολιτισμού μας, δηλαδή την ουσιαστική είσοδό μας στη βιομηχανική φάση της ιστορίας μας, ο «λαϊκός πολιτισμός» ως ιστορική πραγματικότητα δεν υπάρχει πια. Γι' αυτό η λαογραφία σήμερα μπορεί να οριστεί ως «σπουδή του παραδοσιακού μας πολιτισμού».

Ο Γιώργος Ιωάννου προσδιορίζει με σαφήνεια και γλαφυρότητα την έννοια του λαϊκού πολιτισμού στο παρακάτω κείμενο:

«Χρησιμοποιώ τον όρο «λαϊκός μας πολιτισμός» κυρίως με τη λαογραφική του έννοια. Και εννοώ όλες εκείνες τις εκδηλώσεις και δημιουργίες, που φέρνουν τη σφραγίδα του αιθόρμητου, του ομαδικού και του κατά παράδοση.

Δεν μπορώ όμως να δεχτώ ότι ο πολιτισμός αυτός είναι στον ίδιο βαθμό δημιουργήμα όλων των κοινωνικών τάξεων του λαού, όπως φαίνεται να δέχονται οι λαογράφοι. Σ' ένα πολιτισμό για τη δημιουργία του οποίου η μόρφωση - και μόρφωση για τότε σημαίνει αρχοντιά - δεν παίζει κανένα ρόλο, παρά μόνο η ζωή, η φαντασία και η δουλειά, είναι φυσικό όσο ανεβαίνουν με προς τα πάνω, προς τις επιφανέστερες τάξεις, τόσο να συναντούμε λιγότεμα της συμβολής και πολιτιστικό παρασιτισμό.

Εν τούτοις όμως στη δημιουργική επιτάχυνση και τη συντήρηση του πολιτισμού αυτού, οι αρχοντικότερες τάξεις έπαιξαν σημαντικό ρόλο. Και εννοώ, κυρίως την εποχή της τουρκοκρατίας, κατά την οποία δεν μπορούσαν να εκλέξουν τίποτε άλλο. Πάντως αυτοί είναι που με τα λεφτά τους παράγγελλαν στους τεχνίτες τα καλύτερα έπιπλα, βάζοντάς τους έτσι στα μεράκια, αυτοί που ξόδευαν για τα πιο καλοκαμωμένα και ευρύχωρα σπίτια, αυτοί και οι γυναίκες τους ου φορούσαν τα πιο βαρύτιμα φορέματα, που τα ετοίμαζαν οι ανυπόμονες και οι κεντήστρες επί καιρό, βάζοντας όλη την τέχνη και τον καημό τους. Και αυτοί πάλι είναι που έδιναν τις πιο μεγάλες αμοιβές για τα πιο συναρπαστικά

παραμύθια και τα πιο πετυχημένα και δοξαστικά τραγούδια. Και χίλια δυό άλλα”.

## Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ

Στην Ελλάδα η προοπτική της λαογραφίας καθορίστηκε υπό την ανάγκη να αντιμετωπιστούν οι κατηγορίες του Falmeayer (1830) ότι - ουδέ σταγών αίματος αρχαίον ελληνικού ρέει εις τας φλέβας των νεωτέρων Ελλήνων-. Σε μια εποχή (βρισκόμαστε στην εποχή του ρομαντισμού) που η έννοια του έθνους είναι συνάρτηση του κοινού αίματος, η κατηγορία αυτή απόκοπτε τους σύγχρονους Έλληνες από τους αρχαίους προγόνους τους και τους στερούσε επομένως, όλη την αίγλη που αντλούσαν από αυτούς. Γι' αυτό και οι Έλληνες λόγιοι αντέδρασαν με σφοδρότητα προσπαθώντας, με επιστημονική και παρα-επιστημονική επιχειρηματολογία, να αποδείξουν την αδιάσπαστη ενότητα - όχι βέβαια του αίματος - αλλά του πολιτισμού. Την ενότητα αυτή την πιστοποιούσαν τα μνημεία της αρχαιότητας τα «ζώντα παρά τώ νύν ελληνικώ λαώ», δηλαδή τα επιβιώματα του αρχαίου ελληνικού πολιτισμού στη σύγχρονη λαϊκή ζωή (εφόσον τα επιβιώματα στο «λαό», καθώς είδαμε, είδαμε διατηρούνται και όχι στις ανώτερες τάξεις, οι οποίες εκσυγχρονίζονται γρηγορότερα - στην ελληνική περίπτωση ταιριάζει ο όρος «εξευρωπαϊζονται»).

Επειδή τώρα η συνέχεια του ελληνικού πολιτισμού πιστοποιείται πρώτα απ' όλα στη γλώσσα (αφού η νεοελληνική είναι - μέσω της ελληνικής κοινής - φυσιολογική εξέλιξη της αρχαίας) ήταν φυσικό το ενδιαφέρον των επιστημόνων και του μεγάλου κοινού να στραφεί πρώτα - πρώτα στον τομέα εκείνο της λαογραφίας που ονομάστηκε «λαϊκή λογοτεχνία», ο οποίος στην Ελλάδα αποδίδεται με τον όρο «μνημεία του λόγου» όπου η λέξη μνημεία αντιστοιχεί με τη λέξη επιβιώματα, όπως δείξαμε παραπάνω.

## Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ ΣΤΗ ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΤΗΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗ

Στην Ελλάδα όπως και αλλού, η επιστήμη της λαογραφίας θεμελιώθηκε πάνω στη διάκριση των δύο επιπέδων πολιτισμού μέσα στον ίδιο λαό, πράγμα που περιόρισε τη σημασία του όρου λαός μόνο στα κατώτερα στρώματα και ειδικά στο αγροτικό στοιχείο του πληθυσμού, σε αντίθεση προς το αστικό.

Οι λόγοι τώρα που προκάλεσαν το ενδιαφέρον των μορφωμένων για τα λαϊκά στρώματα είναι πολλοί και διάφοροι στην ιστορία της λαογραφίας. Φτάνουν από την καθαρή περιέργεια ως την εθνική υπερηφάνεια, από το ρομαντικό ενδιαφέρον ως την επιστημονική έρευνα και - κάτι που υπολανθάνει σε όλες σχεδόν τις περιπτώσεις - την επιθυμία να καθοριστεί το Εγώ αντιπαραβαλλόμενο προς ένα άλλο ξένο Εγώ.

Τους λόγους αυτούς μπορούμε συνήθως να τους ανιχνεύσουμε μέσα στη σχετική ορολογία που δηλώνει αντίστοιχα, τις ιδιότητες του "υπό παρατήρηση" λαού και του παρατηρητή λαογράφου. Οι αρχαίοι ελληνικοί όροι είναι από την άποψη αυτή ιδιαίτερα διαφωτιστικοί. Για τους φιλόσοφους "λαός" ήταν οι "πολλοί" οι αδαείς αυτοί που δεν χρησιμοποιούν την κρίση τους, και αυτοί που έχουν τα απλοϊκά καλλιτεχνικά γούστα των γυναικών και των παιδιών τους άρεσαν, δηλαδή τα φανταχτερά χρώματα και τα πολυποίκιλα σχέδια. Οι διακρίσεις αυτές προέκυψαν, όπως είναι φανερό, από την εφαρμογή κριτηρίων που αναφέρονται μάλλον στον δημιουργικό νου παρά στα δημιουργήματα του (δηλαδή τα φαινόμενα του πολιτισμού) και είναι επίσης φανερό ότι δεν λαμβάνουν υπόψη τους τοπικές ή χρονικές διαφορές, αλλά χαράσσονται πάνω στο γνωσιολογικό επίπεδο.

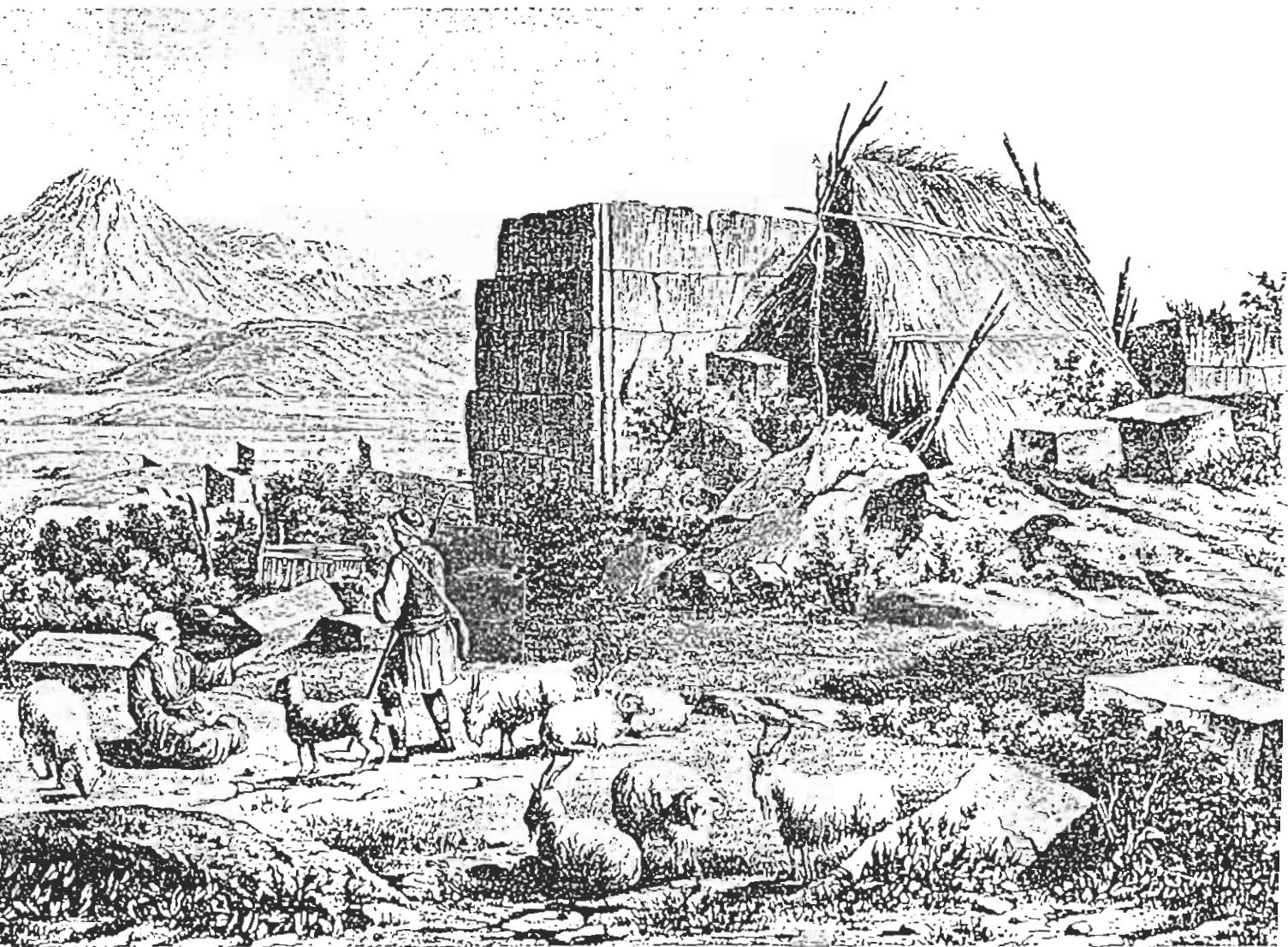
Η σύγχρονη ορολογία αποκαλύπτει μια πληθώρα κριτηρίων : Ο λαϊκός πολιτισμός ορίστηκε ως κατώτερος, χυδαίος, πρωτόγονος, λαϊκός, αγροτικός, χωρικός, αρχαϊστικός ή παραδοσιακός. Οι διακρίσεις έγιναν με βάση αξιολογικές κρίσεις (ανώτερος-κατώτερος), τοπικά κριτήρια (αγροτικός-αστικός), ή την ιστορική προοπτική (παραδοσιακός-σύγχρονος).

Στην προσπάθεια του να ορίσει το αντικείμενο της ελληνικής λαογραφίας, ο Στίλπωνας Κυριακίδης έκανε τη διάκριση ανάμεσα στον λαϊκό και τον ανώτερο ή σύγχρονο πολιτισμό και ακολουθώντας το αριστοτελικό παράδειγμα, καθόρισε ως εξής τους αντίστοιχους χαρακτήρες του, παραδοσιακός σε αντίθεση προς τον νεωτεριστικό, ομαδικό σε αντίθεση προς το προσωπικό και αυθόρμητο σε αντίθεση προς το ορθολογικό.

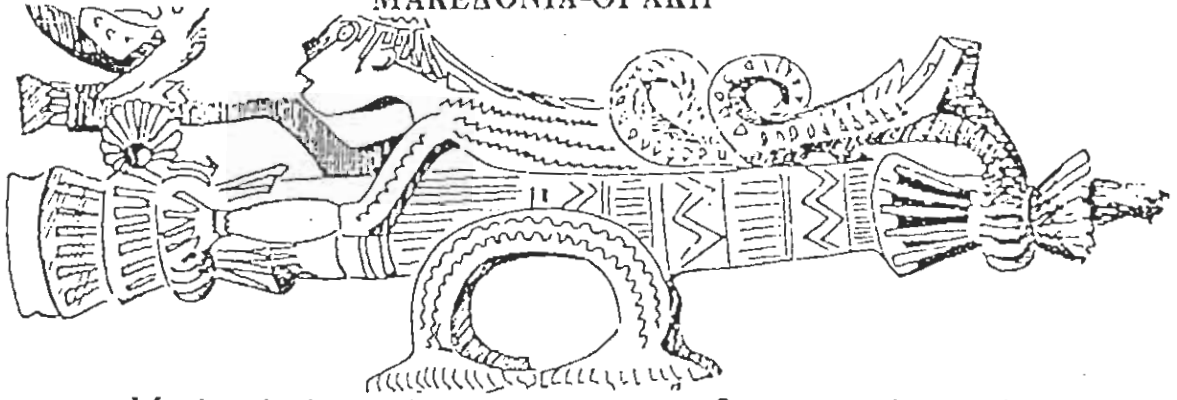
Στο "αυθόρμητο" ωστόσο του παραδοσιακού πολιτισμού ο Κυριακίδης αναγνώρισε κάτι περισσότερο από μια απλή ιδιότητα του λαϊκού πνεύματος, υπαινισσόμενος απλώς τους ισοδύναμους όρους της ανθρωπολογίας(δηλαδή το παράλογο και το προ-λογικό) είπε ότι στα μύχια της ανθρώπινης ψυχής, που είναι το βασίλειο του αυθόρμητου "εξακολουθεί να βράζει ολόκληρος ο κόσμος των συναισθημάτων και των ορμών..." ο οποίος "ούτε παραλογικός είναι ούτε πρέπει να τον εξορίσουμε εις τα ανώτερα και τα κατώτερα στάδια του πολιτισμού, είναι απλούστατα ανθρώπινος και συνοδεύει τον άνθρωπο από τις κατώτερες μέχρι και τις ανώτερες βαθμίδες του πολιτισμού".



МАКЕДОНА  
ОПАРЖ



## ΙΣΤΟΡΙΚΑ-ΔΟΜΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ ΣΤΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ-ΘΡΑΚΗ



Μετά από πέντε αιώνες καταπίεσης και δημογραφικής συρρίκνωσης του Ελληνισμού από τους Τούρκους (από το 14ο ήδη αιώνα), μόνο στα μέσα του 19ου αι. ελευθερώθηκε το νότιο τμήμα του ελληνικού χώρου (ίδρυση ελληνικού κράτους 1832/33) και στις αρχές του 20αι. η Μακεδονία (1912-13) και η Θράκη (1920), οπότε και ενώθηκαν με τον κύριο κορμό του ελληνικού κράτους. Σε όλη τη περίοδο της τουρκοκρατίας οι Έλληνες στη Μακεδονία και τη Θράκη αποτελούσαν μια από τις εθνότητες της οθωμανικής αυτοκρατορίας στην περιοχή (Τούρκοι, Βούλγαροι, και στα αστικά κέντρα επιπλέον Εβραίοι, Αρμένιοι και τελευταία Φράγκοι).

Με κύριο χαρακτήρα της οικονομίας το γεωργοκτηνοτροφικό, οι Έλληνες ήταν εγκαταστημένοι σε πόλεις, κωμοπόλεις, και χωριά. Οι ελληνικές κοινότητες από τους πρώτους ακόμη αιώνες της τουρκοκρατίας ήταν ως επί το πλείστον ορεινές γιατί οι κάτοικοι αναζητούσαν ασφαλείς περιοχές για να αποφεύγουν την τουρκική σπειλή. Ως το τέλος της Οθωμανικής κυριαρχίας οι ελληνικές κοινότητες διατηρούσαν σε μεγάλο βαθμό την κοινωνική, οικονομική, και διοικητική συνοχή τους, παρόλες τις εσωτερικές αντιθέσεις, και συντηρούσαν αμείωτη τη φυλετική, θρησκευτική και εθνική ιδιαιτερότητα τους. Οι αντιλήψεις, τα ήθη και τα έθιμα ήταν κοινά - η ελληνική γλώσσα και η ελληνοχριστιανική παράδοση ήταν οι πιο δυνατοί δεσμοί με το ιστορικό παρελθόν τους.

Βέβαια, η αναγκαστική συγκατοίκηση τόσων εθνοτήτων στον ίδιο γεωγραφικό χώρο είχε αναπόφευκτα ως αποτέλεσμα και μια σειρά περισσότερο ή λιγότερο εμφανών αλληλοεπιδράσεων. Η καθημερινή ζωή των κατοίκων εκδηλωνόταν σε ορισμένους τομείς ενιαία (π.χ τεχνικές) και σε άλλους έντονα διαφοροποιημένα (π.χ θρησκεία). Στα αστικά κέντρα από το 18ο αι. οι δυτικές επιρροές συζήνονταν συνεχώς, ενώ στην ύπαιθρο ο ρυθμός διείσδυσης ξένων στοιχείων από τις πόλεις ήταν αργός. Η τεχνολογική ανάπτυξη ήταν γενικά μικρή. Οι τέχνες (τεχνικές) μαθαίνονταν εμπειρικά, η γνώση παραδιδόταν από γενιά σε γενιά, από πατέρα σε γιο, από μητέρα σε κόρη, με την άσκηση της εργασίας. Η τέχνη όμως σε όλους τους τομείς έφτασε αρκετές φορές σε υψηλά επίπεδα.

Στις αρχές του 2ου αι. ο Μακεδονικός αγώνας (1904-1908), οι Βαλκανικοί πόλεμοι (1912-13) και η Μικρασιατική καταστροφή (1922) σημάδεψαν τον βορειοελλαδικό χώρο. Οι αναστατώσεις που προκάλεσαν, κυρίως σε εθνικό, πολιτικό, και δημογραφικό επίπεδο (σημαντική ενίσχυση του ελληνικού στοιχείου της Μακεδονίας και της Θράκης), μαζί με την ολοένα

αυξανόμενη εισροή δυτικών προϊόντων και προτύπων και την ενίσχυση της εσωτερικής και εξωτερικής, μετανάστευσης, ήταν από τους βασικότερους παράγοντες που δημιούργησαν νέες κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες. Ο παραδοσιακός πολιτισμός άντεξε στην ύπαιθρο ως το β' παγκόσμιο πόλεμο. Στο εξής οι αλλαγές που σημειώθηκαν ήταν ραγδαίες.

## ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΕΣ

Αναμφίβολα, η μελέτη του παραδοσιακού τρόπου ζωής, δρομολογεί την αναφορά στις καλλιέργειες της περιοχής της Μακεδονίας και της Θράκης. Το είδος των καλλιεργειών προσδιορίζει ένα σύνολο εποχιακών εργασιών που συνοδεύονται από τελετουργία και σηματοδοτούν ήθη και έθιμα, τραγούδια, γιορτές στο χώρο του παραδοσιακού βίου. Επίσης αναφορικά με τη διατροφή των κατοίκων των περιοχών αυτών πρέπει να σημειωθεί ότι βρίσκεται σ' άμεση συνάρτηση με τα παραγόμενα αγαθά.

Στη περιοχή της Θράκης βασική καλλιέργεια αποτελεί το σιτάρι καθώς εντεύθεν του ποταμού Έβρου απλώνεται εύπορη πεδιάδα. Τα δημητριακά, βασική καλλιέργεια της περιοχής, συνδέουν την καλλιέργεια τους με το παραδοσιακό στοιχείο. Ιδιαίτερα ο θερισμός και το αλώνισμα είναι πυρήνες γύρω από τους οποίους ξεδιπλώνεται μια πλούσια παράδοση. Ενδεικτικά αναφέρονται ορισμένα στοιχεία που περιγράφουν αδρά τα έθιμα που σχετίζονται με τη καλλιέργεια των σιτηρών.

Κατά τη διάρκεια του θερισμού οι μεγαλοκτηματίες ανέθεταν σε "δραγουμάνο" (είδος εργολάβου) να "στιχίσει" (μισθώσει) θεριστές. Ένας καλός θεριστής μπορούσε να θερίσει 50-70 στρέμματα. Ο δραγουμάνος προσλάμβανε άνδρες για θερισμό, άλλους για το δέσιμο των δεματίων με βούρλα και πιο ανειδίκευτους για τη μεταφορά στο αλώνι. Τα σάχρα που έπεφταν, συχνά τα μάζευαν φτωχές γυναίκες, οι "σταχτομαζόχτρες". Οι εργάτες αποπληρώνονταν μετά το θερισμό, τη διατροφή τους αναλάμβανε ο κτηματίας.

Επειδή σε μερικά χωριά τα χωράφια ήταν λιγιστά, πολλοί άντρες σχημάτιζαν "ταϊφάδες" (ομίλους) και με αρχηγό ένα δραγουμάνο πήγαιναν να θερίσουν στα γειτονικά μεγάλα κτήματα. Προηγουμένως ο δραγουμάνος έκανε τη συμφωνία με τον τσιφλικά. Έβλεπε την έκταση και υπολόγιζε πόσους άντρες να πάρει, ώστε ο καθένας να εξασφαλίσει σε 25 μέρες, που θα κρατούσε το θέρισμα 5 λίρες. Η αμοιβή αυτή λεγόταν "χάκι". Αν "μπαντάκωνε" (έπεφτε έξω στους υπολογισμούς) ο δραγουμάνος, οι θεριστές δούλευαν ως τριάντα μέρες με την ίδια πληρωμή. Ο δραγουμάνος που και αυτός θέριζε, έπαιρνε διπλό "χάκι" και η κυρά του κτηματία του "ξένιαζε" μαντίλι μεταξωτό. Στον ταϊφά δούλευαν και 3-4 παιδιά 12-15 χρονών. Από τα παιδιά αυτά ο "ψωμάς έφερνε από το σπίτι του κτηματία το φαγητό και το ψωμί, ο "νεράς" κουβαλούσε το νερό και τα άλλα παιδιά περιποιούνταν τα ζώα της ομάδας και πήγαιναν στο χωριό και έφερναν καθαρά ρούχα για τους άντρες. Οι γυναίκες τους μαζί με τις "αλλαξιές" έστελναν ρακί, φρούτα, γαρύφαλλα, αμύγδαλα, σταφίδες, καρύδια και κανέλα. Έτσι βγήκε το δίστιχο:

«Σε στέλνω χαιρετίσματα σταφίδες και κονέλα  
Ξεθήρισες πουλάκι μου παρ' το δρεπάνι κι έλω»

Ο "τσιμικιζής" χώριζε το χωράφι σε ρ'δίνια, οι "ρακτζήδες" θέριζαν, οι "δεματζήδες" έδεναν τα δέματα, οι "τουρμακτζήδες" μάζευαν με το "τουρμούκι"(ειδικό γεωργικό εργαλείο) τα στάχυα που έπεφταν, και τα έβαζαν σε σειρές κοντά στις θημωνιές, οι "τεπετζήδες" έκαναν τις θημωνιές. Ο δραγουμάνος πριν ξεκινήσουν από το χωριό έδινε σ' όλους "καπάρο" μια λίρα για να αφήσουν "χαρτζιλίκι" στις οικογένειες τους. Όλοι οι θεριστές προχωρούσαν μαζί στη δουλειά τους. Περιγελούσαν αυτόν που έμενε πίσω λέγοντας "ουτς, ουτς". Το τελευταίο κομμάτι που το άφησαν πιο στενό, το έλεγαν "μπάντα" καθώς το θέριζαν τραγουδούσαν χαρούμενοι γιατί τελείωνε η βαριά δουλειά:

«Τούτη είναι η μπάντα  
μπάντα και λουσάντα του αγά μας  
του πασά μας...»

Όσο οι άντρες ήταν στο θερισμό οι γυναίκες στο χωριό τραγουδούσαν μελαγχολικούς σκοπούς όπως:

«Ο Μάης φέρνει τα καλά κι ο θέρος τα φαρμάκια  
που ξενιτεύει τα παιδιά και τα παλικαράκια.»  
ή  
«Σαράντα δράμα σίδερο  
και δέκα δράμα ξύλο  
κάμανε την αγάπη μου σα μαραμένο φύλλο...»

Ο πρώτος «αϊφάς» που γυρνούσε στο χωριό με «μπαϊράκι», το μαντήλι του δραγουμάνου, γινόταν δεκτός με χαρές και πανηγύρια «Το μαντήλι σ' με τα κλάσια κάνει γρσια πεντακόσια...» Οποια ομάδα είχε την στυχία να γυρίσει μετά ενάμιση μήνα, την υποδέχονταν τα παιδιά με πειράγματα χτυπώντας τενεκέδες:

«Σαράντισες πουλάκι μου και θα πενηνταρίσεις  
καμά γραφή δε μ' έστειλες να με παρηγορήσεις.»

Στο τσακίλι οι θεριστές έτρωγαν σκόρδο γιατί πίστευαν ότι «διώχνει τα φίδια». Το πρωινό τους φαγητό ήταν σουπα και γιαούρτι, το μεσημεριανό και το βραδινό, λαχανικά. Το ψωμοτύρι ήταν το προσφάγι τους, όπως λέει μια παροιμία: «Τυρί και ψωμί χαζίρ'κο φαγητό». Με τα καλύτερα στάχυα έπλεκαν «σταχυές» και στόλιζαν τα σπίτια τους. «κράταγαν μπασάκι» διάλεγαν τα πιο ψωμωμένα στάχυα, που τα έλεγαν και «θηλυκά», τα έκαναν δεμάτια και τα κρατούσαν για σπόρο. Αν τα στάχυα ήταν κοντά τα θέριζαν με συνηθισμένο δρεπάνι, ενώ αν ήταν κοντά και αραιά τα ξεριζώναν οι γυναίκες. Όσα στάχυα

έμεναν και μετά το τράβηγμα του «πουρμουκιού», τα μάζευαν φτωχές γυναίκες και παιδιά που έκαναν «χαμούτσες».

Οι θεριστές φορούσαν ψάθινα "γκαπέλα" για να προφυλάγονται από τον ήλιο. Όσοι δούλευαν μακριά από τα σπίτια τους λαχταρούσαν τις οικογένειες τους, τις γυναίκες τους, όπως καθρεφτίζεται στο δίστιχο:

"Τρέχα καλή μου κι έλα πως τρέχει το νερό  
να ξέρεις αλλ' αγάπη να κάνω δεν μπορώ..."

Μερικοί κρέμαγαν την τελευταία δρεπανιά στο εικονοστάσι, μαζί με άλλα "μπερεκέτια". Οι νοικοκυρές έβαζαν σιτάρι, κριθάρι σε πανέρι και πήγαιναν "του Αϊ-Σωτήρα στην εκκλησία να τα ευλογήσει ο παπάς". Μετά ανακάτευαν τα "βλογημένα σπυριά" με το σιτάρι που προόριζαν για τη μελλοντική σπορά.

Οι θεριστές συνήθιζαν να πηγαίνουν στο "αφεντικό" την τελευταία "χεριά" λέγοντας "τάξι" και εκείνος έταζε τραπέζι. Σε πολλά χωριά όταν τελειώσουν οι θεριστές πετούν τα δρεπάνια τους ψηλά λέγοντας την ευχή "Τόσο α'φιλό να γίνει του χρον'το σταρ". Από τα σχετικά έθιμα, τις δοξασίες, τις παραδόσεις και τις δεισιδαιμονίες αναφέρονται: Σε πολλά χωριά οι γεωργοί πηγαίνουν το δεκαπενταύγουστο λίγο σπόρο στην εκκλησία για να τον ευλογήσει ο παπάς. Την πρώτη μέρα της σποράς(που είναι εργασία ιερή) ο γεωργός τρώγει πολύ "για να είναι χορτάτος και ο σπόρος δυνατός. "Να βγει το σταρ, γεμάτου".

Στη περιφέρεια Διδυμοτείχου όταν παίρνει ο γεωργός το σπόρο από το σπίτι του ξημερώματα Δευτέρας ή Τετάρτης(για να μη συναντήσει κανένα στον δρόμο) η γυναίκα του βράζει κοτόπουλο και "σταχτομπουγάτσα"(πίτα ψημένη στη στάχτη). Όλοι μαζί τρώνε στο χωράφι το μεσημέρι. Τα κόκαλα τα παραχωρούν στο χώμα για να γίνει ο καρπός "σαν το κόκαλο". Του Αϊ-Τρύφωνα κάνουν αγιασμό για τα σκουλήκια που προσβάλλουν τα σπαρτά. Πριν αρχίσει τη δουλειά στο χωράφι ο γεωργός κάνει το σταυρό του. Αυτή τη "σημαδιακία" μέρα δεν δανείζει σε κανένα. Στο σπίτι του δεν ψήνουν ψωμί "να μην καεί ο σπόρος", ούτε μαγειρεύουν να φύγει το μπερεκέτι". Μόλις φθάσει στο χωράφι κατεβάζει από το αμάξι μαζί με τα σύνεργα του και το σακί με το σπόρο "για να μείνει εκεί και να ριζώσει". Το χειμώνα όταν κάνει μεγάλο κρύο βάζουν στο τζάκι το υνί για να μην παγώσουν τα σπαρτά.

## ΚΗΠΕΥΤΙΚΑ ΚΑΙ ΚΑΡΠΟΦΟΡΑ ΔΕΝΤΡΑ

Στη Μακεδονία και Θράκη καλλιεργούνται κηπευτικά και πολλά καρποφόρα δέντρα. Αυτά προσδιορίζουν σε σημαντικό βαθμό τον τρόπο που μαγειρεύονται πολλά φαγητά, όπως επίσης και τα δώρα που προσφέρονται σε πολλές εκδηλώσεις και το "τρατάρισμα" στο ξένο ή στο συγγενή επισκέπτη του σπαιτού.

Στα κηπευτικά ανήκουν οι φασολιές, οι κολοκυθιές, τα κουκιά, οι αγγουριές και οι ντοματιές. Σε κάθε είδος ακολουθούν έναν ιδιαίτερο τρόπο καλλιέργειας.

Τα φασόλια φυτεύονται με "σουβλί" ή "τσάπα". Ανοίγουν τρύπα βάθους 5-6 εκ. και ρίχνουν 5-6 σπόρους. Σε πενήντα μέρες δίνουν καρπό. Υπάρχουν φασολιές ψηλές που τις στηρίζουν σε "ταστάλες" (βέργες) και τα "καντέρια" (κοντά φυτά) τα τελευταία είναι τα πρώιμα. Οι φασολιές ξεραίνονται άμα δώσουν καρπό, γι' αυτό ο γεωργός φυτεύει αρκετές φορές φασόλια από το Μάρτη ως τις 15 Αυγούστου.

Τα κουκιά που όταν ανθίζουν μοσχοβολούν, τα ρεβίθια και οι φακές σπέρνονται όπως το σιτάρι. Για τον αρακά ο καλλιεργητής ανοίγει "τζάκια" (λακκουβίτσες), ρίχνει μέσα κοπριά, τη σκεπάζει με χώμα και μετά βάζει τον αρακά. Σε "τζάκια" φυτεύονται επίσης οι ντοματιές, οι αγγουριές, και οι κολοκυθιές.

Το κρεμμύδι είναι βασικό καλλιεργήσιμο προϊόν. Για το κρεμμύδι γράφει ο Όμηρος στην Ιλιάδα: "χάλκειον κάνεον, επί δε κρόμμων ποτώ όψιν..." (χάλκινο κάνιστρο κι επίσης κρεμμύδι για μεζέ του κρασιού). Ο Ιπποκράτης υποστήριζε ότι τα «Κράμματα εις τα ούρα επιτήδειω». Και ο Διοσκουρίδης απέδιδε θεραπευτικές ιδιότητες στο κρεμμύδι. Οι βυζαντινοί χρησιμοποιούσαν στο φαγητό τους κρεμμύδια που ήταν και φτηνά. Κρεμμύδια φύτευαν στα χωριά όπως και σκόρδο όχι μόνο γιατί ήταν απαραίτητα στη μαγειρική, αλλά τα χρησιμοποιούσαν και για γιατροσόφια και γητέματα. Αναφορικά για το κρεμμύδι αν κάποιον τον τσιμπήσει μέλισσα, κόβει (η γυναίκα της οικογένειας, η μάνα) κρεμμύδι (ακαθάριστο) για να ανακουφιστεί αυτός που υποφέρει και να μην γίνει «μελανιά». Όποιον τον "πιάσει ο ήλιος" (πάθει ηλίαση) τον αλείβουν στα χέρια, στα πόδια και στη κορυφή με κοπανισμένο σκόρδο λιωμένο σε γιαούρτι. Κρεμούν σκόρδο στην κούνια του μωρού, στο σπίτι, στα ζωντανά για να' αποφύγουν το μάγιασμα. Και όταν θαυμάζουν κάτι ωραίο λένε: Σκόρδα ναχ ή απλά "σκόρδα" και φτύνουν στον κόρφο τους.

Κολοκυθιές φυτεύουν διαφόρων ειδών: "σακιζία" (τα συνηθισμένα κολοκύθια), "ασμά" (αναρριχόμενη), κόκκινα-κολοκύθια (καβουρτζίζουν με αλάτι τους σπόρους, οι γνωστοί "πασατέμποι"). Οι κολοκυθόσποροι ήταν φάρμακο για την "κορδέλα" (ταινία).

Παλιά απλωνόταν απέραντα δάση από βαλανιδιές, λεύκες, ιτιές, κυπαρίσσια, έλατα, καστανιές, και τα οποία ευδοκίμούν στην εύφορη γη της Μακεδονίας και Θράκης. Περίφημα ήταν τα φουντούκια της Α. Θράκης. Στα αμπέλια φύτευαν αμυγδαλιές και καρυδιές. Παλιά με τα φύλλα της καρυδιάς λούζονταν για λάμψη και σκούρο χρώμα στα μαλλιά, έβαφαν τα μάλλινα με λαδί χρώμα και με τα χλωρά καρυδότσουφλα σε καφετιά. Κάτω από τη καρυδιά γιάτρωναν την πρησμένη σπλήνα. Όταν είχαν "θέρμη" (πυρετό) κοπάνιζαν

καρύδια, πρόσθεταν κρασί και δύο σκελίδες σκόρδο, αφήναν το γιατροσόφι έξω τη νύχτα στα άστρα και αν το έπιναν δύο πρωινά γιατρεύονταν. Τα φύλλα καρδιάς (όπου γονάτιζαν στην εκκλησία την πεντηκοστή) σαν γύριζαν σπίτι τα έβαζαν στην αποθήκη για να μην πιάσει ψείρα το σιτάρι, και στο μπαούλο να μη "φάει" τα μάλλινα η "κόπτσα"(σκώρος).

Η "ασκαμνιά"(μουριά) είναι πολύτιμο δέντρο για όλα τα νοικοκυριά. Τρώνε τα νόστιμα "ασκάμνια" που υπάρχουν συνήθως στις αυλές των σπιτιών για να κάνουν σκιά το καλοκαίρι. Υπάρχουν τα άσπρα και κόκκινα "ασκάμνια" και τα λένε και "ντούτια", "ζούλιες", "ζούπες", "ρούμες", "ζώνες", ανάλογα με την περιοχή. Με τα φύλλα τρέφονται οι μεταξοσκώληκες, από τους οποίους παίρνουμε το μετάξι. Στη περίοδο των Βυζαντινών αλλά και στη τουρκοκρατία η μεταξουργία ήταν μια από τις κύριες πηγές πλούτου. Τα φύλλα επίσης της μουριάς "ασκαμνιάς" τα χρησιμοποιούσαν για να βάψουν κίτρινο το μαλλί.

Στις νότιες περιοχές ευδοκίμει κυρίως η ελιά. Το ψυχροσάββατο της Σταυροπροσκυνήσεως μοίραζαν στην Α. Θράκη λουκούμα (είδος κουλουριών), φάβα και ελιές. Οι γιάτρισσες κοπάνιζαν τις ελιές, τις έβαζαν σε πανί και τοποθετούσαν στον πρησμένο που πονούσε.

Οι κηπουροί οι γεωργοί καθώς και οι αμπελουργοί είχαν προστάτη τον Άγιο- Τρύφωνα. Επίσης τιμούν ιδιαίτερα τον Άγιο- Χριστόφορο που τους προστατεύει από το χαλάζι.

## ΚΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΚΡΑΣΙΑ

Σε πολλές περιοχές του διαμερίσματος της Θράκης και της Μακεδονίας καλλιεργούνται αμπέλια και παράγεται κρασί.

Στο παραδοσιακό βίο της περιοχής ο τρύγος κατέχει σημαίνουσα θέση.

Καλλιεργούσαν πολλές ποικιλίες σταφυλιών. Από τα «γιαπαλάκιο» γίνονταν τα περίφημα κρασιά του Μαριοφύτου. Από τα «κολόβιο» έβγαζαν ρακί. Τα πιο εκλεκτά σταφύλια ήταν οι «παφλαγόνες» και τα αρωματικά «πσαούσιο» που ωρίμαζαν τον Αύγουστο. Διάλεγαν τσαμπιά ως τα Χριστούγεννα. Τα έλεγαν «κρεμαστάριο». Για παραγωγή κρασιών χρησιμοποιούσαν πιο πολύ «παπάζ» ή «καρισι».

Ο τρύγος στα περισσότερα μέρη έπαιρνε μορφή πανηγυριού, τρυγούσαν συνήθως μετά τα μέσα Σεπτεμβρίου. Από ημέρες στοίμαζαν τα «χρειαζούμενα»: κάδους, (ξύλινα δοχεία), μετάγκια, βούτες, λήνους, βαρέλια, κοφίνια, «περιπέταιες» (καλάθια με δύο χέρια), τρυγομάχαιρα κ.α. Τα φαγώσιμα για τους τρυγητές ήταν βαρέλι με παστά ψάρια, κάδος με πιπεριές, τουρσί, κρέας αγελάδας για τη «μελέτω» (στιφάδο).

Ο τελάλης διαλαλούσε πριν από μερικές ημέρες: «Τη Δευτέρα κατά διαταγή του «Μουντούφη» (Προέδρου Κοινότητας) θ' αρχίς' ο τρύγος. Πρώτα γινόταν δέηση και μετά ξεκινούσαν τα στολισμένα με πολύχρωμες κορδέλες αμάξια όπου φόρτωναν τους λήνους. Τα έσερναν βουβάλια που τους είχαν

κρεμάσει κουδούνια και φούντες. Νέοι και παιδιά τραγουδούσαν, τα όργανα (ντέφια, γκάιντες, λύρες, τούμπανα) έπαιζαν. Όταν έφταναν στον προορισμό τους άλλοι έκοβαν τα τσαμπιά, άλλοι κουβαλούσαν και άλλοι «πατούσαν».

Το πάτημα γινόταν από άντρες. Έβγαζαν παπούτσια, κάλτσες, παντελόνια κι έμπαιναν σε μια μεγάλη «μπόμπα» (βαρέλι). Κοντά στον «κουρνά» (κάνουλα) έβαζαν δεμάτια από ταναγμένες σουσαμές για να μην περνούν τα κουκούτσια. Στους συγγενείς και φίλους που πήγαιναν να βοηθήσουν έδιναν σταφύλια και μούστο. Το βράδυ άναβε το γλέντι και έπαιρνε διονυσιακό χαρακτήρα. Ξεφάντωναν με χορό και τραγούδια :

Τα χείλη σου τα κόκκινα θέλω να τα φιλήσω  
Μα εκείνα στάζουν το κρασί, φοβάμαι μη μεθύσω....

.....Ο κόσμος είναι σφαίρα και όλο γυρίζει με  
με εγώ με το κρασάκι που πίνω δεν σεκλετιζομαι  
(στεναχωριέμαι)

Κάθε στιγμή που φεύγει δεν θα γυρίσει πια  
και τα καλά του Κόσμου βρίσκονται στα βουτσιά  
(βαρέλια)

Χαρακτηριστικό για την ευθυμία που επικρατούσε ήταν ότι «αο έριχναν έξω και οι γυναίκες». Τότε τις περιέπαιζαν οι άντρες τραγουδώντας :

Η κερά μ' κρασί δε μπίνει  
κι όπου το βρει δε ντ' αφήνει  
Όποιο μήνα έχει ρώ  
βάζ' μέσ' στο κρασί νερό,  
κι όποια δεν έχει ρώ  
το ρουφάει χωρίς νερό....

Το «καταπάτι» του κρασιού που έμενε στο βαρέλι το ξέραιναν στον ήλιο και έκαναν «λεμόντοζου» (τρυγικό οξύ).

Ξύδι έκαναν από το ξινισμένο κρασί και το «τσιπούρο». Το τσίπουρο το έβαζαν και στο «λαμπτικό» για να κάνουν ρακί ή οινόπνευμα. Οτι από μενε το έριχναν στα χωράφια για λίπασμα.



## ΤΟ ΚΥΝΗΓΙ

Οι πλούσιοι βιότοποι που υπήρχαν στη Μακεδονία και Θράκη, γινόταν πόλοι έλξεως των κατοίκων των περιοχών αυτών, οι οποίοι επιδίδονταν στο κυνήγι.

Το κυνήγι αποτελούσε αγαπημένη ενασχόληση των ανδρών και επίσης εμπλούτιζε σε σημαντικό βαθμό, το τραπέζι των χωρικών.

Από τα παλιά χρόνια οι κυνηγοί σύχναζαν στην περιοχή όχι μόνο για τη φτερωτή τους λεία, αλλά και για αγριογούρουνα, λαγούς, ελάφια κ.α. Το κυνήγι άρχιζε μισή ώρα πριν την ανατολή και τελείωνε μισή ώρα μετά τη δύση του ηλίου. Οι έμπειροι κυνηγοί οδηγούνταν από διάφορους ήχους, π.χ. το θρόισμα των φύλλων, το σύρσιμο κάποιου ερπετού κ.α. Από μακριά, σαν φαινόταν στον ορίζοντα ένα κοπάδι πουλιών καταλάβαιναν το είδος τους. Αν έριχναν 5-10 σταματούσαν γιατί «δεν ήταν σωστό να τα χαλάσουν όλω». Άφηναν τα υπόλοιπα να περάσουν και περίμεναν άλλο κοπάδι. Τη μέρα έτρωγαν και χουζούρευαν κάτω από τα βαθύσκια δέντρα. Το απομεσήμερο άρχιζε το τουφεκίδι.

Χρησιμοποιούσαν καριοφίλια, φυσίγια με κουρσούμα (πεντομονόβολα) κ.α. Σκότωναν λαγούς, ζαρκάδια, ελάφια γιατί αγαπούσαν τον εκλεκτό «μεζέ» αλλά επίσης και κουνάβια και αλεπούδες για τις γούνες τους. Το βράδυ ησύχαζαν στα καλύβια και απολάμβαναν τις τηγανητές συκωταριές από τα θηράματά τους, έπιναν το κρασάκι τους παινεύονταν για τα κατορθώματά τους και τραγουδούσαν.

## ΚΤΗΝΟΤΡΟΦΙΑ ΚΑΙ ΠΤΗΝΟΤΡΟΦΙΑ

Η κτηνοτροφία και η πτηνοτροφία αποτελούσαν βασικές πηγές διατροφής των κατοίκων. Η πλούσια θρακική και μακεδονική γη διέτρεφε πολλά μεγάλα και μικρά ζώα.

Κατά πρώτο λόγο εκτρέφουν βοοειδή. Όλα τα βοοειδή το χειμώνα τα κρατούσαν στους στάβλους, τα έτρεφαν με άχυρο, βρώμη ή κριθάρι. Το βράδυ τα οδηγούσαν στη βρύση του χωριού για να «ποτισθούν». Το καλοκαίρι η κοινότητα μίσθωνε «γελαδάρη» για να φροντίζει τα μεγάλα ζώα των αγροτών.

Τα βουβάλια έσερναν τους αραμπάδες. Γενικά ήταν απαραίτητα για τις γεωργικές δουλειές. Από το γάλα των θηλυκών βουβαλιών έκαναν βούτυρο και το περίφημο «καϊμάκι». Αυτοί που νοίκιαζαν τη «νομή» του χωριού «ανάσταιναν» πρόβατα. Υπέγραφαν συμβόλαιο που υποχρέωνε την Κοινότητα ν' ανοίξει «σουλτάρες» ανάμεσα στα σπαρτά, όπου υποδείκνυαν οι κτηνοτρόφοι. Τα πρόβατα «πλάγιαζαν» στα χωράφια και τα λίπαιναν. Το καλοκαίρι τα κοπάδια έμεναν σε πρόχειρες μάντρες χωρίς «σκέπες» πλεγμένες με κλαδιά μέσα στα

οχυρωμένα χωράφια. Το χειμώνα διανυκτέρευαν σε «σογιώ» (έχει σχήμα πρισματικής πυραμίδας με ύψος στο κέντρο 2 μ.).

Όπως γράφει ο Γ. Μέγας στις πολύ παλιές εποχές οι άνθρωποι τρέφονταν βασικά με κτηνοτροφικά προϊόντα.

Τότε «η αρχή του έτους καθοριζέτο από τον χρόνο της εξόδου των ποιμνίων εις τας ορεινάς βοσκάς».

Ως σήμερα για το λαό ο χρόνος χωρίζεται στην καλοκαιρινή περίοδο που αρχίζει από τις 23 Απριλίου (Αγ. Γεωργίου) οπότε οι βοσκοί πηγαίνουν τα κοπάδια στα ορεινά βοσκοτόπια και σε χειμωνιάτικη περίοδο που αρχίζει στις 26 Οκτωβρίου, (Αγ. Δημητρίου) ημερομηνία που γυρίζουν στα πεδινά χειμαδιά.

Αυτές τις δύο μεγάλες γιορτές οι αγρότες θεωρούν «συνόρατα» του χρόνου. Του Αι-Γιώργη θυσίαζαν τάυρο ή πρόβατο, κάνουν «κουρμπάνισ» και τρώνε όλοι μαζί. Η συνεστίαση συνδέει με ιερούς δεσμούς αυτούς που μετέχουν. Σε πολλά χωριά θυσίαζαν το ζώο κάτω από την εικόνα του Αγίου και παρατηρούσαν τι σχήματα έκανε το αίμα για να προμαντεύουν τα μελλούμενα. Με το αίμα έκαναν σταυρό στα μέτωπα των παιδιών και των ζώων, στις πόρτες των σπιτιών κ.λ.π.

Στη Σαμοθράκη παλιά η κτηνοτροφία είχε μια ιδιαιτερότητα : Τα ζώα ζούσαν αμέριμνα στους βοσκοτόπους (λημέρια) και τότε τότε πήγαιναν οι «κεχαγιαδες» (βοσκοί) να τα παρακολουθήσουν. Όπως γράφει ο Ίων Δραγούμης στο νησί δεν είχε λύκους, έτσι οι κτηνοτρόφοι είχαν το κεφάλι τους ήσυχο. Χαρακτηριστική είναι η περιγραφή : «..... Άκουσα τους κεχαγιαδες που μλούσαν για το κρασί....Έπειτα έλεγαν ήσυχα-ήσυχα, σαν αδιάφοροι για κάτι κατσίκια που τους είχαν φύγει....». Για να τα ξεχωρίζουν οι κτηνοτρόφοι έβαζαν τα «σημάδια τους».

Στο νησί όμως ζούσαν και αγριοκάτσικα, «τα βαγιάρκω», καθώς και άγρια άλογα. Ο Ίων Δραγούμης γράφει : «Και είδα έξαυνα ένα κοπάδι άσπρα άλογα, πανέμορφα, που έβοσκαν στην ερημιά, σαν ανάγλυφα του Παρθενώνα. Μόλις μας ένιωσαν, σήκωσαν τα περήφανα κεφάλια τους, μας κοίταξαν μια στιγμή και έφυγαν τρεχάτα, κοπαδιαστά, τα καλοφτιαγμένα, τα άσπρα άλογα, τα νησιώτικα, τ' αγριεμένα....».

Στα μέσα Μαΐου γίνονταν «τα κούρτω», το κούρεμα δηλαδή των κατσικιών και των προβάτων που είχαν μαντρώσει από νωρίς. Οργανωνόταν πανηγύρι, που μπορούσε να κρατήσει και δύο μέρες. Συγκεντρώνονταν οι οικογένειες των κτηνοτρόφων της περιοχής, ο τσομπάνης κούρευε τα ζώα, το κρέας έβραζε στη «χαρκότσκα» (μικρό καζάνι), όταν ήταν έτοιμο πρόσθεταν γάλα και ρύζι. Επακολουθούσε γερό φαγοπότι και χορός :

«..... βρε κεχαγια περίφανε  
με τις πλακές λαγάρες  
πρόβαλε να δεις  
κορμί που λαχταρείς

αστιβιές και θυμαρέλια  
τ' άσπρα σου τα ποδαρέλια!  
Όταν σ' αρεβωνιάσανε  
δεν τόξερα ο καημένος  
μα την Παναγιά

δεν σ' απαρνιέμαι πια.

Οι γυναίκες ασχολούνταν πιο πολύ με την παραγωγή γαλακτοκομικών προϊόντων. Μαγιά («πιτιά») για να πήξουν τυρί ετοιμάζαν από το στομάχι νεογέννητου αρνιού ή κατσικιού, που είχε δοκιμάσει μόνο το γάλα της μάνας του. Το στομάχι ήταν γεμάτο με κομματάκια σαν κίτρινο τυρί. Έριχναν μέσα μα φούχτα αλάτι, από πάνω το έδεναν με το έντερο κι από πάνω το περνούσαν σε βέργα και το κρεμούσαν στο τζάκι ή στον ήλιο για να ξεραθεί. Μετά κοπάνιζαν τα βωλάκια και τα περνούσαν από αραιό τουλπάνι. Την σκόνη την έβαζαν σε μπουκάλι με νερό που το φύλαγαν σε ζεστό μέρος. Όταν έπιζαν τυρί έριχναν την ανάλογη ποσότητα υγρού σε άβραστο γάλα.

Κατόπιν, όταν χώριζε το τυρόγαλα (το έδιναν στα γουρούνια) έβαζαν το τυρί σε τσαντίλα για να στραγγίσει. Ύστερα το έκοβαν κομμάτια και το αλάτιζαν. Για το χειμώνα το διατηρούσαν σε «άρμη» για να μην επιπλέουν τα κομμάτια έβαζαν επάνω μια σανίδα τρυπημένη.

Οι νοικοκυρές για να κάνουν βούτυρο μάζευαν από το βραδινό γάλα το «καϊμάκι» (κορφή), πρόσθεταν 5-6 οκάδες γάλα στο καρδάρι (ξύλινο δοχείο σαν κόλourας με διάμετρο 20 εκ. στη βάση, 12 εκ. στο άνοιγμα και ύψος 1 μέτρο). Χτυπούσαν με το καρδαρόξυλο μέχρι να χωρίσει το βούτυρο και να επιπλεύσει. Με το «αριάνι» (αποβουτυρωμένο γάλα) έκαναν μωζήθρα, που την έδιναν στα «κουρκιά» (γαλοπούλες). Η μωζήθρα από το τυρόγαλα ήταν γευστική και την έτρωγε η οικογένεια με τα «χειμωνιστ'κω» (κουσκούσια, τραχανά, γιοφκάδες ή μακαρόνια σπιτικά).

Με το γάλα έκαναν «ξύγαλο» (γιαούρτι) χρησιμοποιώντας για μαγιά διαλυμένο σε χλιαρό γάλα παλιό γιαούρτι. Όταν έριχναν πολλή μαγιά και γινόταν πηχτό το γιαούρτι, έλεγαν «το ξύγαλο τόφαγε η μαγιά».

Οι νοικοκυρές «κπίντιζαν» (έκαμαν κιμά το κρέας) χτυπώντας το με μπαλταδάκι επάνω σε σανίδα.

Για να κάνουν τα «σουτζούκια» (λουκάνικα) αλάτιζαν πολύ τον κιμά «για να τσ'μπάει τ' άλας» πρόσθεταν μρωδικά και γέμιζαν τα έντερα. Όταν ξεραίνονταν κάπως τα χτυπούσαν με ξύλινο ραβδί για να πλσύνουν.

Σ' όλα τα σπίτια φύλαγαν «καβουρμά» για το χειμώνα : Έκοβαν σε μικρά κομμάτια ψαχνό κρέας αρνιού, το έβραζαν καλά, μέχρι να σωθεί το νερό, σε μεγάλη χύτρα και το διατηρούσαν σε «καρούπια» (πιθάρια). Όσα μωλλιά από τα πρόβατα δεν τα πουλούσαν, οι γυναίκες του σπιτιού τα καθάριζαν, τα έγνεθαν και με το νήμα έπλεκαν και ύφαιναν.

Οι νοικοκυρές έτρεφαν πουλερικά : «κουρκιά» (γαλοπούλες), πάπιες, χήνες, κότες. Προμηθεύονταν από τον μπακάλη «2 αυγών λάδι» ή «ενός αυγού ζάχαρη» κ.λ.π., γιατί τα χρόνια της Τουρκοκρατίας, ιδίως στην ύπαιθρο, επικρατούσε ο αντιπραγματισμός.

## ΚΑΤΟΙΚΙΑ - ΜΑΓΕΙΡΙΟ

Η παράδοση της οικοδομικής τέχνης μεταβιβάστηκε από γενιά σε γενιά κυριολεκτικά μέσα από τα χέρια του Έλληνα τεχνίτη, με την εμπειρία και την παρατήρηση, χωρίς συγγράμματα και σχεδιαστικά μέσα. Ταυτόχρονα παραδόθηκε στους νεότερους ένα αξεπέραστο μάθημα αρχιτεκτονικής η μετάβαση από τον ανοιχτό χώρο στον ιδιωτικό κλειστό των δωματίων μέσω ημυπαίθριων χώρων, όπου σε αρμονία με το ήπιο μεσογειακό κλίμα ξετυλίγεται η ζωή του σπιτιού και η κίνηση σε διαφορετικά επίπεδα μέσα στο σπίτι, που χαρίζει ποικιλία από οπτικούς ορίζοντες τόσο εσωτερικά όσο και έξω προς το τοπίο.

Η διαδοχική μετάβαση από τον ανοιχτό χώρο (αυλή) στον ημυπαίθριο (χαγιάτι - βαθύς εξώστης) και τέλος στον κλειστό (οντάδες - δωμάτια) ξεκινά από την υψηλή περίφραξη που προστατεύει τον ιδιωτικό μικρόκοσμο της κατοικίας από τον δρόμο, με τον οποίο επικοινωνεί μέσω βαριάς ξύλινης πόρτας (αυλόπορτα). Ο εσωστρεφής χαρακτήρας της κατοικίας δηλώνεται και από τα ελάχιστα ως ανύπαρκτα ανοίγματα στην πέτρινη ισόγεια τοιχοποιία που εφάπτεται στο δρόμο, αντιθέτως ο ελαφρύς ξύλινος τοίχος του ορόφου προβάλλει σε προεξοχή (σαχνισί), συχνά ακανόνιστη και με πλήθος ανοιγμάτων για τη θέα («παρακυπτικά» παράθυρα).

Οι σύγχρονοι μελετητές (Κωνσταντινίδης Μουτσόπουλος) υπογράμμισαν τη μεγάλη αξία των ημυπαίθριων χώρων : με το στεγασμένο προς νότο ημυπαίθριο χώρο ρύθμιζε πάντα ο κατασκευαστής του ηλιασμό στην κατοικία, επέτρεπε στο χαμηλό χειμωνιάτικο ήλιο να διεισδύει βαθιά στο εσωτερικό του σπιτιού, ενώ το προστάτευε από το δυνατό κατακόρυφο ήλιο του καλοκαιριού. Αυτή τη σοφή κατασκευαστική χειρονομία θα την ανακαλύψουμε στους αρχαίους οικισμούς στην Ολυνθο της Χαλκιδικής, τις Πέτρες της Φλώρινας, τη Μαρώνεια της Ροδόπης, σε περιοχές της Θράκης και θα τη συναντούμε ως διαχρονικό στοιχείο σε όλη τη μακρά διαδρομή της βυζαντινής και νεότερης οικιστικής παράδοσης του τόπου μας.

Βασικό τμήμα του σπιτιού αποτελεί το μαγειριό. Το μαγειριό (κουζίνα) είναι ο χώρος όπου η νοικοκυρά του σπιτιού παλεύει με τη φωτιά της εστίας και το νερό, ανάμεσα στα σκεύη και τα υλικά, για να ετοιμάσει το φαγητό της οικογένειας, καθώς και όσων είναι στη δούλεψη της.

Συνήθως είχε χωριστή είσοδο από την αυλή, για να εξασφαλίζεται εύκολη πρόσβαση, φωτισμός, αερισμός και το υπόλοιπο σπίτι να διατηρείται καθαρό. Συχνότερα όμως βρισκόταν σε παράσπιτο μαζί με το φούρνο.

Το πάτωμα ήταν χωματένιο ή πλακόστρωτο, η οροφή συχνά χωρίς ταβάνι, οι τοίχοι μαυρισμένοι από τους καπνούς παρά τα συχνά ασπρίσματα. Τα σκεύη κρεμασμένα από καρφιά ή σκουμπισμένα σε ράφια πολλά, αραδιασμένα σε γωνιές, σε ντουλάπια και κόγχες. Έλαμπαν, συχνότερα όμως μωτζούρωναν, ανάλογα με τη χρήση, σε μια ποικιλία μορφών, μεγεθών και ύλης (σιδερένια, χάλκινα, μπρούτζινα, πήλινα, γάλινα, ξύλινα, ή από πλεκτές βέργες).

Με όλα αυτά τα κουζινικά η νοικοκυρά θα προετοιμάσει και θα μαγειρέψει, θα σερβίρει και θα μεταφέρει την τροφή και τα ποτά. Με αυτά θα

παρασκευάζει και θα αποθηκεύσει για συντήρησι τα τρόφιμα του χειμώνα (ζυμαρικά, τουρσιά, τυριά, παστά ψάρια, και κρέατα, σάλτσες, μαρμελάδες, γλυκά και ποτά). Στο μαγειριό η γωνιά του τζακιού συγκέντρωνε γύρω της όλα τα σκεύη, γιατί εκεί γινόταν το μαγείρεμα και ακολουθούσε το πλύσιμο των σκευών.

Όταν υπήρχε κουζίνα ενσωματωμένη στο σπίτι στη μια γωνιά ήταν το τζάκι (παραγώνι) και στην απέναντι καθόταν για φαγητό. Το δάπεδο καλυμμένο με ψάθες, υφαντά και στρωσίδια (κουρελούδες, κιλίμα) μοναδικό έπιπλο ήταν ένας χαμηλός κτιστός ή σανιδένιος καναπές, (το μντέρι), με χορταρένιο στρώμα και όμοιες μαξιλάρες.

Την ώρα του φαγητού κατέβαζαν από τον τοίχο το σοφρά, ένα πολύ χαμηλό ξύλινο τραπέζι, πάνω στο οποίο τοποθετούσαν το ταψί, το μεγάλο πιάτο ή την κούπα από όπου έτρωγαν όλοι μαζί. Όσο πιο ευκατάστατη ήταν μια οικογένεια τόσο περισσότερα απομικά σκεύη είχε, τονίζοντας μάλιστα αυτήν την απομικότητα με σκαλιστά μονογράμματα, και τόσο πιο πολύ προτιμούσε τα χάλκινα από τα πήλινα.

Προς τους ξένους προσφέρονταν κατ' έθιμο ιδιαίτερες περιποιήσεις που επωμιζόταν η κόρη του σπιτιού, τους βοηθούσε στο πλύσιμο των χεριών και των ποδιών, με τα ίδια σκεύη όπως ακριβώς τα ομηρικά χρόνια. Μια άλλη από τις τιμές της φιλοξενίας αποτελούσε το στρώσιμο του καλού σινιού, που ήταν γαμήλιο δώρο του κουμπάρου, για τραπέζι.

## ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Η διατροφή στην παραδοσιακή κοινωνία διαμορφώνεται με βάση τα κύρια προϊόντα που καλλιεργούνται και τα οικόσιτα ζώα που εκτρέφονται. Εξ' άλλου συνδέεται άμεσα με τις οικονομικές συνθήκες που επικρατούν και τις πολιτιστικές επιδράσεις που δέχονται οι περιοχές.

### το ψωμί

Το ψωμί είναι εκείνο που έπαιξε καθοριστικό ρόλο στη διατροφή της παραδοσιακής κοινωνίας. Η κατασκευή του ψωμού αποτελεί τελετουργία για το κάθε σπιτικό και συνδέεται άμεσα με την οικονομική ευημερία του. Πολλά έθιμα στη Θράκη και Μακεδονία έχουν ως επίκεντρο το ψωμί, την προετοιμασία του και τον συμβολικό του χαρακτήρα.

Στη Μακεδονία και Θράκη (σε πολλά χωριά ακόμα και στις μέρες μας) υπάρχει το έθιμο να πίνουν προζύμι την παραμονή των Χριστουγέννων. Λένε: "Ο Χριστός γεννάται, το φως ανεβαίνει το προζύμι να γένει". Αν δεν πετύχει είναι κακό προμήνυμα για το σπιτικό. Πολύ σπάνια άλεθαν το σιτάρι στο

χειρόμωλο. Πιο συχνά το αλεύρι το έφερναν αλεσμένο από το νερόμωλο ή ανεμόμωλο. Πριν ζυμώσουν οι νοικοκυρές "κρησάριζαν" το αλεύρι για να ξεχωρίσει από το άχυρο.

Για το ψωμί του γάμου χρησιμοποιούν και σήμερα ακόμη στα χωριά μεταξωτό κόσκινο (πολύ ψιλό). Το προζύμι το "πιάνουν" ένα αγόρι και ένα κορίτσι που ζουν οι γονείς τους. Αφού ζυμωθεί το ψωμί ρίχνοντας λίγο-λίγο νερό ("το πιάνε στεριό") για να γίνει αφράτο, ρίχνουν ο ένας στον άλλο αλεύρι «για ν' ασπρίσ'» για το καλό του νέου ζευγαριού.

Άλλοτε το ψωμί της εβδομάδας ζυμωνόταν σε ξύλινη σκάφη. Η ζυμάτρια έριχνε τη μαγιά, λιωμένη σε νερά, και την ανακάτευε με το αλεύρι. Έβρεχε τα χέρια της στο «λήακω» (νερό ζεστό με λίγο αλάτι). Όταν «έβγαζε φούσκες», το ζυμάρι ήταν έτοιμο. Τότε η νοικοκυρά έβγαζε με το «ξύστρο» (σιδερένιο φτυαράκι) τα τοιχώματα της σκάφης και ένωσε τα ζυμάρια που είχαν κολλήσει στη ζύμη και τη σταύρωνε τρεις φορές. Την «πασπάλιζε» (έριχνε πάνω της) με αλεύρι και τη σκέπαζε με καθαρή πετσέτα και μάλλινη κουβέρτα για «ν' ανέβει» γρήγορα. Αν αργούσε έβαζε επάνω σαπούνη «άουρτο» (αμεταχείριστο) ή ανδρικό ρούχο ή έχωνε στο ζυμάρι «φλουρί Κωσταντινάτο».

Όταν "φούσκωνε" η ζύμη τη χώριζε σε κομμάτια και την έπλαθε σε διάφορα σχήματα (πλαστό, λειτουργιά, κουλικάκια, για τη χαρά και τη μακαριά, κανίσκι, με στολίδια του γάμου, κλήκι πασχαλιάτικο, κουλούρα). Στις «κρούνες» με το κόκκινο αβγό πρόσθετε ζάχαρη, βούτυρο, αβγά. Εβαζε τα πλαστά στην "π' νακαπή" που είχε μήκος 1-2μ και "πνακωτά" (θέσεις) για 6-12 ψωμά για να τα φουρνίσει. Στα μαγειρικά σκεύη στη Θράκη συμπεριλαμβάνεται και η γάστρα ή "κλιβάνια". Παρόμοιο σκεύος χρησιμοποιούσαν οι αρχαίοι και οι Βυζαντινοί: "Το κλιβάνιον" είχε πήλινο σκέπασμα και όπως το περιγράφει ο Μανουήλ Μοσχόπουλος ήταν "... σκεύος τι σιδηρούν εφ' ώ τούς άρτους άπτουσι πύρ υποκαύσαντες καί πυρακτώσαντες αυτό".

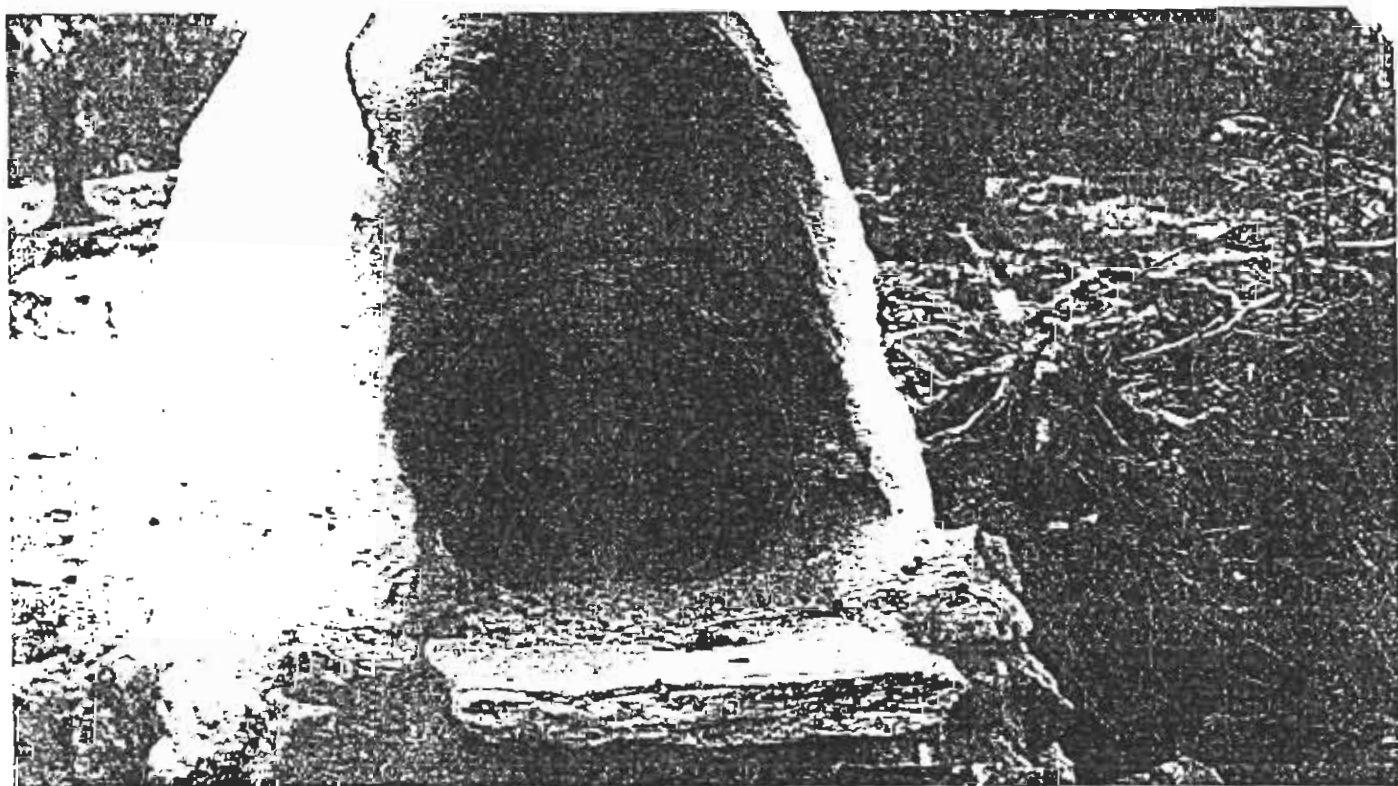
Στα περισσότερα χωριά κάθε σπίτι έχει το φούρνο του χτισμένο, με χώμα και τούβλα στην αυλή ή κάτω από το ξύλινο υπόστεγο ("χαγάτι") που είναι μπροστά από το σπίτι. Το επάνω μέρος του φούρνου είναι στρογγυλό. Το νέο φούρνο τον "έκαιγαν" ένα εικοσιτετράωρο με χοντρά κούτσουρα. Όταν τα άναβαν έλεγαν: "καίει ο φούρνος, καίει, καίει κι οι λαμπαδιές (κλαδιά) για να ψήσουν τα κουλίκια να φαν οι νύφες...". Την πρώτη φορά έψηναν ψωμάκια που τα κρατούσαν για φάρμακο: Ο «δαγκωμένος από λυσσασμένο σκύλο έτρωγε από το ψωμί για να γίνει καλά».

Ζύμωναν συνήθως μια φορά την εβδομάδα. Αν δεν τους έφτανε το ψωμί έπαιρναν δανεικά από τη γειτόνισσα και "πορεύονταν" (βολεύονταν). Οι νοικοκυρές ζύμωναν και "φλαγούνες" δηλ. πίτες ζεστές και πλατιές όπου έβαζαν τυρί ή βρασμένο σπανάκι. Μόλις γύριζαν τα παιδιά από το σχολείο ή τα παιχνίδια, έτρωγαν την "πιτούδα" και τραγουδούσαν χαρούμενα:

"Άλφα-βήτα κόψε πίτα  
δώσ' και μένα  
φάε και συ!"  
ή  
"Πίτα, μπογάτσα  
φάε και μια μπάτσα".

Στη Σαμοθράκη το πρώτο ψωμί, που ετοιμάσθηκε από τη νέα σοδειά το μοιράζει στα μέλη της οικογένειας του ο πατέρας κόβοντας το με το χέρι. Το τρώνε σκέτο και ευχαριστούν το θεό για ό,τι τους έδωσε. Αν το προζύμι "έπεφτε" λίγο ή αν η νοικοκυρά βιάσθηκε να φουρνίσει, το ψωμί γινόταν "αλιπανάβατο" (δεν είναι αφράτο).

Με το ψωμί συνδέεται και το έθιμο της "Βαρβάρας". Στις 4 Δεκεμβρίου εορτής της Αγίας Βαρβάρας (που προσποιείται τις χήρες και τα ορφανά) νηστεύουν όλα τα σπίτια. Τρώνε βαρβάρια που παρασκευάζεται ως εξής: Οι νοικοκυρές βράζουν κοπανισμένο ελαφριά σιτάρι, προσθέτουν σταφίδες, κομμάτια μήλο, αμύγδαλα, καρύδια, ρακί, ζάχαρη και κανέλα. Οι παλιοί θυμούνται επίσης την ακόλουθη παράδοση. Όπως γνωρίζουμε από τους βίους των Αγίων, η Αγία Βαρβάρα είχε πατέρα τον άρχοντα Διούσκορο, φανατικό ειδωλολάτρη, ο οποίος όταν πληροφορήθηκε ότι η κόρη του ήταν Χριστιανή, με μεγάλη κοινωνική δράση, δεν δίστασε να την σκοτώσει. Ένα από τα έργα της Αγίας ήταν και τα εξής. Κάποτε ο πατέρας της για να αφανίσει τους Χριστιανούς, διέταξε όσους πουλούσαν ψωμί και άλλα τρόφιμα, να βάλουν φαρμάκι σε ότι αγόραζαν οι Χριστιανοί. Η Αγία όμως τους ειδοποίησε αμέσως και τους συμβούλεψε να φάνε μόνο ότι βρίσκεται στο σπίτι τους. Εκείνοι επειδή δεν είχαν από κάθε είδος αρκετή ποσότητα για να μαγειρέψουν ένα φαγητό, ανακάτεψαν διάφορα τρόφιμα, σιτάρι, φασόλια, καλαμπόκι, σταφίδες, καρύδια, αμύγδαλα, μήλα. Και έτσι έγινε η "βαρβάρια". Από τότε τιμούν ιδιαίτερα την Αγία Βαρβάρα και στις 4 Δεκεμβρίου βράζουν και μοιράζουν "βαρβάρια" στη χάρη της και για να προστατεύει τα σπτικά από τις αρρώστιες, ιδίως την ευλογιά, που τον καιρό των προγόνων μας ήταν πραγματική μάστιγα.



Όλος ο αγώνας και καθημερινός μόχθος της δουλειάς γινόταν για "τον άρτον τον επιούσιον". Ο τρόπος παρασκευής του ήταν κοινός, αλλά το είδος διέφερε κατά τόπους. Ανάλογα με την τοπική παραγωγή και τις

γενικότερες οικονομικές συνθήκες, το ψωμί μπορούσε να γίνει από αλεύρι σιταριού, σίκαλης, καλαμποκιού, και στη χειρότερη περίπτωση κριθαριού, που αποτελούσε και τροφή των ζώων.

Όσο όμως το ψωμί ήταν η βάση για την επιβίωση, το λάδι και το λίπος ήταν η βάση της υγείας και της δύναμης. Η παραγωγή τους είχε εντελώς διαφορετική προέλευση. Το λάδι, πανάρχαιη ελληνική τροφή συνηθιζόταν στα παράλια όπου ευδοκίμωσε η ελιά, ενώ ήταν σπανιότερο στα ορεινά μέρη. Εκεί κυριαρχούσε το ζωικό(χοιρινό) λίπος και το βούτυρο, που προερχόταν από το αγελαδινό ή πρόβειο γάλα με ειδική επεξεργασία. Λάδι-λίπος, γαλακτερά και προπαντός κρέας (από βοοειδή, αιγοπρόβατα και χοιρινά), ήταν γενικά λιγυστά, εκτός από εξαιρέσεις. Τα πουλερικά παρείχαν ως καθημερινή θρεπτική τροφή τα αυγά τους και το νόστιμο κρέας τους ως εύκολη λύση για την αντιμετώπιση έκτατων περιπτώσεων.

Τα οικόσιτα ζώα εντάσσονταν μέσα στο κύκλωμα της οικιακής παραγωγής-κατανάλωσης, όπου το πνεύμα οικονομίας αποτελούσε βασική αρετή και η φύση με τα ζωντανά της αντιμετωπιζόταν με σεβασμό.

Μια οικογένεια θεωρούνταν αυτάρκης όταν με τα υπολείμματα της δικής της διατροφής μπορούσε να θρέψει ζώα εξασφαλίζοντας έτσι δυναμωτική τροφή για όλο το χρόνο. Αντίθετα ήταν φτωχή, αν το διαιτολόγιο της αποτελούνταν σχεδόν αποκλειστικά από χόρτα και λαχανικά. Και στις δύο περιπτώσεις ο άντρας έπρεπε να εξασφαλίσει το κρασί για τις επίσημες ώρες, τις γιορτές και τις φιλοξενίες. Ελληνικό σπίτι χωρίς κρασί ή τσίπουρο ήταν κάτι πολύ σπάνιο. Ωστόσο μπορούσε να συμβεί και αυτό, οπότε το νερό της στάμνας από την πηγή, τη βρύση, ή το πηγάδι, δρόσιζε και αναζωογονούσε.

Η οικογένεια, ύστερα από τον κάματο της ημέρας, συγκεντρωνόταν γύρω από το τραπέζι για φαγητό. Τότε ο αρχηγός της, κόβοντας σταρωτά το ψωμί, έλεγε τη προσευχή: "Κύριε ευλόγησον τον άρτον, τον οίνον και το έλαιον".



# ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΜΕΖΕΔΕΣ

## ΠΙΤΕΣ

### ΒΑΙΤΟΠΙΤΑ - ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 κιλό βλίτα
- 2-3 φρέσκα κρεμμύδια
- 1 κιλό αλεύρι
- 500 γραμμάρια τυρί
- 500 γρ. κιμάς
- λίγο αλάτι
- λίγο μαύρο πιπέρι
- 1 φλιτζάνι γάλα
- 5 αυγά
- 1 βιτάμ
- λίγο φρέσκο βούτυρο

Πλένουμε και κόβουμε τα βλίτα μικρά - μικρά. Τα τρίβουμε με αλάτι καλά και τα στραγγίζουμε να φύγει το ζουμί τους. Προσθέτουμε μέσα στα βλίτα το κιμά με τα κρεμμυδάκια σοταρισμένα με φρέσκο βούτυρο, το τυρί, 4 αυγά, λίγο μαύρο πιπέρι και λίγο αλάτι. Έτσι έχουμε τη γέμιση της πίτσας έτοιμη. Με το αλεύρι, το γάλα, το βιτάμ και λίγο αλάτι ζυμώνουμε μια καλή απαλή ζύμη. Σιγά - σιγά προσθέτουμε λίγο - λίγο το γάλα και το αλεύρι.

Με το αλεύρι, το γάλα, το βιτάμ και λίγο αλάτι, ζυμώνουμε μια καλή απαλή ζύμη. Σιγά - σιγά προσθέτουμε λίγο - λίγο το γάλα και το αλεύρι.

Μόλις ετοιμάσουμε τη ζύμη, πλάθουμε 2 φύλλα χοντρά και πάνω τους αλείφουμε το βιτάμ. Κάθε φύλλο το κόβουμε σε κομμάτια. Βάζουμε το ένα πάνω στο άλλο και, όλα μαζί, τα πλάθουμε ξανά σε ένα φύλλο για επάνω και ένα για κάτω από το ταψί.

Στρώνουμε το ένα φύλλο, αδειάζουμε όλη τη γέμιση μέσα, τη στρώνουμε καλά, τη σκεπάζουμε με το δεύτερο φύλλο και αλείφουμε την επιφάνειά της με ένα αυγό.

Τη ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο επί 1 ώρα. Είναι μια από τις πιο νόστιμες πίτες.

### ΠΡΟΥΣΚΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΝΗΡΙΤΑΣ

#### Για τη ζύμη

- 1/2 κιλ. αλεύρι
- 1/2 ποτήρι χλιαρό νερό
- λίγο αλάτι
- 2 αυγά

#### Για τη γέμιση

- 2 αυγά

- 200 γρ. τριμμένο τυρί
- πιπέρι.

#### Για το άρτυμα

- 150 γρ. βούτυρο
- 100 γρ. παρμεζάνα

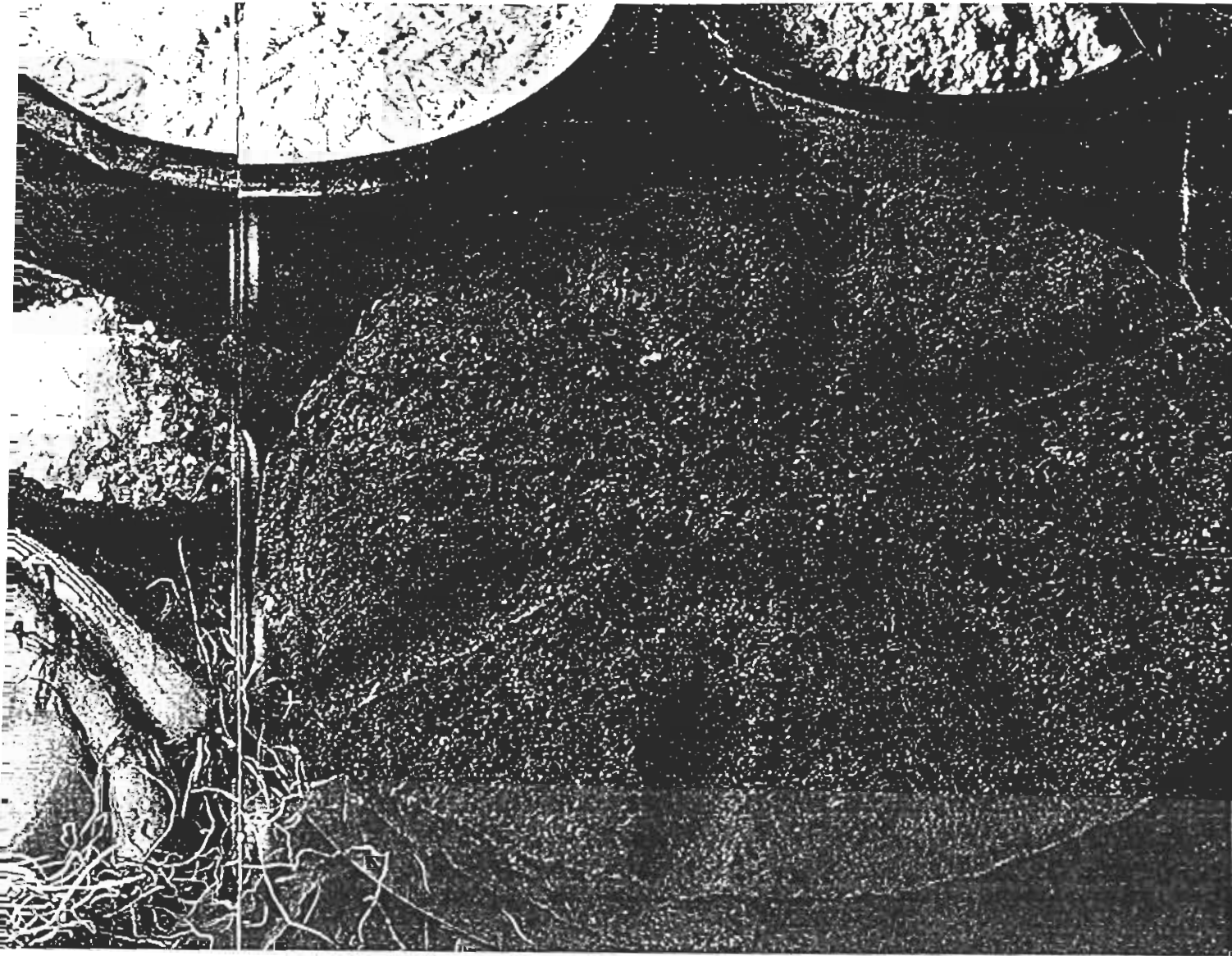
Ζυμώνουμε το αλεύρι με το νερό, προσθέτουμε 1 αυγό και αλάτι και γίνεται κατάλληλη, που την ανοίγετε φύλλο με τον πλάστη.

Κόβουμε τα φύλλα σε τετράγωνα 10X10 εκ. τ' αλείφουμε με χτυπημένο αυγό και βάζουμε μια κουταλιά γέμιση. (Έχουμε ετοιμάσει τη γέμιση σ' ένα πιάτο με το τυρί τα 2 αυγά και το πιπέρι).

Διπλώνουμε τις άκρες δίνοντας τριγωνικό σχήμα και πιέζουμε να κολλήσουν οι άκρες ώστε να μην ανοίξουν και βγει η γέμιση στο ψήσιμο.

Ετοιμάζουμε όλες τις προύσκες.

Βράζουμε νερό σε κατσαρόλα και ρίχνουμε τις προύσκες, λίγες - λίγες, για 10 λεπτά. Προσοχή δεν πρέπει να τις ανακατέψουμε. Τις βγάζουμε με τρυπητή κουτάλα, και τις αφήνουμε στο στραγγιστήρι, ώσπου να τις βράσουμε όλες. Τις ξεπλένουμε αμέσως με κρύο νερό για να μην κολλήσουν μεταξύ τους, τις στραγγίζουμε και τις αδειάζουμε σε πιατέλα. Τις ραντίζουμε με παρμεζάνα τριμμένη, τις ζεματάμε με καυτό βούτυρο και τις σερβίρουμε.



### ΑΣΜΑΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΔΡΑΜΑΣ

- 1/2 κιλό γιαούρτι
- 1/2 φρέσκα κρεμμυδάκια
- ένα δεματάκι άνηθο
- ένα δεματάκι δυόσμος
- 2 φλιτζάνια του καφέ λάδι
- 1 κουταλιά της σούπας αλάτι
- 750 καλαμποκίσιο αλεύρι
- 300 αμπελόφυλλα φρέσκα

Σε μια βαθιά σουπιέρα ρίχνουμε το γιαούρτι και τα ψιλοκομμένα κρεμμυδάκια, το δυόσμο και τον άνηθο. Προσθέτουμε το αλεύρι, το αλάτι, το λάδι. Τα ανακατεύουμε όλα μαζί καλά.

Σε ένα κανονικού μεγέθους τηγάνι, αφού τα λαδώσουμε καλά, στρώνουμε μια σειρά αμπελόφυλλα, ωσότου σκεπαστούν καλά ο πάτος και τα πλάγια του τηγανιού. Ρίχνουμε μέρος από το υλικό, μέχρι να σκεπαστεί καλά

όλο. Τις προεξοχές από τα αμπελόφυλλα τις διπλώνουμε προς τα μέσα. Έπειτα, βάζουμε ακόμα μια σειρά αμπελόφυλλα.

Αφού είναι όλα έτοιμα βάζουμε το τηγάνι σε κανονική φωτιά ωσότου ροδίσει καλά η κάτω πλευρά. Έπειτα αναποδογυρίζουμε και αφήνουμε να ροδίσει και η άλλη πλευρά της πίτας. Το ίδιο κάνουμε ωσότου τελειώσει το υλικό.

Αφήνουμε λίγο να κρυώσει και τη σερβίρουμε σκέτη χωρίς ψωμί.

### ΚΟΛΟΚΥΘΟΠΙΤΑ ΜΕ ΠΡΑΣΙΝΑ ΦΡΕΣΚΑ ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΡΝΑΙΟΥ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ.

- 1 κιλό κολοκυθάκια (τριμμένα στο τρίπτυη)
- 1/2 κιλό τυρί φέτα
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- 2 κουτιά γάλα γλυκό (<Νουνού> μικρά)
- 6 αυγά

Τα υλικά που αναφέρουμε τα κάνουμε ένα μίγμα. Μετά, απλώνουμε με το χέρι μας λίγο λάδι σε μέτριο ταγί το πασπαλίζουμε με αλεύρι και το βάζουμε στο φούρνο. Μόλις πάρει λίγο χρώμα το βγάζουμε και ρίχνουμε το μίγμα.

Με 1 φλιτζάνι γάλα, 1 φλιτζάνι λάδι, 3 αυγά, λίγο αλάτι, μια πρέζα σόδα και όσο αλεύρι πάρει, φτιάχνουμε ένα κουρκούτι και σκεπάζουμε με αυτό την πίτα, για να πιάσει κρούστα στο ψήσιμο.

Ψήνεται σε μέτριο φούρνο 200 βαθμών. Ταγί διαμέτρου 0,38 εκατ.

### ΠΙΣΠΙΛΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΗΛΙΑΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

- 1/2 κιλό αλεύρι από καλαμπόκι
- 250 γρ. λίπος από χοιρινό ή βούτυρο
- 1 κιλό χόρτα αγρια (βρούβες)
- αλάτι

Πλένετε, ζεματάτε τα χόρτα και τα αχνίζετε με το λίπος, τρίβετε το τυρί και το ρίχνετε στα χόρτα μαζί με το αλάτι.

Αλείψετε ένα ταψί μέτριο με λίπος, πασπαλίζετε με αλεύρι και το ραντίζετε με νερό να μαλακώσει. Επαναλαμβάνετε το ίδιο 2 φορές ακόμη.

Προσθέτετε τα μισά από τα χόρτα και σκεπάζετε με αλεύρι που ραντίζετε με νερό εναλλάξ, 2-3 φορές. Προσέχετε το αλεύρι να μαλακώσει με το νερό.

Αν θέλετε, μπορείτε να προσθέσετε στο τελείωμα τσιγαρίδες (κομμάτια λίπους από χοιρινό κρέας καβουρδισμένο). Ψήνετε σε δυνατό φούρνο ώσπου να κοκκινίσει.

Γίνεται ένα υπέροχο πιάτο με ρομβοειδή κομμάτια για το χειμώνα και τρώγεται ζεστό.

## ΤΖΙΓΕΡΟΠΙΤΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

### Για τη γέμιση

- 1 συκωταριά, καλύτερα αρνίσια (αφαιρούμε μόνο το μαύρο συκώτι)
- 350 γραμ κρεμμύδια
- 250 γρ. τυρί φέτα (πατημένη με το πιρούνι)
- 5 αυγά 1 κουταλιά σούπας φρέσκο βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι

### για το φύλλο (γκιουσλεμέ)

- 3 ποτήρια του νερού αλεύρι,
- 1 ποτήρι (όχι γεμάτο) νερό
- 250 γραμ Φυτίνη λίγο αλάτι

Σοτάρουμε τα κρεμμύδια (κομμένα σε μεγάλα κομμάτια) με λίγο βούτυρο.

Αφού πλύνουμε καλά τη συκωταριά, τη κόβουμε σε μεγάλα κομμάτια και τη βάζουμε να βράσει με τα κρεμμύδια σε πολύ ζεστό νερό. Αφήνουμε να βράσουν πολύ, μέχρι να πουν τα κρεμμύδια όλα τα υγρά και, καθώς τα πατάμε να γίνουν χυλόζ.

Καθαρίζουμε τα συκώτια από τις ίνες, τα κόβουμε σε ψιλά κομματάκια και τα αδειάζουμε σε μία λεκανίτσα. Κάνουμε χυλό τα κρεμμύδια, πατώντας τα με το πιρούνι, ρίχνουμε μέσα και τη φέτα (επίσης πατημένη με το πιρούνι), τα αυγά (λίγο χτυπημένα), το φρέσκο βούτυρο, αλάτι και πιπέρι, τα ανακατεύουμε όλα μαζί, και η γέμιση της πίτας είναι έτοιμη.

Στο μεταξύ, φτιάχνουμε και το φύλλο (γκιουσλεμέ), ως εξής: σε μία λεκανίτσα βάζουμε το αλεύρι, 1 κουταλιά σούπας βούτυρο, λίγο αλάτι, και πιάνουμε τη ζύμη ρίχνοντας λίγο - λίγο το νερό. Τη ζυμώνουμε καλά και τη χωρίζουμε με 11 μικρά μπαλάκια. Πιάνουμε τα 6 από αυτά τα και ανοίγουμε σε 6 μικρά φύλλα, που τα τοποθετούμε το ένα πάνω στο άλλο αφού πριν τα βουτυρώσουμε και κουκίσουμε με λίγο αλεύρι. Αφού ρίξουμε πολύ αλεύρι πάνω και κάτω πλάθουμε το σωρό των 6 μικρών φύλλων, ανοίγοντας το σε

ένα μεγάλο φύλλο. Την ίδια διαδικασία ακολουθούμε και με τα υπόλοιπα 5 πέντε μπαλάκια της ζύμης για να ανοίξουμε το δεύτερο μεγάλο φύλλο.

Παίρνουμε ένα κατάλληλο σε μέγεθος ταψί, το βουτυρώνουμε και στρώνουμε με προσοχή στο πάτο και στα πλάγια του το πρώτο φύλλο (που φτιάχνεται με τα πρώτα έξι μπαλάκια της ζύμης). Το βουτυρώνουμε και ρίχνουμε πάνω του όλη τη γέμιση.

Στρώνουμε καλά τη γέμιση και τη σκεπάζουμε με το δεύτερο φύλλο, που πρέπει να είναι κάπως μεγαλύτερο από το ταψί, για να στέκεται πάνω από τη γέμιση, μπόλικο με πτυχές (επειδή η πίτα θα φουσκώσει με το ψήσιμο), και κλείνουμε με τα δυο μας δάχτυλα τις άκρες του φύλλου γύρω - γύρω.

Τρυπάμε, εδώ και εκεί, την επιφάνεια της πίτας με ένα πιρούνι, τη βουτυρώνουμε πολύ καλά, βάζουμε το ταψί σε φούρνο στους 250 βαθμούς και την ψήνουμε (30-35 λεπτά).

Σημείωση| Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε έτοιμο φύλλο ( 500 γρ. ) οπότε θα στρώσουμε τα μισά από κάτω (βουτυρώνοντας τα ένα - ένα) και τα μισά από πάνω επίσης βουτυρώνοντας ξεχωριστά το καθένα τους.

## ΣΤΡΙΦΤΟΠΙΤΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

### Για τη γέμιση

- 1 1/2 φλιτζάνι ρύζι (γλασέ)
- 1 κοτόπουλο παχύ (ως 1 1/2 κιλό)
- 1 καρότο, 1 κρεμμύδι
- βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι μαύρο

### Για το φύλλο

- 1 κιλό αλεύρι
- αλάτι
- ξύδι
- λάδι
- νερό

Αφαιρείτε τα εντόσθια από το κοτόπουλο (καρδιά - συκώτι - κοιλιά). Καθαρίζετε, καθαρίζετε και πλένετε το κοτόπουλο και το βράζετε με μπόλικο αλατισμένο νερό με 1 καρότο και 1 κρεμμύδι.

Σουρώνετε το ζουμί που έβρασε το κοτόπουλο από τρυπητό και το φυλάτε. Καίτε 2 κουταλιές βούτυρο σε κατσαρόλα που βάζετε σε χαμηλή φωτιά και καβουρντίζετε τα εντόσθια ψιλοκομμένα και αλατοπιπερισμένα. Τ' ανακατεύετε και ρίχνετε το ρύζι να καβουρντιστεί για λίγο. Τα σβήνετε με 1 ποτήρι νερό, τ' αφήνετε για λίγο ακόμη στη φωτιά να <φουσκώσει> ελαφρά

το ρύζι και τα κατεβάζετε. Με τα υλικά της ζύμης ετοιμάζετε μια ζύμη μέτρια που χωρίζετε σε 10 περίπου μέρη. Ανοίγετε κάθε κομμάτι ζύμης σε φύλλο λεπτό και του δίνετε σχήμα ορθογώνιο. Το αλείφετε με βούτυρο και απλώνετε το 1/10 (αν είναι και τα φύλλα 10) του μίγματος εντόσθια - ρύζι το ζαρώνετε με τα δάχτυλα σας μαζευτά και το τοποθετείτε στο κέντρο ενός βουτυρωμένου ταπιού. Το στρίβετε σε σχήμα κυκλικό.

Κάνετε το ίδιο με τα υπόλοιπα φύλλα και την υπόλοιπη γέμηση, συνεχίζοντας τον κύκλο στο ταπί μέχρι να γεμίσει και να μοιάζει σαν σαλιγκάρος. Κόβετε την πίτα (σαλιγκάρο) σε κομμάτια και τα αλείφετε με βούτυρο. Τη βάζετε σε προθερμασμένο φούρνο μέχρι να ξεροψηθεί. Αφού ψηθεί την περιχύνετε με το ζουμί του κοτόπουλου που κρατήσατε. Το ζουμί πρέπει να είναι τόσο, ώστε να σκεπαστεί η πίτα και ν' απορροφηθεί το υγρό από το ρύζι.

Σερβίρετε την πίτα, ζεστή - ζεστή, με ένα κομματάκι βραστό κοτόπουλο.

Σημείωση : Η συνταγή είναι αρκετά παλιά και σερβιριζόταν σε αρραβώνες, βαφτίσια, ονομαστικές γιορτές, όπου οι νοικοκυρές είχαν στη διάθεση τους τα εντόσθια από πολλά και όχι από ένα κοτόπουλο. Φυσικά η γέμηση της πίτας γινόταν καλύτερη.

### ΠΑΠΑΝΤΙΑ : ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό ζυμάρι ψωμού
- μισό κιλό κιμάς μοσχαρίσιος
- 2 κρεμμύδια
- 100 γρ. βούτυρο φρέσκο
- 1 φλιτζ. καρύδια
- αλάτι, πιπέρι

Ζυμώνετε τον κιμά με ψιλοκομμένο κρεμμύδι, πιπέρι, αλάτι. Ανοίγετε τη ζύμη σε χοντρούλο φύλλο και το κόβετε με το μαχαίρι σε κομματάκια 5Χ5 εκ. Μέσα σε κάθε κομμάτι ζύμης, βάζετε λίγο από το μίγμα του κιμά και το διπλώνετε στη μέση, σε τρίγωνο.

Σε μία μεγάλη κασαρόλα, βάζετε νερό αρκετό με αλάτι και αφού βράσει, ρίχνετε μέσα τα <παπαντιά> μέχρις ότου ψηθούν. Αφού ψηθούν, τα στραγγίζετε στο τρυπητό και τα βάζετε σε μία μεγάλη πιατέλα. Στη συνέχεια καίτε το βούτυρο και το περιχύνετε.

Τέλος, ψιλοκοπανίζετε το καρύδια και πασπαλίζετε πάνω από το ακόμη ζεστό βούτυρο.



### ΤΥΡΟΠΙΤΑΚΙΑ ΜΕ ΑΝΘΗ ΚΟΛΟΚΥΘΙΑΣ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΝ. ΘΡΑΚΗΣ (40 ΕΚΚΛΗΣΙΕΣ)

- 20-25 άνθη από κολοκυθάκια (μεγάλα ή μικρά)
- λίγο άνηθο
- 300 γρ. τυρί φέτα τριμμένο
- λίγο μαύρο πιπέρι - αλάτι
- 4 αυγά
- 200 γρ. κιμάς
- 1 μικρό φρέσκο κρεμμυδάκι
- λίγο αλεύρι
- φρέσκο βούτυρο

Καθαρίζουμε τους σπόρους από μέσα από τα άνθη και τα πλένουμε.

Σοτάρουμε το κρεμμυδάκι, ψιλοκομμένο, μέσα σε καυτό βούτυρο (30 γρ.) Προσθέτουμε τον κιμά, το μαύρο πιπέρι, λίγο αλάτι το άνηθο ψιλοκομμένο, και σοτάρουμε όλα αυτά για λίγο.

Τα κατεβάζουμε από τη φωτιά, και αφού κρυσώσουν προσθέτουμε το τυρί και 2 αυγά. Με τη γέμιση αυτή γεμίζουμε όσα άνθη έχουμε έτοιμα και διπλώνουμε το κάτω μέρος του άνθους για να κλείσει.

Αφού ετοιμάσουμε όλα τα τυροπιτάκια μας, κατ' αυτό το τρόπο, ετοιμάζουμε με τα δύο αυγά και λίγο αλεύρι ένα κουρκούτι, στο οποίο βουτάμε τα τυροπιτάκια και τα τηγανίζουμε σε καυτό φρέσκο βούτυρο.

Σερβίρονται ζεστά σε πιατέλα με γύρω - γύρω φύλλα σγουρού μαρουλιού και άνθη από κόκκινα ραπανάκια.

### ΜΠΑΜΠΩ ΣΟΥΦΛΙΩΤΙΚΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 κιλό έντερα χοιρινά
- 1/2 κιμάς μοσχαρίσιος
- 1/2 κιλό συκώτι (και λίγα γλυκάδια)
- 1 τέταρτο βούτυρο φαγητού
- 2 φλιτζάνια ρύζι
- 2 κρεμμυδάκια
- 1 ματσάκι μάντανος - άνηθος
- αλάτι, πιπέρι μαύρο
- μερικά κουκούτσια, μπαχάρι

Παίρνουμε 1 κιλό έντερα χοιρινά, τα πλένουμε καλά, τα γυρίζουμε μέσα έξω και τα αφήνουμε μέσα σε διάλυμα (ξίδι - αλάτι και νερό, περίπου 2

κιλά) επί μία ώρα και μισή. Μετά, τα βγάζουμε, τα ξεπλένουμε 2-3 νερά και τα ξαναγυρίζουμε.

Ετοιμάζουμε τώρα τη γέμιση

Παίρνουμε μισό κιλό κιμά μοσχαρίσιο, μισό κιλό συκώτι, λίγα γλυκάδια και τα πλένουμε όλ' αυτά καλά. Επίσης 2 κρεμμύδι, λίγο μαϊντανό, λίγο άνηθο, αλάτι, πιπέρι.

Όλα, τα σοτάρουμε με βούτυρο σε τηγάνι, προσθέτοντας και μια φλιτζάνα του τσαγιού ρύζι.

Αφού σοταριστούν όλα μαζί καλά, παίρνουμε ένα - ένα τα έντερα και με ένα χωνί (το χωνί από τα κουλουράκια) τα γεμίζουμε (ένα - ένα) και μετά τα δένουμε καλά στο άνοιγμα και τα βάζουμε στη κατσαρόλα.

Τοποθετούμε την κατσαρόλα στη φωτιά, ρίχνουμε και ανάλογο νερό και τα αφήνουμε να βράσουν 1 ώρα. Κατόπιν τα βγάζουμε από την κατσαρόλα σε ένα ταψάκι που έχουμε έτοιμο, αλειμμένο με βούτυρο και τα βάζουμε στο φούρνο να ροδίσουν.

Με το ζωμό που μας έμεινε στην κατσαρόλα που βράσαμε τα έντερα, προσθέτοντας και ανάλογο ρύζι, κάνουμε μια νοστιμότητα σούπα.

Σημείωση : Το φαγητό είναι έθιμο Χριστουγεννιάτικο, Θρακιώτικο. Μαζί με τη σούπα αποτελεί ένα χορταστικό κύριο φαγητό. Χωρίς τη σούπα, προσφέρεται σαν ένας πικάντικος μεζές.

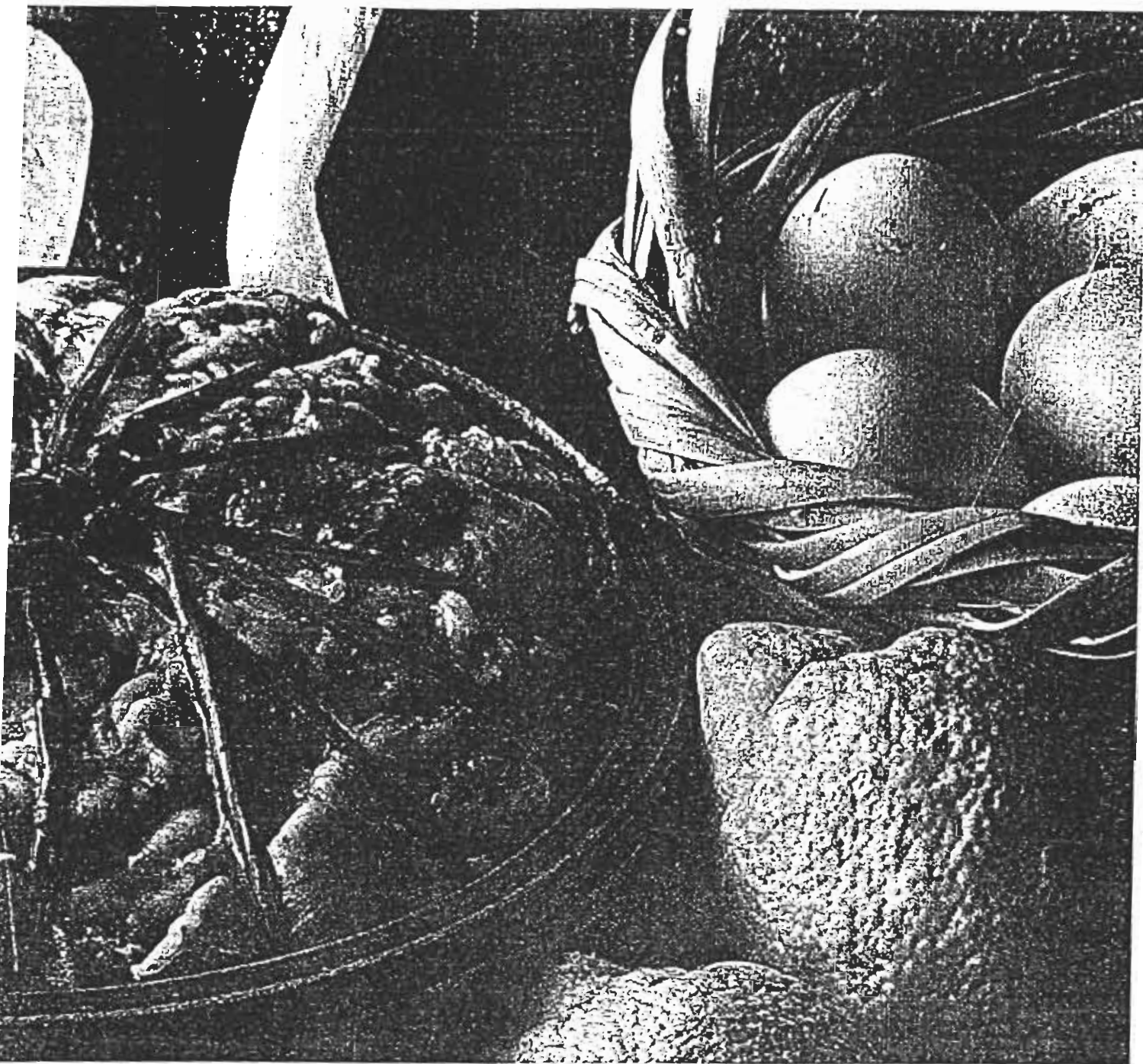
### ΚΟΚΟΡΕΤΣΙ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 σπικωταριά
- πιπέρι, αλάτι, ρίγανη
- 2 λεμόνια, 1 ποτήρι νερού μαύρο κρασί ή κονιάκ
- 5 πλεξιίδες εντεράκια
- μπόλικες (ή σκέπες όπως τις λέμε στην Αν. Μακεδονία)
- 2 κουταλιές σούπας βούτυρο
- λεμόνι

Πλένουμε τα έντερα, μετά τα γυρνάμε με ένα ξυλάκι και τα τρίβουμε 4 φορές με αλάτι και με 2 λεμόνια, να γίνουν άσπρα. Κόβουμε στρογγυλά τα συκώτια, τα περιχύνουμε με 1 ποτήρι του νερού μαύρο κρασί ή κονιάκ, και τα πασπαλίζουμε με αλάτι, πιπέρι και ρίγανη.

Κάνουμε σούβλες από βέργα λυγαριάς (αν δεν υπάρχουν) χρησιμοποιούμε μεταλλικές σούβλες) και περνάμε ένα - ένα τα κομμάτια (στη σειρά) ένα συκώτι, ένα πλεμόνι, ένα γλυκάδι), μέχρις ότου γεμίσουν οι σούβλες. Μετά, τις σκεπάζουμε με μπόλικες και, από πάνω, τυλίγουμε τα έντερα.

Τις τοποθετούμε στο ταψί με βούτυρο και λεμόνι. Τις σκεπάζουμε με μπόλικες και τις ψήνουμε στο φούρνο.



### ΚΟΥΚΛΙ ΠΑΣΧΑΛΙΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 συκωταριά αρνίσια (1 κιλό)
- 4-5 κομμάτια σκέπη (μπόλιο)
- 1 μάτσο εντεράκια
- δυόσμο - άνηθο - αλάτι - πιπέρι - λεμόνια
- 5 ματσάκια κρεμμυδάκια φρέσκα
- 1/4 κιλ. ρύζι - βούτυρο μαγ.

Το πρωί, με ένα ξυλάκι, τα γυρίζουμε και τα ξεπλένουμε πολλά νερά. Ζεματάμε τη συκωταριά και την κόβουμε σε κομματάκια ζαριού.

Τσιγαρίζουμε το κρεμμυδάκι με αλάτι, πιπέρι και βούτυρο, προσθέτουμε στο τηγάνι τη συκαταριά (κομματάκια), το ρύζι, το δυόσμο, και το άνηθο, και τα ψήνουμε 2-3 λεπτά.

Βάζουμε στο ταγί χιαστί τα έντερα. Τοποθετούμε πάνω τους τη σκέπη ανοιχτή, ρίχνουμε μετά τη γέμιση, έτσι ώστε να μπορέσουμε με τη σκέπη να τη σκεπάσουμε και να δέσουμε με τα εντερόκια. Χτυπάμε τα αυγά με το λεμόνι και το περιχύνουμε.

Ψήνουμε 20-30 λεπτά στο φούρνο.

### ΜΥΔΙΑ ΠΙΚΑΝΤΙΚΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΗΛΥΒΡΙΑΣ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 σακουλάκι καθαρισμένα μεγάλα μύδια
- 3-6 σκελίδες σκόρδο
- μαϊντανός
- 1 καυτερή πιπεριά
- 2 κουταλιές γεμάτες φρέσκο βούτυρο
- λεμόνι - τυρί - πιπέρι

Ξεπλένουμε τα μύδια σε άφθονο νερό αν έχουν άμμο και τα βάζουμε να στραγγίσουν. Σουρώνουμε το ζουμί τους, αυτό που υπάρχει μέσα στο σακουλάκι με το οποίο τα αγοράσαμε, και τα βάζουμε να βράσουν (χωρίς να προσθέσουμε καθόλου νερό) μόνο με το δικό τους ζουμί.

Αφού βράσουν αρκετά, προσθέτουμε την καυτερή πιπεριά, κομμένη σε φετούλες, το μαϊντανό, ψιλοκομμένο, λίγο μαύρο πιπέρι, τη μία κουταλιά βούτυρο και το σκόρδο κομμένο φετούλες.

Προς το τέλος, βάζουμε το τυρί (1 με 2 φέτες) κομμένο σε χοντρά κομμάτια, το χυμό ενός λεμονιού (μέτριου) και τη δεύτερη κουταλιά φρέσκο βούτυρο.

Αφήνουμε να πάρουν 2-3 βράσεις, να αρχίσει να λιώνει το τυρί και ...να γλύφουμε τα δάχτυλα μας. Για όσους δεν αγαπούν τα καυτερά, θα βάλουμε μόνο 1-2 ροδελίτσες καυτερής πιπεριάς.

### ΨΑΡΑΚΙΑ ΣΕ ΚΛΗΜΑΤΟΦΥΛΛΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥΠΟΛΕΩΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό σαρδέλες όχι πολύ μεγάλες ή γάρος κατά προτίμηση
- κληματοφύλλα όσα είναι τα κομμάτια των ψαριών
- αλάτι - πιπέρι
- 3-4 λεμόνια
- 1 κουτάλα λάδι

Καθαρίζουμε πλένουμε και αλατίζουμε τα ψάρια. Σε κάθε κληματόφυλλο τυλίγουμε ένα ψαράκι. Σαν πούρα. Περιτυλιγμένα με τα φύλλα, τα τοποθετούμε σε ταψί σφιχτά το ένα με το άλλο. Περιχύνουμε σε όλο το ταψί με το λεμόνι και το λάδι. Τα αλατοπιπερώνουμε και τα ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο. Ψήνουμε σε 200 βαθ. περίπου και σε μισή ώρα είναι έτοιμο το ορεκτικό.

Αν έχετε προβλήματα με το φούρνο σας αφήστε τα 5 λεπτά στο τέλος να ροδοψηθούν σε ψηλότερη θερμοκρασία για να είναι τραγανιστός ο τυλιγμένος. Τότε είναι νόστιμος. Ειδικά ως μεζές για ούζο.

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΟΡΕΚΤΙΚΑ

### ΘΡΑΚΙΩΤΙΚΟ ΛΑΡΔΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 250 γρ. λαρδί χοιρινό από ράχη
- 1 κουταλιά σούπας πελτέ
- 1/2 κιλό αμυγδαλότσουφλα
- τσούσκα (κόκκινη καυτερή πιπεριά)
- αλάτι ψιλό - αλάτι χοντρό
- τσαμένη (σκόνη από κόκκινο πιπέρι και σκόρδο)

Αλατίζετε με το χοντρό αλάτι το λαρδί και το τυλίγετε σφιχτά με λεπτό άσπρο ύφασμα. Το βάζετε στο ψυγείο να σταθεί για δύο μέρες, και μετά, το ξετυλίγετε και το τινάζετε από το αλάτι.

Το αλείφετε με 1 σάλτσα που τη παρασκευάζετε δουλεύοντας τη ντομάτα (1 κουταλιά της σούπας πελτέ, με μισό κουταλάκι ψιλό αλάτι) μαζί με το τσαμένη και τη τσούσκα, ψημένα στο φούρνο και ψιλοκομμένα.

Καπνίζετε το λαρδί με τα αμυγδαλότσουφλα, κατά τον ακόλουθο τρόπο.

Σε βαθύ μεταλλικό δοχείο (τενεκέ) ρίχνετε τα αμυγδαλότσουφλα ραντισμένα με λίγο νερό, αφού προηγουμένως βάλετε στο τενεκέ κάρβουνα. Τα κάρβουνα πρέπει να είναι καλά χωνεμένα γιατί σκοπό έχουν, μαζί με τα αμυγδαλότσουφλα, να αρωματίσουν το λαρδί, χωρίς όμως να το λιώσουν. Όσο πιο χαμηλή είναι η φωτιά, τόσο καλύτερα για το μεζέ.

Μεταφέρετε τον τενεκέ στη βεράντα ή στην αυλή σας, κρεμάτε το λαρδί σε ξύλο ή βέργα, τοποθετώντας το ακριβώς από πάνω, ώστε ο καπνός να κάθεται ακριβώς και μόνο στο λαρδί. Η διάρκεια του καπνίσματος είναι μισή ώρα. Αργότερα παίρνετε το λαρδί, το αφήνετε να κρυώσει και το τοποθετείτε στο ψυγείο 1-2 ώρες.

Για να το σερβίρετε το κόβετε σε πολύ λεπτές φέτες. Στη μέση της ορντεριέρας τοποθετείτε ένα κομμένο αγγούρι μισό, που οι φλούδες του κρατιούνται στη βάση σαν λουλούδι. Μέσα στα κενά αυτά τοποθετείτε

προσεχτικά καυτερή μουστάρδα και γύρω-γύρω, βάζετε τις φέτες από το λαρδί.

Είναι ένας πικάντικος μεζές που ταιριάζει με ούζο, μπύρα, ή κόκκινο κρασί.

### ΨΑΡΑΡΜΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΑΣΧΑΛΙΝΗ ΠΕΡΙΟΧΗ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 1 φλιτζάνι άρμη από παστωμένα κεφαλόπουλα, καθαρή κατασταλαγμένη
- 1/2 κιλό λάδι
- 2 κρόκοι αυγών
- 1 κουταλιά σούπας νισεστές
- 1/2 κιλό νερό
- ξίδι όσο θέλουμε

Βράζουμε το νερό με το νισεστέ, ώσπου να γίνει μια κρέμα πολύ αραιή. Τη βάζουμε, αφού κρυώσει, σε ένα μπουκάλι ενός κιλού, μετά ρίχνουμε την άρμη μέσα και την κουνάμε για ένα πεντάλεπτο να ανακατευτεί καλά.

Προσθέτουμε το λάδι, τους κρόκους των αυγών και λίγο ξίδι. Όλα μαζί, τα χτυπάμε πολύ καλά και για πολύ ώρα, να γίνει ένα πράγμα σαν μαγιονέζα αραιή. Τη δοκιμάζουμε στο ξίδι και, αν χρειάζεται, προσθέτουμε λίγο ακόμη.

Γίνεται πολύ ορεκτικό, τρώγεται με μαρουλοσαλάτα, πάνω σε ψητό κρέας, σε αυγά, κυρίως όμως με μαρουλόφυλλα ολόκληρα.

### ΚΡΕΜΑ ΤΣΟΥΚΝΙΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Αφού μαζέψετε τα τρυφερά μέρη από τις τσουκνίδες, δηλαδή τις κορυφές, με γάντια φυσικά, τις καθαρίζετε πολύ καλά και τις πλένετε.

Βράζετε νερό σε κατσαρόλα και ρίχνετε τις τσουκνίδες. Τις αφήνετε να βράσουν, ώσπου να λιώσουν τελείως, στραγγίζετε το ζωμό τους σε άλλο κατσαρόλι, και περνάτε τις τσουκνίδες από το τρυπητό. Τις βάζετε στη κατσαρόλα και προσθέτετε στο ένα κιλό τσουκνίδες 4 κουταλιές της σούπας αλεύρι και τις τσουκνίδες, να μη σβολιάσει, ρίχνετε στο μίγμα τους και το ζωμό που κρατήσατε τ' αλατίζετε, και τα βάζετε στη φωτιά.

Κόβετε σκόρδο, κατά προτίμηση φύλλα πράσινα, τα προσθέτετε και το αφήνετε να πάρει 2-3 βράσεις, σιγά-σιγά, και το κατεβάζετε από τη φωτιά.

Σερβίρετε σε πιάτα. Πασπαλίζετε το καθένα με λίγο μαυροπίπερο, περιχύνετε και λίγο λάδι και... καλή όρεξη.

### ΤΑΡΑΜΑΣ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 250 γραμμ ταραμά
- 4 φέτες ψωμί μουσκεμένο
- 1/2 κιλό λάδι
- 1 κουταλιά του γλυκού βρασμένο νερό
- 5 λεμόνια

Σε ξύλινο γουδί ρίχνουμε τον ταραμά μαζί με το βρασμένο νερό και τα δουλεύουμε καλά. Στύβουμε με τα χέρια μας την ψίχα μόνο από το ψωμί που μουσκέψαμε, το προσθέτουμε λίγο-λίγο στο γουδί δουλεύοντας ώσπου να γίνει ένα μίγμα.

Στη συνέχεια ρίχνουμε σιγά-σιγά όλο το λάδι, αλλά χωρίς να σταματήσουμε το δούλεμα. Έχουμε στύψει στο μεταξύ το λεμόνι και με το ένα το χέρι ρίχνουμε λίγο-λίγο λεμόνι και με το άλλο γυρίζουμε συνέχεια το μίγμα για να μην κόψει. Δουλεύουμε 5-10 λεπτά ακόμα (σύνολο μισή ώρα και το σερβίρουμε σε πιάτο.

### ΚΙΜΑΔΕΣ

#### ΚΕΦΤΕΔΕΣ ΜΕ ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ ΚΑΙ ΑΣΠΡΗ ΣΑΛΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ •

- 7 - 8 φρέσκα κρεμμυδάκια (μόνο τα φύλλα)
- 4 - 5 αυγά
- 1/2 φλιτζάνι τσαγιού γάλα
- 1/2 φλιτζάνι του τσαγιού αλεύρι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι ή βούτυρο
- Για τη σάλτσα:
- 3 - 4 κουταλιές της σούπας αλεύρι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού νερό

- 1 κουταλάκι ξύδι
- αλάτι

Πλένουμε πολύ καλά και κόβουμε κομματάκια μόνο τα φύλλα των κρεμμυδιών. Χτυπάμε σε βαθύ πιάτο τα αυγά και ρίχνουμε το γάλα, το αλάτι και το αλεύρι, λίγο - λίγο, χτυπώντας το μίγμα. Προσθέτουμε τα κρεμμυδάκια και τα ανακατεύουμε όλα μαζί καλά.

Βάζουμε το λάδι ή το βούτυρο στο τηγάνι να κάψει. Παίρνουμε με μεγάλο κουτάλι μία - μία κουταλιά από το μίγμα που φτιάξαμε και τη ρίχνουμε στο τηγάνι, να ροδίσει και από τις δύο πλευρές. Κάνουμε το ίδιο ώσπου να τελειώσει το μίγμα.

Ετοιμάζουμε τη σάλτσα: Βάζουμε σε άλλο τηγάνι 3 - 4 κουταλιές αλεύρι, και το λάδι που έμεινε από το τηγάνισμα, τα καβουρδίζουμε για λίγο προσθέτουμε το νερό, το ξύδι και το αλάτι και τα ανακατεύουμε με πιρούνι. Αφήνουμε να πάρει μερικές βράσεις η σάλτσα και όταν έχει πυκνώσει όσο θέλουμε, προσθέτουμε τους κεφτέδες, αφήνουμε να πάρουν μαζί μερικές βράσεις και σερβίρουμε.



### ΣΟΥΒΛΙΤΣΕΣ. ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κιλό κιμάς
- 1 φλιτζάνι του καφέ ρύζι
- 1 ματσάκι δυόσμος
- 1 ματσάκι μαιντανός
- 1 αυγό
- 1 μικρό κρεμμύδι
- αλάτι, μαυροπίπερο
- 1 γεμάτη κουτσλιά βούτυρο



**Για τη γέμιση:**

- 5 αυγά
- 1 κιλό γάλα
- αλάτι, πιπέρι
- λίγος δυόσμος

Ανακατεύουμε σε λεκανίτσα τον κιμά, με το κρεμμάδι ψιλοκομμένο, το μαϊντανό, το δυόσμο, το αυγό, αλάτι - πιπέρι, τα ζυμώνουμε πολύ καλά, και τα πλάθουμε σε σχήμα σουβλίτσας ( σαν μεγάλα σουτζουκάκια πλακουτσωτά).

Τα αλευρώνουμε και τα τοποθετούμε σε ταψί φούρνου σκορπάμε το ρύζι στο ταψί. Καίμε μια κουταλιά βούτυρο σε τηγάνι και περιχύνουμε τις σουβλίτσες. Προσθέτουμε λίγο νερό ζεστό και τοποθετούμε το ταψί στο φούρνο.

Όταν τελειώσει το νερό και έχουν βράσει οι σουβλίτσες, ετοιμάζουμε την κρέμα. Χτυπάμε καλά τα αυγά, προσθέτουμε λίγο - λίγο το γάλα, το αλάτι, το πιπέρι και το δυόσμο. Μ' αυτή την κρέμα περιχύνουμε τις σουβλίτσες και ξαναβάζουμε το ταψί στο φούρνο για 10 λεπτά για να πιάσει κρούστα ροδόξανθη.

Σερβίρουμε το φαγητό ζεστό.

**ΠΕΑΜΕΝΙ•****Για τη ζύμη**

- 2 φλιτζάνια τσαγιού περίπου αλεύρι
- 2 αυγά
- 2 κροκάδια
- 4 κουταλιές νερό
- λίγο αλάτι

**Για τη γέμιση**

- 200 γραμμ βοδινό βραστό ή ψητό
- 200 γραμμ χοιρινό βραστό
- 150 γραμμ αρνί βραστό ή ψητό
- βούτυρο
- μοσχοκάρυδο
- 1 κρεμμάδι ψιλοκομμένο
- αλάτι-πιπέρι
- 2-3 κουταλιές σούπας κρέμα γάλακτος
- σκόρδο- λίγο ξίδι ή λεμόνι

Ετοιμάζουμε ζύμη σφιχτή με το αλεύρι, τ' αυγά, το νερό και λίγο αλάτι. Την αφήνουμε σκεπασμένη μισή ώρα.

Περνάμε από τη μηχανή τα κρέατα και προσθέτουμε λίγο βούτυρο, μοσχοκάρυδο τριμμένο, το κρεμμύδι ψιλοκομμένο, αλάτι, πιπέρι και την κρέμα γάλακτος.

Ανοίγουμε τη ζύμη σε φύλλο λεπτό και το κόβουμε σε μικρούς δίσκους όσο ένα πιατάκι καφέ. Βάζουμε στο κέντρο από μια κουτάλια γέμιση και διπλώνουμε το φύλλο στη μέση. Πατάμε καλά τις άκρες για τα κλειστεί η γέμιση μέσα.

Βράζουμε νερό και αλάτι και ρίχνουμε μέσα τα πελμένια. Αφήνουμε 15-20 λεπτά. Τα βγάζουμε από το νερό με τρυπητή κουτάλα και τα περιχύνουμε με βούτυρο, στο οποίο έχουμε βάλει το σκόρδο λιωμένο, λίγο ξίδι ή λεμόνι, αλάτι και πιπέρι.

### ΚΑΤΙΜ ΜΠΟΥΤΟΥ• ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 3 αυγά
- 3 κουταλιές της σούπας αλεύρι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού τυρί τριμμένο γραβιέρα-κασέρι
- λίγο αλάτι- πιπέρι
- κιμάς για το γέμισμα
- φριτούρα βούτυρο

Διαλύουμε το αλεύρι με λίγο νερό, ρίχνουμε μέσα τα τρία αυγά και τα ανακατεύουμε καλά, να γίνουν μια μάζα με το αλεύρι, και προσθέτουμε το τριμμένο τυρί, το πιπέρι και λίγο αλάτι.

Βάζουμε τον κιμά να σιγοβράσει με λίγο νερό, αλάτι, πιπέρι. Όταν πει όλο το υγρό, ρίχνουμε δυο κουταλιές της σούπας βούτυρο και στο τέλος μια κουταλιά της σούπας ντομάτα και, μόλις μελώσει, είναι έτοιμος.

Βάζουμε στο τηγάνι δυο κουταλιές βούτυρο, να μην κάψει πολύ, ρίχνουμε μέσα το μίγμα του αυγού και, μόλις πήξει κάπως, βάζουμε στη μέση 3 κουταλιές της σούπας κιμά, γυρίζουμε με μια σπάτουλα, να ροδίσει απ' όλες τις πλευρές και η ομελέτα μας είναι έτοιμη.

### ΓΙΑΠΡΑΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΤΟΠΙΚΗ ΚΟΖΑΝΗΣ

Επειδή τα γιαπράκια γίνονται με λάχανο τουρσί ετοιμάζουμε ένα μήνα πριν το τουρσί ως εξής.

#### Λάχανο τουρσί:

Γεμίζουμε ένα ξύλινο ή πλαστικό βαρέλι μέχρι τη μέση με νερό και προσθέτουμε τόσο αλάτι όσο να επιπλεύσει ένα αυγό ωμό.

Παίρνουμε περίπου 30 λάχανα και τα αδειάζουμε από το κοτσάνι, σε σχήμα κωνικής γούβας, ή πιο εύκολα, χαράζουμε στο κοτσάνι του λάχανου ένα βαθύ σταυρό.

Το βάζουμε στο βαρέλι και φροντίζουμε να τα έχει σκεπάσει το νερό για να μη μαυρίσουν. Από πάνω τοποθετούμε μια σανίδα και ένα βάρος για να μην ανεβαίνουν πάνω.

Στο διάστημα των 4 ως 6 εβδομάδων που γίνεται το τουρσί, ανακατεύουμε πολύ συχνά την άρμη, που στα Κοζανίτικα λέγεται <αρμά>.

Απ' αυτή την <αρμά> προσθέτουμε στο φαγητό για να πάρει αυτή τη πικάντικη γεύση. Για όσους δεν μπορούν να φτιάξουν μόνοι τους λάχανο τουρσί, μπορούν να το προμηθευθούν από το εμπόριο ή ακόμα μπορούν να χρησιμοποιήσουν άσπρα συνηθισμένα λάχανα στα οποία όμως αντί για <αρμά> προσθέτουμε συνολικά 4 λεμόνια και αλάτι, και στη γέμιση αλλά και εξωτερικά αφού τα έχουμε τυλίξει.

#### Για τη γέμιση:

- 1 κιλό κιμά ανάμκτο (μσό χοιρινό, μσό μοσχαρίσιο)
- 2 φλιτζάνια του καφέ ρύζι, καθαρισμένο πλυμένο
- 2 μεγάλα κρεμμύδια περασμένα στο τρίφτη
- 5 κουταλιές της σούπας λάδι
- 1 κουταλάκι του γλυκού σάλτσα ντομάτα, διαλυμένη σε ένα ποτήρι του κρασιού νερό
- 1 κουταλάκι του γλυκού γεμάτο κόκκινο πιπέρι (γλυκό)
- 1 κουταλάκι του γλυκού κοφτό μαύρο πιπέρι τριμμένο
- μσό κουταλάκι του γλυκού μοσχοπίπερο (μπαχάρι) τριμμένο
- μσό κουταλάκι του γλυκού κανέλα τριμμένη
- 2 φλιτζάνια του καφέ <αρμά> διαφορετικά αν χρησιμοποιήσουμε λάχανο γλυκό μια κουταλιά της σούπας αλάτι και χυμό 2 λεμονιών.

#### Για το τύλιγμα:

- 1 μεγάλο λάχανο (τουρσί ή νωπό) πάνω από 2 κιλά
- Για το τελικό καρύκευμα|
- 10 βόλους μοσχοπίπερο
- 30 βόλους μαυροπίπερο
- 3 - 4 ξυλάκια κανέλα
- 1 κουταλάκι σάλτσα ντομάτα

Βάζουμε σε ένα μεγάλο τάπερ όλα τα υλικά της γέμισης, το ζυμώνουμε καλά και έχουμε έτοιμη τη γέμιση.

Παίρνουμε ένα μεγάλο λάχανο πάνω από 2 κιλά. Αν δεν είναι τουρσί θα το ζεματίσουμε, όπως ακριβώς κάνουμε στους λαχανοντολμάδες, μέχρι να μαλακώσουν τα φύλλα και να γίνουν για τύλιγμα.

Αρχίζουμε να τυλίγουμε τα γιαπράκια, ένα - ένα, στο μέγεθος παιδικής γροθιάς. Στον πυθμένα της κατσαρόλας, έχουμε τοποθετήσει δύο κομματάκια λίπους χοιρινού, στο μέγεθος μας παλάμης το καθένα, και λίγα κοτσάνια από το λάχανο, για να μη κολλήσουν τα γιαπράκια. Αφού γεμίσουμε τη κατσαρόλα μέχρι τη μέση, περιχύνουμε τα γιαπράκια με

<αρμά> προσέχοντας να μην υπερβεί το ύψος που χρειάζεται, για να μην χυθεί όταν βράζει.

Σκορπίζουμε από πάνω, 10 βόλους μοσχοπίπερο, 30 βόλους μαυροπίπερο, 3-4 ξυλάκια κανέλα και ένα κουταλάκι γεμάτο σάλτσα ντομάτα διαλυμένη καλά. Βάζουμε ένα βάρος και αφήνουμε τα γιαπράκια να βράσουν σιγανά επί 3 ώρες.

Η συνταγή είναι για 6 άτομα.

### ΓΙΑΠΡΑΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΤΟΠΙΚΗ ΧΩΡΙΟΥ ΑΥΓΕΡΙΝΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κιλό πιπεριές
- 1/2 κιλό ρύζι
- 20-25 μανιτάρια
- 2 κρεμμύδια
- αρκετός μαϊντανός
- λίγος δυόσμος
- λίγη ρίγανη
- το ανάλογο σλατοπίπερο
- λάδι ανάλογο
- λίγη κοπανισμένη φρυγανιά
- 1 κομμάτι κεφαλοτύρι
- 3 ώριμες ντομάτες

Κόβουμε το κοτσανάκι από τις πιπεριές και τις ανοίγουμε κόβοντάς τες με το μαχαιράκι πάνω - πάνω. Τις αλατίζουμε και τις τοποθετούμε σε πήλινο (κατά προτίμηση) γιουβετσάκι.

Καίμε το λάδι σε μία κατσαρόλα, ρίχνουμε τα κρεμμύδια ξυσμένα και το ρύζι, και αφού σοτάρουμε λίγο, προσθέτουμε τα 15-18 μανιτάρια ψιλοκομμένα και αφήνουμε να σοταριστούν λίγο.

Ξεφλουδίζουμε και πολτοποιούμε τις ντομάτες, ψιλοκόβουμε το μαϊντανό και το δυόσμο και τα ρίχνουμε στην κατσαρόλα. Προσθέτουμε τη ρίγανη, αλάτι και πιπέρι, ανακατεύουμε όλα μαζί και, μόλις απορροφηθεί το νερό και μείνουν με το λάδι, τα κατεβάζουμε από τη φωτιά και γεμίζουμε μία-μία τις πιπεριές.

Τις κλείνουμε, ρίχνουμε λάδι και λίγο νερό. Πάνω από τις πιπεριές, πασπαλίζουμε λίγη φρυγανιά και ξυσμένο κεφαλοτύρι και, ανάμεσα τους, βάζουμε ολόκληρα τα υπόλοιπα μανιτάρια, τα οποία με το ψήσιμο δίνουν μια πολύ ωραία μρωδιά και νοστιμεύουν το σύνολο. Αν θέλουμε βάζουμε και κομμάτια από κεφαλοτύρι.

Σημείωση| Τα <γιαπράκια> είναι η τοπική τους ονομασία στο Κοζάνη, μαγειρεύονται τη παραμονή των Χριστουγέννων και κατά τη διάρκεια του χειμώνα. Γίνονται μόνο από χοιρινό κιμά και λάχανο τουρσί. Στη Κοζάνη τα γιαπράκια τα βάζουν σε ψηλές χωματένιες κατσαρόλες που έχουν το σχήμα του πιθαριού με μακρό στόμο. Τα βάζουν στα τζάκια και, γύρω-γύρω, τοποθετούν κάρβουνα και σιγοβράζουν μα νύχτα ολόκληρη.

Τρώγονται και κρύα, είναι φαγητό και μεζές συνάμα. Το μέγεθος τους είναι μεγάλο σαν τόπι. Με τρία χορταίνει καθείς. Τα <γιαπράκια> της Κοζάνης είναι ονομαστά και οι ξένοι που τα έφαγαν δεν τα ξεχνούν ποτέ.

### ΕΞΟΧΙΚΟ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό κρεμμύδια
- 1 κρεμμύδι
- 150 γρ. λάδι
- 100 γρ. κασέρι
- 50 γρ. βούτυρο γάλακτος
- 200 γρ. αμπελόφυλλα
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ρύζι
- ρίγανη
- δυόσμο
- αλάτι - πιπέρι

Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και με το λάδι το τσιγαρίζουμε στη κατσαρόλα. Πριν κοκκινίσει προσθέτουμε τον κιμά και τσιγαρίζουμε καλά και τα δύο μαζί. Προσθέτουμε τα μρωδικά αλάτι - πιπέρι και κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά.

Βράζουμε το ρύζι χωριστά, το στραγγίζουμε και το ανακατεύουμε στην κατσαρόλα με τον κιμά. Προσθέτουμε κατόπιν τα αυγά χτυπημένα, το κασέρι τριμμένο, το βούτυρο και τα ανακατεύουμε να γίνουν μίγμα. Πλένουμε καλά και ζεματάμε τα κληματόφυλλα. Σε φόρμα στρογγυλή, στρώνουμε τρεις φορές φύλλα στον πάτο και γύρω - γύρω από τη φόρμα, αλλά να εξέχουν, για να σκεπάσουμε τη γέμιση. Αδειάζουμε τη γέμιση μέσα στη φόρμα την ισιώνουμε και τη σκεπάζουμε με τα φύλλα που εξέχουν. Από πάνω βάζουμε άλλο ένα στρώμα από φύλλα και ψήνουμε στο φούρνο στους 200 βαθμούς 25 λεπτά.

Όταν ψηθεί το φαγητό και το βγάλουμε από το φούρνο το αφήνουμε να σταθεί λίγα λεπτά και κατόπιν αναποδογυρίζουμε τη φόρμα μέσα σε πιπέρι. Κόβουμε φέτες και σερβίρουμε.

## ΛΟΠΤΣΑΔΕΣ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό κιμάς
- 250 γρ. ρύζι
- 7 αυγά
- 2 ματσάκια μαϊντανός
- αλάτι, πιπέρι
- λίγο αλεύρι για τηγάνισμα
- λάδι για τηγάνισμα
- λίγο φρέσκο βούτυρο

Βράζουμε το ρύζι σε τριπλάσιο νερό σε σιγανή φωτιά. Όταν ρουφήξει όλο το νερό το κατεβάζουμε και τ' αφήνουμε να κρυώσει.

Το ανακατεύουμε με τον κιμά ψιλοκόβουμε το μαϊντανό, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι μαύρο, πιπέρι κόκκινο και 2 αυγά. Τ' ανακατεύουμε όλα μαζί πολύ καλά και τα πλάθουμε σε κεφτέδες.

Χτυπάμε τα υπόλοιπα 5 αυγά σε βαθύ μέρος. Αλευρώνουμε τους κεφτέδες τους βουτάμε και από τις δύο πλευρές στα αυγά και τους τηγανίζουμε με λίγο φρέσκο βούτυρο και λάδι.

Σερβίρονται ζεστοί με τηγανιτές πατάτες και με σαλάτα.

## ΛΑΧΑΝΟ ΓΕΜΙΣΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 1 λάχανο
- 250 γρ. λουκάνικα
- 100 γρ. λαρδί
- 100 γρ. λάδι
- 100 γρ. ρύζι
- 2 ντομάτες
- 2 κρεμμύδια
- σκόρδο - μαϊντανός
- 2 αυγά
- καρότα
- λάδι - βούτυρο
- αλάτι

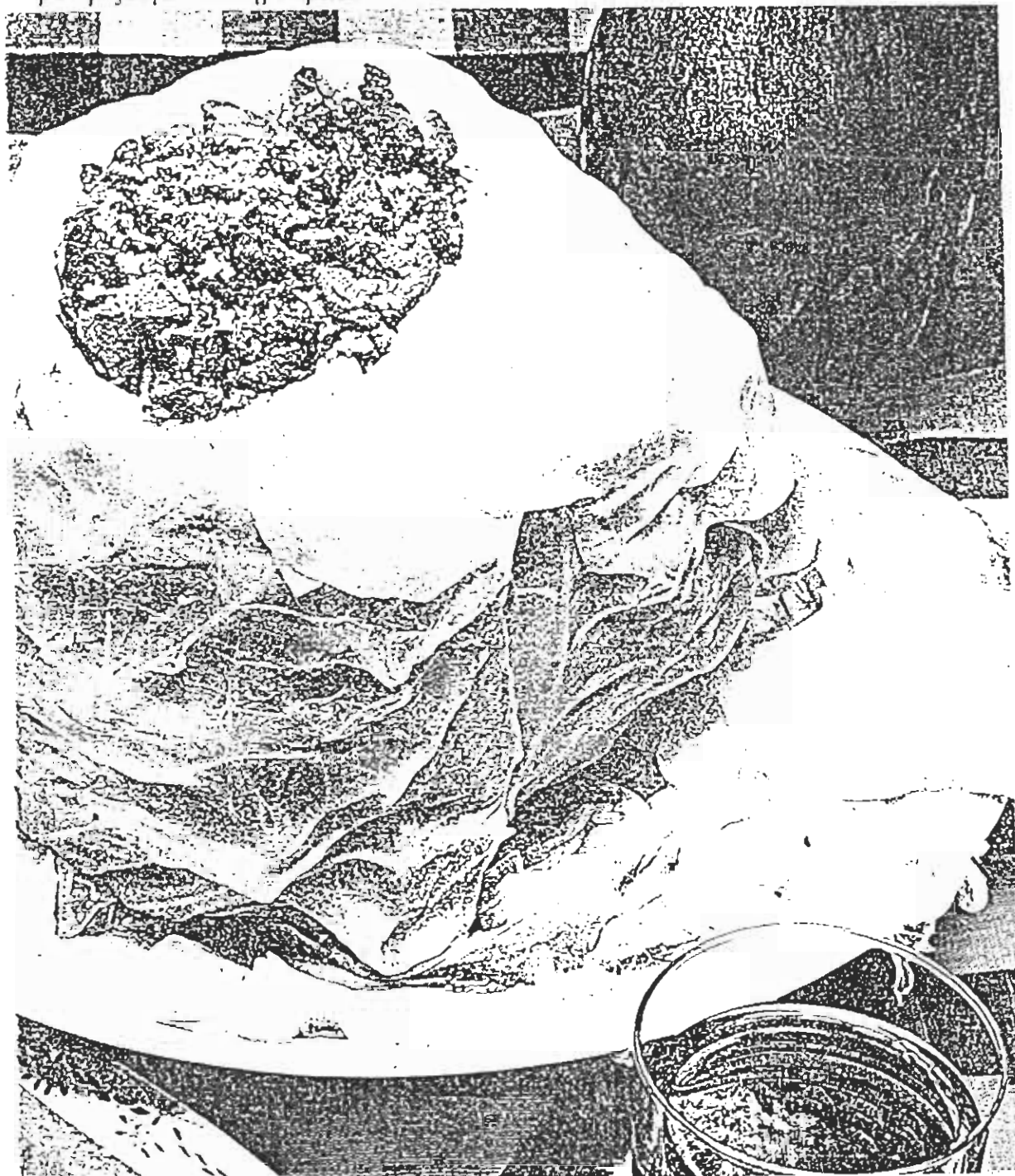
Ζεματάμε ένα λάχανο σε βραστό νερό αλατισμένο και το στραγγίζουμε. Πάνω στο μάρμαρο της κουζίνας, απλώνουμε 4 σπάγκους που να σχηματίζουν διπλό σταυρό και τοποθετούμε στη μέση το λάχανο. Ανοίγουμε από πάνω τα μεγάλα φύλλα, παίρνουμε την καρδιά του λάχανου

και την περνάμε από μηχανή. Από τη μηχανή επίσης περνάμε 250 γρ. λουκάνικα και 100 γρ. λαρδί. Τα αδειάζουμε σε λεκανίτσα και προσθέτουμε 100 γρ. ρύζι μισοβρασμένο, 2 ντομάτες, σκόρδο ψιλοκομμένο, μαϊντανό, 2 μεγάλα κρεμμύδια ψιλοκομμένα και 2 αυγά.

Τα ζυμώνουμε καλά όλα και μ' αυτό το μίγμα γεμίζουμε το κενό του λάχανου που έχουμε βγάλει τη καρδιά του. Το κλείνουμε από πάνω με τα μεγάλα φύλλα, σηκώνουμε τους σπάγκους και τα δένουμε. Σε βαθιά κατσαρόλα ρίχνουμε 3 κουταλιές φυτίνη ή βούτυρο, 2 ψιλοκομμένα κρεμμύδια 2-3 φέτες καρότα. Τα καβουρδίζουμε και προσθέτουμε 2 ποτήρια νερό ή (καλύτερα) ζωμό κρέατος.

Τοποθετούμε το λάχανο στη κατσαρόλα και τ' αφήνουμε να βράσει περίπου 1 1/2 ώρα. Βγάζουμε τους σπάγκους και το περιχύνουμε με μια σάλτσα ντομάτας.

Σημείωση: Το λάχανο γίνεται πιο νόστιμο αν στη κατσαρόλα αντί για νερό ρίξουμε 1 ποτήρι κρασί.



ΜΥΚΙΚΙΑ - (Χριστουγεννιάτικο φαγητό) •  
ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΛΙΑ ΜΑΑΓΑΡΑ ΑΝ. ΘΡΑΚΗΣ

Για τα φύλλα

- 1/2 κιλό αλεύρι
- μια κουταλιά λάδι
- μια κουταλιά ξύδι
- λίγο αλάτι
- νερό, όσο σηκώσει

Για τη γέμιση

- 1 συκώτι γαλοπούλας
- 1 φλιτζάνι ρύζι
- 1 φλιτζάνι βούτυρο
- 1 φλιτζάνι σταφίδες μαύρες
- 1 κρεμμύδι
- 80 γρ. κουκουνάρια
- 1 κουταλάκι κανέλα σκόνη
- 1 κουταλάκι ζάχαρη
- αλάτι
- ζωμός της γαλοπούλας



Πλαστήρι για το πλάσιμο  
του ζυμαριού, που θα γίνει  
φύλλο. Μακεδονία

Ανοίγετε φύλλο σπιτικό με μια ζύμη που στοιμάζετε με 1/2 κιλό αλεύρι, 1 κουταλιά λάδι, μία ξύδι, λίγο αλάτι και νερό όσο σηκώσει, να γίνει μια ζύμη κατάλληλη. Αφού την αφήσετε σκεπασμένη όσο να ετοιμάσετε τη γέμιση, την ανοίγετε σε φύλλα λεπτά, που τα κόβετε σε τετράγωνα, με πλευρά 10 εκατοστών.

Ετοιμάζετε τη γέμιση ως εξής: Ψιλοκόβετε το κρεμμυδάκι και το τσιγαρίζετε με βούτυρο. Ρίχνετε το συκώτι της γαλοπούλας ψιλοκομμένο να τσιγαριστεί, όπως και το ρύζι. Προσθέτετε ένα φλιτζάνι νερό και τ' αφήνετε να βράσουν. Αφού βράσουν, προσθέτετε τα κουκουνάρια, τις σταφίδες, τη ζάχαρη, την κανέλα κι αλάτι. Παίρνουν πάλι μια βράση, τα κατεβάζετε και αφήνετε να κρυώσουν.

Παίρνετε τα φύλλα, βάζετε από μια κουταλιά γέμιση, την κλείνετε μέσα στο φύλλο και στρίβετε τις 4 άκρες μαζί να κλείσουν. Γίνονται σαν σόκα. Αυτά είναι τα μυκικια. Τα τοποθετείτε ένα - ένα στη σειρά, σε ταψί βουτυρωμένο, με τις μύτες προς τα επάνω, και τα περιχύνετε με καντό βούτυρο. Βάζετε το ταψί σε καυτό φούρνο να ροδίσουν. Έχετε ζωμό από τη γαλοπούλα (κρύο). Το περιχύνετε μέσα στο ταψί τα σκεπάζετε και τ' αφήνετε να απορροφήσουν το ζουμί. Τα σερβίρετε ζεστά στο Χριστουγεννιάτικο τραπέζι.



## ΚΕΦΤΕΔΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΧΑΛΕΠΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΞΑΝΘΗΣ

- 1200 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος
- 150 γρ. ψιλό μπλιγούρι
- 500 γρ. κρεμμύδια
- 50 γρ. κουκουνάρια
- αλάτι πιπέρι
- μαϊντανός
- λίγη κανέλα
- λάδι
- μα δόση σάλτσα ντομάτα
- λίγο βούτυρο
- αλεύρι

Παίρνετε τα 900 γρ. του κιμά και τα ανακατεύετε με 400 γρ. κρεμμύδια τριμμένα στον ρεντέ (τρίφτη), με το μπλιγούρι πλυμένο και στραγγισμένο, αλάτι και πιπέρι. Τα ζυμώνετε καλά να γίνουν ένα στρωτό μίγμα. Τσιγαρίζετε τον υπόλοιπο κιμά με βούτυρο. Προσθέτετε το υπόλοιπο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο, το κουκουνάρι, τον ψιλοκομμένο μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι. Όταν ροδίσουν τα κουκουνάρια ο κιμάς είναι έτοιμος για τη γέμιση.

Βρέχετε το χέρι σας με λίγο νερό και πλάθετε κεφτέδες σε σχήμα αυγού, από τον κιμά που ζυμώσατε με το μπλιγούρι. Με το δάχτυλο σας ανοίγετε μια τρύπα κάθετα στη μέση του κεφτέ και βάζετε 1 κουταλάκι γέμιση. Κλείνετε την τρύπα ενώνοντας τον κιμά, βρέχετε πάλι το χέρι σας και στρώνετε τον κεφτέ σε σχήμα αυγού.

Ετοιμάζετε όλους τους κεφτέδες τους αλευρώνετε και τους τηγανίζετε σε πολύ λάδι. Ετοιμάζετε μια σάλτσα ντομάτας σε απλωτή κατσαρόλα και αφού βράσει, βάζετε τους κεφτέδες και παίρνουν μια βράση σε σιγανή φωτιά.

Συνοδεύετε τους κεφτέδες με πιλάφι άσπρο, ή πατατάκια και αρακά.

## ΜΑΝΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

Για τη ζύμη.

- 1 αυγό
- 1 κουτάλι γάλα
- 1 φλιτζανάκι λάδι
- 1 κουταλιά σιμηγάλι ψιλό
- 1 κουταλάκι αλάτι
- αλεύρι όσο σηκώσει (μαλακό)

Για τη γέμιση

- 1/2 κιλό κιμά μοσχαρίσιο
- 1 μεγάλο κρεμμύδι
- φρέσκο βούτυρο
- 1 κουταλιά λάδι
- αλάτι - πιπέρι κόκκινο και μαύρο
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 1/2 κιλό γιαούρτι πρόβιο
- κάρυ
- λάδι για φριτούρα

Ετοιμάζετε τη ζύμη: Ανακατεύετε σε λεκάνη το αυγό με το γάλα, το σιμαγδάλι, το αλάτι, το λάδι και προσθέτετε το αλεύρι σιγά - σιγά, φροντίζοντας η ζύμη να γίνει κανονική, ούτε σφιχτή, ούτε πολύ μαλακιά. Την αφήνετε να ησυχάσει 1 ώρα.

Χωρίζετε τη ζύμη στα δύο και την ανοίγετε σε φύλλα. Κόβετε τα φύλλα παράλληλες λουρίδες με φάρδος 6 πόντους. Τοποθετείτε τις λουρίδες τη μία πάνω στην άλλη και τις κόβετε σε μήκη 6 εκατ.

Αραδιάζετε τα τετράγωνα φυλλαράκια πάνω στο τραπέζι και πάνω στο κάθε φυλλαράκι βάζετε 1 κουταλάκι γέμιση, που την έχετε ετοιμάσει ανακατεύοντας τον κιμά με το κρεμμύδι ψιλοκομμένο και ζυμώνοντας τα με το αλάτι, και τα πιπέρια. Αφού βάλετε τη γέμιση, διπλώνετε κάθε φυλλαράκι μύτη, με μύτη (διαγωνίως) πιέζοντας τις άκρες να κολλήσουν και έχετε έτοιμα τα μαντιά.

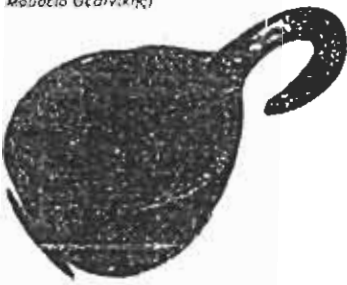
Τα τηγανίζετε σε φριτούρα λαδιού και τα στραγγίζετε. Σοτάρετε σε κατσαρόλα 1 μικρό κρεμμύδι ψιλοκομμένο με βούτυρο και το βρέχετε με ένα κιλό ζωμό από κρέας ή κόκαλα.

Όταν πάρει βράση ο ζωμός, ρίχνετε τα τηγανισμένα μαντιά και τ' αφήνετε μέχρι να φουσκώσουν. Τα στραγγίζετε και τα βάζετε σε σουπιέρα.

Χτυπάτε το γιαούρτι, προσθέτετε το σκόρδο κοπανισμένο και περιχύνετε τα μαντιά. Πασπαλίζετε με κόκκινο πιπέρι ή κάρυ.

Το μάντι σερβίρεται πολύ ζεστό. Η καταγωγή του είναι από τη Μ. Ασία.

Κρατούνά για νερό ή  
κουτάλα για στερεά (μ.  
τμήμα σταριού π.χ.) (Λαογρ.  
Μουσείο Θεσπλονίκης)



Ρηχή άπλάδα μακεδονίας  
(Α.Μ.Θ.)

## ΕΝΤΟΣΘΙΑ

### ΜΑΓΕΙΡΙΤΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΑΜΑΡΙΝΑΣ

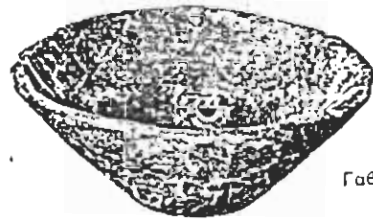
- 1 συκωταριά αρνιού γάλακτος μαζί με τα έντερα
- 1 κιλό κρεμμυδάκια φρέσκα
- άνηθο και μαϊντανός (από μια κουταλιά της σούπας)
- ζωμός από το κεφαλάκι και το σβέρκο του αρνιού
- 1 φλιτζάνι τσαγιού βούτυρο και λάδι (μσό-μσό)
- αλάτι-πιπέρι

Βράζουμε τη συκωταριά για λίγα λεπτά. Τη στραγγίζουμε και την ψιλοκόβουμε. Βάζουμε το λάδι και το βούτυρο σε κατσαρόλα και, όταν κάψει, ρίχνουμε την ψιλοκομμένη συκωταριά να τσιγαριστεί.

Στο μεταξύ πλένουμε και ψιλοκόβουμε τα κρεμμυδάκια. Τα ξεματάμε, τα στραγγίζουμε, τα ρίχνουμε στη κατσαρόλα, μαζί με τα μρωδικά, και τ' αφήνουμε κι αυτά να τσιγαριστούν. Ρίχνουμε αλάτι, πιπέρι και το ζωμό και τ' αφήνουμε να σιγοβράσουν, ωσότου πιουν όλο το νερό και μείνουν με το λάδι τους.

### ΜΠΟΥΜΠΑΡΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 παχύ έντερο από τραγί
- 1 κιλό κιμάς
- 1 κιλό σκώτι
- λίγο πλεμόνι
- 1 φλιτζάνα ρύζι
- 1 φλιτζάνα λάδι
- 4-5 μεγάλα κρεμμύδια
- αλάτι-πιπέρι
- γενί-μπαζάρ
- λίγες πατόπες
- 1 κουταλιά σούπας φυτίνη



Γαβάθα

Πλένουμε το παχύ έντερο του τραγιού και το γυρίζουμε, ώστε τα πάχη του να είναι απ' έξω, για να λιώσουν και ροδοψηθούν στο ψήσιμο.

Τρίβουμε στο ρεντέ το κρεμμύδι. Ψιλοκόβουμε το συκώτι και το πλεμόνι. Ζυμώνουμε (όπως τους κεφτέδες) όλα τα υλικά (το τριμμένο κρεμμύδι, τον κιμά, το ψιλοκομμένο συκώτι-πλεμόνι, το ρύζι, το λάδι, αλάτι, πιπέρι και γενι-μπαχάρ).

Δένουμε με κλωστή τη μα άκρη του έντερου. Στην άλλη (τη φαρδύτερη) βάζουμε χωνί με φαρδύ σωλήνα (σαν αυτό που γεμίζουμε τα λουκάνικα) και περνάμε τη γέμιση στο έντερο. το πιέζουμε με τα χέρια μας για να πάει στην άκρη και να γεμίσει όλο το έντερο. υπολογίζοντας σε κάθε πιθαμή γέμισης να προσθέτουμε και ένα φλιτζανάκι νερό για να φουσκώσει το ρύζι. Όταν γεμίσει το έντερό. δένουμε και την άλλη άκρη του, το τοποθετούμε σε ταψί δημιουργώντας κύκλους, και το τρυπάμε με χοντρή βελόνα κατά διαστήματα.

Αν περισσέψει γέμιση, τη ρίχνουμε στο ταψί, καθώς και λίγες πατάτες για να γεμίσουν τα κενά του ταψιού. Βάζουμε λίγη φυτίνη και λίγο νερό για τις πατάτες (περίπου ένα φλιτζάνι) και ψήνουμε σε θερμοκρασία 200 βαθμούς, μα ώρα περίπου.

Σερβίρεται και τρώγεται ζεστό.

### ΚΟΥΚΟΥΛΩΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 1 συκωταριά αρνίσια
- 1 σκέπη μοσχαρίσια
- 3 κρεμμύδια με μέτρια
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- 1 φλιτζάνι του καφέ ρύζι
- αλάτι- πιπέρι- κύμνο
- μπαχάρι κοπανισμένο

Ζεματάμε τη συκωταριά και την κόβουμε κομματάκια στο μέγεθος του φουντουκιού. Κόβουμε τα κρεμμύδια ψιλά, τα βάζουμε στη κατσαρόλα με ένα φλιτζάνι του καφέ νερό, για να μαραθούν, προσθέτουμε το λάδι και, αφού ροδίσουν λίγο, ρίχνουμε τη συκωταριά.

Αφού τσιγαριστεί και αυτή προσθέτουμε το ρύζι, τα μπαχαρικά, το αλάτι, τ' ανακατεύουμε 5 λεπτά και τα κατεβάζουμε από τη φωτιά.

Βάζουμε τη σκεπή σε ζεστό νερό για να μαλακώσει και μετά την κόβουμε στρογγυλά κομμάτια περίπου 15 εκατ.

Απλώνουμε το κάθε κομμάτι της σκέπης σε ένα φλιτζάνι του τσαγιού, το γεμίζουμε με το μίγμα, κλείνουμε τις άκρες και το βάζουμε σε γκιουβέτσι, προσθέτοντας ένα ποτήρι νερό.

Ψήνουμε επί 35- 45 λεπτά σε μέτριο φούρνο.

Σερβίρεται ζεστό με πιλάφι ή πατάτες τηγανιτές.

Σημείωση| Είναι παλιό, παραδοσιακό βεροιώτικο φαγητό.

## ΜΠΟΜΠΑΡΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 12 κιλό κιμάς μοσχαρίσιος
- 12 κιλό κιμάς χοιρινός
- 12 κιλό συκώτι μοσχαρίσιο
- 80 γραμμ. λαρδί ή μπέικον
- 3 μεγάλα κρεμμύδια
- 1 φλιτζάνι βούτυρο κατσικίσιο
- 1 φλιτζάνι ρύζι
- 1/2 φλιτζάνι κόκκινο κρασί
- μοσχοκάρυδο- κύμνο
- πιπέρι- αλάτι

### Για τη σάλτσα

- 6 αυγά
- 12 λεμόνι
- 2 μικρά γιαούρτια
- αλάτι- πιπέρι

Ψιλοκόβουμε και βράζουμε τα κρεμμύδια, 20 λεπτά περίπου, με πολύ λίγο νερό (όσο να μισοσκεπαστούν) και τα σουρώνουμε με τρυπητό.

Σε ένα βαθύ τηγάνι ή κατσαρόλα βάζουμε το μισό βούτυρο και, όταν κάψει, προσθέτουμε τα δυο είδη του κιμά και το λαρδί ψιλοκομμένο και τα τσιγαρίζουμε όλα μαζί, γύρω στα 20 λεπτά.

Τα κατεβάζουμε από τη φωτιά και προσθέτουμε το κύμνο και μοσχοκάρυδο, τριμμένο αλάτι και πιπέρι και τα βρασμένα κρεμμύδια. Δουλεύουμε το μίγμα με σπάτουλα, ώσπου να ενωθούν καλά τα υλικά.

Σε ένα άλλο τηγάνι βάζουμε το υπόλοιπο βούτυρο και, μόλις λιώσει, ρίχνουμε το συκώτι, κομμένο σε μικρά κομματάκια, και ψήνουμε σε χαμηλή φωτιά 15 λεπτά περίπου, ανακατεύοντας συνεχώς.

Προσθέτουμε το συκώτι, το ρύζι, 12 φλιτζάνι νερό και τ' αφήνουμε άλλα 10 λεπτά στη φωτιά, ανακατεύοντας πάντα. Το σβήνουμε με το κρασί, δυναμώνουμε τη φωτιά και, όταν στεγνώσει τελείως το μίγμα και εξατμιστούν τα υγρά, το κατεβάζουμε από τη φωτιά και αφήνουμε να κρυώσει.

Ανακατεύουμε καλά το μίγμα του συκωτιού με το μίγμα του κιμά και τα δουλεύουμε, μέχρις ότου ενωθούν πολύ καλά όλα τα υλικά, οπότε η γέμισή σας είναι έτοιμη.

Σ' αυτό το σημείο η παλιά συνταγή λέει, ότι περνάμε όλο το μίγμα σ' ένα έντερο, βάζουμε το έντερο σε βαθύ ταψί βουτυρωμένο γύρω- γύρω, κάνοντας κύκλους μέχρι το κέντρο του ταψιού. Σκορπάμε κομματάκια βούτυρο και ψήνουμε.

Αν δεν βρούμε κατάλληλο έντερο, χρησιμοποιούμε μπόλιες (σκέπες) από αρνάκι, τις οποίες έχουμε προηγουμένα πλύνει καλά με νερό και ξίδι. Τις κόβουμε σε κομμάτια σαν μια παλάμη, τυλίγουμε λίγη γέμιση από κάθε κομμάτι, να γίνουν σαν ατομικά φραντζολάκια, τα βάζουμε στη σειρά σε βουτυρωμένο ταψί και τα αφήνουμε στους 220 βαθμούς για 35- 45 λεπτά.

Στο μεταξύ χτυπάμε τα αυγά ολόκληρα με αλάτι και πιπέρι με το χυμό του λεμονιού και το γιαούρτι, και μόλις ψηθεί το φαγητό, ρίχνουμε την κρέμα των αυγών στα μπομπάρια. Τα ξαναβράζουμε στο φούρνο για άλλα 20 - 25 λεπτά. ώσπου το μίγμα των αυγών να πήξει και να ροδίσει η επιφάνεια.

Τα αφήνουμε να κρυσώσουν για μισή ώρα και σερβίρουμε.

### ΚΑΒΟΥΡΜΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κοιλιά ( γίδινη ή πρόβια) μέτρια
- 250 γραμμ. πρόβιο κρέας ψαχνό καθαρό
- 250 γραμμ. μοσχαρίσιο κρέας ψαχνό
- 250 γραμμ. αρνίσιο ψαχνό
- 250 γραμμ. κατσίκι ψαχνό
- λίγο μαύρο πιπέρι - αλάτι
- μπαχαρικά - λίγη ρίγανη
- 300 γραμμ. πικουρίνο ή 500 γραμμ. κεφαλοτύρι ( αν θέλουμε )
- 3 κουταλιές σούπας βούτυρο φρέσκο

Πλένουμε καλά τη κοιλιά και τη γυρίζουμε από τη μέσα πλευρά. Κόβουμε τα κρέατα σε μέτρια κομμάτια ( όπως το κοκορέτσι ), το αλατίζουμε, προσθέτουμε πιπέρι, τη ρίγανη, τα μπαχαρικά, το κεφαλοτύρι κομμένο κομματάκια και το βούτυρο.

Γεμίζουμε με το μίγμα τους την κοιλιά, ράβουμε τα ανοίγματα της και την ψήνουμε στο φούρνο για 1 h2 περίπου ώρα.

Την βγάζουμε την ανοίγουμε και σερβίρουμε.

Σημείωση| Τον καβουρμά μπορούμε να τον διατηρήσουμε στο ψυγείο για ένα περίπου μήνα. Είναι ένας τρόπος κονσερβοποίησης του κρέατος. Στα παλιά τα χρόνια για να τον ψήσουν, άνοιγαν τρύπες στο έδαφος του έχωναν μέσα και από πάνω έβαζαν τη φωτιά. Τον κρατούσαν εκεί επί 2,5 - 3 ώρες περίπου.

## ΠΑΠΟΥΔΑ ΚΟΥΡΥΚΛΙΔΙΚΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 συκωταριά δηλαδή συκώτι άσπρο - μαύρο, καρδιά και τρεις σκέπες
- αρνίσιας
- 1/2 φλιτζάνι τσαγιού ρύζι
- αλάτι - πιπέρι
- 5 κουταλιές σούπας λάδι
- 2 κουταλιές βιτάμ
- δυόσμος αρκετός
- 2 - 3 κρεμμύδια φρέσκα
- 2 αυγά (κρατάμε τον ένα κρόκο)

### Για τη σάλτσα

- 1 κουταλάκι γιαούρτι
- 4 - 5 αυγά
- λίγο αλάτι

Πλένουμε τα εντόσθια καλά και τα ψιλοκόβουμε. Κάθε μία τη χωρίζουμε σε δύο - τρία τεμάχια, ανάλογα με το μέγεθος της σκέπης.

Στο μεταξύ ετοιμάζουμε τη γέμιση ψιλοκόβουμε τα κρεμμυδάκια, αν θέλουμε τα σοτάρουμε λίγο με μια κουταλιά βούτυρο και το λάδι, και προσθέτουμε τα εντόσθια, το ρύζι, αλάτι, πιπέρι και το δυόσμο ψιλοκομμένο.

Τα αφήνουμε με λίγο νερό, και μόλις φουσκώσει λίγο το ρύζι, το κατεβάζουμε από τη φωτιά και προσθέτουμε το αυγό και το ασπράδι από το δεύτερο αυγό. Αλείφουμε ένα ταψί με βιτάμ. Παίρνουμε κάθε κομμάτι σκέπης, βάζουμε στο κέντρο λίγο από το υλικό της γέμισης και, αφού διπλώσουμε τις άκρες της σκέπης προς τα μέσα, την αναποδογυρίζουμε.

Συνεχίζουμε έτσι ώσπου να τελειώσουν τα υλικά μας. Κατόπιν με το κρόκο που κρατήσαμε και λίγες σταγόνες νερού αλείφουμε στην επιφάνεια όλες τις "παππούδες".

Βάζουμε το ταψί στο φούρνο και ψήνουμε περίπου 50 - 60 λεπτά. Όταν ψηθεί το βγάζουμε από το φούρνο και το περιχύνουμε με μια κρέμα που ετοιμάσαμε στο μεταξύ ως εξής]

Παίρνουμε ένα κατάλληλο μπολ, σπάζουμε μέσα 4 - 5 αυγά και τα χτυπάμε, ανακατεύοντας και ένα κεσεδάκι γιαούρτι των 200 γραμμ και λίγο αλάτι, μέχρι να γίνει το μίγμα μια ενιαία λεπτόρρευστη κρέμα. Μόλις τη περιχύνουμε στις "παππούδες", ξαναφουρνίζουμε για λίγο μέχρι να ροδίσει η επιφάνεια.

## ΣΑΡΜΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 συκωταριά
- 1/2 κιλό κρεμμυδάκια
- 5 - 6 κουταλιές βούτυρο φρέσκο λιωμένο
- 1/2 φλιτζάνι τσαγιού ρύζι
- λίγος δυόσμος
- 1 μεγάλη μπόλια (σκέπη)
- 2 αυγά
- 1 κουταλιά σούπας αλάτι
- 1/2 κουταλάκι πιπέρι
- γιαούρτι
- 5 αυγά

Βράζουμε νερό σε μια κατσαρόλα και ρίχνουμε μέσα τη συκωταριά. Αφού ζεματιστεί καλά, τη βγάζουμε και την κόβουμε σε πολύ μικρά κομμάτια. Βάζουμε το βούτυρο στο τηγάνι και, αφού ζεσταθεί, ρίχνουμε τα κρεμμυδάκια φιλοκομμένα, αφήνοντας να σιγοψηθούν.

Ρίχνουμε και το ρύζι κι αφού σιγοψηθεί λίγο κι αυτό, προσθέτουμε το δυόσμο, το μισό αλάτι, το πιπέρι και τα βγάζουμε από τη φωτιά.

Μόλις κρυώσουν, ρίχνουμε τα δύο αυγά, καλά κτυπημένα, ανακατεύοντας το μίγμα.

Ζεματάμε λίγο τη μπόλια. Την κόβουμε σε κομμάτια. Κάθε κομμάτι το βάζουμε στην παλάμη μας και ρίχνουμε 3 κουταλιές από το μίγμα. Το διπλώνουμε και αναποδογυρίζοντας το, το βάζουμε στο ταγί. Συνεχίζουμε έτσι μέχρι να τελειώσει το μίγμα.

Βάζουμε το ταγί στο φούρνο. Την ώρα που θα ψήνεται ο σαρμάς, χτυπάμε καλά τα 5 αυγά με το γιαούρτι. Μόλις ψηθεί, βγάζουμε το ταγί από το φούρνο, ρίχνουμε μέσα το μίγμα γιαούρτι - αυγά και ξαναφουρνίζουμε, μέχρι να ψηθεί καλά και ροδοκοκκινίσει η επιφάνεια της κρούστας. Μόλις το βγάλουμε από το φούρνο το αλατοπιπερώνουμε.

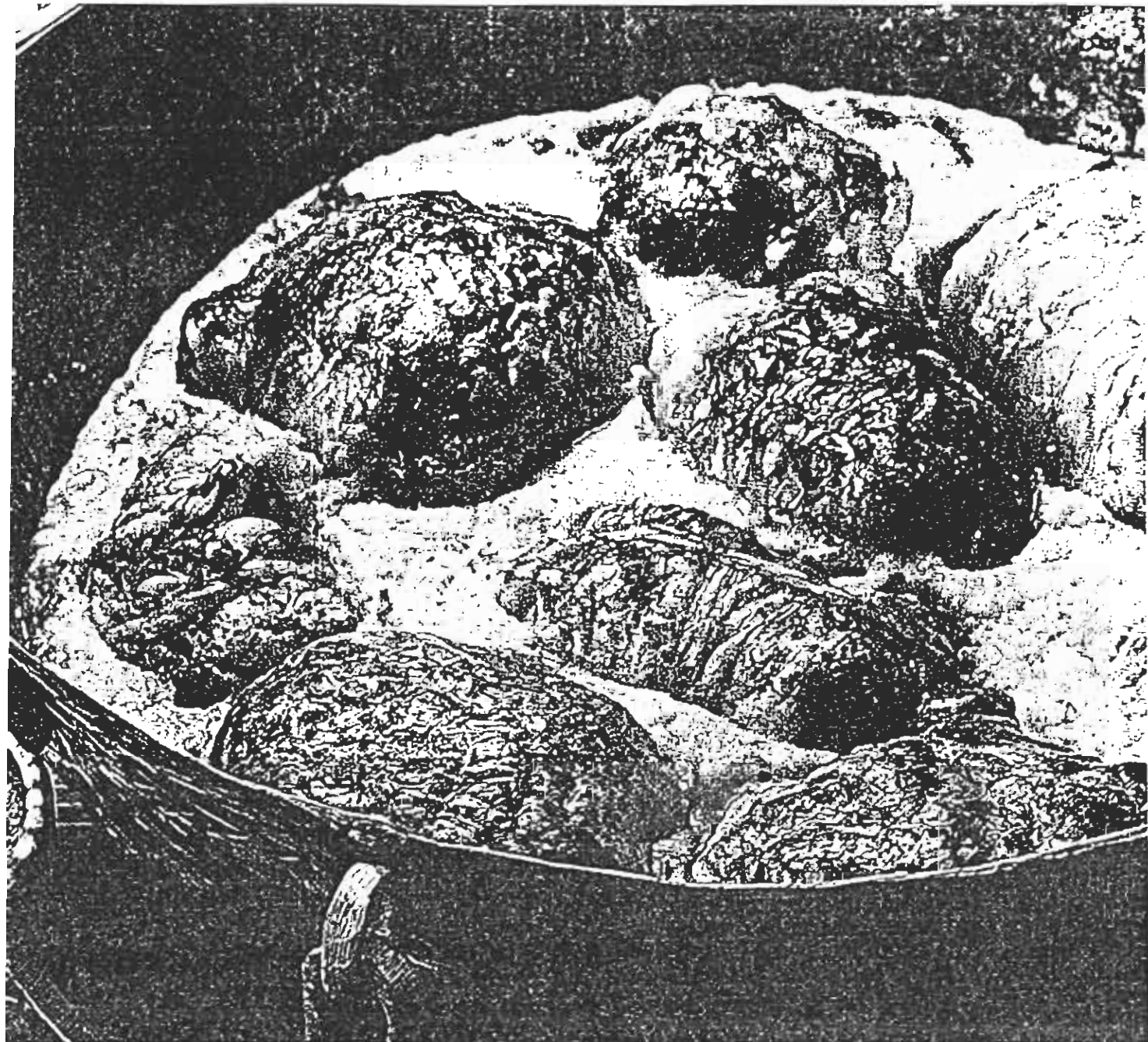


Τσαγιέρα χάλκινη Σιδηροκάστρου (Συλλογή Τσαρταδής)



Γουδί μπακιρένιο (Χαθάνι) (Λαογρ. Μουσαίο Θεσπλονίκης)





ΤΣΗΓΕΡΟΚΕΦΤΕΔΕΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΙ  
ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 μεγάλη συκωταριά αρνίσια ή από κατσίκι
- 1 σκέπη αρνιού ή από κατσίκι
- 1/2 φλιτζάνι ρύζι
- 3 - 4 κρεμμυδάκια φρέσκα
- λίγα κλωνάρια δυόσμος
- αλάτι - πιπέρι
- 2 κουταλιές σούπας βούτυρο

Κόβουμε με κοφτερό μαχαίρι τη συκωταριά πάνω σε ξύλο, χωρίζουμε τα πλεμόνια, το μαύρο συκώτι τη σπλήνα και τα χτυπάμε καλά, για να γίνει μια μάζα όπως ο κιμάς.

Ζυμώνουμε τον κιμά αυτό με το ρύζι, τα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα, το δυόσμο, το αλάτι, το πιπέρι, το βούτυρο και η γέμιση μας είναι έτοιμη.

Έχουμε βάλει τη σκέπη σε χλιαρό νερό να μαλακώνει. Την απλώνουμε, την κόβουμε σε κομμάτια ( ανάλογα με τους κεφτέδες που θέλουμε να φτιάξουμε ) και τυλίγουμε σε κάθε κομμάτι σκέπης και μια κουταλιά και μισή της σούπας από το υλικό μας.

Τους τοποθετούμε σε βουτυρωμένο ταψί και τους ψήνουμε σε φούρνο 200 βαθμών, 1 ώρα περίπου.

Σημείωση: Αν θέλουμε, βάζουμε στο ταψί και πιλάφι με τριμμένο πράσινο κρεμμυδάκι για να συνοδεύονται.

## ΤΣΙΤΣΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΙΤΙΚΗ

- 1 κιλό συκωτάκια αρνίσια
- 1/2 κιλό έντερα αρνίσια
- 1 κιλό κρεμμυδάκια φρέσκα
- 2 κιλά κρέας αρνίσιο
- πιπέρι - αλάτι
- σάλτα ντομάτας
- 250 γραμμ σπανάκια
- 300 γραμμ λάδι
- 20 γραμμ φυτίνη ή βούτυρο

Πλένουμε τα έντερα και τα συκωτάκια και τα βάζουμε, για ένα τέταρτο της ώρας, σε κατσαρόλα με βραστό νερό. Αφού βράσουν, τα βγάζουμε και τα κόβουμε μακρά κομματάκια. Βάζουμε σε κατσαρόλα τα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα, το πιπέρι, το αλάτι, το λάδι, τη σάλτσα και τα σπανάκια.

Αφού βράζουν τα κατεβάζουμε από τη φωτιά. Εντωμεταξύ έχουμε βράσει και το κρέας, με το βούτυρο, και ψήνουμε σε μέτριο φούρνο για 1 ώρα περίπου.

### ΜΠΟΞΑΣ ( ΣΥΚΩΤΙ ΓΕΜΙΣΤΟ ) • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΑΛΤΑ ΚΑΣΣΑΝΔΡΑΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

- 1 κιλό συκώτι από μικρό μοσχάρι
- 1 σκέπη
- διάφορα μπαχαρικά
- 5 - 6 σκελίδες σκόρδο
- μαιντανός
- ρίγανη
- 2 ντομάτες
- 2 κουταλιές βούτυρο
- 1/2 φλιτζάνι λάδι
- 2 λεμόνια
- αλάτι - πιπέρι

Ανοίγουμε το συκώτι στα πλάγια και βάζουμε μέσα το μισό βούτυρο. Ψιλοκόβουμε το σκόρδο και το μαιντανό. Κόβουμε τις ντομάτες λεπτές φέτες, βάζουμε αλάτι, πιπέρι, τα διάφορα μπαχαρικά, τα ανακατεύουμε όλα μαζί και με το μίγμα αυτό γεμίζουμε το συκώτι.

Το τυλίγουμε στη σκέπη και το τοποθετούμε σε ταψί ή σε γκιουβέτσι που γίνεται νοστιμότερο. Το περιχύνουμε με λαδολέμονο, το πασπαλίζουμε με ρίγανη, προσθέτουμε και το υπόλοιπο βούτυρο.

Το φουρνίζουμε, προσθέτοντας ελάχιστο νερό, και το ψήνουμε με σιγανό φούρνο μέχρις όταν ροδοκοκκινίσει.

Το σερβίρουμε κομμένο σε φέτες, με τηγανιτές πατάτες και με οποιαδήποτε σαλάτα.

### ΤΣΑΛΜΠΟΥΡΙ ΜΕ ΣΥΚΩΤΑΚΙΑ ΠΟΥΛΙΩΝ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΕΛΛΗΣ

- μισή κατσαρόλα νερό
- συκωτάκια πουλιών ( τόσα όσα χρειάζονται για να γεμίσει ο πυθμένας της
- κατσαρόλας )
- 4 αυγά
- 1 κουταλιά βούτυρο
- 1 κουταλιά γλυκού κόκκινο πιπέρι - αλάτι

Βράζετε νερό σε κανονική κατσαρόλα ( περίπου ως τη μέση ). Όταν αρχίσει να κοχλάζει, ρίχνετε τα συκωτάκια ψιλοκομμένα, το ανάλογο αλάτι και τα αφήνετε να μισοβράζουν.

Μετά από λίγο, ρίχνετε τα αυγά, σπάζοντας τα κατευθείαν μέσα στη κατσαρόλα, από χαμηλό ύψος, έτσι ώστε να διατηρηθούν μέσα στο ζουμί σε στρογγυλή φόρμα, χωρίς να κολλήσουν μεταξύ τους.

Όταν ψηθούν και τα αυγά, λιώνετε μια γεμάτη κουταλιά της σούπας βούτυρο μέσα στο τηγάνι, και αφού καεί λίγο, ρίχνετε μια κοφτή κουτάλιά του γλυκού κόκκινο πιπέρι.

Αδειάζετε το μίγμα αυτό μέσα στο ζουμί με τ' αυγά και τα συκωτάκια και, αφού βράσουν λίγο όλα μαζί, το φαγητό είναι έτοιμο. Σερβίρετε το περιεχόμενο με λίγο από το ζουμί.

### ΜΠΑΜΠΩ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΟΥΦΛΙ ΕΒΡΟΥ

- 2 - 3 μέτρα έντερο ξερό ή φρέσκο χοιρινό
- 1 1/2 κιλό κρέας μοσχάρι χωρίς κόκαλο
- 1 κιλό χοιρινό
- αλάτι - πιπέρι
- κύμνο - μπαχάρι
- πράσο ( 10 εκατ. )
- 1 φλιτζάνι του καφέ ρύζι
- 1 λεμόνι
- πάπρικα (προαιρετικά)
- 2 - 3 κουταλιές φυτίνη

Πλένετε τα έντερα, με χυμό λεμονιού και αλάτι, αν είναι φρέσκα, με χλιαρό νερό αν είναι ξερά. Κόβετε το κρέας σε μικρά κομματάκια και προσθέτετε το πράσο (κομμένο μικρά κομματάκια), τα μωροδικά, το ρύζι και το αλάτι και τα ανακατεύετε όλα μαζί.

Γεμίζετε με το μίγμα το έντερο με ένα μακρό χωνάκι, ή και με το χέρι αν το έντερο είναι φαρδύ (δεν πρέπει να το παραγεμόσουμε γιατί στο βράσιμο θα σκάσει) και δένετε τις άκρες με κλωστή.

Το τοποθετείτε κυκλικά στη κατσαρόλα. Το τρυπάτε με βελόνα (για να μη σκάσει). Ρίχνετε 2 - 3 κουταλιές φυτίνη, το χυμό ενός λεμονιού, αλάτι και νερό, μέχρι να σκεπαστεί. Βάζετε από πάνω για βάρος ένα πιάτο ανάποδα και το αφήνετε να βράσει σε σιγανή φωτιά 2 - 3 ώρες.

Σερβίρεται ζεστό ή κρύο.

### ΧΟΥΡΜΠΑΝΙ Η ΒΟΥΚΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΕΡΡΩΝ ΕΒΡΟΥ

- 1/2 κιλό συκώτι
- 1/2 κιλό αρνίσιο κρέας ψαχνό
- 1 1/2 κιλό ψωμί μπαγιάτικο
- 1 κιλό κρεμμυδάκια φρέσκα
- 1 ματσάκι δυόσμος
- 1 φλιτζάνι λάδι

- αλάτι

Πλένουμε το κρέας και το βάζουμε σε κατσαρόλα μαζί με λίγο νερό και αλατάκι να βράσει. Σε ταψάκι ώσπου να βράσει το κρέας, φιλοκόβουμε μόνο τα κρεμμυδόφυλλα, κόβουμε βούκες (μπουκιές) το ψωμί και όλα μαζί, αφού προσθέσουμε αλάτι και το δυόσμο, τα καβουρδίζουμε σε τηγάνι με το λάδι (μαζί με τα συκωτάκια).

Όταν καβουρδιστούν καλά τα γυρίζουμε σε μεγάλο ταψί. Προσθέτουμε και το λίγο ζουμά που μας έμεινε από το βρασμένο κρέας και το φουρνίζουμε σε μέτριο φούρνο ώσπου να ψηθούν καλά.

Σερβίρουμε πάντα με γιαούρτι ή τζατζίκι.

## **ΜΠΑΜΠΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ**

- έντερα χοιρινά
- συκωτάκια χοιρινά
- 1 κομμάτι κρέας χοιρινό
- 2 φλιτζάνια μπλιγούρι
- 2 φλιτζάνια ρύζι
- ρίγανη - μαύρο πιπέρι - αλάτι
- ξίδι - λάδι
- 1 κρεμμύδι

Παίρνουμε τα έντερα και τα πλένουμε πολλά νερά μετά το πλύσιμο, τα βάζουμε σε ξίδι για 1 - 2 μέρες. Μέσα σε μία κατσαρόλα βράζουμε τα συκωτάκια, και αφού βράσουν, τα στραγγίζουμε, και τα κόβουμε σε πολύ μικρά κομματάκια.

Έπειτα μέσα σε μια κατσαρόλα βάζουμε, λίγο λάδι, λίγο λίπος από το χοιρινό, και 1 κρεμμύδι κομμένο και τα τσιγαρίζουμε ώσπου να ξανθίσει το κρεμμύδι. Κατόπιν ρίχνουμε στη κατσαρόλα και το μπλιγούρι με το ρύζι, αφού φουσκώσει το ρύζι κατεβάζουμε τη κατσαρόλα από τη φωτιά και την αφήνουμε να κρυώσει.

Τώρα, καθώς κρύνει η γέμιση μας, ξεπλένουμε τα έντερα από το ξίδι, με νερό. Στη συνέχεια γεμίζουμε τα έντερα με το μίγμα που φτιάξαμε, και καθώς τα γεμίζουμε ρίχνουμε ενδιάμεσα και λίγο νερό ώστε να βράσει και το ρύζι. Αφού τις γεμίσουμε τις δένουμε με κλωστή. Τις βάζουμε σε απλωτή κατσαρόλα και τις σιγοβράζουμε, για 2 - 3 ώρες.

Αν έχει περισσέψει γέμιση τη προσθέτουμε στη κατσαρόλα μαζί με ένα κομμάτι κρέας χοιρινό.

## ΠΑΠΟΥΔΑ ΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 2 σκέπες αρνίσιας
- 1 συκωταριά αρνίσια
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ρύζι
- 1 ματσάκι κρεμμυδάκια φρέσκα
- 1 ματσάκι μαϊντανός
- 1 ματσάκι δυόσμος φρέσκος
- λίγο άνηθο
- 100 γραμμ. βούτυρο

### Για τη σάλτσα

- 2 κεσέδες μεγάλοι γιαούρτι
- 5 αυγά
- 1/2 φλιτζάνι αλεύρι
- αλάτι και πιπέρι ανάλογο

Πλένουμε καλά τη σκέπη και τη βουτάμε σε χλιαρό νερό για να ανοίξει. Την κόβουμε μετά με το ψαλίδι σε όσα κομμάτια θέλουμε.

Στο μεταξύ, ζεματάμε τη συκωταριά την κόβουμε σε λεκάνη σε πολύ μικρά κομμάτια, προσθέτουμε το ρύζι καλά πλυμένο, τα κρεμμυδάκια, το μαϊντανό, τον άνηθο, το δυόσμο ( όλα ψιλοκομμένα και πλυμένα ), το μισό βούτυρο και τα ανακατεύουμε να γίνουν ένα μίγμα.

Ανοίγουμε καλά τα κομμάτια της σκέπης, βάζουμε στο καθένα λίγη από τη γέμιση, τα τυλίγουμε και τα τοποθετούμε σε βουτυρωμένο ταψί με το διπλωμένο μέρος προς τα κάτω.

Ψήνουμε το φαγητό στο φούρνο, επί 45 λεπτά. Όταν κοντεύει να τελειώσει το ψήσιμο, χτυπάμε καλά τα αυγά, προσθέτουμε το γιαούρτι, καλά χτυπημένο, αλάτι πιπέρι και το αλεύρι, να γίνει ένα μίγμα λείο.

Τραβάμε το φαγητό από τη φωτιά, ρίχνουμε στα κενά μέρη του ταψιού το μίγμα, φροντίζοντας να πάει παντού, και ξαναβάζουμε το φαγητό στη φωτιά επί 10 λεπτά.

## ΣΑΡΜΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 συκωταριά αρνίσια
- 2 - 3 σκέπες ( μπόλιες ) αρνίσιας
- 1 φλιτζανάκι του καφέ ρύζι
- άνηθο - αλάτι - πιπέρι
- φρέσκα κρεμμυδάκια

- 3 αυγά
- 100 γραμμ. βούτυρο
- 1 κιλό πατάτες

Πλένετε καλά τη συκωταριά και γη ζεματάτε για 8 - 10 λεπτά σε νερό που βράζει.

Την κόβετε σε μικρά κομμάτια σε λεκάνη, προσθέτετε το ρύζι, τον άνηθα, τα κρεμμυδάκια ( ψιλοκομμένα ), 2 αυγά, 2 κουταλιές βούτυρο λιωμένο. αλάτι και πιπέρι, και τα ανακατεύετε όλα πολύ καλά.

Έχετε τις μπόλιες σε ζεστό νερό να μουσκεύουν. Τις ανοίγετε και τις κόβετε κομμάτια σε μέγεθος σαν ένα πιατάκι.

Στρώνετε σε μπολ ένα κομμάτι μπόλιας. Βάζετε μέρος από τη γέμιση, διπλώνετε τη μπόλια και τοποθετείτε το πακετάκι ( σαρμά ) σε ταψί με την ένωση προς τα κάτω για να μην ανοίξει.

Συνεχίζετε έτσι και, όταν έχετε τακτοποιήσει στο ταψί όλους τους σαρμάδες, τους αλείφετε με χτυπημένο αυγό ( τον κρόκο του αυγού ) και τους περιχύνετε με το υπόλοιπο βούτυρο λιωμένο.

Έχετε καθαρίσει και πλύνει τις πατάτες, τις κόβετε σε φέτες και τις ρίχνετε στο ταψί με τους σουρμάδες. Αφήνετε σε μέτριο φούρνο να ψηθούν οι πατάτες και να ροδίσουν οι σαρμάδες, προσθέτοντας και λίγο νερό αν χρειαστεί.

## ΚΡΕΑΤΑ

### ΓΙΑΟΥΡΤΑΒΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΑΩΡΙΝΗΣ

- 2 κιλά γιαούρτι πρόβιο
- 10 αυγά
- 1 σπάλα ολόκληρη μαζί με το λαιμό από κατσικάκι ή αρνί
- 2 φλιτζάνια ρύζι
- 2 φλιτζάνια (του τσαγιού) βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι

Παίρνουμε το κρέας, το πλένουμε καλά, το αλατοπιπερώνουμε και το βάζουμε σ' ένα ταψί. Προσθέτουμε το βούτυρο και το βάζουμε στο φούρνο να ψηθεί καλά. Βγάζουμε το κρέας σε πιατέλα και μέσα στο ταψί ρίχνουμε το ρύζι και το καβουρδίζουμε λίγα λεπτά, να γίνει σπυρωτό.

Μετά σ' ένα μπολ μεγάλο, βάζουμε το γιαούρτι και όλα τα αυγά χτυπητά. Τα ανακατεύουμε (δεν τα χτυπάμε) σιγανά, μέχρι να γίνουν ένα ομοιογενές μίγμα. Στο ταψί που είναι το ρύζι, βάζουμε στη μέση το κρέας και ρίχνουμε σ' όλη την επιφάνεια του ταψιού το μίγμα (γιαουρτιού - αυγών).

Μετά ξαναβάζουμε στο φούρνο, σε χαμηλή θερμοκρασία, μέχρι να στραγγίξει το νερό του γιαουρτιού.

Το βγάζουμε και μετά από 15 λεπτά, μπορούμε να το σερβίρουμε.

### ΑΛ - ΜΠΑΣΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 2 κιλά αρνάκι γάλακτος
- 10 αυγά
- 1 1/2 κιλό γιαούρτι πρόβιο
- 3 κουταλιές της σούπας σιμγδάλι
- 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι

Πλένετε το κρέας, το στραγγίζετε, το αλείφετε με βούτυρο και το αλατοπιπερώνετε. Βάζετε το κρέας σε ταψί με 1 φλιτζάνι νερό και το ψήνετε σε μέτριο φούρνο (γυρίζοντας 2 - 3 φορές να πάρει χρώμα γύρω - γύρω). Χτυπάτε σε λεκάνη τ' αυγά μ' αλατοπίπερο και τα ανακατεύετε με το γιαούρτι και το σιμγδάλι να γίνουν ένα μίγμα. Βγάζετε το ταψί από το φούρνο και περιχύνετε με το μίγμα αυγά - γιαούρτι κρέας.

Το βάζετε πάλι στο φούρνο ωστόσο ροδίσει η επιφάνεια και κάνει μια κρούστα.

Σερβίρετε ζεστό.

### ΚΟΡΜΠΑΝΙ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΕΡΡΩΝ

- 1 αρνάκι μικρό του γάλακτος ολόκληρο
- Για τη γέμιση
- 1 ψωμί μπαγιάτικο
  - 3 - 4 φρέσκα κρεμμυδάκια
  - λίγος δυόσμος - λίγο άνηθο
  - 2 κουταλάκια του γλυκού κόκκινο και μαύρο πιπέρι
  - ρίγανη
  - 2 1/2 φλιτζάνια βούτυρο



Βάζουμε σε κατσαρόλα 2 φλιτζάνια βούτυρο, τα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα, το δυόσμο και το άνηθο, το μισό πιπέρι αλάτι, ρίγανη, καθώς και το ψωμί κομμένο σε κομματάκια. Τοποθετούμε τη κατσαρόλα στη φωτιά να καβουρδιστούν, μέχρι να απορροφήσει το ψωμί σ' όλο το (υγρό) βούτυρο. Πλένουμε καλά το αρνάκι, του γεμίζουμε τη κοιλιά με το υλικό και, με το υπόλοιπο αλάτι, πιπέρι και βούτυρο το αλείφουμε εξωτερικά όλο.

Το βάζουμε σε ταγί και το φουρνίζουμε (στην αρχή σε μέτριο φούρνο, αλλά μετά σε δυνατό για να ροδοκοκκινίσει). Αν θέλουμε μπορούμε να προσθέσουμε και πατάτες στο ταγί, γύρω - γύρω από το αρνάκι.

Χρόνος ψησίματος περίπου 2 ώρες.

### ΞΗΣΤΗΜΕΝΟ ΒΕΡΟΙΩΤΙΚΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ •

- 1 κιλό κρέας ζυγούρι (ή μοσχάρι)
- 750 γρ. μπάμες
- 750 γρ. γιαούρτι
- 5 αυγά
- 1 κρεμμύδι
- αλάτι

Κόβουμε το κρέας σε τέσσερις μερίδες και το βάζουμε σε ταγί (αν είναι δυνατό σε πήλινο νταβά, για περισσότερη νοστιμιά) με 2 φλιτζάνια νερό. Τρίβουμε το κρεμμύδι στο τρίφτη και το ρίχνουμε στο ταγί με το κρέας. Βάζουμε στο ταγί στο φούρνο και αφήνουμε να βράσει το κρέας (επί 1 ώρα) στους 250 βαθ. Αφού βράσει καλά το κρέας, προσθέτουμε και τις μπάμες, ρίχνοντας αν χρειαστεί, μισό ή ένα φλιτζάνι νερό ακόμα.

Όταν βράσουν και οι μπάμες, χτυπάμε καλά το γιαούρτι, χωριστά, χτυπάμε και τα αυγά, και μετά το ανακατεύουμε μεταξύ τους. Ρίχνουμε το μίγμα στο ταγί, και αφήνουμε ώσπου να πήξει.

Βγάζουμε το ταγί από το φούρνο και το φαγητό μας είναι έτοιμο για σερβίρισμα.

Σημείωση: Το ξηστημένο Βεροιώτικο, συνηθίζεται να μαγειρεύεται την ημέρα των Αγίων Αποστόλων.

## ΒΛΑΧΙΚΟ ΦΑΓΗΤΟ ΤΗΣ ΣΤΑΝΗΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

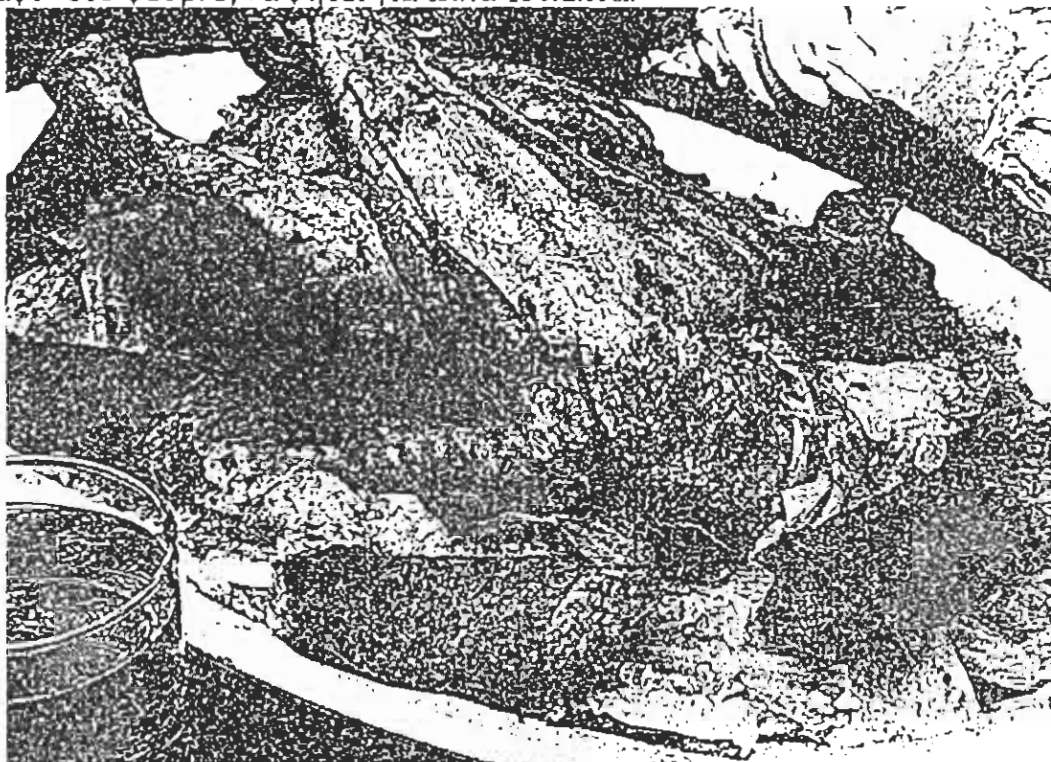
- 2 κιλά κρέας αρνί μπούτι
- 3 κιλά γιαούρτι πρόβιο
- 6 αυγά
- 6 κουταλιές της σούπας αλεύρι
- 1 πακετάκι βιτάμ
- αλάτι, πιπέρι μαύρο

Αλατοπιπερώνουμε το κρέας. Το βουτυρώνουμε με το μισό βούτυρο. Ρίχνουμε ένα ποτήρι νερό και βάζουμε το ταψί στο φούρνο.

Στο μεταξύ, ώσπου να ροδοκοκκινίσει, ετοιμάζουμε τα υπόλοιπα υλικά. Ανακατεύουμε το γιαούρτι με το αλεύρι καλά, χτυπάμε τ' αυγά με λίγο αλάτι, και κατόπιν τα αναμγνύουμε μαζί με το γιαούρτι και αλεύρι.

Το μίγμα αυτό το ρίχνουμε στο ταψί, γύρω - γύρω από το κρέας.

Βάζουμε από πάνω και το υπόλοιπο βούτυρο, και ξαναποθετούμε το ταψί στο φούρνο, να ψηθεί για άλλα 10 λεπτά.



ΜΙΣΟΥΡΑ •  
ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 παχιά κότα
- 1 1/2 κιλό χοιρινό ψαχνό
- 1/2 κιλό παχύ χοιρινό
- 1/2 κιλό συκωτάκια πουλιών
- 5 - 6 κάστανα βρασμένα και ξεφλουδισμένα
- 2 κουταλιές ρύζι

- 1 κουταλιά βούτυρο
- 3 κιλά πράσα
- λίγο σέλινο
- 2 κουταλιές σάλτσα ντομάτα
- 1 ποτήρι κόκκινο κρασί
- 2 λεμόνια
- αλάτι - πιπέρι μαύρο
- 1 χούφτα καρύδια

Πλένετε όλα τα κρέατα και την κότα με ζεστό νερό. Κόβετε το παχύ σε φέτες και στρώνετε τον πάτο μας πολύ μεγάλης και βαθιάς κατσαρόλας (καταλληλότερη η πήλινη).

Από πάνω στρώνετε τα μισά πράσα πλυμένα - ψιλοκομμένα και το σέλινο, ανακατεμένα μαζί με τα μισά ψαχνά.

Εδώ θα τοποθετήσετε την κότα, αφού την γεμίσετε ως εξής:

Καίτε τη φυτίνη και τσιγαρίζετε 1 κεφάλι πράσο ψιλοκομμένο.

Προσθέτετε τα συκωτάκια επίσης ψιλοκομμένα, τα κάστανα, τα καρύδια κι αφού τσιγαριστούν και 2 κουταλιές ρύζι, λίγο νεράκι, αλάτι - πιπέρι. Τ' ανακατεύετε μα - δυο βάλτες και μ' αυτό το μίγμα γεμίζετε την κότα.

Ρίχνετε τα υπόλοιπα πράσα γύρω - γύρω και τα υπόλοιπα κρέατα. Αν περισσέψει γέμιση τη σκορπάτε σ' όλη τη κατσαρόλα. Περιχύνετε το φαγητό με 1 ποτήρι κρασί, 1 ποτήρι νερό με 1 κουταλάκι σάλτσα ντομάτα, το χυμό των λεμονιών, αλάτι, πιπέρι. Το ψήνετε 12 ώρες στη χαμηλότερη θερμοκρασία σε μάτι της κουζίνας ή σε πήλινη κατσαρόλα και στο χωριάτικο φούρνο για 1 βράδι.

Το φαγητό αυτό συνηθίζεται τη Πρωτοχρονιά στη Μακεδονία.

### ΚΡΕΑΣ ΣΕ ΓΙΟΥΒΕΤΣΙ. ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1 κιλό κρέας αρνίσιο ψαχνό
- 3 κρεμμύδια
- 3 ντομάτες
- 3 σκελίδες σκόρδο
- μαύρο πιπέρι σε σπυριά
- μπαχάρι - δάφνη - αλάτι
- 1 φλιτζάνι λάδι

Κόβετε το κρέας σε μερίδες. Το πλένετε και το σκουπίζετε. Σε πήλινο γιουβέτσι βάζετε σε στρώσεις τις ντομάτες κομμένες φέτες, όπως και τα κρεμμύδια, τα σκόρδα - ολόκληρα τα σκελίδια - και τα μπαχαρικά και μρωδικά. Αλατοπιπερώνετε και τα περιχύνετε με μα φλιτζάνα λάδι.

Σκεπάζετε το γουβέτσι με αλουμινόχαρτο και ψήνετε το φαγητό σε κανονικό φούρνο για 2 ώρες, χωρίς να προσθέσετε καθόλου νερό.

Συνοδεύετε το γευστικότερο αυτό κρέας με αρακά σοτέ, ρύζι άσπρο ή πατάτες τηγανιτές.

### ΚΡΕΑΣ ΜΕ ΜΥΡΩΔΙΚΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΑΜΟΘΡΑΚΗΣ

- 2 κιλά χοιρινό κρέας από μπούτι
- 1/2 κιλό καρότα ψιλοκομμένα
- 2 κρεμμύδια
- σέλινο
- μαϊντανός - άνηθο
- 2 φύλλα δυόσμος
- 1 μεγάλη ντομάτα
- λίγο πιπέρι ολόκληρο
- αλάτι - πιπέρι
- 2 κουταλιές βούτυρο
- 4 λαδόκολλες

Βάζετε τις 4 λαδόκολλες μαζί, τη μία πάνω στην άλλη. Πλένετε το κρέας το σκουπίζετε, το αλείφετε με βούτυρο και το αλατοπιπερώνετε.

Ανακατεύετε τα μυρωδικά, που έχετε πλύνει και ψιλοκόψει, με αλατοπίπερο και το χοντροπίπερο.

Περνάτε το κρέας (σαν σε σούβλα) με μια κληματόβεργα (αν υπάρχει) και το πασπαλίζετε με τα μυρωδικά να το σκεπάσουν. Το τυλίγετε μέσα στις λαδόκολλες και το δένετε χαλαρά με σπάγκο να μη φύγουν οι λαδόκολλες και τα μυρωδικά.

Το ψήνετε σε ταψί, σε μέτριο φούρνο, 2 ώρες. Όταν ψηθεί, αφαιρείται τα λαδόχαρτα και κόβετε το κρέας σε φέτες.

Σερβίρετε τις φέτες σε πιάτα με τα μυρωδικά.

Για γαρνιτούρα, συνοδεύετε με πατάτες τηγανιτές ή ρύζι πιλάφι.



ΠΡΑΤΣΕΚ •  
ΕΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κιλό κρέας μοσχαρίσιο από κιλότα
- 3 φέτες σαλάμι
- 1 σφιχτό βρασμένο αυγό
- 200 γρ. καπνιστό τυρί
- 3 κρεμμύδια
- αλάτι - πιπέρι
- ρίγανη
- 1/2 ποτήρι λάδι

Κόβετε το κρέας σε ισόπαχες φέτες και τις χτυπάτε με βαρίδι να πλατύνουν. Σε κάθε μία φέτα βάζετε 1/2 φέτα σαλάμι, μια φετούλα βραστό αυγό, και μία καλή φέτα καπνιστό τυρί.

Τ' αλατοπιπερώνετε, τους πασπαλίζετε με ρίγανη και τα τυλίγστε σε ρολά. Σε κάθε άκρη τα στερεώνετε με μία οδοντογλυφίδα.

Καίτε το λάδι σε κατσαρόλα και τσιγαρίζετε τα κρεμμύδια ψιλοκομμένα. Βάζετε μαζί και τα πράσινκα (ρολά που ετοιμάσατε) και τα ροδοκοκκινίζετε. Τα βρέχετε με 1 ποτήρι νερό και τ' αφήνετε σε σιγανή φωτιά να ψηθούν.

Σερβίρονται με άσπρο πιλάφι ή πατάτες τηγανιτές.

### ΛΑΧΑΝΟ ΤΟΥΡΣΙ ΜΕ ΧΟΙΡΙΝΟ

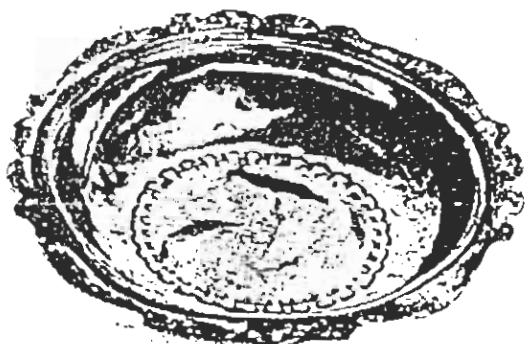
- 3 κιλά λάχανο τουρσί
- 1 ποτήρι λάδι
- 2 κιλά χοιρινό ψαχνό
- κόκκινο πιπέρι ή 1 κουταλιά ντοματιά κελύς
- 3 ποτήρια ζουμί κρέατος

Παίρνετε το λάχανο τουρσί, το κόβετε κομματάκια, το στύβετε να βγάλει το ζουμί του, το αλέθετε όπως το κιμά και το στύβετε πάλι.

Βάζετε το στυμμένο λάχανο στη κατσαρόλα με το λάδι ή το βούτυρο για να τσιγαριστεί. Προσθέτετε λίγο - λίγο το λάδι ή το βούτυρο για να καλοτσιγαριστεί (απ' αυτό εξαρτάται η επιτυχία, διαφορετικά δεν θα βράσει).

Αφού τσιγαριστεί καλά, ρίχνετε το κρέας κομμένο σε μερίδες, τρία ποτήρια του νερού ζουμί κρέατος και δύο ποτήρια νερό (να μη γίνει πολύ αλμυρό), λίγο κόκκινο πιπέρι ή τον πελτέ, και τα αφήνετε να βράσουν καλά, βάζοντας και πάλι λίγο λάδι.

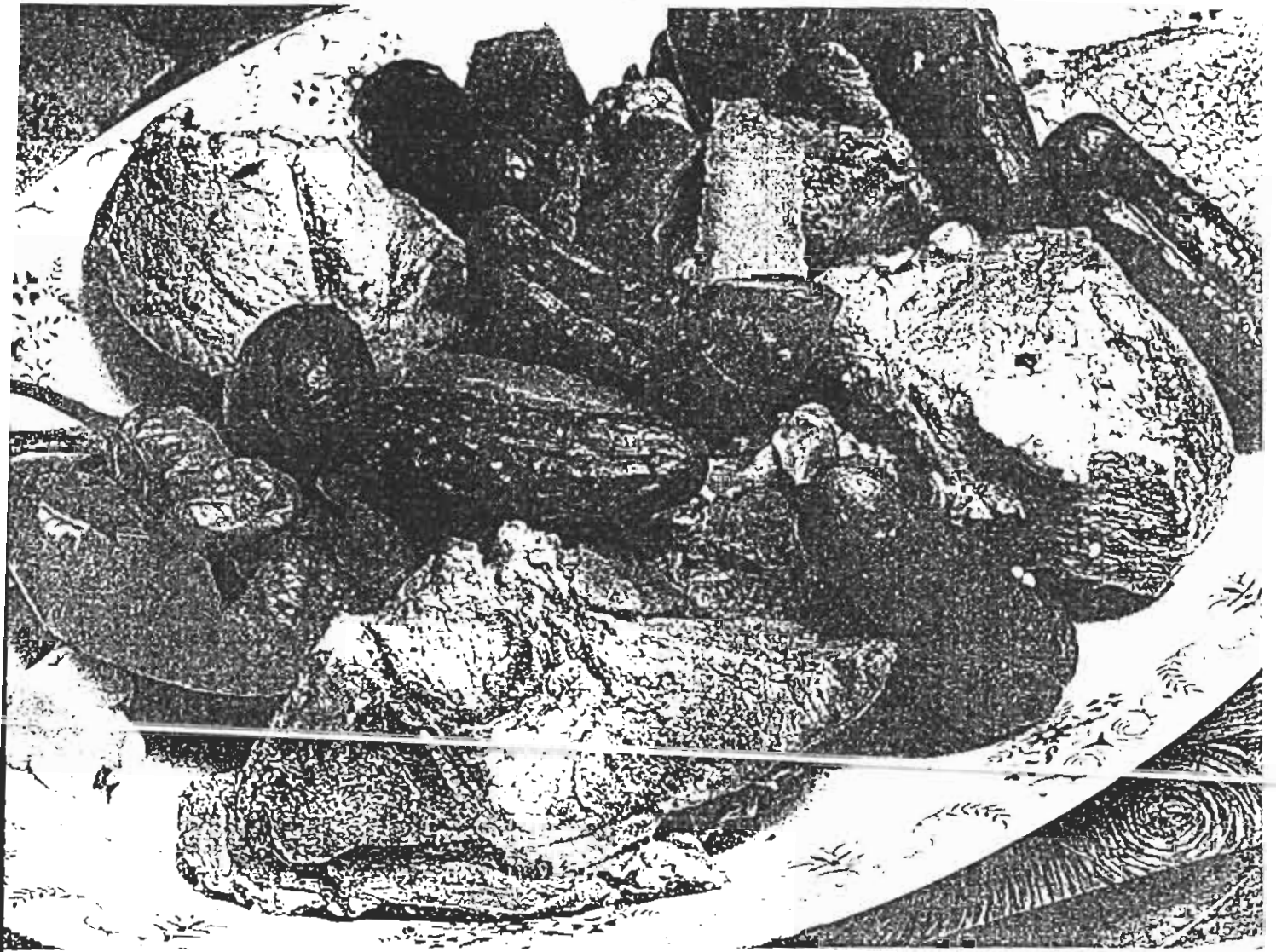
Σημείωση! Είναι φαγητό από την Ανδριανούπολη της Ανατολικής Θράκης και δεν λείπει από κανένα τραπέζι τα Χριστούγεννα στην Ανδριανούπολη.



Πιάτο βαθυ χάλκινο Μακεδονία (Λαογρ. Μουασία Θεσπλίκης)



Φοντανιέρα  
(Μουασία Θεσπλίκης)



### ΤΣΟΥΜΠΑΕΚΙ ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΤΟΠΙΚΗ

- 1 παχύ μπούτι αρνιού με τη νεφραδιά και την ουρά του
- μερικές μελιτζάνες κομμένες σε κομμάτια
- κολοκυθάκια σε κομμάτια
- φασολάκια
- πιπεριές πράσινες ολόκληρες
- ντομάτες κομμένες σε φέτες
- αρκετό βούτυρο
- αλάτι, πιπέρι
- λίγο κύμινο και μοσχοπίπερο

Κόβουμε το κρέας σε μεγάλα κομμάτια και τα βάζουμε σε πήλινο γουβέτσι. Προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά και το σκεπάζουμε με το καπάκι του. Κλείνουμε το άνοιγμα γύρω - γύρω με ζυμάρι από νερό και αλεύρι και το βάζουμε σε σιγανό φούρνο.

Το αφήνουμε να σιγοψηθεί αρκετές ώρες. Συνήθως το ετοιμάζουμε Σάββατο βράδυ και έτσι την Κυριακή έχουμε έτοιμο το φαγητό. Γίνεται νοστιμότατο.

## ΑΡΝΑΚΙ ΦΟΥΡΝΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ Ν. ΒΥΣΣΑΣ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ

- 1 κιλό κρέας αρνάκι (κατά προτίμηση πόδι)
- 1 κουταλιά της σούπας τοματοπολτός
- 1 κιλό φρέσκα κρεμμυδάκια
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ρύζι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού σταφίδες
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- μαυροπίπερο

Αφήνουμε το κρέας να πάρει μια βράση σε 4 ποτήρια νερό.

Ψιλοκόβουμε τα κρεμμυδάκια, τα πλένουμε, τα βάζουμε να ζεματιστούν και τα αφήνουμε σε τρυπητό να φύγουν τα νερά.

Βάζουμε στην κατσαρόλα να κάψει το λάδι και τσιγαρίζουμε τα κρεμμυδάκια. Προσθέτουμε το κρέας με το ζωμό του και το τοματοπολτό.

Μόλις αρχίσουν να βράζουν, ρίχνουμε το ρύζι και τις σταφίδες.

Αφού πάρουν μία βράση όλα μαζί, τα αδειάζουμε σε ταψί και τα βάζουμε σε φούρνο, που τον έχουμε προθερμάνει. Το αφήνουμε στο φούρνο 1 1/2 - 2 ώρες, μέχρι να τελειώσει όλο το νερό και να μείνει μόνο το λάδι του.

~~Το φαγητό αυτό φτιάχνεται στη Ν. ΒΥΣΣΑ κυρίως τις μέρες του ΠΑΣΧΑ και σε γιορτές.~~

## ΤΣΟΥΜΠΑΕΚΙ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό κρέας χοιρινό (κατά προτίμηση από τα πλευρά)
- 1 κιλό πράσα
- 8-10 σκελίδες σκόρδο
- αλάτι, μαύρο πιπέρι
- κύμνο, μπαχάρι
- 10-15 δαμάσκηνα ξινά ή 1/2 κουταλάκι ξινό
- λάδι (προαιρετικά)

Κόβετε το κρέας σε μερίδες και τα πράσα σε μεγάλα κομμάτια, περίπου 5 πόντων, τα πλένετε καλά και τα βάζετε σε πήλινη κατσαρόλα, καθώς και όλα τα υπόλοιπα υλικά (σκόρδο, ολόκληρες τις σκελίδες) δαμάσκηνα, αλάτι, πιπέρι, κύμνο, μπαχάρι λάδι αν θέλετε). Τ' ανακατεύετε καλά με κουτάλα ξύλινη και προσθέτετε κρύο νερό (να φτάνει 1-2 δάχτυλα πιο κάτω από τα υλικά).

Αλείφετε το στόμο της κατσαρόλας εξωτερικά, με κουρκούτι, και το σκεπάζετε με χασαπόχαρτο. Διπλώνετε τις άκρες έτσι, ώστε να κολλήσουν με το κουρκούτι στη κατσαρόλα και δένετε καλά με σπάγκο, για να μην



ξεκολλήσουν. Αλείφετε και το χασαπόχαρτο από πάνω με κουρκούτι, για να μην ξεσχιστεί, σκεπάζετε με το καπάκι και βάζετε το φαγητό να σιγοβράσει, για αρκετές ώρες.

### ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΕ ΦΑΣΟΛΙΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 2 κιλά χοιρινό
- 1/2 κιλό φασόλια
- χυμός ντομάτας
- κρεμμύδι
- 1/2 φλιτζάνι λάδι
- αλάτι, πιπέρι (κόκκινο)
- σκόρδο (αν θέλουμε)

Βάζουμε στη κατσαρόλα το λάδι, το κρέας και το κρεμμύδι και το κοκκινίζουμε. Ρίχνουμε, τότε, το χυμό ντομάτας, το αλάτι και το πιπέρι και τα αφήνουμε να βράσουν.

Έχουμε έτοιμα τα φασόλια, σχεδόν βρασμένα και στραγγισμένα. Όταν το κρέας κοντεύει να ψηθεί, ρίχνουμε και τα φασόλια, τα αφήνουμε να βράσουν λίγο μαζί και κατόπιν τα κατεβάζουμε.

### ΓΟΥΡΟΥΝΟΠΟΥΛΟ ΓΕΜΙΣΤΟ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 μικρό γουρουνόπουλο (γάλακτος)
- 2-3 κρεμμύδια
- 1/2 κιλό κάστανα
- 150 γρ. κουκουνάρι
- διάφορα μπαχαρικά
- αλάτι, πιπέρι
- 200 γρ. κεφαλογραβιέρα
- 1 ποτηράκι του κρασιού, κρασί αρετσίνωτο
- 2 ντομάτες
- 3-4 λεμόνια

Καθαρίζουμε και πλένουμε πολύ καλά το γουρουνόπουλο. Το βάζουμε να στραγγίξει.

Ψήνουμε στο φούρνο τα κάστανα, τόσο όσο να μπορούμε να τα ξεφλουδίσουμε.

Βάζουμε λάδι σε μεγάλο τηγάνι, ψιλοκόβουμε μόνο το συκώτι του γουρουνιού αφού προηγουμένως το ζεματίσουμε.

Το ρίχνουμε στο κρεμμύδι και όταν καβουρδιστεί κι αυτό, σβήνουμε με κρασί.

Προσθέτουμε ελάχιστο νερό, τη ντομάτα κομμένη σε κομματάκια, τα κάστανα στη μέση κομμένα, τα κουκουνάρια, αλάτι πιπέρι και τα διάφορα μπαχαρικά. Μόλις πάρουν βράση, κατεβάζουμε από τη φωτιά, κόβουμε κομματάκια την κεφαλογραβιέρα, τη ρίχνουμε μέσα στα υπόλοιπα και τα ανακατεύουμε όλα μαζί.

Ανοίγουμε τη κοιλιά του γουρουνόπουλου, το αλατοπιπερώνουμε καλά, το ραντίζουμε με λεμόνι, το γεμίζουμε με το μίγμα που έχουμε ετοιμάσει και ράβουμε την κοιλιά του.

Το βάζουμε σε λαμαρίνα, πάνω σε κληματόβεργες (για να μαυρίσει ωραία) και το φουρνίζουμε, χωρίς να βάλουμε καθόλου νερό.

Ψήνουμε σε μέτρια θερμοκρασία, γυρίζοντας το αρκετές φορές για να μην αρπάξει, ώσπου να ροδοκοκκινίσει χωρίς να καεί.

Σερβίρεται σε ακανόνιστα κομμάτια μαζί με λίγη γέμιση και με σαλάτα μαρούλι.

### ΜΑΚΕΔΟΝΙΤΙΚΟ ΦΡΙΚΑΣΕ\*

- 1 1/2 κιλό αρνάκι
- 1/2 κιλό κρεμμυδάκια φρέσκα
- 1 κιλό μαιντανός φρέσκος
- 1-2 καρότα, 2 αυγά
- 1/2 φλιτζάνι βούτυρο
- 1-2 λεμόνια
- αλάτι, πιπέρι

Κόβουμε το κρέας σε κανονικές μερίδες, το πλένουμε, το αλατοπιπερώνουμε και το βάζουμε σε κατσαρόλα με το βούτυρο να καβουρδιστεί.

Καθαρίζουμε τα κρεμμυδάκια, τα πλένουμε και τα χοντροκόβουμε. Τα ρίχνουμε όλα στο κρέας να σοταριστούν λίγο μαζί με τα καρότα κομμένα σε φέτες. Προσθέτουμε 1/2 φλιτζάνι νερό και τ' αφήνουμε να βράσουν. Στο μεταξύ καθαρίζουμε, πλένουμε και ζεματάμε το μαιντανό, τον βάζουμε σε τρυπητό να στραγγίσει και τον προσθέτουμε στο κρέας. Προσθέτουμε λίγο νερό ακόμα, αλάτι - πιπέρι και το αφήνουμε να βράσει ωστόσο μείνει με λίγο ζουμί.

Χτυπάμε σε πιάτο τ' αυγά με λίγο νερό, προσθέτουμε το ζουμί των λεμονιών, παίρνουμε ζουμί από το φαγητό τα χτυπάμε ελαφρά με το πιρούνι και περιχύνουμε το φαγητό.

Κουνάμε την κατσαρόλα ν' ανακατευτούν και σερβίρουμε αμέσως.

### ΑΛΗΠΑΣΣΑΣ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 1 κιλό κρέας μοσχαρίσιο (κομμένο σε μακρά κομμάτια)
- 300 γρ. πατάτες τηγανιτές
- 200 γρ. μελιτζάνες τηγανιτές
- 200 γρ. κολοκυθάκια τηγανιτά
- 100 γρ. τυρί φέτα
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 150 γρ. ψιλοκομμένες ντομάτες
- 300 γρ. βούτυρο φρέσκο
- 30 γρ. κρεμμύδια
- μοσχοκάρυδο τριμμένο
- λίγος μαϊντανός
- αλάτι, πιπέρι

Σε πήλινη κατσαρόλα βάζουμε το κρέας και το σοτάρουμε με τα ψιλοκομμένα κρεμμυδάκια και με το βούτυρο.

Ετοιμάζουμε τις πατάτες, τα κολοκυθάκια και τις μελιτζάνες και τα στρώνουμε στη κατσαρόλα. Ρίχνουμε 3 σκελίδες σκόρδο, λίγο μαϊντανό, τις ντομάτες, ανάλογο αλάτι πιπέρι, το μοσχοκάρυδο και τη φέτα. Προσθέτουμε λίγο νερό, και σκεπάζουμε τη πήλινη κατσαρόλα.

Βάζουμε σε μέτριο φούρνο να ψηθεί.

### ΑΡΝΑΚΙ ΨΗΜΕΝΟ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΚΑΡΒΕΛΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ •

- 1 1/2 κιλό κρέας από αρνί γάλακτος από μπουίτι
- αλάτι - πιπέρι
- 1 κουταλιά μουστάρδα
- ρίγανη
- 2 κουταλιές βούτυρο γάλακτος
- 1 καρβέλι μεγάλο ψωμί

Πλένουμε καλά το κρέας και το στραγγίζουμε. Το αλατίζουμε, ρίχνουμε πιπέρι, τη ρίγανη και στρώνουμε με το μαχαίρι το βούτυρο που αφήσαμε έξω από το ψυγείο. Επίσης με μαχαίρι στρώνουμε καλά τη μουστάρδα και πάνω από τη μουστάρδα ξαναβάζουμε μισό κουταλάκι του γλυκού ρίγανη.

Παίρνουμε το ψωμί το κόβουμε οριζόντια και ακριβώς στη μέση. Το αλείφουμε με βούτυρο και βάζουμε το κρέας μέσα στο ψωμί κλείνουμε το ψωμί και το τυλίγουμε με λαδόχαρτο, το δένουμε καλά, το βάζουμε στο ταγί και το ψήνουμε 2 1/2 ώρες.

### Ο ΜΕΖΕΣ ΤΟΥ ΜΕΡΑΚΛΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κεφάλι χοιρινό (χωρίς τη μούρη, σπασμένο)
- λίγο λάδι
- ρίγανη
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε καλά το κεφάλι, το πλένουμε πολύ καλά, και το αφήνουμε στο νερό, για πολλές ώρες να ασπρίσει.

Το βάζουμε σε ταγιάκι και το ψήνουμε 1 ώρα περίπου σε μέτριο φούρνο. Πετάμε όσο ζουμί έβγαλε. Το αλατοπιπερώνουμε, ρίχνουμε και τη ρίγανη και το αλείφουμε με λάδι ή βούτυρο φρέσκο.

Το ξαναβάζουμε στο φούρνο, με λίγο ζουμί και το ψήνουμε και από τις δυο πλευρές καλά, να ροδοκοκκινίσει, περιχύνοντας το κάθε τόσο με το ζουμί του, για να μη ξεραθεί. Το αφήνουμε πολλές ώρες να σιγοψηθεί.

### ΚΑΠΑΜΑΣ ΜΕ ΚΟΥΚΟΥΣ ΣΤΑ ΚΑΡΒΟΥΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 1/2 κιλό κρέας αρνίσιο γάλακτος ή μοσχάρι
- 1/2 κιλό κουσκούς (χωριάτικο με αυγά και γάλα)
- 3 κουταλιές της σούπας γεμάτες βούτυρο γάλακτος
- αλάτι - πιπέρι

Κόβουμε το κρέας σε κομμάτια, τα πλένουμε και τα πασπαλίζουμε αλάτι και πιπέρι. Το τοποθετούμε στο κέντρο ενός ταγιού και το σκεπάζουμε με πήλινο βαθύ καπάκι μέχρι το πυθμένα, για να καλύπτει όλο το κρέας.

Ανάβουμε κάρβουνα να γίνουν κατάλληλα για ψήσιμο χωρίς να καπνίζουν, και τοποθετούμε πάνω το ταψί, αφού ρίξουμε ανάλογο νερό και αλατοπίπερο.

Αφήνουμε να βράσει, καλά το κρέας και αφαιρούμε το πήλινο καπάκι.

Ρίχνουμε το κουσκούς και το αφήνουμε να σιγοβράσει ώσπου ν' απορροφήσει όλο το νερό.

Το κατεβάζουμε από τη φωτιά, το αφήνουμε λίγο να κρυώσει και σερβίρουμε.

### ΨΗΜΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

- 1 1/2 κιλό αρνί ή κατσίκι
- 1 κιλό φρέσκα κρεμμυδάκια
- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού ρύζι για πλάφι
- 200 γραμμ ξανθές σταφίδες
- άνηθο - δυόσμο
- μαύρο πιπέρι - αλάτι
- 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο

Καθαρίζουμε, πλένουμε και κόβουμε τα κρεμμυδάκια σε μήκος 3 εκατ. Βάζουμε σε κατσαρόλα λίγο βούτυρο, ρίχνουμε τα κρεμμυδάκια, τ' αχνίζουμε και προσθέτουμε το άνηθο, το δυόσμο, και λίγο αλάτι.

Όταν αχνιστούν καλά, τα βάζουμε μέσα στο ταψί. Πλένουμε το κρέας, το κόβουμε σε μερίδες, το αλατοπιπερώνουμε και το βάζουμε στο ταψί πάνω από τα κρεμμυδάκια.

Θερμαίνουμε το φούρνο στους 200 βαθμούς και βάζουμε μέσα το ταψί.

Αφού ψηθεί το κρέας και από τις δύο πλευρές, το βγάζουμε από το φούρνο.

Πλένουμε τις σταφίδες και το ρύζι, ρίχνουμε στο ταψί 3 φλιτζάνια νερό, τις σταφίδες και το ρύζι, βάζουμε και το κρέας από πάνω και ξαναφουρνίζουμε το φαγητό, ώσπου βράσει το ρύζι.

## ΚΥΔΩΝΑΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κιλό κυδώνια
- 1 κιλό μοσχαρίσιο κρέας με πάχος
- 100 γραμμ. βούτυρο
- 100 γραμμ. λάδι
- 1 κρεμμύδι
- 1 κουταλιά πελτές
- κανέλα ξύλο
- πιπέρι - αλάτι
- φύλλα δάφνης
- 2 κουταλιές ζάχαρη
- μαύρο πιπέρι σε σπυριά

Καθαρίζετε τα κυδώνια, τα πλένετε και τα κόβετε σε χοντρές φέτες.

Τα στραγγίζετε καλά και τα σοτάρετε με το λάδι σε τηγάνι.

Κόβετε το κρέας σε μερίδες, το πλένετε, το σκουπίζετε και το καβουρδίζετε με το βούτυρο στη κατσαρόλα, μαζί με το κρεμμύδι, κομμένο ψιλό. Αλατοπιπερώνετε, προσθέτετε τη ντομάτα λιωμένη σε 1 φλιτζάνι νερό και ακόμη 1 φλιτζάνι νερό και αφήνετε το κρέας να σιγοψηθήνεται, 3/4 της ώρας.

Ρίχνετε τότε και τα σοταρισμένα κυδώνια, στην κατσαρόλα με το κρέας, την κανέλα, το μαύρο πιπέρι, τα δαφνόφυλλα και 2 κουταλιές ζάχαρη, και αφήνετε το φαγητό σε κανονική φωτιά να αποξηθεί το κρέας όπως και τα κυδώνια. Σερβίρονται όλα μαζί.

## ΣΚΟΡΔΑΤΟ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1 κιλό μοσχάρι τρυφερό
- 500 γραμμ. συκώτι
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 1 κουταλάκι κοφτό ρίγανη
- 3/4 του φλιτζανιού λάδι
- αλάτι - πιπέρι

Κόβουμε σε μερίδες ( φέτες ) το κρέας και το ροδίζουμε με λίγο λάδι σε κατσαρόλα. Ρίχνουμε νερό και το αφήνουμε να βράσει με λίγο αλάτι. Πίνοντας περίπου στο τέλος όλο το νερό.

Τσιγαρίζουμε για λίγο σε τηγάνι το συκώτι ( κομμένο στο μέγεθος αμυγδάλου ) με το υπόλοιπο λάδι. Προσθέτουμε το βρασμένο κρέας, το σκόρδο ψιλοκομμένο, τη ρίγανη, το πιπέρι, δοκιμάζουμε και αν χρειαστεί προσθέτουμε αλάτι, το αφήνουμε να βράσει και να μείνει με το λάδι του.

Γαρνίρουμε με πατάτες τηγανιτές.

### ΚΕΜΠΑΠ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΓΡΕΒΕΝΩΝ

- 1 κιλό κρέας αρνιού από μπούτι
- μαϊντανός
- άνηθο
- 4 σκελίδες σκόρδο
- πιπέρι μαύρο
- πιπέρι κόκκινο
- 2 ντομάτες
- 2 πιπεριές καυτερές
- 3 κουταλιές του γλυκού ξίδι
- λίγο λάδι

Κόβουμε το κρέας σε κομμάτια μεγέθους μήλου. Το τοποθετούμε σ' ένα σκεύος. Το πασπαλίζουμε με αλάτι, πιπέρι και από πάνω ρίχνουμε το μαϊντανό, το άνηθο, το σκόρδο και το λάδι. Βάζουμε και δεύτερη σειρά με τον ίδιο τρόπο ακριβώς. Τοποθετούμε το σκεύος στην κατάψυξη για 2 - 3 ώρες.

Κατόπιν παίρνουμε τη σούβλα και βάζουμε το κρέας. Ένα κομμάτι κρέας, μα φέτα κρεμμύδι, ένα κρέας μα φέτα ντομάτα και πιπεριά που καίει.

Το σερβίρουμε σε πιατέλα και το γαρνίρουμε με πατάτες τηγανιτές ή πιλάφι ή κολοκυθάκια. Η συνταγή αυτή φτιάχνεται στα ορεινά χωριά των Γρεβενών.

### ΤΗΓΑΝΙΑ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

- 1 κιλό συκώτι χοιρινό
- 2 νεφρά χοιρινά
- 1 κομμάτι σπλήνα χοιρινή
- 1/2 κιλό κρέας χοιρινό με αρκετό λίπος
- 3 κρεμμύδια μεγάλα
- 2 κουταλιές βούτυρο

- 1 ποτήρι κρασί, αρετσίνωτο λευκό
- 1 κουταλιά μεγάλη σάλτσα ντομάτας
- ρίγανη
- αλάτι - πιπέρι

Βάζουμε στην κατσαρόλα, κομμένα σε κομματάκια, όλα τα κρέατα (σुकώτι, νεφρά, σπλήνα, κρέας) με 2 1/2 ποτήρια νερό να βράσουν σε μέτρια φωτιά. Μόλις πουν το νερό τους, προσθέτουμε το κρεμμύδι ψιλοκομμένο και τα ροδιζουμε όλα μαζί σε σιγανή φωτιά.

Αφού καβουρδιστούν καλά, τα σβήνουμε με το κρασί. Ρίχνουμε μετά τη σάλτσα ντομάτας ( διαλυμένη σε ένα ποτήρι νερό ), το αλάτι, τη ρίγανη και το πιπέρι και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν, ανακατεύοντας συχνά το περιεχόμενο και να μείνουν με πολύ λίγη σάλτσα.

### ΛΑΓΟΣ ΣΑΛΜΙ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 λαγός περίπου 2 κιλά
- 4 κεφάλια σκόρδο - ξίδι
- 2 κρεμμύδια
- 4 καρότα
- 200 γραμμ καρύδι κοπανισμένο
- αλάτι - πιπέρι - αλεύρι
- λίγο μπαχάρι
- λίγο μοσχοκάρυδο
- δάφνη
- λίγο θυμάρι
- 1/2 κιλό λάδι
- 1/2 κιλό νερό
- 1/2 ποτήρι λεμόνι
- 1 φλιτζάνι του καφέ κονιάκ
- μπόλικο κρασί

Αφού γδάρετε το λαγό, τον πλένετε με ξίδι εσωτερικά τοποθετείτε τα 4 κεφάλια σκόρδο στη κοιλιά του, και τον βάζετε στο φούρνο για 15 λεπτά σε σιγανή φωτιά. Τον βγάζετε, τον τεμαχίζετε, τον πλένετε καλά με ξίδι, του βάζετε σε μια κατσαρόλα με κρασί ώστε να καλύπτεται ολόκληρος, και τον αφήνετε αρκετό διάστημα για να σιτέψει το κρέας του.

Τον στραγγίζετε, τον κόβετε σε μερίδες, τις αλευρώνετε και τις τηγανίζετε με αρκετό καυτό λάδι, ώσπου να ροδοκοκκινίσουν.

Τοποθετείτε τις τηγανισμένες μερίδες σε κατσαρόλα, που εσωτερικά έχει μια σκάρα για να αποφύγετε να κολλήσουν, προσθέτετε όλα τα υλικά (εκτός από το καρύδι) και αφήνετε να βράσουν όλα μαζί, για δύο



περίπου ώρες. Βγάζετε τα κομμάτια του λαγού και τα τοποθετείτε σε πισπέλα.

Σουρώνετε τη σάλτσα, προσθέτετε σ' αυτήν και το κοπανισμένο καρύδι, της δίνετε μερικές βράσεις και περιχύνετε μ' αυτήν τα κομμάτια του λαγού.

Συνοδεύετε το σερβίρισμα του λαγού με τηγανισμένες φέτες ψωμιού.

### ΛΑΓΟΣ ΜΕ ΔΑΜΑΣΚΗΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 λαγός μέτριος
- 1 κιλό κρασί κόκκινο
- 1/2 φλιτζάνι τσαγιού κονιάκ
- 1 καρότο
- 2 κρεμμύδια
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 1 φλιτζάνι τσαγιού βούτυρο
- 2 κουταλιές σούπας λάδι
- 200 γραμμ. μανιτάρια
- 250 γραμμ. κρεμμύδι για στιφάδο
- μαϊντανό - θυμάρι
- 10 σπυριά πιπέρι
- αλάτι - πιπέρι



Μαστραπάς. Μακεδονία  
(Λαονο. Μουσείο Θεσλονίκης)

Βγάζουμε τα εντόσθια του λαγού, τον πλένουμε καλά μέσα και έξω, τον χωρίζουμε σε μερίδες και τον βάζουμε σε πήλινο ή γυάλινο σκεύος.

Ρίχνουμε το κρασί, το κονιάκ, το καρότο κομμένο σε φετούλες, το κρεμμύδι και το σκόρδο κομμένα επίσης φέτες, 2 κουταλιές σούπας λάδι, τα αρωματικά χόρτα ( μαϊντανό, θυμάρι ), το πιπέρι ( σπυριά ) και τα δαμάσκηνα. Βάζουμε το πήλινο σκεύος με το λαγό στο ψυγείο και τον αφήνουμε 24 ώρες. Πρέπει να τα ανακατέψουμε μια φορά, για να πάρουν μωρωδιά όλα τα κομμάτια.

Στη συνέχεια, βγάζουμε τα κομμάτια και τα τοποθετούμε στο τρυπητό να στραγγίσουν και, αφού στραγγίσουν, τα αλατίζουμε. Καίμε σε βαθύ τηγάνι το βούτυρο ( κρατάμε 1 κουταλιά για να τη χρησιμοποιήσουμε αργότερα ) και ρίχνουμε τα κομμάτια του λαγού να σοταριστούν και τηγανισμένα τα τοποθετούμε σε πήλινη κατσαρόλα.

Στο λάδι που έμεινε στο τηγάνι σοτάρουμε τα κρεμμύδια και τα ρίχνουμε στην κατσαρόλα με το λαγό. Αφαιρούμε από τη μαρινάτα τα δαμάσκηνα, βγάζουμε τα κουκούτσια, και τα αφήνουμε σε ένα πιάτο.

Περνάμε από σουρωτήρι τη μαρινάτα. Τη ρίχνουμε στο λαγό και βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά, αφού πρώτα προσθέσουμε λίγο αλάτι και πιπέρι. Τον βράζουμε σε σιγανή φωτιά 2 ώρες περίπου.

Στο μεταξύ, με την κουταλιά το βούτυρο που κρατήσαμε σοτάρουμε τα μανιτάρια και τα δαμάσκηνα και λίγο πριν από το τέλος, τα ρίχνουμε στο φαγητό. Βράζει λίγο ακόμα και σβήνουμε τη φωτιά.

Είναι λίγο κοπιαστικό αλλά η νοστιμιά του σε κάνει να ξεχνάς τον κόπο.

## ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΤΣΑΡΟΥΧΙΑ - ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΚΛΙ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ: ΑΝ. ΡΩΜΥΛΙΑ

- 1 κοτόπουλο μέτριο (παλιό, παχύ κοτόπουλο)
- 1 κεφάλι λάχανο τουρσί (1 1/2 - 2 κιλά)
- 150 γραμμ βούτυρο
- μαύρο πιπέρι - κόκκινο πιπέρι

Κόβετε το λάχανο σε μικρά κομμάτια (τσαρούχια), όχι ψιλοκομμένο. Τοποθετείτε σε κατσαρόλα φαρδιά ένα στρώμα από κομμένο λάχανο. Ραντίζετε με βούτυρο, κόκκινο πιπέρι και πιπέρι μαύρο.

Πάνω στο λάχανο βάζετε μια στρώση από κομμάτια κοτόπουλο (μερίδες). Ραντίζετε ξανά με βούτυρο και πιπέρι (μαύρο και κόκκινο).

Επαναλαμβάνετε το ίδιο ώσπου να τελειώσουν οι μερίδες του κοτόπουλου.

Από πάνω τοποθετείτε φύλλα από τουρσί λάχανο και σκεπάζετε με ζουμί από τουρσί.

Αν χρειαστεί, βάζετε και λίγο νερό, και το βράζετε στη φωτιά δύο ώρες.

### ΜΠΟΥΝΜΠΑΡ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κοτόπουλο 2 κιλών
- 1/2 κιλό κιμάς μοσχαρίσιος
- 100 γραμμ κουκουνάρια

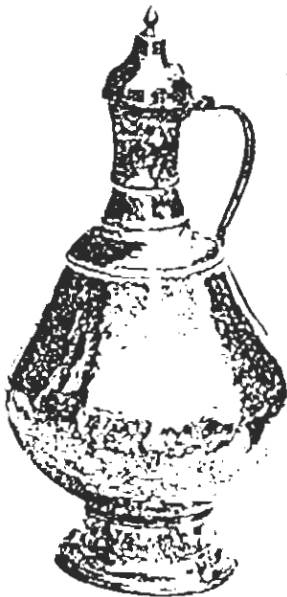
- 2 καρότα βρασμένα
- 6 αυγά ( 2 ωμά και 4 βρασμένα σφιχτά )
- 250 γραμμ μουσκεμένο ψωμί ( ψίχα )
- λίγο αλάτι και πιπέρι

Καυσιάζουμε το κοτόπουλο πάνω από βαμβάκι βουτηγμένο στο οινόπνευμα. Με κοφτερό, ματερό μαχαιράκι, αρχίζουμε να βγάζουμε την πέτσα του κοτόπουλου ( πρώτα από την κοιλιά και μετά γύρω - γύρω ) με προσοχή, ώσπου να βγει απ' όλο το σώμα του κοτόπουλου. Προσέχουμε, όσο το δυνατό, να μείνει ολόκληρη η πέτσα, τη ράβουμε εκεί που είναι τα φτερά, καθώς και γύρω - γύρω στα πόδια και στο λαιμό αφήνοντας μόνο ένα άνοιγμα για γέμισμα, στην κοιλιά.

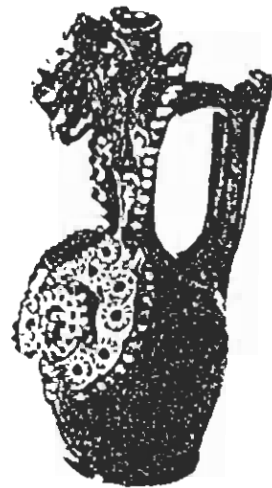
Ετοιμάζουμε τη γέμιση ως εξής: ξεκοκαλίζουμε το ωμό κρέας από το στήθος του κοτόπουλου και απ' τα πόδια. Αλέθουμε τα κομμάτια που αφαιρέσαμε και τα ανακατεύουμε με τον κιμά. Προσθέτουμε το ψωμί, 2 αυγά ωμά, τα κουκουνάρια και τα καρότα, κομμένα σε μικρά κομμάτια, τα σφιχτά αυγά κομμένα στα τέσσερα, καθώς και αλατοπίπερο.

Παραγεμίζουμε την πέτσα με το παραπάνω μίγμα και ράβουμε το άνοιγμα. Βράζουμε το υπόλοιπο ωμό κοτόπουλο. Στο ζουμί, αφού το σουρώσουμε, βράζουμε την παραγεμισμένη πέτσα, σε μέτρια φωτιά, μισή ώρα.

Όταν κρυώσει, βγάζουμε τις διάφορες κλωστές, το κόβουμε σε φέτες, και το σερβίρουμε (σερβίρεται και κρύο).



Γκιούμι  
(Λαογρ. Μουσείο Θεσ/νίκης)



Κροντήρι από Τσανά - Καλέ

## ΜΙΣΟΥΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΕΛΙΣΣΟΧΩΡΙΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κότα
- 2 κιλά πράσα
- σέλινο
- 2 κιλά κρέας χοιρινό και μοσχάρι ( μσό και μσό )
- βούτυρο - λάδι
- κόκκινο πιπέρι - αλάτι
- σταφίδες
- ρύζι
- 1 κρεμμύδι

Με το ρύζι, το κρεμμύδι, το πιπέρι, το αλάτι και τις σταφίδες, γεμίζουμε τη κότα και, μετά τη ράβουμε.

Σε μια μεγάλη κασαρόλα βάζουμε μια σειρά πράσα και φιλοκομμένο σέλινο, την κότα ολόκληρη ή χωρισμένη σε δύο μέρη, μια στρώση πράσα - σέλινο, μια στρώση κρέας χοιρινό σε κομμάτια, πάλι πράσα, κρέας μοσχάρι σε κομμάτια και τέλος πράσα - σέλινο.

Ρίχνουμε λάδι και λίγο βούτυρο και αφήνουμε το φαγητό να σιγοβράζει, σε χαμηλή φωτιά, αρκετή ώρα ( ώσπου να ψηθεί εντελώς ).

Σημείωση: Είναι τοπικό φαγητό του Μελισσοχωρίου Θεσσαλονίκης και γίνεται την ημέρα των Χριστουγέννων. Παλιά, γινόταν σε πήλινο σκεύος και ψηνόταν όλο το βράδυ σε φούρνο.

## ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΕΜΙΣΤΟ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ ΤΟΥΡΣΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΟΥΦΑΙ

- 1 κοτόπουλο μέτριο, μαζί με τα εντόσθια
- 1 φλιτζάνι ρύζι
- 1/2 κιλό λάχανο τουρσί
- τριμμένο κασέρι
- 5 κουταλιές σούπας βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι
- πιπέρι κόκκινο γλυκό

Καθαρίζουμε, και πλένουμε το κοτόπουλο. Σε ένα τηγάνι ετοιμάζουμε την γέμιση: Κόβουμε τα εντόσθια σε μικρά κομμάτια και τα τσιγαρίζουμε με 1 κουταλιά βούτυρο, πλένουμε μισή φλιτζάνα ρύζι και τη

ρίχνουμε μαζί με τα εντόσθια, προσθέτουμε αλάτι - πιπέρι, μόλις κοκκινίσουν τα εντόσθια, τα κατεβάζουμε από τη φωτιά. Όταν κρυώσουν προσθέτουμε και το κασέρι τριμμένο. Γεμίζουμε το κοτόπουλο με τη γέμιση αυτή και το ράβουμε.

Ψιλοκόβουμε μισό κιλό λάχανο τουρσί και με 4 κουταλιές βούτυρο το τσιγαρίζουμε σε μια κατσαρόλα. Προσθέτουμε το κοτόπουλο στη κατσαρόλα και βάζουμε νερό μέχρι να σκεπαστεί, μόλις βράσει ρίχνουμε μισή κουταλιά κόκκινο πιπέρι και μισή φλιτζάνα ρύζι, και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν. Όταν τελειώσει όλο το ζουμί από το φαγητό το κατεβάζουμε από τη φωτιά, και είναι έτοιμο για σερβίρισμα.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΓΕΜΙΣΤΟ ΣΕ ΛΑΧΑΝΟ ΤΟΥΡΣΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΙΔΥΜΟΤΕΙΧΟΥ

- 1 κοτόπουλο 1 1/2 κιλό
- 1/2 φλιτζάνι σταφίδες
- 250 γραμμ κιμάς
- 1 κρεμμύδι
- ψιλοκομμένος μαϊντανός
- 2 κουταλιές βούτυρο
- πιπέρι
- 1 1/2 κιλό λάχανο τουρσί
- 1 φλιτζάνι λάδι

Προσοχή: όχι αλάτι

Στραγγίζετε το λάχανο από την άρμη και το κόβετε σε πολύ λεπτές λουριδίτσες. Το στύβετε και το σοτάρετε με το λάδι σε τηγάνι, να ροδοκοκκινίσει. Προσθέτετε ένα ποτήρι ζωμό ή νερό και το αφήνετε να ψήνεται 1/2 ώρα σε σιγανή φωτιά μέχρι να απορροφηθούν τα υγρά του.

Στρώνετε ένα μέτριο πυρέξ με το μαγειρεμένο λάχανο και ετοιμάζετε το κοτόπουλο: το καθαρίζετε, το πλένετε το στραγγίζετε και το πιπερώνετε. Τσιγαρίζετε το κρεμμύδι ψιλοκομμένο με το βούτυρο, ρίχνετε και τον κιμά να τσιγαριστεί με το κρεμμύδι, προσθέτετε το σκότι του κοτόπουλου ψιλοκομμένο και ελάχιστο νερό και αφήνετε τον κιμά σε χαμηλή φωτιά να βράσει 10 λεπτά.

Κατεβάζετε το τηγάνι από τη φωτιά και ανακατεύετε στον κιμά τις σταφίδες και το ρύζι. Τα πιπερώνετε και προσθέτετε το μαϊντανό ψιλοκομμένο.

Γεμίζετε την κοιλιά του κοτόπουλου με το μίγμα του κιμά. Ράβετε το άνοιγμα με βελόνα και κλωστή και τοποθετείτε το γεμιστό κοτόπουλο πάνω στο λάχανο μέσα στο πυρέξ.

Βάζετε το πυρέξ σε μέτριο φούρνο να ψηθεί για 1 1/2 ώρα περίπου.

Τρώγεται ζεστό και είναι πολύ νόστιμο.

## ΚΑΤΜΑΔΕΣ ΜΕ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΓΝΑΝΤΙΑ ΑΝ. ΘΡΑΚΗΣ

- 1 κοτόπουλο 1 1/2 κιλό
- 2 κρεμμύδια μέτρια
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 1 φλιτζάνι λάδι ή βούτυρο γάλακτος
- μπαχάρι - κανέλα ξύλο
- 1 κουταλιά ντομάτα πελτές

### Για τη ζύμη

- 2 κιλά νερό
- 2 κουταλάκια αλάτι
- αλεύρι όσο σηκώσει, αλλά η ζύμη να γίνει απαλή, νερουλή
- αλάτι - πιπέρι

Πλένετε το κοτόπουλο, και το κόβετε σε μερίδες, το βράζετε με λίγο νερό ίσα που να μαλακώσει πολύ λίγο.

Σε ένα μεγαλούτσικο σκεύος, βάζετε το βούτυρο ή λάδι το 1 κρεμμύδι, το σκόρδο και τα τσιγαρίζετε. Προσθέτετε τα κομμάτια του κοτόπουλου και τα ροδίζετε και από τις δύο πλευρές.

Αλατοπιπερώνετε, ρίχνετε το μπαχάρι, την κανέλα και τον πελτέ λιωμένο σε ένα φλιτζάνι νερό και αφήνετε το φαγητό να ψηθεί σε χαμηλή φωτιά ώσπου να ψηθεί, και να μείνει αρκετή σάλτσα.

Ετοιμάζετε ένα χυλό με το αλεύρι, 2 κιλά νερό, 2 κουταλάκια αλάτι, ώστε να γίνει μια απαλή ζύμη. Παίρνετε το σάτς ( μια πλάκα, λίγο καμπυλωτή από ειδική πέτρα που ψήνονται οι λαγγίτες ( χυλός ), μπορείτε να το αντικαταστήσετε με ένα πολύ βαρύ τηγάνι.

Καίτε το σάτς ή το τηγάνι στη φωτιά. Παίρνετε με μια κουτάλα το χυλό ή με φλιτζανάκι του καφέ και ρίχνουμε τη ζύμη στο σάτς, αφού ψηθεί από τη μια πλευρά το γυρίζουμε από την άλλη, αυτό γίνεται ωσότου τελειώσει η ζύμη. Εντωμεταξύ ενδιάμεσα στους λαγγίτες που ψήνουμε παίρνουμε κάθε τόσο λίγο λάδι με ένα κρεμμύδι κομμένο στη μέση ή κάτι άλλο και αλείφουμε το σάτς. Βάζουμε τις λαγγίτες σ' ένα μέτριο ταγί και ρίχνουμε πάνω τους ζουμί από το κοτόπουλο, τις κόβουμε σε τέσσερα τμήματα ( τις λαγγίτες ) για να ρουφήξουν ζουμί. Βάζουμε και το κοτόπουλο τα κομμάτια τ' αφήνουμε για λίγο και περιχύνουμε με τη σάλτσα.

## ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΞΙΝΟ ΤΡΑΧΑΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ

- 1 κοτόπουλο χωριάτικο
- 1 κουταλιά αλάτι
- 2 κουταλιές βούτυρο γάλακτος
- τραχανάς ξινός

Βράζετε καλά το κοτόπουλο σε νερό με ανάλογο αλάτι και βούτυρο γάλακτος. Αφού βράσει καλά, κατεβάζετε τη κατσαρόλα από τη φωτιά και την αφήνετε να κρυώσει. Γεμίζετε ένα πιάτο της σούπας με ζωμό (ένα δάχτυλο πιο κάτω από το χείλος του πιάτου), τον ρίχνετε στην κατσαρόλα και συνεχίζετε έτσι μέχρι να τελειώσει ο ζωμός.

Για κάθε πιάτο ζωμό υπολογίζετε και ρίχνετε μια κουταλιά της σούπας καλά γεμάτη τραχανά. Δοκιμάζετε το ζωμό και αν χρειάζεται ρίχνετε λίγο αλάτι ακόμα. Βάζετε τη κατσαρόλα στη φωτιά και ανακατεύετε συνεχώς, μέχρι όταν φουσκώσει και πηχτώσει.

Ρίχνετε τότε και το κοτόπουλο μέσα, ολόκληρο ή κομματιασμένο και το αφήνετε να πάρει βράση, μαζί με τον τραχανά. Κατεβάζετε την κατσαρόλα από τη φωτιά και σεβρίρετε ζεστό, όπως είναι το φαγητό.

## ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΜΕ ΚΡΕΜΜΥΔΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 καλοθρεμμένο κοτόπουλο μέχρι 1 1/2 κιλό
- 1 κιλό κρεμμύδια ξερά χωρίς φύτρες
- 1 κουτάλα λάδι καλό (περίπου 200 γραμμ.)
- 600 γραμμ. ντομάτες ώριμες ή 7 κουταλιές σούπας χυμός ντομάτας
- ομοσπονδίας
- 6 κόκκοι μπαχάρι
- 10 κόκκοι μαύρο πιπέρι
- 1 φύλλο δάφνης
- 1 ξυλάκι κανέλα
- αλάτι όσο θέλετε
- 1 ποτήρι νερό

Ζεματάμε το κοτόπουλο με βραστό νερό και του βγάζουμε τα πούπουλα ή παίρνουμε του πτηνοτροφείου, το καθαρίζουμε με λίγο οινόπνευμα το καθαρίζουμε καλά, το κόβουμε σε μερίδες, το πλένουμε καλά και το βάζουμε στο τρυπητό να φύγει το νερό.

Βάζουμε το λάδι στη κατσαρόλα, μόλις ζεσταθεί, ρίχνουμε το κοτόπουλο, ανακατεύουμε το φαγητό και το αγνίζουμε. Όταν απορροφηθεί το

νερό ρίχνουμε τα κρεμμύδια ( καθαρισμένα κομμένα στη μέση, σε μάκρος, πλυμένα και στραγγισμένα ) και, μόλις μαλακώσουν και αχνιστούν, προσθέτουμε τη ντομάτα περασμένη στο μύλο.

Αφήνουμε να βράσει λίγο και προσθέτουμε μρωδικά: δάφνη, πιπέρι, μπαχάρι, κανέλα, αλάτι και αφήνουμε να απορροφηθούν τα υγρά ντομάτας.

Συμπληρώνουμε τότε με ένα ποτήρι νερό και το αφήνουμε να σιγοβράσει, μια ώρα ή και περισσότερο, οπότε έχουμε ένα εξαιρετικά νόστιμο φαγητό.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΠΙΛΑΦΙ ΜΕ ΓΑΛΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΛΩΝΙΑ ΣΑΜΟΘΡΑΚΗΣ

- 1 κοτόπουλο μέτριο
- καρότο
- σέλινο
- κρεμμύδι
- 4 φλιτζάνια ρύζι
- 2 φλιτζάνια γάλα
- αλάτι-πιπέρι
- παρμεζάνα τριμμένη
- λάδι

Καθαρίζετε, πλένετε και βράζετε το κοτόπουλο με 1 καρότο, λίγο σέλινο κι ένα μικρό κρεμμύδι σ' αλατισμένο νερό. Αφού βράσει, περνάτε το ζουμί, μεταχειρίζεστε 6 φλιτζάνια απ' αυτό, προσθέτετε και 2 φλιτζάνια γάλα, κι αφού το βάλετε στη φωτιά και πάρει βράση ρίχνετε το ρύζι. Ανακατεύετε και τ' αφήνετε στη φωτιά 12-15 λεπτά.

Κόβετε το κοτόπουλο μερίδες και τις τηγανίζετε με λίγο λάδι να πάρουν ρόδινο χρώμα.

Σερβίρετε το πιάφι φορμαριστό σε πιπέλα. Τακτοποιείτε τα κομμάτια του κοτόπουλου ένα γύρω και πασπαλίζετε όλη την πιπέλα με τυρί τριμμένο.



### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΚΟΥΣ-ΚΟΥΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 κοτόπουλο μέτριο
- 1 μέτριο κρεμμύδι
- μισό κουτάλι σάλτσα ντομάτας
- αλάτι
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι καλό
- 2 1/2 φλιτζάνια κους-κους Θράκης

Μισοβράζουμε το κοτόπουλο κομμένο σε μερίδες. Καβουρδίζουμε το κρεμμύδι με το λάδι και το ρίχνουμε μέσα στην κατσαρόλα. Βάζουμε τη κατσαρόλα στη φωτιά και προσθέτουμε το αλάτι και τη ντομάτα. Μόλις αρχίσει να βράζει ρίχνουμε και το κους-κους, προσέχοντας ώστε η αναλογία ζωμού και κους-κους να είναι 3 προς 1/3 μέρη νερού, 1 μέρος κους-κους.

Ανακατεύουμε συχνά για να μην κολλήσει. Κατεβάζουμε το φαγητό από τη φωτιά πριν βράσει τελείως, το κους-κους (πρέπει το φαγητό να είναι νερούλο) κι αφήνουμε το νερό να σταθεί για μισή ως μια ώρα, μέχρι ν' απορροφήσει το κους-κους το ζουμί.

Σερβίρουμε τότε, συνοδεύοντας με τυρί φέτα.

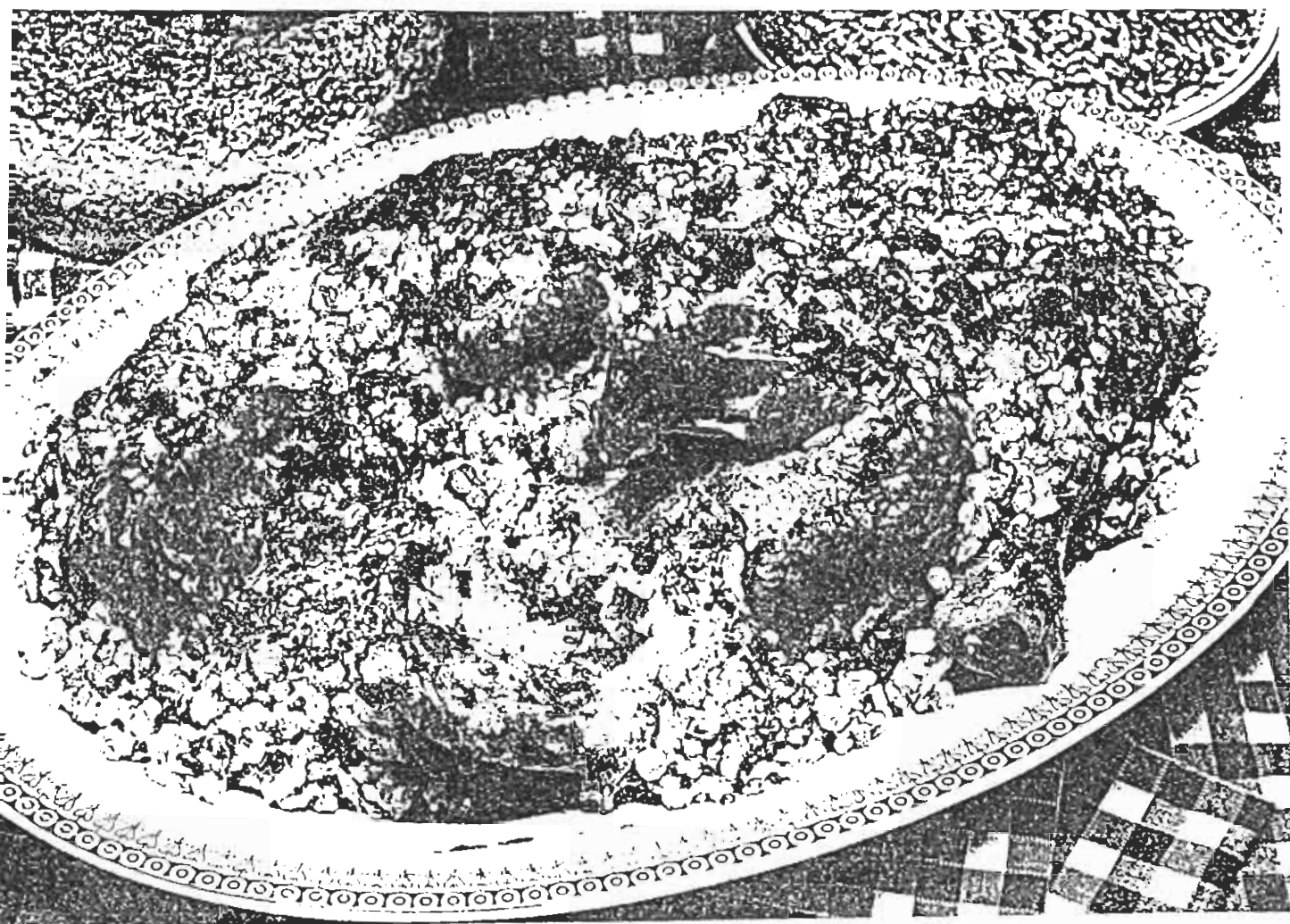
Σημείωση: Το κους - κους είναι μπαλάκια στο μέγεθος φακής και γίνεται με ιδιαίτερο τρόπο από γάλα, αυγά, σιμηγάλι χοντρό και αλεύρι.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΠΛΙΓΟΥΡΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΑΛΙΟΥΡΙ ΔΙΔΥΜΟΤΕΙΧΟΥ

- 1 κοτόπουλο μέτριο
- 1/2 φλιτζάνι λάδι
- 1 κρεμμύδι
- 2 ντομάτες ώριμες
- αλάτι - κόκκινο πιπέρι
- 1 φλιτζάνι μπλιγούρι

Πλένουμε και τεμαχίζουμε το κοτόπουλο. Το τσιγαρίζουμε με 1/2 φλιτζάνια λάδι, ρίχνουμε το κρεμμύδι ψιλοκομμένο. Καθαρίζουμε και ψιλοκόβουμε δύο ντομάτες τις οποίες προσθέτουμε στο φαγητό καθώς και αλάτι και κόκκινο πιπέρι. Μόλις σιγοβράσουν προσθέτουμε 3 φλιτζάνια νερό. Μόλις βράσει ρίχνουμε 1 φλιτζάνι μπλιγούρι και βράζουμε ακόμη 10 λεπτά.

Το αφήνουμε να κρυώσει για λίγο και серβίρουμε.



### ΜΠΛΗΓΟΥΡΙ ΜΕ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΟΥΦΛΙΩΤΙΚΗ

- 1 κοτόπουλο μέτριο
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- πιπέρι - αλάτι
- ρίγανη
- κανέλα τριμμένη
- κόκκινο πιπέρι
- 2 κόκκινες ντομάτες φρέσκες τριμμένες
- 4 φλιτζάνια του καφέ μπλουγούρι (για 4 μερίδες)

Κόβουμε το κοτόπουλο σε κομμάτια και το καβουρδίζουμε με λάδι, ρίχνοντας ταυτόχρονα και πιπέρι, αλάτι, ρίγανη κανέλα τριμμένη και κόκκινο πιπέρι.

Τα αφήνουμε να ροδοκοκκινίσουν καλά. Ρίχνουμε κοτόπιν ντομάτα φρέσκια με λίγο νερό και όταν βράσουν για 1 1/2 ώρα, βγάζουμε το κοτόπουλο.

Ρίχνουμε το μπλουγούρι, αφήνουμε να βράσει καλά ώσπου να πει το ζουμί του, ξαναβάζουμε και το κοτόπουλο, αφήνουμε όλα μαζί να πάρουν μια βράση και κατεβάζουμε από τη φωτιά.

Σερβίρουμε το φαγητό χλιαρό.

Σημείωση: Το μπλουγούρι, η μπλιγούρι είναι σιτάρι άσπρο, μαλακό, τριμμένο σε ειδικές κυλινδρικές πέτρες. Παλιός μύλος για άλεσμα.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΞΑΝΘΗΣ

- 1 μέτριο κοτόπουλο κομμένο σε 8 κομμάτια
- 1 κρεμμύδι μικρό
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 3 πράσινες πιπεριές
- 2 κόκκινες πιπεριές
- 2 ντομάτες
- 1/2 φλιτζάνι αλεύρι
- 1 φλιτζάνι μικρές μαύρες ελιές
- 2 κουταλιές ντομάτα πελτές
- 1 φλιτζάνι λάδι
- 1 κουταλάκι πιπέρι
- μισό κουταλάκι πάπρικα

Ανακατεύετε μέσα σε πιάτο το αλεύρι, το αλάτι, την πάπρικα και το πιπέρι. Βουτάτε μέσα τα κομμάτια του κοτόπουλου να αλευρωθούν καλά.

Σε μεγάλο και βαθύ τηγάνι ζεσταίνετε το λάδι σε μέτρια φωτιά.

Ροδοκοκκινίζετε στο λάδι τα κομμάτια του κοτόπουλου. Τα στραγγίζετε και τα βγάζετε σε πιατέλα πρόχειρα.

Στο ίδιο τηγάνι με το λάδι σοτάρετε το κρεμμύδι και το σκόρδο ψιλοκομμένα. Έχετε αφαιρέσει από τις πιπεριές τα σπόρια και τις έχετε κόψει σε λεπτά φετάκια. Βάζετε και τις πιπεριές στο τηγάνι με το κρεμμύδι και το σκόρδο και τις ψήνετε για λίγο σε χαμηλή φωτιά να μαραθούν. Προσθέτετε τις ντομάτες ψιλοκομμένες και χωρίς σπόρια και τον πελτέ λιωμένο σε λίγο νερό. Αφήνετε τη σάλτσα να βράσει και να μελώσει.

Τοποθετείτε και τα κομμάτια του κοτόπουλου μέσα στο τηγάνι με τη σάλτσα και τις ελιές. Σκεπάζετε το τηγάνι με καπάκι και αφήνετε να σιγοβράσουν - σιγοψηθούν σε χαμηλή φωτιά για 25 λεπτά.

Σερβίρετε μαζί το κοτόπουλο και τη σάλτσα από πιπεριές.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΣΕΛΙΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

- 1 μικρό κοτόπουλο
- 3 κουταλιές της σούπας βούτυρο
- 2 κουταλιές αλεύρι
- 2 καρότα μέτρια
- 4 κλωνάρια σέλινο
- 400 γρ. γάλα
- ανάλογο αλάτι
- πιπέρι κόκκινο

Κόβετε το κοτόπουλο σε μερίδες, το σλείφετε με μια κουταλιά βούτυρο και το πασπαλίζετε με το αλεύρι. Βάζετε σε κατσαρόλα τις 2 κουταλιές βούτυρο και τα κομμάτια του κοτόπουλου να καβουρδιστούν ελαφρά. Ρίχνετε το γάλα και βράζετε σε σιγανή φωτιά το φαγητό ξεσκεπαστο επί 10 λεπτά.

Προσθέτετε τα καρότα και το σέλινο ψιλοκομμένα, αλατοπιπερώνετε, σκεπάζετε την κατσαρόλα και αφήνετε να σιγοβράσει, σε μέτρια φωτιά, περίπου 3/4 της ώρας.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΑΣΚΙΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΥΓΕΡΙΝΟΥ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κοτόπουλο μέχρι 1 1/2 κιλό
- 1 φλιτζάνι τσαγιού αλεύρι
- μσό φλιτζάνι τσαγιού καρύδι κοπανισμένο
- 1 φλιτζάνι βούτυρο φρέσκο (αγελάδα)
- 3 αυγά
- 3 φλιτζάνια τσαγιού ζωμός κοτόπουλου
- 2 σκελίδες σκόρδο
- αλάτι

Καθαρίζουμε το κοτόπουλο, το κόβουμε σε κομμάτια μεγάλα και το βράζουμε σε κατσαρόλα με νερό και αλάτι. Στραγγίζουμε το ζωμό και βγάζουμε το κοτόπουλο χωριστά. Βάζουμε σε τηγάνι το βούτυρο και ροδίζουμε τα κομμάτια ένα - ένα.

Μετά, σε κατσαρόλα, βάζουμε 3 φλιτζάνια του τσαγιού ζωμό κοτόπουλου, 1 φλιτζάνι τσαγιού αλεύρι, κι ανακατεύουμε σιγά ώσπου να πήξει, το βγάζουμε από τη φωτιά κι αφού κρυώσει αρκετά σπάζουμε μέσα ένα - ένα τ' αυγά. Κοπανίζουμε μσό φλιτζάνι του τσαγιού καρύδια και 2 σκελίδες σκόρδο και το προσθέτουμε στη κρέμα.

Στρώνουμε την κρέμα σε ταψί κανονικό, αλειμμένο με βούτυρο, πάνω της τα κομμάτια τις κότας, και περιχύνουμε από πάνω με το βούτυρο που είχαμε τηγανίσει το κοτόπουλο.

Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο 200 βαθ. επί ένα τέταρτο της ώρας.  
Σερβίρεται ζεστό.

### ΣΙΝΙ - ΜΑΝΤΙΣΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΡΑΜΑΣ

- 750 γρ. αλεύρι
- 1 κοτόπουλο χωριάτικο
- 1 κουταλιά σούπας αλάτι
- 1 φακελάκι μαυροπίπερο
- 1 μικρό βιτάμ
- 2 ποτήρια νερό

Αφού βράσουμε το κοτόπουλο, το βγάζουμε και κρατάμε μόνο το ψαχνό, που κόβουμε σε μικρά κομμάτια και τα αλατοπιπερώνουμε.

Αφού ζυμώσουμε το αλεύρι, το αλάτι, το νερό και τα κάνουμε ζυμάρι, ανοίγουμε φύλλα που τα κόβουμε σε μικρά τετράγωνα (5Χ5 πόντων).

Σε κάθε τετραγωνάκι βάζουμε λίγο ψαχνό, ίσα μ' ένα ρεβίθι. Πιάνουμε τις γωνίες της πλευράς και τις πιέζουμε, για να ενωθούν. Το ίδιο κάνουμε και με τις γωνίες της άλλης πλευράς.

Τοποθετούμε τα τετραγωνάκια σε ταψί (που έχουμε αλείψει πριν με το βιτάμ) και τα βάζουμε στο φούρνο, ωσότου ροδίσουν καλά, πάνω κάτω.

Αποσύρουμε το ταψί από το φούρνο, προσθέτουμε το ζωμό της κότας και ξαναφουρνίζουμε για να πάρει το φαγητό μια βράση. Το βγάζουμε, το σκεπάζουμε με μια πετσέτα, ώσπου να κρυώσει, και το σερβίρουμε.

### ΜΑΣΚΟΥΛΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

- 1 κοτόπουλο
- 3 κουταλιές σούπας βούτυρο
- 3 κουταλιές σούπας αλεύρι
- 2 κουταλιές σούπας ξύδι
- 3 αυγά
- 3 σκελίδες σκόρδο
- αλάτι
- 3 φλιτζάνια του τσαγιού ζωμός από το κοτόπουλο

Κόβουμε σε κομμάτια το κοτόπουλο, το βράζουμε καλά, το βγάζουμε από το ζωμό και το αφήνουμε να στραγγίσει σε σουρωτήρι.

Βάζουμε το τηγάνι στη φωτιά με 3 κουταλιές βούτυρο να κάψει.

Αλευρώνουμε τις μερίδες του κοτόπουλου, τις τηγανίζουμε ώσπου να ροδίσουν, τις βγάζουμε από το τηγάνι και τις τοποθετούμε σε πιατέλα.

Στο ίδιο βούτυρο ρίχνουμε το αλεύρι, ανακατεύοντας το (σε σιγανή φωτιά) μέχρι να ροδίσει. Μετά, ρίχνουμε το ζωμό κι εξακολουθούμε να το ανακατεύουμε μέχρι να χυλώσει.

Διαλύουμε το σκόρδο με λίγο ζωμό και 2 κουταλιές ξύδι και το ρίχνουμε μέσα στο τηγάνι. Χτυπάμε τ' αυγά και αφού χαμηλώσουμε περισσότερο τη φωτιά, τα ρίχνουμε κι αυτά μέσα στο χυλό του τηγανιού, ανακατεύοντας το συνεχώς. Σερβίρουμε την έτοιμη λευκή σάλτσα, βάζοντας σε κάθε πιάτο και μια μερίδα κοτόπουλου δίπλα ή σερβίρουμε τη σάλτσα στα πιάτα και τις μερίδες χωριστά σε ιδιαίτερη πιατέλα.

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΚΑΤΑΦΙΩΤΙΚΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κοτόπουλο 2 κιλά
- 4 κουταλιές σούπας αλεύρι
- 1 ποτήρι του νερού λάδι
- 1 κεφάλι σκόρδο
- 1 κουταλάκι του γλυκού κόκκινο πιπέρι
- αλάτι

Καθαρίζουμε, πλένουμε καλά την κότα και τη βάζουμε στο σουρωτήρι να στραγγίσει. Την κόβουμε κομμάτια και την αλατίζουμε.

Βάζουμε στο τηγάνι το μισό λάδι και μόλις κάψει, ρίχνουμε το αλεύρι και το καβουρδίζουμε. Στουμπίζουμε στο μεταξύ το σκόρδο με το αλάτι και το ρίχνουμε στο αλεύρι και σε λίγο το κόκκινο πιπέρι. Όλα μαζί τ' ανακατεύουμε με ξύλινη κουτάλα, ώσπου να ροδοκοκκινίσουν.

Κατεβάζουμε το τηγάνι από τη φωτιά, αφήνουμε το μίγμα για λίγο να κρνώσει και ρίχνουμε κρύο νερό, τόσο όσο χρειάζεται για να γίνει χυλός.

Με το υπόλοιπο λάδι, τηγανίζουμε όλα τα κομμάτια της κότας απ' όλες τις μεριές. Τα τοποθετούμε στην κατσαρόλα. Ρίχνουμε από πάνω και το χυλό και αφήνουμε το φαγητό να σιγοβράζει, τοποθετώντας κατά διαστήματα από λίγο ζεστό νερό.

Σερβίρεται ζεστό, καυτό.

## ΟΡΤΥΚΙΑ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 8 ορτύκια
- 8 μεγάλες μακρουλές πατάτες
- 8 κομματάκια κεφαλοτύρι
- 4 ντομάτες ώριμες
- 1 ποτηράκι του κρασιού λάδι
- 2 κουταλιές σούπας βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι
- 1 λεμόνι

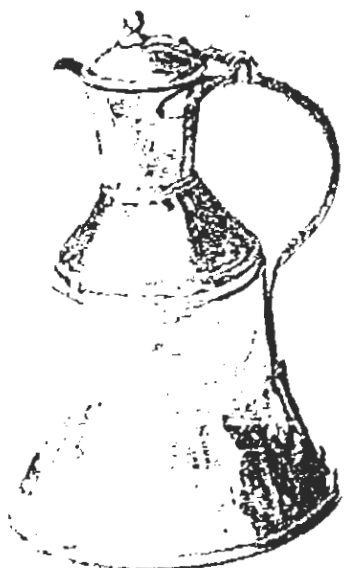
Καθαρίζουμε τα ορτύκια από την προηγούμενη (τα κυνήγια πρέπει να είναι σπετεμένα). Σκίζουμε την κοιλίτσα τους και αφαιρούμε τα εντόσθια. Τα πλένουμε καλά και τα βάζουμε στο τρυπητό να στραγγίσουν.

Μέσα στην κοιλιά τους βάζουμε αλάτι, πιπέρι, λίγο βούτυρο και ένα κομματάκι κεφαλοτύρι.

Καθαρίζουμε τις πατάτες, τις πλένουμε και τις κουφώνουμε. Την πατάτα που αφαιρούμε την κρατάμε σε μια λεκανίτσα. Βουτυρώνουμε τις πατάτες εσωτερικά, τις πασπαλίζουμε με αλατοπίπερο και χώνουμε μέσα ένα ορτύκι.

Πλένουμε τις ντομάτες, κόβουμε τις 3 ντομάτες φέτες και τις στρώνουμε στο ταψί. Πάνω αραδιάζουμε τις πατάτες, κόβουμε την τέταρτη ντομάτα σε οχτώ φετούλες και σκεπάζουμε τις πατάτες. Στα κενά που δημιουργούνται στο ταψί, τοποθετούμε τις πατάτες που αφήσαμε στη λεκάνη.

Στύβουμε επάνω το λεμόνι, περιχύνουμε με το λάδι, πασπαλίζουμε με λίγο αλάτι, πιπέρι, ρίχνουμε και λίγο νερό και βάζουμε το ταψί στο φούρνο να ψηθούν 1 ώρα ίσως και παραπάνω, ώσπου να βράσουν οι πατάτες και τα ορτύκια.



Γκιούμι Θρακιώτικο



Μπρίκι Θράκης  
(Μουσείο Θεσσαλονίκης)

## ΨΑΡΙΑ

### ΚΑΛΑΜΑΡΑΚΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1 1/2 κιλό καλαμαράκια
- 1 1/2 φλιτζάνι κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 3 φλιτζάνια του καφέ ρύζι
- 1 φλιτζάνι νερό
- 1 1/2 φλιτζάνι λάδι
- 1 φλιτζάνι μαιντανός
- αλάτι - πιπέρι
- χυμός λεμονιού

Πλένουμε και καθαρίζουμε τα καλαμαράκια. Παίρνουμε τα πλοκάμα τους και τα κόβουμε ψιλά κομματάκια. Βάζουμε το μισό φλιτζάνι λάδι να κάψει και ρίχνουμε το κρεμμύδι και τα πλοκάμα να καβουρδιστούν προσθέτοντας το μαιντανό, αλάτι και πιπέρι.

Όταν καβουρδιστούν, ρίχνουμε το νερό, τα σκεπάζουμε και τα αφήνουμε να βράσουν σε σιγανή φωτιά, περίπου μισή ώρα. Προσθέτουμε το ρύζι, ανακατεύουμε με πιρούνι και αφήνουμε το μίγμα να σιγοβράσει μέχρι να πήξει.

Γεμίζουμε μ' αυτό το μίγμα ένα - ένα τα καλαμαράκια και τα τοποθετούμε όρθια σε φαρδιά κατσαρόλα. Τα ράβουμε λίγο για να μη φύγει το ρύζι, όταν θα βράζουν. Ρίχνουμε και το υπόλοιπο λάδι και το χυμό του λεμονιού και 1 1/2 φλιτζάνι νερό.

Τα σκεπάζουμε και τα αφήνουμε να σιγοβράσουν και να μείνουν μόνο με λίγο λάδι.

### ΨΑΡΙ ΓΕΜΙΣΤΟ ΜΕ ΤΟΥΡΣΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΙΑΥΜΟΤΕΙΧΟΥ

- 1 ψάρι 1 1/2 κιλό
- 1 κιλό λάχανο ξινό (τουρσί)
- 2 κουταλιές ρύζι
- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- λίγη ντομάτα τριμμένη
- αλάτι - πιπέρι
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι



Καθαρίζουμε το ψάρι. Βγάζουμε από μέσα ό,τι καλό έχει ( το συκώτι, το χαβιάρι ), και τα σοτάρουμε, με λίγο λάδι, κρεμμύδι, λίγη ντομάτα, αλάτι, πιπέρι και ρύζι. Γεμίζουμε με το μίγμα τους το ψάρι και το ράβουμε.

Ψιλοκόβουμε το λάχανο στο σανίδι, το σοτάρουμε σε κατσαρόλα με το λάδι και με λίγη ντομάτα, ρίχνουμε μια φλιτζάνα νερό, και το αφήνουμε να σιγοβράσει για 10 λεπτά περίπου.

Βάζουμε το ψάρι στη μέση του ταψιού και γύρω - γύρω αδειάζουμε το λάχανο. Τα βάζουμε στο φούρνο, ώσπου να ψηθεί το ψάρι.

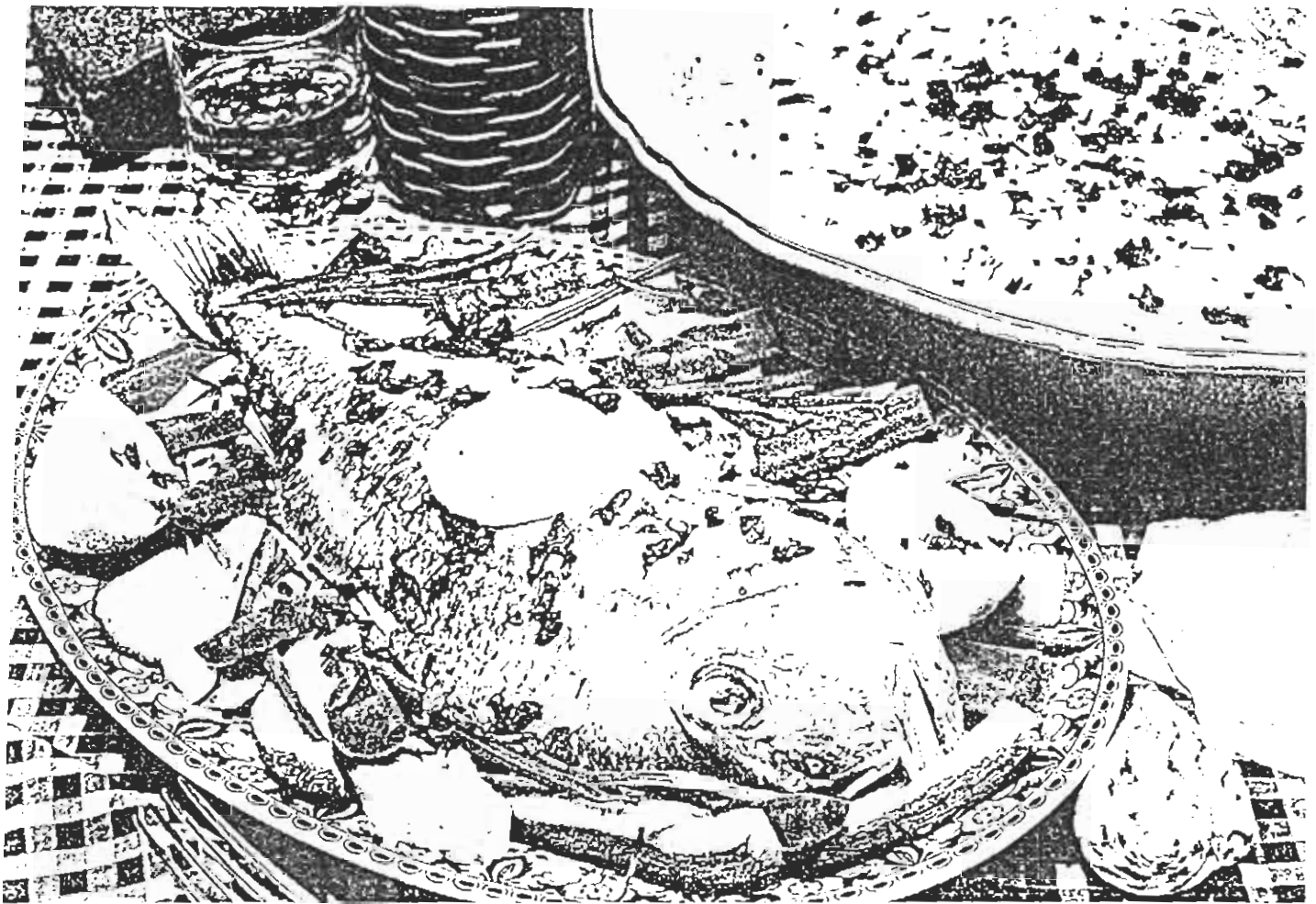
### ΨΑΡΙ ΒΡΑΣΤΟ ΣΚΟΡΔΑΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 2 - 2 1/2 κιλά διάφορα ψάρια ( ειδικά για βραστά )
- 2 πατάτες
- 2 κρεμμύδια
- 2 καρότα
- σέλινο
- μισό ματσάκι μαϊντανό
- 1 κεφάλι σκόρδο
- 2 αυγά
- 2 - 3 λεμόνια
- αλάτι - πιπέρι
- λάδι - φέτες ψωμιού
- 1 κουταλάκι αλεύρι

Σε ανάλογο νερό βράζουμε 2 κρεμμύδια, 2 πατάτες, 2 καρότα, αρκετά φύλλα σέλινο και μισό μάτσο μαϊντανό. Πριν λιώσουν, τα βγάζουμε από την κατσαρόλα και στο ζωμό τους, αφού πριν προσθέσουμε το ανάλογο λάδι, αλάτι και πιπέρι, βάζουμε τα ψάρια ( που τα έχουμε τοποθετήσει σε δίχτυ για να μη λιώσουν και διαλυθούν στη σούπα ), τα αφήνουμε να βράσουν 10 - 15 λεπτά, ανάλογα με το μέγεθος τους, και τα βγάζουμε.

Κόβουμε αυγολέμονο με 2 αυγά, μπόλικο λεμόνι και λίγο αλεύρι ( 1 κουταλάκι του γλυκού ). Βάζουμε στο φούρνο αρκετές φέτες ψωμιού να ροδίσουν και καθώς είναι ζέστες, τρίβουμε επάνω τις καθαρισμένες σκελίδες σκόρδο. Κόβουμε τα ψωμά σε κομματάκια, τα βάζουμε στο πιάτο και περιχύνουμε με τη ζεστή σούπα.

Σερβίρουμε το ψάρι σε πιατέλα, γαρνιρισμένο με τα χορταρικά, στα οποία ρίχνουμε λάδι και λεμόνι.



### ΨΑΡΙ "ΓΙΑΧΝΙ" ΦΟΥΡΝΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

- 1 ψάρι (γριβάδι λιμνίσιο ή συναγρίδα) 2 κιλών
- 1 κιλό κρεμμύδια
- 3/4 του κιλού ντομάτες ώριμες
- λίγο σλάπι
- λίγο πιπέρι μαύρο και λίγο κόκκινο
- λίγοι κόκκοι πιπεριού
- 1 ολιτζάνι του καφέ μαύρη σταφίδα
- ορεγανιά κοπανισμένη
- λάδι

Αφαιρούμε από το ψάρι το κεφάλι και την ουρά, και τα κάνουμε ναρόσουπα.

Κόβουμε το υπόλοιπο ψάρι σε φέτες, το πλένουμε, το αλατίζουμε και το βάζουμε στο σουρωτήρι να στραγγίσει. Ψιλοκόβουμε τα κρεμμύδια και τα σιγοψήνουμε με λίγο λάδι σε κατσαρόλα, προσθέτουμε την τριμμένη ντομάτα και, αν θέλουμε, λίγη μαύρη σταφίδα.

Στρώνουμε το μίγμα αυτό σε πήλινο ταψί για γιουβέτσι, αρσδιάζουμε από πάνω τις φέτες του ψαριού (στραγγισμένες) και πασπαλίζουμε λίγο

αλάτι, πιπέρι και φρυγανιά κοπανισμένη, καθώς και λίγο κόκκινο πιπέρι ( στη μύτη του κουταλιού).

Ψήνουμε το ψάρι, για 3/4 της ώρας, σε θερμοκρασία 250 βαθμούς.

### ΨΑΡΙ ΓΡΙΒΑΔΙ ΓΕΜΙΣΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 γριβάδι ( ψάρι του γλυκού νερού 1 1/2 - 2 κιλά )
- 250 γραμμ λάδι
- 50 γραμμ σταφίδα σουλτανίνα
- 1 φλιτζάνα ρύζι
- αλάτι - μαυροπίπερο
- 1 κιλό κρεμμύδια
- 2 κουτάλια της σούπας αλεύρι
- 1 κουτάλι της σούπας ζάχαρη
- 1 κουταλιά πελτές ντομάτα ή 1/2 κιλό φρέσκες ντομάτες
- 2 κουταλιές σούπας κόκκινο πιπέρι

Καθαρίζουμε το ψάρι από τα λέπια, το σκίζετε από το κεφάλι ως την κοιλιά, βγάζουμε τα εντόσθια, τα βράγχια ( προσέχοντας να μη καταστραφεί το ψάρι ) και το μικρό κοκαλάκι που βρίσκεται ανάμεσα στα βράγχια για να μη πικρίζει το ψάρι.

Ετοιμάζουμε τη γέμιση: Καβουρδίζουμε με το μσό λάδι δύο ψιλοκομμένα κρεμμύδια, προσθέτετε αλάτι, μαύρο πιπέρι, το ρύζι, τη σταφίδα και 1 κουτάλι της σούπας ζάχαρη, και αφού καβουρδιστούν ρίχνουμε 1 ποτήρι νερό. Γεμίζουμε με το μίγμα αυτό το ψάρι και με διπλή κλωστή ράβουμε το άνοιγμα του.

Καθαρίζουμε τα κρεμμύδια με το χέρι, τα κόβουμε ψιλά κομματάκια, και τα καβουρδίζουμε με το υπόλοιπο λάδι. Προσθέτουμε 1 κουτάλι σούπας σάλτσα ντομάτας ή το χυμό από 1/2 κιλό ώριμες ντομάτες, αλάτι και μαύρο πιπέρι.

Βάζουμε το γριβάδι στο ταψί και απλώνουμε τριγύρω τα κρεμμύδια με τη σάλτσα διαλύετε με λίγο νερό το κόκκινο πιπέρι, το ανακατεύουμε με το αλεύρι, να γίνει ένας πηχτός πολτός που τον απλώνουμε πάνω στο ψάρι.

Ψήνουμε το φαγητό σε μέτριο φούρνο περίπου 1 ώρα ή λιγότερο.

## ΨΑΡΙΑ ΜΑΡΙΝΑΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΡΑΜΑΣ

- 1 κιλό γόπες
- 6 κουταλιές σούπας αλεύρι
- 1 ποτήρι ξίδι
- 2 ποτήρια νερό
- 1/2 ποτήρι λάδι
- αλάτι - πιπέρι
- λεμόνι
- 1 κουταλιά τοματοπελτές
- 1 κουταλιά ζάχαρη
- δεντρολίβανο
- 2 - 3 σκελίδες σκόρδο
- 2 δαφνόφυλλα
- αλεύρι - λάδι για τηγάνισμα

Καθαρίζουμε τις γόπες, τις πλένουμε, τις αλατίζουμε, τις ραντίζουμε με χυμό λεμονιού, τις αλευρώνουμε και τις τηγανίζουμε σε μπόλικο λάδι, και από τις δύο μεριές, φροντίζοντας να μη μαυρίσει το λάδι.

Βάζουμε τα τηγανισμένα ψάρια σε πιατέλα, σουρώνουμε το λάδι που έμεινε στο τηγάνι, προσθέτουμε και μισό ποτήρι ακόμα και καβουρδίζουμε το αλεύρι ανακατεύοντας με ξύλινο κουτάλι.

Ρίχνουμε το ξίδι, το νερό, τον πελτέ διαλυμένο σε λίγο νερό, τη ζάχαρη, το σκόρδο και αλατοπίπερο και αφήνουμε τη σάλτσα να βράσει για 15 -20 λεπτά και να πήξει. Βάζουμε πάνω στα ψάρια στην πιατέλα το δεντρολίβανο και τα δαφνόφυλλα και τα σκεπάζουμε με τη σάλτσα ντομάτας, να βουτηχτούν καλά μέσα σ' αυτή. Γίνονται νόστιμα και διατηρούνται περισσότερο.

## ΓΑΡΙΔΕΣ ΜΕ ΚΕΦΑΛΟΤΥΡΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΑΝΑΡΙΟΥ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 1 κιλό γαρίδες
- 1 1/2 κιλό ντομάτες ώριμες
- 2 μέτρια κρεμμύδια
- αλάτι - πιπέρι - μαϊντανός
- λάδι
- 250 γραμμ κεφαλοτύρι

Σοτάρουμε στο λάδι τα κρεμμύδια περασμένα από τον τρίφτη προσθέτουμε τις ντομάτες σε πολύ ( πρέπει να είναι ώριμες, μπορούμε να

βάλουμε και λίγο πελτέ ντομάτας για να πάρει χρώμα), το αλάτι, το πιπέρι και το μαιντανό.

Αφήνουμε τη σάλτσα να βράσει λίγο και ρίχνουμε τις γαρίδες ωμές και καθαρισμένες μέχρι το κεφάλι. Αφήνουμε να βράσουν καλά και, 2 - 3 λεπτά πριν τις κατεβάσουμε από τη φωτιά, πασπαλίζουμε το κεφαλοτύρι τριμμένο.

### ΨΑΡΙ ΚΑΡΥΔΑΡΜΙ - ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΝΑΟΥΣΑΣ

- 1 κιλό γαλέος ή οτιδήποτε άλλο ψάρι φέτα
- 150 γραμμ καρύδια
- 2 κουταλιές αλεύρι
- 250 γραμμ ψίχα ψωμού μπαγιατίκου
- αλάτι - 1/2 κουταλάκι πιπέρι κόκκινο
- 2 σκελίδες σκόρδο
- αλεύρι και λάδι για τηγάνισμα

Καθαρίζετε, πλένετε και κόβετε το ψάρι σε φέτες το αλατίζετε, το αλευρώνετε ελαφρά και το τηγανίζετε σε μπόλικο λάδι. Ανακατεύετε 2 κουταλιές από το λάδι που τηγανίσατε το ψάρι με το πιπέρι μέσα σε φλιτζάνι και τ' αφήνετε κατά μέρος.

Στο υπόλοιπο λάδι στο τηγάνι ( συμπληρώνετε με φρέσκο λάδι αν δεν είναι αρκετό ) ρίχνετε το αλεύρι, το καβουρδίζετε και το αραιώνετε με λίγο νερό να γίνει σαν κρέμα. Αδειάζετε το μίγμα λάδι - αλεύρι - νερό σε μπολ βαθύ και τ' ανακατεύετε με τα καρύδια αλεσμένα και με τα σκόρδα κοπανισμένα.

Προσθέτετε και το ψωμί ( που έχετε μουσκέψει σε νερό, το έχετε στύψει και λιώσει στο γουδί ), λίγο αλάτι και λίγο χλιαρό νερό, τόσο όσο χρειάζεται για να γίνει η σάλτσα σαν κρέμα, και δουλεύετε το μίγμα συνέχεια με σύρμα για να μη δημιουργηθούν σβώλοι.

Σερβίρετε τα ψάρια σε πιατέλα και τα σκεπάζετε με τη σάλτσα των καρυδιών. Από πάνω τα περιχύνετε με το μίγμα λάδι - πιπέρι που έχετε κρατήσει στο φλιτζάνι.

### ΧΤΑΠΟΔΙ ΜΕ ΠΡΑΣΑ ΚΑΙ ΡΥΖΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

- 1 1/2 κιλό χταπόδι
- 1/2 κιλό πράσα
- 3 ώριμες ντομάτες
- 1 χούφτα ρύζι
- 200 γραμμ. λάδι
- αλάτι

Καθαρίζετε πλένετε και κόβετε σε κομμάτια 3 εκατ. τα πράσα. Καίτε το λάδι σε κατσαρόλα και τσιγαρίζετε τα πράσα ωσότου μαραθούν.

Τρίβετε τις ντομάτες, αφαιρείτε τις φλούδες και ρίχνετε το χυμό στα πράσα, αλατίζετε και αφήνετε να σιγοβράζουν. Αφού πλένετε το χταπόδι, το κόβετε σε κομμάτια και το βράζετε με νερό και ξίδι ή με θαλασσινό νερό καλύτερα, αν είστε κοντά σε θάλασσα.

Αφού βράσει το ρίχνετε στην κατσαρόλα να πάρει 2 βράσεις με τα πράσα. Αν έχει αρκετό υγρό, δεν προσθέτετε άλλο, διαφορετικά ρίχνετε λίγο νεράκι και το ρύζι. Αλατίζετε, αφήνετε να ψηθεί και το ρύζι και σερβίρετε.

### ΨΑΡΙ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΚΑΡΥΔΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 1/2 κιλό ψάρι τούρνα ή πέστροφα
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- 2 φλιτζάνια τσαγιού καρύδι χοντροκοπανισμένο
- 2 κουταλάκια του γλυκού κόκκινο πιπέρι
- αλάτι
- λίγο μαύρο πιπέρι

Καθαρίζουμε το ψάρι, το πλένουμε καλά, το χαράζουμε σε μερίδες και το αλατίζουμε.

Τοποθετούμε την τούρνα ή την πέστροφα σε ταψί φούρνου πασπαλίζουμε με κόκκινο και μαύρο πιπέρι, περιχύνουμε με το λάδι, ρίχνουμε και λίγο νερό και βάζουμε το ταψί στο φούρνο να ψηθεί σε χαμηλή θερμοκρασία 40 λεπτά.

Το βγάζουμε από το φούρνο, ρίχνουμε τα καρύδια χοντροκοπανισμένα και ξαναβάζουμε το ταψί στο φούρνο για 10 λεπτά ακόμα, προσθέτοντας και λίγο νεράκι αν χρειαστεί.

Σερβίρετε ζεστό και κρύο με οποιαδήποτε σαλάτα εποχής.

## ΚΡΟΚΕΤΕΣ ΜΠΑΚΑΛΙΑΡΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κιλό μπακαλιάρo
- 2 αυγά
- 1 κουταλάκι σόδα
- πιπέρι
- αλεύρι
- λάδι για το τηγάνισμα

Κόβουμε τον μπακαλιάρo κομμάτια, τον βάζουμε στο νερό να ξαρμωρίσει, που το αλλάζουμε όσο πιο συχνά μπορούμε.

Αφού ξαρμωρίσει καλά, αφαιρούμε τις πέτσες και τα κόκαλα και κόβουμε το ψαχνό με τα χέρια μας πολύ ψιλά κομμάτια. Στη λεκάνη ρίχνουμε αλεύρι, νερό και τη σόδα. Τα ανακατεύουμε καλά, ώσπου να διαλυθεί τελείως το αλεύρι και ρίχνουμε τα αυγά χτυπημένα και λίγο πιπέρι. Μέσα εκεί ρίχνουμε το μαδημένο μπακαλιάρo, τα ανακατεύουμε όλα μαζί και φροντίζουμε το μίγμα να είναι κανονικό. Αν είναι σφιχτό το αραιώνουμε με λίγο νερό.

Βάζουμε λάδι στο τηγάνι να κάψει (καλαμποκέλαιο ή ελαιόλαδο), παίρνουμε κουταλιές από το μίγμα, τις ρίχνουμε στο τηγάνι και μόλις ροδοκοκκινίσουν από τη μια μεριά τις γυρίζουμε και από την άλλη.

Γίνονται σαν λουκουμάδες αφράτες και φουσκωτές.

Σερβίρονται ζεστές με πατάτες σκορδαλιά ή με παντζάρια σαλάτα.

## ΧΕΛΙ ΛΙΑΣΤΟ ΜΥΡΩΔΑΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ

- 1 χέλι
- 4-5 σκελίδες σκόρδο
- κανέλα τριμμένη
- γαρίφαλα τριμμένα
- αλάτι - πιπέρι
- λάδι για το τηγάνισμα
- 2-3 κουταλιές σούπας ξίδι

Παίρνουμε το χέλι, κάνουμε μια κοψιά γύρω από το λαιμό του και ύστερα τραβάμε την πέτσα και τη βγάζουμε μέχρι την ουρά. Αφαιρούμε τα εντόσθια, το χαράζουμε, το αλατίζουμε, βάζουμε σε κάθε χαρακιά σκόρδο, τα μωρωδικά (κανέλα, γαρίφαλα, μαυροπίπερο), το ξανακαλύπτουμε με την πέτσα και το δένουμε. το αφήνουμε 10 - 15 μέρες στον ήλιο, ώσπου να ξεραθεί.

Αφού ξεραθεί καλά, βγάζουμε πάλι την πέτσα, βάζουμε λάδι στο τηγάνι να κάψει, το κόβουμε κομμάτια, το αλευρώνουμε και το τηγανίζουμε. Στο λάδι που έμεινε από το τηγάνισμα, αφού το καθαρίσουμε από

τυχόν χοντράδια, ρίχνουμε 1 κουταλιά σούπας αλεύρι, 2 - 3 κουταλιές ξίδι και, μόλις πάρει βράση, ρίχνουμε το χέλι και γίνεται μαρινάτο.

Σερβίρεται με οποιαδήποτε σαλάτα.

### ΑΝΑΜΕΙΚΤΑ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΣΤΗΝ ΚΑΤΣΑΡΟΛΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 κιλό καλαμαράκια μεγάλα
- 1 κιλό γαρίδες
- 1 κιλό μύδια
- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- 4 ντομάτες ώριμες
- μσό κουταλάκι του γλυκού πιπέρι
- λίγο αλάτι
- μσό ματσάκι μαϊντανό
- 100 γραμμ. φέτα σκληρή
- 2 πιπεριές η μα καυτερή
- αλεύρι για τηγάνισμα

Πλένουμε καλά τα θαλασσινά, κόβουμε τα καλαμαράκια κομμάτια και νεροβράζουμε τα μύδια, για να χωρίσουν από το κέλυφος.

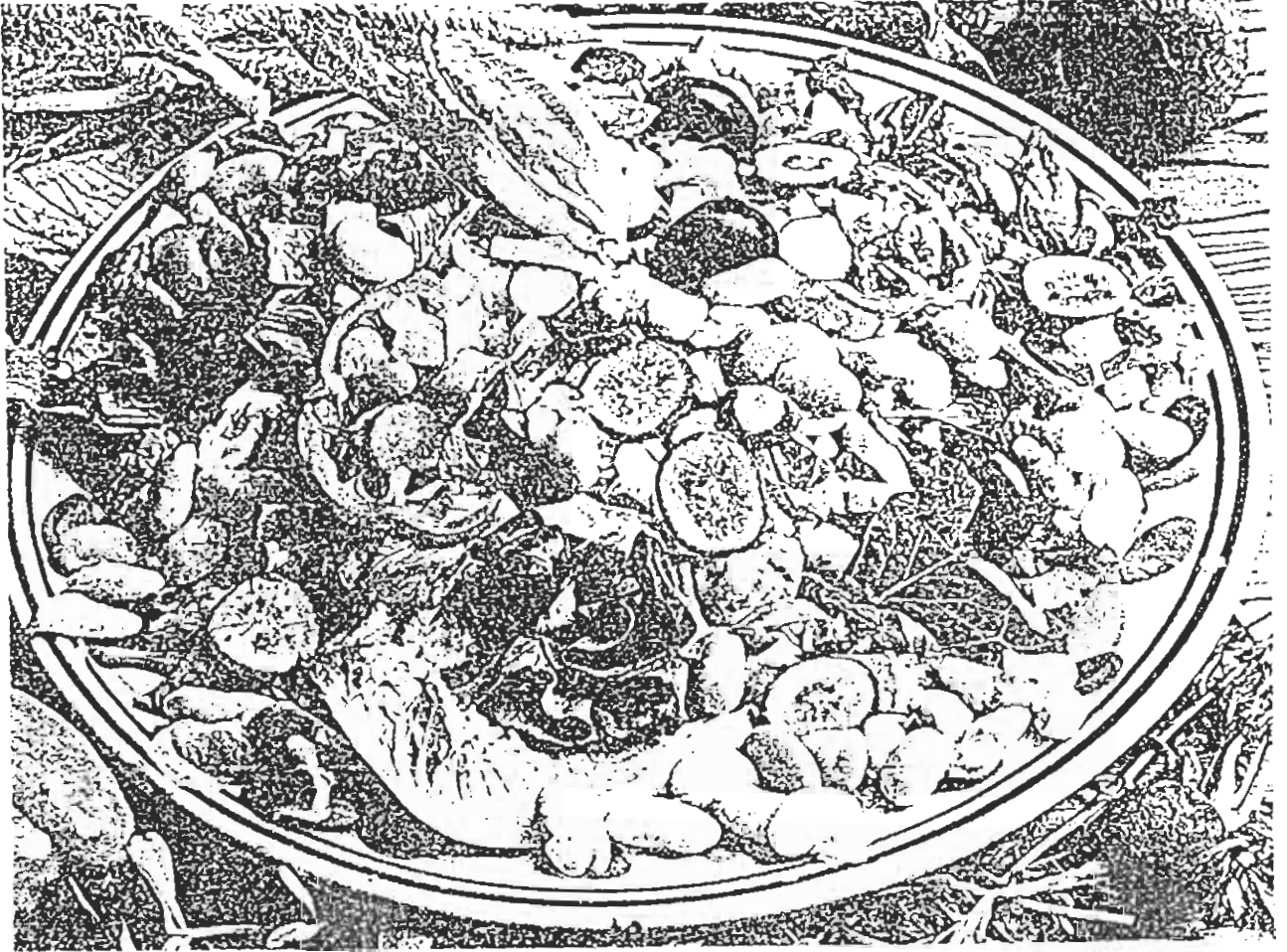
Βάζουμε λάδι στη κατσαρόλα, αλευρώνουμε τα καλαμαράκια και τα ροδίζουμε. Προσθέτουμε τις ντομάτες περασμένες από το τρυπητό, αλάτι, πιπέρι και λίγο νερό και τα αφήνουμε να βράσουν, ώσπου να εξατμιστεί το νερό και να μείνουν με τη σάλτσούλα τους.

Στη συνέχεια, ρίχνουμε τις γαρίδες, χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγοβράζουμε, ώσπου να κοκκινίσουν. Αφού κοκκινίσουν, ρίχνουμε τις πιπεριές κομμένες ροδελίτσες και το μαϊντανό ψιλοκομμένο. Ρίχνουμε στο τέλος τα μύδια, αφού αφαιρέσουμε το κέλυφος τους, και αφού πάρουν όλα μαζί μια βράση, σβήνουμε τελείως τη φωτιά.

Στο τέλος προσθέτουμε από πάνω το τυρί τριμμένο με τα χέρια μας, χωρίς να το ανακατέψουμε καθόλου. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και το αφήνουμε να λιώσει. Τρώγεται ζεστό και κρύο.



## ΣΑΛΑΤΕΣ



ΓΙΟΡΤΙΝΗ ΣΑΛΑΤΑ  
ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- φασόλια ξερά
- 1 κρεμμύδι μέτρια
- 1 μαρουλάκι (η καρδιά)
- λάχανο τουρσί - γλιστρίδα
- πιπεριές - κάρδαμο
- φύλλα από κουκιά
- μικρά ραπανάκια
- ελιές καλαμών
- λάδι - ξίδι - αλάτι

Βράζετε, στραγγίζετε τα φασόλια και τα βάζετε σε βαθιά σουπιέρα. Προσθέτετε το κρεμμύδι, τη καρδιά του μαρουλιού, το λάχανο τουρσί, τις πιπεριές, τα φύλλα της κουκιάς, κομμένα όλα σε μικρά κομματάκια. Βάζετε ακόμα το κάρδαμο ψιλοκομμένο, τη γλιστρίδα (τα φυλλαράκια της), τις ελιές, το λάδι, το ξίδι και το αλάτι.

Τα ανακατεύουμε όλα μαζί και τα σερβίρουμε σε σαλατιέρα, γαρνίροντας τα με τα ραπανάκια.

### ΘΡΑΚΙΩΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 μέτριο λάχανο τουρσί
- λίγο κόκκινο πιπέρι
- 1/2 κούπα σαμόλαδο

Ξεβγάζουμε το λάχανο από την άρμη. Το κόβουμε εγκάρσιως σε φέτες.

Ρίχνουμε πάνω το κόκκινο πιπέρι και το σαμόλαδο και η πικάντικη σαλάτα μας είναι έτοιμη.

### ΤΑΡΑΤΟΡ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 φλιτζάνι του καφέ καρύδια ψίχα
- 5 σκελίδες σκόρδο
- μισό αγγουράκι
- 1 φέτα ψωμί
- 2 φλιτζάνια τσαγιού νερό
- μισό φλιτζάνι λάδι
- λίγο αλάτι
- 1 φλιτζάνι του καφέ ξίδι

Χτυπάτε το σκόρδο με το αλάτι και τα καρύδια σε ξύλινο γουδί.

Τρίβετε μέσα το ψωμί και τα χτυπάτε πολύ καλά. Προσθέτετε το λάδι και τα δουλεύετε μέχρι ν' ασπρίσουν. Ρίχνετε τότε το ξίδι, το νερό και, τέλος το αγγουράκι τριμμένο στον τρίφτη ( στον ψιλό ).

Ανακατεύετε καλά και σερβίρετε σε σουπερίτσα. Τρώγεται με το κουτάλι και συνοδεύει όλα τα καλοκαιρινά φαγητά.

### ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1/2 κιλό πατάτες
- 3 ντομάτες
- 1 αγγούρι
- 1 μαρούλι
- 2 αυγά βραστά
- 1 κρόκο αυγού
- 1/2 κιλό γιαούρτι στραγγισμένο

- 1 κουταλάκι του γλυκού μουστάρδα
- 3 κουταλιές σούπας λάδι
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 πρέζα ζάχαρη

Πλένουμε καλά τις ντομάτες και το μαρούλι. Καθαρίζουμε τις πατάτες και τις κόβουμε φέτες στη σαλατιέρα. Κόβουμε επίσης φέτες τις ντομάτες, τα αβγά στα τέσσερα, το αγγούρι καθαρισμένο σε φέτες και προσθέτουμε το μαρούλι χοντροκομμένο. Τα ανακατεύουμε ελαφρά και τα αλατίζουμε.

Σε μια λεκανίτσα ρίχνουμε το γιαούρτι, τον κρόκο του αυγού, τη μουστάρδα, το λάδι, το αλάτι και τη ζάχαρη. Όλα μαζί τα γυρίζουμε ώσπου να γίνουν σαν κρέμα με την οποία περιχύνουμε τη σαλάτα.

### ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΚΟΚΚΙΝΕΣ ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 λάχανο μικρό ως 1 κιλό
- 1/2 κιλό καρότα
- 1 μασάκι μαϊντανό
- 1 καρδούλα σέλινο
- 4 μεγάλες χοντρές κόκκινες πιπεριές
- 1 μελιτζάνα τουρσί ή 3 - 4 σκελίδες σκόρδο
- 1/2 φλιτζάνι του καφέ ξίδι
- 1 φλιτζάνι του καφέ λάδι
- αλάτι

Πάνω σε σανίδι κόβουμε το λάχανο πολύ ψιλό, το αλατίζουμε και το τρίβουμε ελαφρά μέσα στη λεκάνη. Ξύνουμε εξωτερικά τα καρότα, τα πλένουμε και τα τρίβουμε στο ρεντέ ( στο τρίστη ). Καθαρίζουμε το σέλινο και το μαϊντανό, αφαιρούμε τους σπόρους και τα κοτσάνια από τις πιπεριές, πλένουμε και τα τρία καλά και τα ψιλοκόβουμε.

Κόβουμε επίσης τη μελιτζάνα τουρσί μικρά κομματάκια, αν δεν έχουμε τουρσί, προσθέτουμε 3 ή και περισσότερες σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένο, και τα ανακατεύουμε όλα με το λάχανο μέσα στη σουπιέρα.

Πασπαλίζουμε με αλάτι τη σαλάτα, περιχύνουμε με το λάδι και το ξίδι και την αδειάζουμε σε σκεύος, που να κλείνει καλά. Βάζουμε το σκεύος στο ψυγείο 3 -4 μέρες και κατόπιν τη σερβίρουμε.

## ΒΕΡΟΙΩΤΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 ρέγκα
- 3 αγγουράκια τουρσί
- 2 πατάτες
- 1 παντζάρι
- 1 χούφτα μαύρες και πράσινες ελιές
- λίγη μουστάρδα
- 1 λεμόνι
- 1 κουταλιά σούπας ροκφόρ λιωμένο
- λάδι
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε τη ρέγκα. Βγάζουμε τα κόκαλα και τη ραχοκοκαλιά και κόβουμε τα ψαχνά κομμάτια μέσα στη σαλατιέρα. Προσθέτουμε 3 αγγουράκια τουρσί ψιλοκομμένα, τις πατάτες βρασμένες και ψιλοκομμένες, το παντζάρι ωμό, κομμένο κομματάκια και τις μαύρες και πράσινες ελιές.

Όλα αυτά τα ανακατεύουμε, ρίχνουμε λίγη μουστάρδα, το χυμό από το λεμόνι, λάδι ανάλογο, αλάτι, πιπέρι και το ροκφόρ λιωμένο με το πιρούνι. Η σαλάτα μας είναι έτοιμη και συνοδεύει ψάρι ή κρέας.

## ΣΟΥΠΕΣ

### ΣΟΥΠΑ ΦΑΚΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΧΡΥΣΟΧΩΡΙΟΥ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1/2 κιλό φακή
- 200 γραμμ. λάδι
- 1 κεφάλι σκόρδο
- 1 κουταλιά του φαγητού σάλτσα ντομάτα
- 1 κουταλιά του γλυκού κόκκινο πιπέρι
- 1 κρεμμύδι
- 3 φύλλα βάγια
- 2 καρότα
- 2 καυτερές κόκκινες πιπεριές
- αλάτι

Καθαρίζουμε καλά τη φακή και τη βάζουμε σε κατσαρόλα να βράσει 15 λεπτά. Τη γυρίζουμε σε βαθύ μέρος και τη σκεπάζουμε να μην κρυώσει.

Κόβουμε στην κατσαρόλα το κρεμμύδι, κόβουμε φέτες τα καρότα και σε κομμάτια τις πιπεριές και τα σοτάρουμε ελαφρά. Στη συνέχεια ρίχνουμε τη σάλτσα λιωμένη και αμέσως νερό.

Μόλις πάρουν βράση, στραγγίζουμε τη φακή σε τρυπητό, την προσθέτουμε στην κατσαρόλα και όταν μισοβράσει ρίχνουμε το σκόρδο χοντροκομμένο, τη δάφνη και το κόκκινο πιπέρι. Λίγο πριν την κατεβάσουμε από τη φωτιά ρίχνουμε το ανάλογο αλάτι, την αφήνουμε λίγο ακόμη στη φωτιά για να νοστιμίσει με το αλάτι και την κατεβάζουμε από τη φωτιά. Πρέπει να βράσει καλά και να χυλώσει.

Σερβίρεται ζεστή.

### ΜΑΓΕΙΡΙΤΣΑ ΑΝΤΑΡΤΙΚΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 συκωταριά αρνίσια
- 5 - 6 κρεμμυδάκια φρέσκα
- 2 σκόρδα φρέσκα
- μσό ματσάκι άνηθο
- λίγο δυόσμος
- λίγη ρίγανη
- αλατοπίπερο
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- 1 κονταλιά της σούπας ντομάτα πελτές
- 3 φλιτζάνια του τσαγιού νερό

Πλένετε τη συκωταριά και την κόβετε σε μικρές μπουκίτσες. Βάζετε το λάδι στη κατσαρόλα και, αφού κάψει, ρίχνετε και τις μπουκίτσες της συκωταριάς και, όταν σοταριστούν, προσθέτετε όλα τα χορταρικά ψιλοκομμένα.

Αφού τα φέρετε μερικές βόλτες στην κατσαρόλα, τα αλατοπιπερώνετε, τα περιχύνετε με τον τοματοπελτέ διαλυμένο στο νερό, σφραγίζετε καλά την κατσαρόλα και αφήνετε το φαγητό να σιγοβράσει και να μείνει με το λάδι του και ελάχιστη σάλτσα.

Σημείωση: Η συνταγή αυτή προέρχεται από τους Μακεδονομάχους στο πλευρό του Παύλου Μελά. Γι' αυτό άλλωστε έχει το όνομα " Μαγειρίτσα αντάρτικη "

## ΤΣΟΥΡΒΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό νερό
- 1 κιλό σουσμέζ (στραγγισμένο γιαούρτι)
- 1 ποτήρι σιτόριζο (αλεσμένο σιτάρι που υπάρχει στην αγορά)
- 2 κουταλιές σούπας φρέσκο βούτυρο
- 1 πρέζα δυόσμος
- αλάτι

Σε βαθιά κασαρόλα βάζουμε όλο το νερό με λίγο αλάτι και το αφήνουμε να πάρει βράση σε μέτρια φωτιά. Ρίχνουμε και το σιτόριζο, ανακατεύοντας διαρκώς με ξύλινη κουτάλα για να μη σβολιάσει και φουσκώσει. Όταν μαλακώσει αρκετά κατεβάζουμε την κασαρόλα από τη φωτιά για να κρνώσει.

Με την κουτάλα παίρνουμε λίγο - λίγο νερό και διαλύουμε το γιαούρτι σε βαθύ μέρος. Όταν το διαλύσουμε καλά το ρίχνουμε προσεχτικά στη κασαρόλα, ανακατεύοντας συνέχεια για να μην κόψει.

Καίμε το βούτυρο σε τηγάνι, ρίχνουμε το δυόσμο και τα αδειάζουμε στο φαγητό. Σερβίρουμε συνοδεύοντας με φέτες ψωμί, αλειμμένες με αυγό και τηγανισμένες σε καυτό βούτυρο.

## ΚΑΤΣΑΜΑΚΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- 1 κρεμμύδι μέτριο
- 3 κιλά νερό
- 1 κουτάλι της σούπας κοφτό αλάτι
- 6 κουταλιές της σούπας μέλι
- 1 κιλό περίπου καλαμποκίσιο αλεύρι

Κόβουμε το κρεμμύδι ψιλά - ψιλά και το ρίχνουμε μέσα στο λάδι που έχουμε βάλει να κάψει στη κασαρόλα. Το αφήνουμε στη φωτιά και, μόλις ροδίσει το κρεμμύδι, ρίχνουμε το νερό και το αλάτι μαζί. Προτού να βράσει το νερό το αποσύρουμε από τη φωτιά.

Παίρνουμε το αλεύρι και το κρατάμε στο ένα χέρι και στο άλλο κρατάμε μια ξύλινη κουτάλα και ανακατεύουμε συνεχώς ρίχνοντας το αλεύρι για να μην σβολιάσει και έτσι συνεχίζουμε, μέχρις ότου γίνει μια νερούλη κρέμα, γιατί μετά με το βράσιμο, έρχεται και πήζει.

Μόλις τελειώσει αυτή η εργασία το βάζουμε σε σιγανή φωτιά για 20 λεπτά να σιγοβράσει ανακατεύοντας το πότε - πότε και όταν πήξει το

κατεβάζουμε. Το σερβίρουμε στα πιάτα και απλώνουμε στο κάθε πιάτο από ένα κουτάλι μέλι.

Όταν το τρώμε ζεστό είναι πιο νόστιμο.

### **ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΠΛΙΓΟΥΡΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΙΤΡΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ**

- 1 κοτόπουλο μέτριο
- 1 φλιτζάνι τσαγιού μπλιγούρι
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- 1 κρεμμύδι μέτριο
- αλάτι - πιπέρι
- 1 κουταλιά της σούπας κόκκινο πιπέρι

Καθαρίζουμε το κοτόπουλο, το καθαρίζουμε καλά και το πλένουμε. Τσιγαρίζουμε το κρεμμύδι με το λάδι, ρίχνουμε το πιπέρι και αμέσως μετά το κοτόπουλο κομμένο, κομμάτια, ανακατεύοντας ώσπου να ροδίσει απ' όλες τις μεριές. Προσθέτουμε το νερό και το ανάλογο αλάτι, αφήνουμε να μασοβράσει, ρίχνουμε το μπλιγούρι και το βράζουμε σε σιγανή φωτιά ώσπου να πήξει.

Το φαγητό αυτό είναι σούπα και τρώγεται με το κουτάλι αλλά δεν πρέπει να είναι πολύ αραιή.

### **ΣΟΥΠΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΓΕΜΙΣΤΟΥ ΜΕ ΤΡΑΧΑΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΣΑΝΔΡΑΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ**

- 1 κοτόπουλο περίπου 2 κιλά
- 3 ποτήρια κρασιού τραχανάς με γάλα
- 1 κρεμμύδι
- 1 ποτήρι λάδι
- 2 λεμόνια
- 2 αυγά
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε το κοτόπουλο, το πλένουμε και το αφήνουμε να στραγγίξει. Καθαρίζουμε ένα κρεμμύδι, το ψιλοκόβουμε και το βάζουμε στο τηγάνι να ροδίσει με το λάδι. Στο μεταξύ κόβουμε τα εντόσθια της κότας μικρά κομματάκια ( το συκώτι, το στομάχι ), τα προσθέτουμε στο κρεμμύδι, αλατοπιπερώνουμε, ρίχνουμε και μισό ποτήρι νερό και αφήνουμε να βράσουν 10 λεπτά.

Προσθέτουμε τότε 2 ποτήρια του κρασιού τραχανά, τ' ανακατεύουμε όλα μαζί, κατεβάζουμε το τηγάνι από τη φωτιά και με το μίγμα αυτό γεμίζουμε το κοτόπουλο και ράβουμε το άνοιγμα με βελόνα και κλωστή. Το βάζουμε σε κατσαρόλα μαζί με 11 ποτήρια νερό και το αφήνουμε να σιγοβράσει.

Όταν τελειώσει το ψήσιμο του, βγάζουμε το κοτόπουλο σε πιατέλα, αλατίζουμε το ζουμί, ρίχνουμε το τρίτο ποτήρι τραχανά, το αφήνουμε και αυτό να βράσει και με τα λεμόνια και τ' αυγά κάνουμε αυγολέμονο και αυγοκόβουμε τη σούπα.

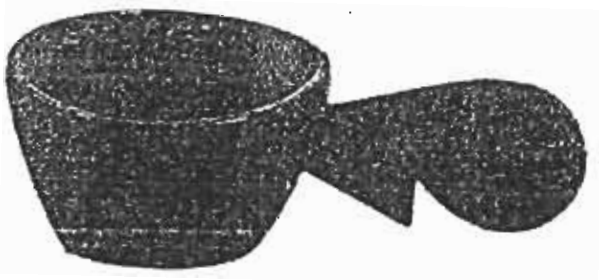
Είναι χειμωνιάτικη σούπα και σερβίρεται ζεστή.

### ΧΟΡΤΟΣΟΥΠΑ ΜΕ ΦΑΣΟΛΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ

- 2 φλιτζάνια του τσαγιού φασόλια ξερά ψιλά
- 2 κρεμμύδια
- 2 καρότα
- 1 φλιτζάνι λάδι
- 1 ρίζα σέλινο
- λίγος μαϊντανός
- 1 πιπεριά πράσινη
- 1 πιπεριά κόκκινη
- 1/2 κιλό λόχανο
- 2 πράσα
- αλάτι - πιπέρι

Μουσκεύουμε τα φασόλια από το βράδυ. Σε ευρύχωρη κατσαρόλα ρίχνουμε τα φασόλια να βράσουν με νερό. Όταν μισοψηθούν, προσθέτουμε όλα τα χορταρικά ψιλοκομμένα και λίγο νερό, αν χρειαστεί. Προς το τέλος, ρίχνουμε το λάδι και το αλατοπίπερο.

Σερβίρεται ζεστή - ζεστή.



Κούπα ξύλινη σαρακα-  
τοάνικη (λ.μ.θ.)



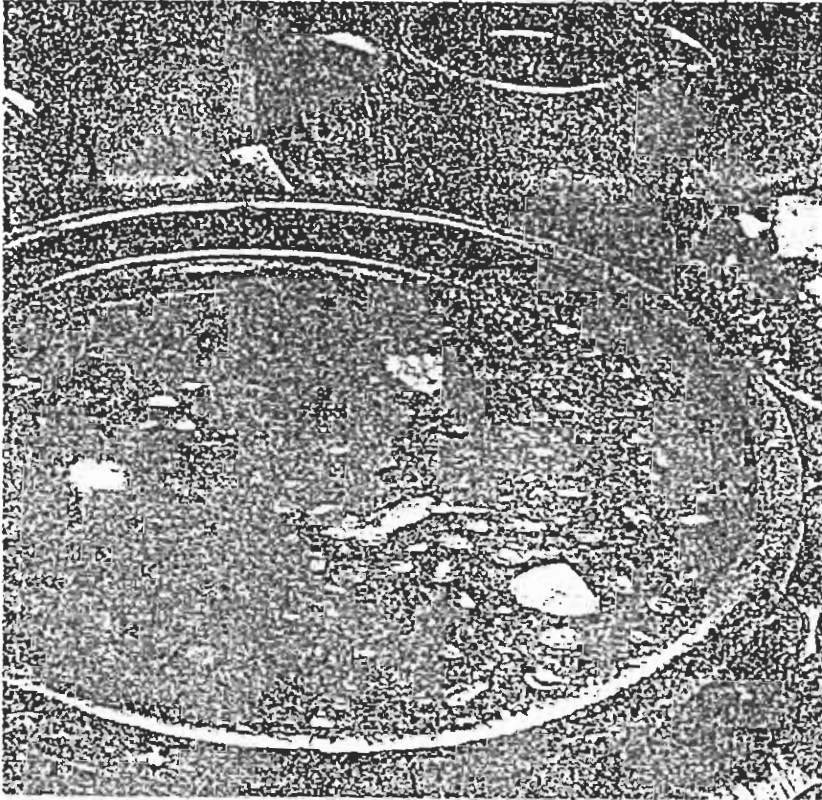
## ΤΣΟΥΚΝΙΔΟΣΟΥΠΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1 1/2 κιλό τσουκνίδες
- 5 σκελίδες σκόρδο
- λίγο δυόσμος
- 1/2 φλιτζάνι αλεύρι
- αλάτι - πιπέρι

Ζεματάμε τις τσουκνίδες, τις στραγγίζουμε, τις χτυπάμε καλά ώσπου να λιώσουν, ρίχνουμε και το αλεύρι, σιγά -σιγά, χωρίς να σταματήσουμε το χτύπημα. Προσθέτουμε το σκόρδο ψιλοκομμένο, το δυόσμο, αλάτι, πιπέρι και συνεχίζουμε να τα χτυπάμε.

Ρίχνουμε μια φλιτζάνα από το ζουμί που ζεματίσαμε τις τσουκνίδες, ανακατεύουμε λιγάκι και ξαναβάζουμε στη φωτιά να πάρει μια βράση.

Την αφήνουμε να κρυώσει λίγο και τη σερβίρουμε.



## ΛΑΧΑΝΟ ΜΕ ΦΑΣΟΛΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΙΩΤΙΚΗ

- 1/2 κιλό φασόλια μέτρια
- 1 κιλό λάχανο
- 1 μέτρια κρεμμύδι
- 200 γραμμ. λάδι
- 1 κουταλιά πελτές
- αλάτι - μαυροπίπερο
- χυμός 1 λεμονιού

Μουσκεύετε τα φασόλια από το βράδυ. Την επομένη, τα βράζετε σ' αλατισμένο νερό. Χοντροκόβετε το λάχανο και το ρίχνετε να βράσει μαζί με τα φασόλια.

Καίτε το λάδι, τσιγαρίζετε το κρεμμύδι ψιλοκομμένο και τ' αδειάζετε μέσα στη σούπα των φασολιών - λάχανου. Προσθέτετε τη ντομάτα πελτέ λιωμένη σ' ένα φλιτζάνι νερό, αλάτι - μαυροπίπερο, και αφήνετε να πάρουν 2 - 3 βράσεις.

Σερβίρετε τη σούπα ζεστή, ραντισμένη με το χυμό λεμονιού.

### ΤΡΑΧΑΝΑΣ ΞΙΝΟΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ (ΣΑΡΑΚΟΣΤΙΑΝΟΣ)

- 1 κιλό φασόλια
- 2 κιλά πατάτες
- 2 κιλά ντομάτες
- 4 - 5 πιπέρια κόκκινα
- 1 κιλό κρεμμύδια
- 2 κιλά σιμγδάλι
- 2 κουτάλια μαύρο πιπέρι
- 1 κουτάλι μπαχάρι
- 2 κουταλιές της σούπας αλάτι
- 3 κιλά αλεύρι
- λίγη μαγιά

Βράζουμε τα φασόλια, τις πατάτες, τις ντομάτες, τα κρεμμύδια, τα πιπέρια, ώσπου να λιώσουν.

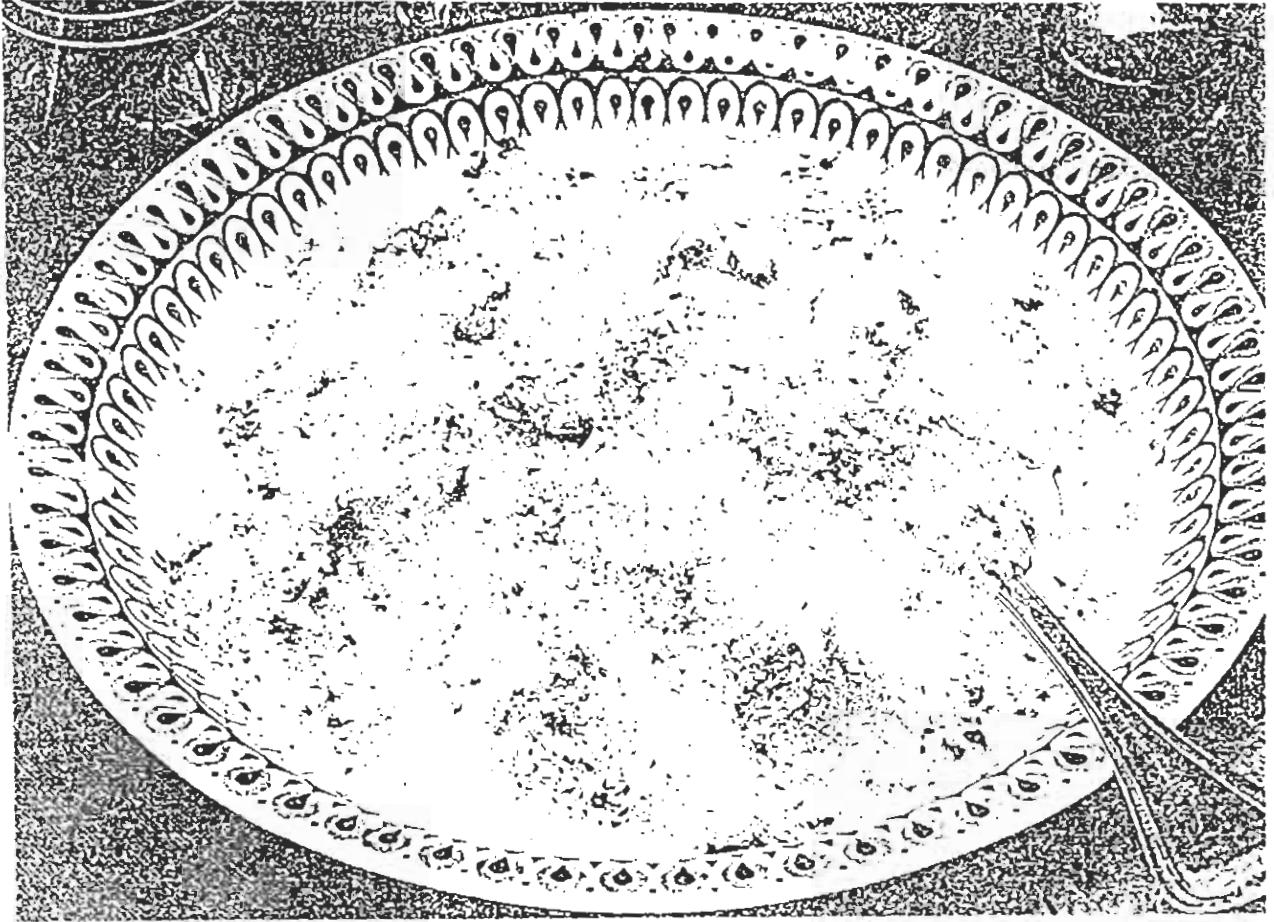
Αφού βράσουν, τα περνάμε από τρυπητό, παίρνουμε τον πολτό τους και τον ζυμώνουμε καλά με το αλεύρι και το σιμγδάλι, προσθέτοντας το μπαχάρι, το πιπέρι, το αλάτι και τη μαγιά, ώσπου να γίνουν μια ζύμη μέτρια, που τη σκεπάζουμε και την αφήνουμε δύο μέρες να ξινίσει.

Κατόπιν κόβουμε τη ζύμη σε κομμάτια μεγέθους ενός μεγάλου κεφτέ, τ' απλώνουμε στον ήλιο ώσπου να ξεραθούν. Παίρνουμε τα ξεραμένα κομμάτια και τα περνάμε από χοντρό τρυπητό και τα ξανά απλώνουμε στον ήλιο για να στεγνώσουν καλά.

Έτσι έχουμε τον τραχανά της χρονιάς και μπορούμε, όποια στιγμή θέλουμε, να ετοιμάσουμε τη σούπα μας με τις εξής αναλογίες:

- 1 1/2 κιλό νερό
- 7 κουταλιές σούπας τραχανά
- 1/2 κουτάλι σούπας αλάτι
- 2 κουταλιές βούτυρο

Βάζουμε το νερό στη φωτιά να πάρει βράση. Ρίχνουμε το βούτυρο και σιγά - σιγά τον τραχανά, ανακατεύοντας με ξύλινο κουτάλι. Προσθέτουμε και το αλάτι, αφήνουμε να βράσει επί ένα τέταρτο, και η σούπα μας είναι έτοιμη, μα σούπα καταπληκτική.



### ΕΙΝΗ ΣΟΥΠΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- μπλιγούρι (κομμένο σιτάρι) ή ρύζι
- γιαούρτι σακούλας
- λίγο λάδι
- 1 μέτριο κρεμμύδι
- λίγη ρίγανη

Βράζουμε το ρύζι ή το μπλιγούρι σε κατσαρόλα (όπως τη συνηθισμένη σούπα).

Καβουρδίζουμε σε τηγάνι το κρεμμύδι με λίγο λάδι. Μόλις ξανθίσει, σβήνουμε τη φωτιά, ρίχνουμε μέσα τη ρίγανη, τ' ανακατεύουμε λίγο και τ' αδειάζουμε μέσα στο ρύζι, που στο μεταξύ κατεβάσαμε από τη φωτιά.

Παίρνουμε την κουτάλα λίγη από τη σούπα και διαλύουμε λίγο - λίγο το γιαούρτι (όπως ακριβώς με το αυγολέμονο) και μετά το ρίχνουμε και αυτό μέσα στην κατσαρόλα με τη σούπα.

Ανακατεύουμε και σερβίρουμε.

## ΝΤΟΥΡΜΑΛΙΚΙ ΜΕ ΚΟΡΟΜΗΛΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- 2 φλιτζάνια τσαγιού ρύζι
- 2 κολοκυθάκια
- 20 κορόμηλα
- μαϊντανός
- αλάτι - πιπέρι
- 1 αυγό - 1 λεμόνι

Σοτάρουμε το λάδι με το κρεμμύδι, ρίχνουμε ανάλογο νερό, αλάτι και πιπέρι. Όταν πάρει βράση ρίχνουμε το ρύζι, τα κολοκυθάκια κομμένα σε μικρά κομμάτια, το μαϊντανό και τα κορόμηλα.

Όταν βράσουν, ετοιμάζουμε το αυγολέμονο μ' ένα αυγό και ένα λεμόνι και το αυγοκόβουμε.

Τρώγεται με κουτάλι σαν σούπα.

## ΣΟΥΠΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΞΕΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ

- 3 φλιτζάνια τσαγιού φασόλια ξερά
- 2 ξερά κρεμμύδια μέτρια
- 4 καρότα μέτρια
- 2 κουταλιές ψιλοκομμένη ρίζα σέλινου
- 3 κλωνάρια σέλινο
- 1 κουταλιά πάστα ντομάτας
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε τα φασόλια, τα πλένουμε, τα βάζουμε στην κατσαρόλα με κρύο νερό να βράσουν και, μόλις πάρουν μερικές βράσεις, χύνουμε αυτό το νερό και προσθέτουμε άλλο βραστό νερό ώσπου να τα σκεπάσει.

Ψιλοκόβουμε τα κρεμμύδια, το σέλινο και τα καρότα σε λεπτές φέτες και τα ρίχνουμε μέσα. Ρίχνουμε το λάδι και τα αφήνουμε να βράσουν σε σιγανή φωτιά.

Πριν βράσουν τελείως, διαλύουμε τη ντομάτα και την προσθέτουμε.

Αλοποπιπερώνουμε και τα αφήνουμε να βράσουν 30 λεπτά, προσθέτοντας αν χρειαστεί ενδιάμεσα λίγο ζεστό νερό. (Ανάλογα με το πως προτιμάμε τη σούπα, πηχτή ή αραιή, κανονίζουμε τη ποσότητα του νερού).

Σερβίρεται με ελιές και τουρσί.

## ΛΑΔΕΡΑ

### ΡΕΒΙΘΙΑ ΜΕ ΤΣΙΓΑΡΙΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1/2 κιλό ρεβίθια
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ρύζι
- 1 κουταλιά γλυκού σόδα
- 1 κρεμμύδι
- αλάτι, πιπέρι
- 2 κουταλιές της σούπας χοιρινό λίπος
- μερικές τσιγαρίδες χοιρινές
- 150 γρ. παρμεζάνα

Βάζουμε από το βράδυ τα ρεβίθια σε νερό να μουσκέψουν. Το πρωί τα σουρώνουμε και τους βάζουμε τη σόδα. Τ' αφήνουμε 1/4 της ώρας και μετά τα πλένουμε πολύ καλά. Τα βάζουμε σε κατσαρόλα στη φωτιά να βράσουν.

Μόλις μεσοβράσουν τα κατεβάζουμε από τη φωτιά.

Καβουρδίζουμε σε τηγάνι με 1 κουταλιά λίπος το κρεμμύδι ψιλοκομμένο και το αδειάζουμε στην κατσαρόλα με τα ρεβίθια. Προσθέτουμε 3 ποτήρια βραστό νερό, αλατοπιπερώνουμε και, μόλις πάρουν βράση, ρίχνουμε το ρύζι.

Αφήνουμε να βράζουν ώσπου να πιουν όλο το νερό τους και τα κατεβάζουμε από τη φωτιά.

Τα σερβίρουμε σε πιατέλα και στρώνουμε σε φέτες την παρμεζάνα.

Ζεματάμε με το υπόλοιπο λίπος στο τηγάνι τις τσιγαρίδες και περιχύνουμε το φαγητό.

### ΣΠΑΝΑΚΙ ΦΟΥΡΝΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ

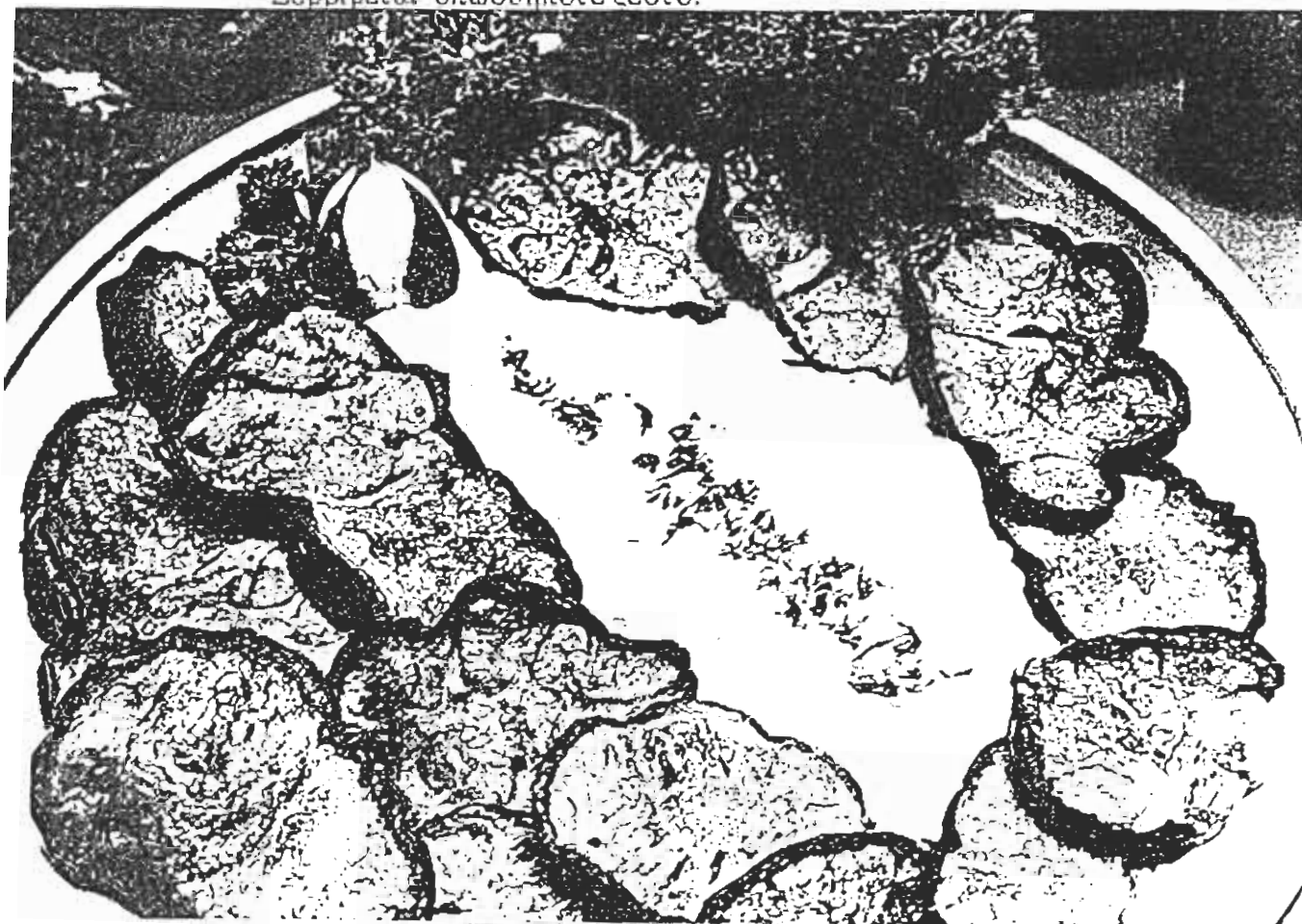
- 2 κιλά σπανάκι
- 1/2 κιλό γραβιέρα
- 1/2 κιλό φέτα σκληρή
- 3 αυγά
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 ματσάκι άνηθο
- 1 κουταλιά της σούπας κοφτή αλεύρι
- 250 γρ. φρέσκο βούτυρο
- λίγο πιπέρι μαύρο

Καθαρίζουμε, πλένουμε, ζεματάμε και στραγγίζουμε τα σπανάκια ώστε να φύγουν όλα τα υγρά. Λιώνουμε το βούτυρο χωρίς να κάψει. Τρίβουμε τη φέτα καλά. Ζεματάμε και ψιλοκόβουμε τον άνηθο.

Σε μεγάλο μπολ χτυπάμε τα αυγά με σύρμα 3-4 λεπτά της ώρας προσθέτουμε το αλεύρι, τη φέτα, το πιπέρι, το αλάτι, το άνηθο και τα σπανάκια και τα ανακατεύουμε όλα προσεκτικά.

Σε ταψί βουτυρωμένο (36 νούμερο) στρώνουμε με σπάτουλα ομοιόμορφα το μίγμα. Τοποθετούμε από πάνω τη γραβιέρα κομμένη σε λεπτές πλατιές φέτες και ψήνουμε σε μέτριο φούρνο περίπου 30 λεπτά.

Σερβίρεται οπωσδήποτε ζεστό.



### ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΞΗΡΟΨΗΤΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 2 κιλά μελιτζάνες (στενόμακρες)
- 300 γρ. λάδι
- 3 ντομάτες ώριμες (μέτριες)
- μπό κουταλάκι τσαγιού κόκκινο πιπέρι
- 2 κουταλιές σούπας αλεύρι
- 1 κουταλάκι τσαγιού αλάτι
- Για τη σκορδαλιά:
- 2 κουταλιές ξύδι
- λίγο νερό

- 4 σκελίδες σκόρδο
- 50 γρ. καρύδια (χτυπημένα στο γουδί)
- μσό κουταλάκι τσαγιού αλάτι

Αφαιρείται από κάθε μελιτζάνα 2 φέτες φλούδας πλάτους 2 εκ. περίπου, έτσι ώστε, όταν κόβεται τη μελιτζάνα σε φέτες (ένα περίπου εκατοστού) μόνο οι δύο πλευρές τους να έχουν φλούδα.

Αλατίζετε τις μελιτζάνες και τις βάζετε στον ήλιο για μισή περίπου ώρα. Τις ξεπλένετε να φύγει η πικρίλα τους, τις στραγγίζετε και τις τοποθετείτε σε μεγάλο και ρηχό ταψί, στρογγυλό ή μακρόστενο (τη μία μελιτζάνα πάνω στην άλλη, έτσι ώστε η μία να σκεπάζει ένα εκατοστό περίπου την επιφάνεια της άλλης).

Πασπαλίζετε τις μελιτζάνες με 2 κουταλιές αλεύρι τις περιχύνετε με χυμό από ώριμες ντομάτες τις ραντίζετε με το κόκκινο πιπέρι και το λάδι. Βάζετε το ταψί σε μέτριο φούρνο επί 1 1/4 της ώρας.

Ετοιμάζετε στο μεταξύ και τη σκορδαλιά: χτυπάτε στο γουδί 4 σκελίδες σκόρδο (αρκετά μεγάλες) με το αλάτι. Το διαλύετε με νερό και ξύδι και προσθέτετε τα κοπανισμένα καρύδια. Τα γυρίζετε να γίνουν όλα μαζί σαν αλοιφή.

Παρακολουθείτε τις μελιτζάνες στο φούρνο και όταν δείτε ότι έχουν σχεδόν ψηθεί τις περιχύνετε με τη σκορδαλιά, τις αφήνετε άλλο 1/4 περίπου στο φούρνο και σερβίρετε.

### ΦΑΣΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΚΟΥΡΚΟΥΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΡΑΜΑΣ

- 100 γρ. λάδι
- 1/2 κιλό φασολάκια
- 1/4 του κιλού κουρκούτι (κόκκοι σιτάρι)
- 2 πατάτες
- 1 κρεμμύδι
- 2 ντομάτες
- αλάτι

Τσιγαρίζουμε με το λάδι το κρεμμύδι, κομμένο στη κατσαρόλα.

Προσθέτουμε τα φασολάκια καθαρισμένα καθώς και τις ντομάτες λιωμένες και τα αχνίζουμε καλά.

Ρίχνουμε 3 ποτήρια νερό, το κουρκούτι, τις 2 πατάτες κομμένες σε ψιλά κομμάτια, το αλάτι και το αφήνουμε να σιγοβράσουν και να πηχτώσει το ζουμί. Αν θέλουμε, μπορούμε να προσθέσουμε και μία καυτερή πιπεριά.

Το φαγητό είναι έτοιμο για σερβίρισμα και νοστιμότατο.

## ΣΑΡΜΑΔΕΣ ΜΕ ΚΟΥΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΡΑΜΑΣ

- 1/2 κιλό αμπελόφυλλα
- 1/2 κιλό ξερά κουκιά
- 1 φλυτζ. του τσαγιού σιτόριζα (κορκότο)
- 2 μέτρια κρεμμύδια
- πιπέρι κόκκινο - πιπέρι μαύρο
- αλάτι
- 2 κουταλιές φυτίνη

### Για τη σάλτσα

- 1 φλυτζ. του καφέ λάδι
- 1 κρεμμύδι μακρό
- 1 κουταλιά ντομάτα πελτές
- αλάτι, πιπέρι

Μουσκεύετε τα κουκιά αποβραδίς σε χλιαρό νερό. Το πρωί τα καθαρίζετε και τα κόβετε στα τρία στο πλάτος. Ανακατεύετε σε λεκανάκι τα κρεμμύδια ψιλοκομμένα όπως και τη σιτόριζα, τα πιπέρια, μαύρο κόκκινο κοπανισμένα, αλάτι και τη φυτίνη μαζί με τα κουκιά.

Ζεματάμε τα αμπελόφυλλα σε ζεστό νερό για λίγο, τα ανοίγουμε ένα - ένα στο γύρο μας πιπέλας και παίρνουμε μια κουταλιά γέμιση τη διπλώνουμε στα αμπελόφυλλα. Έτσι τυλίγουμε τους σαρμάδες σας, και ταχτοποιείτε κυκλικά σε κατσαρόλα.

Τους σκεπάζετε με ένα πιάτο ανάποδα και με χλιαρό νεράκι. Τους αφήνετε να βράζουν, προσθέτοντας κατά διαστήματα νερό όσο χρειάζεται, λίγο - λίγο κάθε φορά και χλιαρό για να μην κόβεται η βράση τους.

Για τη σάλτσα: τσιγαρίζετε με το λάδι ένα κρεμμύδακι ψιλοκομμένο προσθέτετε αλάτι πιπέρι, τον πελτέ αραιωμένο με λίγο νερό και αφήνετε να πάρει 1-2 βράσεις. Αφού ψηθούν οι σαρμάδες αφαιρείτε το πιάτο και περιχύνετε το φαγητό με τη σάλτσα. Κουνάτε τη κατσαρόλα μέσα στα χέρια σας, να πάει η σάλτσα παντού και σερβίρετε.

## ΦΑΣΟΥΛΟΝΤΑΒΑΣ ΒΕΡΟΙΩΤΙΚΟΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 750 γραμμ φασόλια χοντρά
- 3/4 φλιτζανιού ελαιόλαδο
- 3/4 φλιτζανιού σουσαμόλαδο
- μσό κοντάκι τοματάκια αποφλοιωμένα
- 1 φλιτζάνι βοδινός ζωμός ή συμπυκνωμένος ( 2 κύβοι)
- 1 πιπεριά καυτερή
- 3 πιπεριές γλυκές πράσινες



- 1 πιπεριά γλυκιά κόκκινη
- ρίγανη
- αλάτι
- 2 μέτρια κρεμμύδια
- 1 αρνίσια σκέπη

Βάζουμε τα φασόλια σε χλιαρό νερό από το βράδυ. Τα σουρώνουμε και τα ξεπλένουμε με λίγο κρύο νερό.

Ετοιμάζουμε σε μια κατσαρόλα το κρεμμύδι ψιλοκομμένο και το ελαιόλαδο. Μόλις αρχίσει να ζεσταίνεται το λάδι (χωρίς να καβουρδιστεί το κρεμμύδι) προσθέτουμε τα φασόλια και το ανάλογο νερό και αφήνουμε να βράσουν 20 λεπτά περίπου.

Τα γυρίζουμε σε πήλινο ταψάκι ( νταβά ), προσθέτουμε το σουσαμόλαδο, το ζωμό και τα τοματάκια λιωμένα, τις πράσινες και την κόκκινη πιπεριά κομμένες σε ροδέλες και, τέλος την καυτερή πιπεριά ψιλοκομμένη.

Πασπαλίζουμε αλάτι και ρίγανη και σκεπάζουμε τα φασόλια με μια αρνίσια σκέπη (το περιτόναιο που καλύπτει τα εντόσθια του αρνιού).

Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο ( 250 βαθμούς ) περίπου 50 λεπτά ως 1 ώρα.

### ΦΑΣΟΛΙΑ ΜΕ ΤΟΥΡΣΙ ΛΑΧΑΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ

- 1/2 κιλό φασόλια
- 1 μέτριο λάχανο τουρσί
- κόκκινο πιπέρι
- λάδι
- 1 φλιτζάνι ρύζι

Βράζουμε και σουρώνουμε τα φασόλια ( το ζουμά τους το πετάμε ).

Κόβουμε το λάχανο σε μικρά κομματάκια και το βάζουμε να βράσει με λίγη από την αρμάτου.

Όταν βράσει το λάχανο, ρίχνουμε μέσα και τα φασόλια προσθέτουμε και ανάλογη αρμά το ρύζι, το λάδι και το πιπέρι και αφήνουμε όλα μαζί να βράσουν.

Σερβίρουμε στα πιάτα πασπαλίζοντας από πάνω μαυροπίπερο. Είναι πολύ νόστιμο.

## ΣΑΛΙΓΚΑΡΙΑ ΣΤΙΦΑΔΟ ΜΕ ΜΑΪΝΤΑΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό σαλιγκάρια
- 2 φλιτζάνια τσαγιού μαϊντανός ψιλοκομμένος
- 1 1/2 κιλό ντομάτες
- 1 1/2 κιλό κρεμμύδια
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού λάδι
- μσό κουταλάκι του γλυκού πιπέρι
- 1 σκελίδα σκόρδο
- αλάτι

Βάζουμε τα σαλιγκάρια να περπατήσουν για να βεβαιωθούμε ότι είναι ζωντανά. Τα πλένουμε καλά, τα βάζουμε στη φωτιά με κρύο νερό και, αφού βράσουν 1 λεπτό, ρίχνουμε μία χούφτα αλάτι και τα αφήνουμε να βράσουν ακόμα 1 τέταρτο. Τα κατεβάζουμε από τη φωτιά, τα ξαναπλένουμε πολύ καλά, βγάζουμε με ματερό μαχαίρι το κώνο που έχει στο πίσω μέρος το καβούκι τους και τα πλένουμε πάλι να μην έχουνε τσόφλια.

Βάζουμε τα κρεμμύδια στη κατσαρόλα κομμένα φέτες με το λάδι και, όταν μαραθούν προσθέτουμε το σκόρδο ψιλοκομμένο και τις ντομάτες ξεφλουδισμένες και ψιλοκομμένες και αφήνουμε να βράσουν.

Ρίχνουμε τότε και τα σαλιγκάρια, αλατοπιπερώνουμε, αφήνουμε να βράσουν όλα μαζί καλά, προσθέτουμε προς το τέλος και το ψιλοκομμένο μαϊντανό, βράζουν λίγο ακόμα και σβήνουμε τη φωτιά.

## ΚΟΛΟΚΥΘΑ ΚΟΚΚΙΝΗ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΕΔΕΣΣΑΣ

- 1 κολοκύθα κόκκινη μέτρια
- 1 φλυτ. καρύδια ψίχα
- 8 σκελίδες σκόρδο
- 2 κουταλιές αλεύρι
- 1 ποτήρι του κρασιού ξύδι
- 1 1/2 φλιτ. λάδι
- 1 ποτήρι του κρασιού νερό
- λίγο κόκκινο πιπέρι
- αλάτι

Κόβουμε τη κολοκύθα στη μέση, αφαιρούμε τη φλούδα και τα σπόρια και κόβουμε το ψαχνό της κολοκύθας σε ψιλές φέτες μακρόστενες. Κοπανάμε τα καρύδια πολύ καλά.

Κοπανάμε το σκόρδο με λίγο αλάτι και προσθέτουμε το ξύδι. Στρώνουμε στο ταψί 2 σειρές φέτες κολοκύθι και σκορπάμε πάνω τους λίγα

καρύδια, το σκόρδο και το ξύδι και το ξαναβάζουμε στο φούρνο για 1 τέταρτο.

### ΣΑΒΟΡ ΛΑΔΕΡΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 2 κιλά μελιτζάνες χοντρές
- 1 κιλό πιπεριές χοντρές
- 1 κιλό ντομάτες
- 1 σκόρδο
- 1 1/2 πιπεριά καυτερή
- λίγος μαϊντανός
- 300 γρ. λάδι
- λίγο πιπέρι μαύρο

Κόβουμε φέτες τις μελιτζάνες και τις πιπεριές και τις τηγανίζουμε.

Στρώνουμε σε ανάλογο τις μισές μελιτζάνες και τις πασπαλίζουμε με λίγο αλατοπίπερο.

Βάζουμε σε δεύτερο στρώμα όλες τις πιπεριές ρίχνοντας πάλι αλατοπίπερο, 3 στρώμα το μαϊντανό, το σκόρδο και τη καυτερή πιπεριά όλα ψιλοκομμένα, 4 στρώμα τις ντομάτες σε φέτες κομμένες προσθέτοντας και πάλι αλατοπίπερο.

Στο τέλος σκεπάζουμε τις υπόλοιπες μελιτζάνες, ρίχνουμε λίγο λάδι ακόμα, και φουρνίζουμε το φαγητό. Ψήνουμε 1 1/2 ώρα ακόμα σε χαμηλή θερμοκρασία το κόβουμε τετράγωνα κομμάτια και σε ρβί ρουμε.

### ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΑΧΝΙΣΤΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΙΑΚΙΣ

- 1 κιλό πιπεριές
- 1 κιλό ντομάτες
- 1 1/2 φλιτζάνι λάδι
- 1/4 τυρί
- αλάτι - πιπέρι

Αχνίζουμε με νερό τις πιπεριές ψιλοκομμένες, χύνουμε το νερό, προσθέτουμε το λάδι και αφήνουμε να σιγοβράζουν, ώσπου να στεγνώσουν τα νερά και να τσιγαριστούν ελαφρά αρκετή ώρα.

Προσθέτουμε τις ντομάτες, που έχουμε στο μεταξύ ξεφλουδίσει και λιώσει, και αφήνουμε να πάρουν ακόμα μερικές βράσεις και σβήνουμε τη φωτιά. Αν είμαστε φίλοι του καυτερού προσθέτουμε και μία καυτερή πιπεριά. Γίνεται νοστιμότατο και πικάντικο φαγητό.

### ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΦΛΩΡΙΝΙΩΤΙΚΕΣ ΛΑΔΕΡΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

- 1 1/2 κιλό κόκκινες πιπεριές γλυκές
- μισό κιλό ντομάτες ώριμες
- 2 κρεμμύδια
- 1 φλιτ. του τσαγιού λάδι
- 2 φλιτ. του τσαγιού ζωμός κρέατος
- 2 φλιτ. του τσαγιού ρύζι
- μαύρο πιπέρι
- αλάτι
- μαϊντανός - αρκετός δυόσμος

Αχνίζουμε το κρεμμύδι (ψιλοκομμένο) στο λάδι, προσθέτουμε τη ντομάτα περασμένη στο τρίφτη μέχρι να γίνει χυλός). Ρίχνουμε μετά το ζωμό του κρέατος και μόλις αρχίζει να βράζει προσθέτουμε το ρύζι.

Πασπαλίζουμε το αλάτι (λίγο) το πιπέρι (συνήθως λίγο περισσότερο από το κανονικό), το μαϊντανό και τον δυόσμο (ψιλοκομμένα).

Με αυτό το μίγμα γεμίζουμε τις κόκκινες πιπεριές (αφού προηγούμενα καθαρίσουμε το εσωτερικό τους), τις τοποθετούμε σε ταψί και αφήνουμε σε δυνατό φούρνο για 1 ώρα.

Σερβίρονται με τυρί φέτα.

### ΜΠΡΙΑΜ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό πατάτες
- 3 - 4 κολοκυθάκια
- 2 μελιτζάνες
- 1/2 κιλό ντομάτες
- 4 κρεμμύδια
- 3 πράσινες πιπεριές
- λίγος μαϊντανός ψιλοκομμένος

- 2 φλιτζ. τσαγιού λάδι
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε τις πατάτες, τα κολοκυθάκια, τις μελιτζάνες, τις πιπεριές, τα κρεμμύδια και τα κόβουμε όλα σε φέτες. Παίρνουμε μέτριο ταψί, τοποθετούμε μέσα τις πατάτες τις μελιτζάνες και τα υπόλοιπα, αλατοπιπερώνουμε, προσθέτουμε και τις μεσές ντομάτες ψιλοκομμένες, το μαϊντανό επίσης ψιλοκομμένο, ανακατεύουμε ελαφρά, τα στρώνουμε λιγάκι και κατόπιν βάζουμε από πάνω τις υπόλοιπες ντομάτες κομμένες σε φέτες.

Περιχύνουμε με λάδι το φαγητό, προσθέτουμε και λίγο νεράκι και ψήνουμε σε μέτριο φούρνο επί 1 1/2 ώρα περίπου.

Σερβίρεται και ζεστό και κρύο.



## ΜΠΟΝΑΜΑΤΣΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΣΑΝΔΡΑΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

- 1 κιλό πατάτες μεγαλούτσικες
- 1/2 κιλό σπανάκι
- 10 κλωνιά άνηθο και μάραθο
- αλάτι, πιπέρι μαύρο
- 1 με 2 φύλλα δάφνες
- λάδι
- 2-3 φρέσκες ντομάτες

Κόβουμε τις πατάτες κυδωνάτες, τις ροδοκοκκινίζουμε ελαφρά με το λάδι σε τηγάνι και τις γυρίζουμε (μαζί με το τηγανόλαδό τους σε κατσαρόλα) προσθέτουμε στη κατσαρόλα το σπανάκι, καθαρισμένο και πλυμένο το άνηθο, το μάραθο και αλατοπίπερο.

Έχουμε στο μεταξύ βράσει χωριστά τις ντομάτες (περασμένες από τρυπητό) μαζί με λίγο λάδι και τη δάφνη και περιχύνουμε μ' αυτές τα υλικά της κατσαρόλας, προσθέτοντας αν χρειάζεται και λίγο λάδι ακόμα.

Τοποθετούμε τη κατσαρόλα σε σιγανή φωτιά και βράζουμε το φαγητό για μία ώρα, ώσπου να μείνει μόνο με τη σάλτσα του.

## ΣΠΑΝΑΚΙ ΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 1 κιλό σπανάκι
- 1 μέτριο σκόρδο ( κεφάλι )
- 1 μεγάλο κεσεδάκι γιαούρτι
- 1 μεγάλη κουταλιά σούπας βούτυρο
- 3 κουταλιές σούπας λάδι
- αλάτι

Καθαρίζουμε και πλένουμε πολλά χέρια το σπανάκι, το βράζουμε σε ελαφρά αλατισμένο νερό και το στραγγίζουμε. Όταν έχει εντελώς στραγγίσει, καίμε μια κουταλιά λάδι και ελάχιστο βούτυρο και σοτάρουμε το σπανάκι, για 10 λεπτά.

Κοπανίζουμε το σκόρδο μαζί με λίγο αλάτι και το ανακατεύουμε με το γιαούρτι. Τοποθετούμε το σπανάκι σε μεγάλη πιατέλα, ρίχνουμε από πάνω το μάγμα γιαουρτιού με το σκόρδο, καίμε στη φωτιά το βούτυρο με το λάδι και περιχύνουμε με κουτάλι την πιατέλα.

## ΜΑΙΝΤΑΝΟΚΕΦΤΕΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 1/4 του κιλού μαϊντανός
- 2 μεγάλα κρεμμύδια
- 2 αυγά
- αλάτι - πιπέρι
- 2 κουταλιές της σούπας τυρί τριμμένο
- 2 κουταλιές της σούπας γάλα
- αλεύρι όσο σηκώσει
- λάδι για τηγάνισμα

Καθαρίζουμε, πλένουμε καλά και κόβουμε μικρά κομμάτια το μαϊντανό.

Τρίβουμε σε λεκανίτσα το κρεμμύδι, προσθέτουμε τα αυγά, το γάλα, το τυρί, το πιπέρι, το αλάτι και το μαϊντανό και τα δουλεύουμε πολύ καλά όλα με το κουτάλι, ώσπου να γίνουν χυλός.

Τέλος εξακολουθώντας το δούλεμα, ρίχνουμε σιγά - σιγά και το αλεύρι, τόσο όσο σηκώσει ο χυλός, ώστε να γίνει μια ζύμη που να πιάνεται με το κουτάλι (όπως η ζύμη για τις τηγανίτες).

Βάζουμε το λάδι στο τηγάνι και αφού κάψει, παίρνουμε κουταλιά - κουταλιά από το μίγμα και τηγανίζουμε τους κεφτέδες, προσέχοντας να είναι στοργγυλοί.

Σερβίρονται συνοδευμένοι με πιλάφι ή τρώγονται σκέτοι με ντομάτα σαλάτα.

## ΚΑΡΟΤΑ ΚΑΙ ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙ ΠΑΣΤΙΤΣΙΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΙΔΗΡΟΚΑΣΤΡΟΥ

- 1/2 κιλό καρότα
- 1 κουνουπίδι μέτριο
- 100 γραμμ βούτυρο
- 2 - 3 κουταλιές σούπας τυρί τριμμένο
- 1 κουταλιά σούπας φρυγανιά τριμμένη

Για την κρέμα

- 1/2 κιλό γάλα
- 50 γραμμ βούτυρο
- 2 αυγά
- 3 κουταλιές σούπας
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε το κουνουπίδι, το κόβουμε μεγάλα μπουκετάκια το βράζουμε σε αλατισμένο νερό, φροντίζοντας να μη λιώσει. Ξύνουμε την εξωτερική φλούδα από τα καρότα, τα πλένουμε και τα βράζουμε σε

αλατισμένο νερό για 20 λεπτά. Βάζουμε τα καρότα και το κουνουπίδι να στραγγίζουν και ετοιμάζουμε την κρέμα.

Στην κατσαρόλα ρίχνουμε το αλεύρι και το καβουρδίζουμε ελαφρά. Αφήνουμε να κρυώσει, ρίχνουμε το γάλα και διαλύουμε το αλεύρι.

Προσθέτουμε το βούτυρο και βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά και τα ανακατεύουμε ώσπου να πάρουν 1 - 2 βράσεις. Χτυπάμε τα αυγά, προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και τα ανακατεύουμε με την κρέμα έξω από τη φωτιά.

Αλείφουμε ένα μικρό ταψί με βούτυρο, κάνουμε μια στρώση με καρότα κομμένα φέτες και τα σκεπάζουμε με λίγη κρέμα. Από πάνω αραδιάζουμε το κουνουπίδι χωρισμένο σε μικρά - μικρά μπουκετάκια, σκεπάζουμε πάλι με κρέμα και επαναλαμβάνουμε το ίδιο, ώσπου να τελειώσουν τα υλικά μας.

Στο τέλος καλύπτουμε όλη την επιφάνεια με κρέμα, πασπαλίζουμε με το τριμμένο τυρί και τη φρυγανιά και σκορπάμε το βούτυρο κομμένο μικρά κομμάτια. Βάζουμε το ταψί σε προθερμασμένο φούρνο για μισή ώρα.

Αφήνουμε λίγο να κρυώσει, κόβουμε κομμάτια και σερβίρουμε.

### ΜΠΑΡΜΠΟΥΝΙΑ ΦΑΣΟΛΙΑ ΣΤΗ ΓΑΣΤΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 1/2 κιλό φρέσκα φασολάκια ( μπαρμπούνια )
- 2 κρεμμύδια
- 5 - 6 σκελίδες σκόρδο
- 1 1/2 κουτάλα λάδι
- 1 ποτήρι του κρασιού ( άγουρο σταφύλι στυμμένο )
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε τα φασολάκια και από τις δύο μεριές να φύγουν οι κλωστές, ύστερα τα πλένουμε καλά και τα βάζουμε στο τρυπητό να στραγγίσουν.

Σε βαθύ ταψί φούρνου στρώνουμε τα μισά φασολάκια, από πάνω ψιλοκόβουμε το 1 κρεμμύδι 2 - 3 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένο, αλάτι και πιπέρι. Στρώνουμε κατόπιν τα υπόλοιπα φασολάκια και πάλι σκορπάμε ψιλοκομμένο σκόρδο και κρεμμύδι, λίγο αλάτι και πιπέρι.

Στύβουμε την αγουρίδα με τα χέρια μας μέσα στο τρυπητό, μετράμε 1 ποτήρι του κρασιού και περιχύνουμε μ' αυτήν τα φασολάκια, καθώς και με το λάδι και 1 ποτήρι του νερού νερό και βάζουμε το ταψί στη γάστρα να ψηθεί. Αν δεν υπάρχει γάστρα, ψήνουμε στο φούρνο σε μέτρια θερμοκρασία 80 -90 λεπτά, προσθέτοντας, αν χρειάζεται κατά διαστήματα, ώσπου να βράσουν και λίγο χλιαρό νερό.



## ΜΠΡΙΑΜΙ ΦΟΥΡΝΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό κολοκυθάκια
- 1 κιλό μελιτζάνες
- 1 κιλό πατάτες
- 1 κιλό κόκκινες ντομάτες
- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού διάφορα τυριά τριμμένα
- 2 φλιτζάνια τσαγιού λάδι
- 3 αυγά
- 1 φρυγανιά κοπανισμένη
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε τα κολοκυθάκια, τα κόβουμε φέτες, τα αλατίζουμε και τα αφήνουμε για μισή ώρα να μαραθούν. Καθαρίζουμε τις μελιτζάνες, τις πλένουμε, τις κόβουμε φέτες, τις αλατίζουμε και τις αφήνουμε για μισή ώρα να ξεπικρίσουν. Καθαρίζουμε τις πατάτες, τις κόβουμε φέτες, τις αλατίζουμε και τις τηγανίζουμε ελαφρά.

Στη συνέχεια, τηγανίζουμε τα κολοκυθάκια και στο τέλος τις μελιτζάνες, αφού προηγουμένως τις στύψουμε καλά με τα χέρια μας, για να φύγει η πικράδα. Πλένουμε τις ντομάτες, βγάζουμε τις φλούδες και τις κόβουμε φέτες.

Λαδώνουμε το ταψί και βάζουμε πρώτα μια στρώση πατάτες τις πασπαλίζουμε με πιπέρι και τριμμένο τυρί και κατόπιν στρώνουμε φέτες ντομάτες, μετά βάζουμε μια στρώση κολοκυθάκια πασπαλισμένα με τυρί και ντομάτα, κατόπιν μια στρώση μελιτζάνες και συνεχίζουμε ώσπου να τελειώσουν όλα το υλικά. Στο τέλος ρίχνουμε το λάδι που μας περίσσεψε, περιχύνουμε με τα αυγά χτυπημένα και πασπαλίζουμε με την κοπανισμένη φρυγανιά.

Βάζουμε το ταψί στο φούρνο, ώσπου να ψηθούν τ' αυγά και να φουσκώσει. Είναι καλοκαιρινό φαγητό και τρώγεται κρύο.

## ΙΜΑΜ ΜΠΑΙΑΝΤΙ ΜΕ ΑΥΓΟΝΤΟΜΑΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΗΜΑΘΙΑΣ

- 10 μελιτζάνες αργεΐτικες
- 6 αυγά
- 1 κιλό ντομάτες ώριμες
- 150 γραμμ φέτα σκληρή
- 250 γραμμ λάδι
- αλάτι - πιπέρι

Κόβουμε τα καπέλα από τις μελιτζάνες, τις πλένουμε και τις χαρακώνουμε. Βγάζουμε λίγη ψίχα από τις μελιτζάνες, τις αλατίζουμε και τις αφήνουμε με το αλάτι μια ώρα για να φύγει η σπιρτάδα τους.

Αφαιρούμε τις φλούδες και τους σπόρους από τις ντομάτες και τις ψιλοκόβουμε.

Βάζουμε στη κατσαρόλα μισό φλιτζάνι τσαγιού λάδι, προσθέτουμε τη ντομάτα, αλάτι, πιπέρι και τα βράζουμε 5 λεπτά. Προσθέτουμε κατόπιν, τα αυγά χτυπημένα, το τυρί τριμμένο με τα χέρια μας και τα ανακατεύουμε όλα μαζί με ξύλινο κουτάλι πάνω στη φωτιά 1 - 2 λεπτά. Κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά και βάζουμε το τηγάνι με λάδι να κάψει.

Σφίγγουμε με τα δύο μας χέρια τις μελιτζάνες για να φύγει το πικρό ζουμί και τις σιγοτηγανίζουμε. Χωρίζουμε το μίγμα ντομάτας σε 10 μέρη και γεμίζουμε τις μελιτζάνες από το άνοιγμα. Τις τοποθετούμε σε μικρό ταψί, τη μα κοντά στην άλλη με το προς τα πάνω. Περιχύνουμε τις μελιτζάνες με το λάδι που μας περίσσεψε ρίχνουμε και λίγο χλιαρό νερό και τις ψήνουμε σε μέτρια θερμοκρασία μια ώρα.

Τις αφήνουμε λίγο να κρυώσουν και σερβίρουμε. Τρώγονται και κρύες.

## ΖΥΜΑΡΙΚΑ

### ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ ΚΟΖΑΝΙΤΙΚΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 40 αυγά
- 1 κιλό γάλα
- 4 κιλά αλεύρι σκληρό
- αλάτι

Κοσκινίζουμε το αλεύρι με πολύ ψιλή σήτα, μέσα σε σκαφίδα.

Ανακατεύουμε στην κατσαρόλα τα αυγά με το γάλα και λίγο αλάτι. Ρίχνουμε το μίγμα στο αλεύρι και ζυμώνουμε (όπως το ψωμί) ώσπου να γίνει ζύμη κατάλληλη για να ανοίξουμε με το πλάστη λεπτό φύλλο, και την αφήνουμε σκεπασμένη 1 1/2 ώρα με υγρό πανί.

Ανοίγουμε κατόπιν φύλλα πολύ λεπτά, στρώνουμε καθαρά σεντόνια και απλώνουμε ένα - ένα φύλλο που πλάθουμε, ώσπου να τελειώσει όλη η ζύμη.

Παίρνουμε το πρώτο φύλλο και το τυλίγουμε στον πλάστη, όχι σφιχτά, τραβάμε τον πλάστη και με κοφτερό μαχαίρι κόβουμε το φύλλο - περίπου ένα πόντο - αρχίζοντας από την άκρη ώσπου να φτάσουμε στην άλλη άκρη (αν κολλάει το φύλλο μεταξύ του, το αφήνουμε λίγο ακόμα να ξεραθεί).

Παίρνουμε με τα δάχτυλα μας τις λουρίδες και τις ανοίγουμε, προσέχοντας να μην είναι καθόλου κολλημένες μεταξύ τους και τις απλώνουμε στον ήλιο πάνω σε σεντόνι να ξεραθούν καλά. Όταν δούμε ότι έχουν γίνει ξερές σα φρύγανα τις μαζεύουμε σε πάνινες σακούλες ή καλύτερα σε τενεκέδες με καπάκι για να μην τρίβονται.

Οι χυλοπίτες τρώγονται σκέτες με καμένο βούτυρο από πάνω ή με κοτόπουλο, με κρέας κ. τ. λ.



## ΓΙΟΥΦΚΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ

- 2 κιλά αλεύρι σιταρένιο
- 6 αυγά
- 1 κιλό νερό χλιαρό

Κοσκινίζετε το αλεύρι και το βάζετε σε λεκανίτσα. Κάνετε μια λακκούβα στο κέντρο και ρίχνετε το χλιαρό νερό μαζί με τα 6 αυγά.

Ανακατεύετε όλα τα υλικά και πετυχαίνετε μια μάλλον σφιχτή ζύμη. Κόβετε τη ζύμη σε μικρά κομμάτια και ανοίγετε κανονικά φύλλα. Όταν ανοίξετε όλα τα φύλλα τα τοποθετείτε σε μια άκρη.

Παίρνετε 3 φύλλα κάθε φορά, τα βάζετε σ' ένα τραπέζι (το ένα φύλλο πάνω στο άλλο) και το κόβετε σε τετράγωνα 3 επί 4 εκατοστά. Όταν κόψετε όλα τα φύλλα σε μικρά κομματάκια, τα βάζετε πάνω σε μια καθαρή πετσέτα και τ' αφήνετε σε σκιερό μέρος για δύο μέρες να στεγνώσουν.

Αφού στεγνώσουν, τα βάζετε σε ταψί και τα τοποθετείτε σε μέτριο φούρνο, ώσπου να ροδίσουν και να ξεραθούν καλά. Μαγειρεύετε το γιουφκά με έναν από τους εξής δύο τρόπους:

### 1ος τρόπος:

Βάζετε σε μια κατσαρόλα 1 κιλό γάλα να βράσει. Στο μεταξύ, ζεματάμε το γιουφκά σε βραστό νερό και τον σουρώνετε σε τρυπητό. Ρίχνετε το γιουφκά μέσα στο γάλα που βράζει και αφήνετε να βράσουν για 10 λεπτά περίπου.

Προσθέτετε, προς το τέλος, μια κουταλιά σούπας φρέσκο βούτυρο, αφήνετε να λιώσει καλά, ανακατεύετε με ξύλινη κουτάλα και σερβίρετε με τυρί.

### 2ος τρόπος:

Ο δεύτερος τρόπος γίνεται όπως κάνετε τα μακαρόνια, και πασπαλίζετε από πάνω με τριμμένο τυρί ή κασέρι.

Σημείωση: Όταν μαγειρεύετε γιουφκά με τον πρώτο τρόπο, σε κάθε κιλό γάλα, θα βάζετε 2 φλιτζάνια του τσαγιού γιουφκά και 1 κουταλιά σούπας φρέσκο βούτυρο.

## ΡΥΖΙ ΜΕ ΣΚΟΡΔΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1/2 κιλό ρύζι
- 10 γραμμ σκόρδα
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι
- αλάτι - πιπέρι

Βάζουμε το ανάλογο νερό στη φωτιά και μόλις πάρει βράση, ρίχνουμε ψιλοκομμένα τα σκόρδα. Αφήνουμε να πάρουν 2 - 3 βράσεις και ρίχνουμε το λάδι.

Προσθέτουμε το ρύζι, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε ώσπου να πει το νερό, περίπου ένα τέταρτο.

### ΤΑΠΙΑΧ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΛΠΟΧΩΡΙΟΥ ΣΚΥΔΡΑΣ Ν. ΠΕΛΛΗΣ

- 1 κιλό αλεύρι
- 5 αυγά
- 2 φλιτζάνια γάλα ή νερό
- 1 κουταλάκι αλάτι
- 1/2 κιλό γιαούρτι
- 3 -4 σκελίδες σκόρδο
- αλάτι - πιπέρι
- ξίδι
- 100 γραμμ λάδι

Κάνετε στο αλεύρι ένα λακκάκι και βάζετε το αλάτι. Σπάτε τ' αυγά, ρίχνετε λίγο χλιαρό γάλα και αρχίζετε να ζυμώνετε τη ζύμη. Προσθέτετε το γάλα ή νερό, όσο θα χρειαστεί για να γίνει η ζύμη σφιχτή, όπως του ψωμού.

Την αφήνετε να σταθεί 1/4 της ώρας, την ανοίγετε σε λεπτά φύλλα, που τα αφήνετε λίγο να ξεραθούν και τα κόβετε σε τετράγωνα κομμάτια 5Χ5.

Βράζετε νερό με αλάτι, ρίχνετε τα κομμένα φύλλα να βράσουν, τα στραγγίζετε και τ' απλώνετε σε ταψί.

Χτυπάτε τα σκόρδα στο γουδί και τ' ανακατεύετε μετά με το γιαούρτι, το αλατοπίπερο, μα γουλιά ξίδι και λίγο λάδι.

Περιχύνετε με τη σκορδαλιά του γιαουρτιού το περιεχόμενο του ταψιού. Καίτε το λάδι σε κατσαρολάκι να μωρίσει και το αδειάζετε πάνω στη σκορδαλιά.

### ΦΑΣΟΛΙΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΕ ΡΥΖΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1/2 κιλό φασόλια ξερά μετρίου μεγέθους
- 2 κρεμμύδια ξερά
- 1 κουταλιά ντοματοπελτές
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ρύζι γλασέ
- ρίγανη

- 1 φλιτζάνι λάδι
- πιπέρι μαύρο
- 1 κουταλάκι του γλυκού κοφτό αλάτι

Ετοιμάζουμε το ρύζι. Βράζουμε τα φασόλια, προσέχοντας να μη βράσουν εντελώς και χυλώσουν.

Σ' άλλη κατσαρόλα με το λάδι τσιγαρίζουμε το κρεμμύδι φιλοκομμένο στον τρίφτη και, όταν ξανθώνει, προσθέτουμε το ντοματοπελιτέ, τη ρίγανη και το πιπέρι κι αφήνουμε να τσιγαριστούν όλα μαζί.

Απλώνουμε σε ταψί το ρύζι, και τα φασόλια, σουρωμένα. Αδειάζουμε από πάνω τη σάλτσα του κρεμμυδιού.

Ρίχνουμε το αλάτι και δυο φλιτζάνια φασολόζουμο και ψήνουμε το φαγητό σε μέτριο φούρνο.



## ΔΙΑΦΟΡΑ

### ΣΑΛΤΣΑ ΜΑΡΙΝΑΤΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

- 3 - 4 κουταλιές αλεύρι
- 2 ποτήρια νερό
- 100 γρ. ξίδι
- 3 φρέσκες ώριμες ντομάτες ή ανάλογος πελτές
- αλάτι
- πιπέρι
- δεντρολίβανο

Στο λάδι που έμεινε από τηγάνισμα ψαριών, ρίχνουμε το αλεύρι και το καβουρδίζουμε μερικά λεπτά πάνω στη φωτιά. Προσθέτουμε το νερό, το ξίδι, τη ντομάτα περασμένη από τρυπητό ή τον πελτέ, δεντρολίβανο, αλάτι, πιπέρι και βράζουμε για 10 λεπτά ή ώσπου η σάλτσα να πήξει.

Κατεβάζουμε τη σάλτσα από τη φωτιά και περιχύνουμε τα τηγανισμένα ψάρια.

### ΣΑΛΤΣΑ ΜΕ ΚΙΜΑ (ΓΙΑ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ Η ΠΙΛΑΦΙ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 2 κρεμμύδια
- 4 σκελίδες σκόρδο
- 1 ματσάκι μαϊντανός
- 2 κλωνάρια άνηθο
- αλάτι, πιπέρι
- 6 σκάγια κόλιανδρος
- 1/8 του κουταλιού μοσχοκάρυδο
- 2 φύλλα δάφνη
- κανέλα τριμμένη
- 1 φλιτζάνι του καφέ μαύρο κρασί
- 1 μικρό κουτί χυμός ντομάτας
- 1 κόκαλο (να είναι από κλείδωση)
- 1 κιλό κιμάς
- 4 κουταλιές σούπας λάδι
- 200 γρ. φρέσκο βούτυρο
- λίγη πιπεριά

Βάζουμε τον κιμά στο τηγάκι και τον τσιγαρίζουμε με τα κρεμμύδια ψιλοκομμένα και το λάδι. Προσθέτουμε ψιλοκομμένο το σκόρδο το

μαϊντανό, το άνηθο, πιπέρι αλάτι και τα μπαχαρικά. Τα περιχύνουμε με το μισό κρασί και τα κατεβάζουμε από τη φωτιά. Τα ανακατεύουμε καλά και τα γυρίζουμε σε κατσαρόλα. Ρίχνουμε το χυμό ντομάτας, φιλοκόβουμε λίγη πιπεριά βάζουμε το κόκαλο, ρίχνουμε και μισό ποτήρι νερό και τα βράζουμε.

Ύστερα από 1 ώρα αφαιρούμε το κόκαλο και προσθέτουμε λίγο νερό ακόμα, αν χρειάζεται. Συνεχίζουμε το βράσιμο και όταν είναι έτοιμη ρίχνουμε το υπόλοιπο κρασί και το βούτυρο. Βράζουμε μακαρόνια ή ρύζι και τα σερβίρουμε με τη σάλτσα.

### ΣΑΛΤΣΑ ΓΙΑ ΓΑΡΙΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 2 κουταλιές μουστάρδα
- 2 κουταλιές λάδι
- 1 λεμόνι ζουμερό
- αλάτι, πιπέρι

Ανακατεύουμε σε μπολ τη μουστάρδα, το λάδι, το λεμόνι, λίγο αλάτι, πιπέρι και τα δουλεύουμε συνέχεια, ώσπου να γίνουν αλοιφή.

Με τη σάλτσα αυτή περιχύνουμε τις γαρίδες.

### ΣΑΛΤΣΑ ΓΙΑ ΒΡΑΣΤΕΣ ΓΑΡΙΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι (ελαιόλαδο ποιότητας)
- 4 κουταλιές της σούπας αλεύρι (γεμάτες)
- 4 φλιτζάνια του τσαγιού ζωμός από βρασμένες γαρίδες
- 1 μπουκάλι ντοματοχυμός (κύκνος)
- 1 ποτηράκι του κρασιού ξίδι δυνατό
- 1 κεφάλι σκόρδο ξερό
- λίγο δεντρολίβανο (πολύ ψιλοτριμμένο)
- κόκκινο πιπέρι
- αλάτι
- 1 1/2 κιλό γαρίδες

Βράζουμε τις γαρίδες (περίπου 1 1/2 κιλό) κανονίζοντας να μας αφήσουν 4 γεμάτα φλιτζάνια του τσαγιού ζωμό (καθαρό, περασμένο από τουλουπάνι). Τις καθαρίζουμε και τις τοποθετούμε σε κατάλληλο σκεύος, γαρνίροντάς τες με ένα χορταρικό.



Βάζουμε κατσαρόλιτσα στη φωτιά με το λαδι να κάψει. Ρίχνουμε μέσα το αλεύρι, σιγά - σιγά και γυρίζοντας συνεχώς με ξύλινο κουτόλι (για να μην σβολιάσει), ώσπου να πάρει χρώμα. Προσθέτουμε κατό το ζουμί, εξακολουθώντας το ανακάτεμα και, σε συνέχεια, το ξίδι, το ντοματοχυμό, το σκόρδο και το δεντρολίβανο (πάρα πολύ ψιλοκομμένα και τα δυο), το αλάτι και το κοκκινοπίπερο.

Εξακολουθώντας να ανακατεύουμε, συνεχίζουμε το βράσιμο της σάλτσας μας πάνω σε σιγανή φωτιά, ώσπου να δέσει καλά, να γίνει λεία και πηχτή σαν κρέμα.

Κατεβάζουμε από τη φωτιά, αφήνουμε να κρυώσει και σερβίρουμε τη σάλτσα μας σε σαλτσιέρα, ξεχωριστά από τις γαρίδες (ώστε ο καθένας να παίρνει στο πιάτο του μερικές γαρίδες και όση σάλτσα θέλει).



### ΣΑΛΤΣΑ ΓΙΑ ΨΑΡΙ ΒΡΑΣΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 100 γρ. βούτυρο
- 2 κουταλιές σούπας αλεύρι
- 1 κρεμμύδι
- 2 κουταλιές σούπας μουστάρδα σκόνη
- αλάτι, πιπέρι
- 1 φλιτζάνι του καφέ ξίδι

Λιώνουμε το βούτυρο στην κατσαρόλα, ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και το ανακατεύουμε ώσπου να πάρει ελαφρό ξανθό χρώμα, πασπαλίζουμε το αλεύρι και πάλι ανακατεύουμε ώσπου να ξανθίνει λίγο κι αυτό.

Τότε, ρίχνουμε το ξίδι, τη σκόνη μουστάρδα, αλάτι, πιπέρι και λίγο νερό και βράζουμε σε σιγανή φωτιά, ώσπου να πήξει η σάλτσα και να γίνει σαν αραιή κρέμα.

Με τη σάλτσα αυτή περιχύνουμε το ψάρι ή τη βάζουμε σε σκεύος βαθύ και βάζει ο καθένας όση ποσότητα επιθυμεί.

### ΣΑΛΤΣΑ ΑΠΟ ΓΙΑΟΥΡΤΙ (ΓΙΑ ΣΚΕΠΗ ΨΗΤΑ ΚΑΙ ΚΕΦΤΕΔΕΣ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

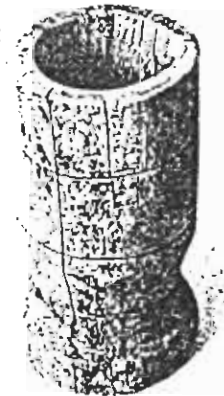
- 1 κεσές του κιλού γιαούρτι
- 3 αυγά
- αλάτι, πιπέρι

Χτυπάμε το γιαούρτι, ρίχνουμε τα αυγά χτυπημένα, το αλάτι και το πιπέρι και τα ανακατεύουμε καλά. Βγάζουμε το ταψί από το φούρνο με ότι έχουμε ψήσει (κρέας, σκέπη με συκωτάκια, κεφτέδες κ.λπ.), ρίχνουμε τη σάλτσα και ξαναβάζουμε το ταψί στο φούρνο για λίγα λεπτά, ώσπου να πήξει η σάλτσα με τα αυγά. Έτσι το σαγητό μας γίνεται νοστιμότερο και ορεκτικότερο.

Ξύλινο γουδί  
Φλώρινα

### Ζ'ΜΙ ΓΙΑ ΚΕΦΤΕΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- λάδι
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 3 κουταλιές αλεύρι



- 1 1/2 ποτήρι νερό
- 1 κουταλιά σάλτσα ντομάτα
- αλάτι, πιπέρι

Μετά το τηγάνισμα των κεφτέδων μέσα στο λάδι που καίει και που φροντίζουμε να είναι καθαρό, ρίχνουμε λίγο λίγο το αλεύρι και το ανακατεύουμε να μη σβολιάσει. Έχουμε έτοιμη τη σάλτσα διαλυμένη στο 1 1/2 ποτήρι νερό και το σκόρδο κοπανισμένο ή πολύ ψιλοκομμένο και τα προσθέτουμε. Ρίχνουμε αλάτι, πιπέρι και βράζει ώσπου να πήξει. Στο τέλος ρίχνουμε τους κεφτέδες και σερβίρουμε.

### ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΜΕ ΣΚΟΡΔΑΛΙΑ

- 2 κιλά μελιτζάνες
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού λάδι
- αλάτι
- λίγο κόκκινο πιπέρι
- 2 κουτάλια σούπας αλεύρι

#### Γιά τη σκορδαλιά

- 4 σκελίδες σκόρδο
- 1 χούφτα καρύδια
- αλάτι
- ξίδι
- 2 φέτες ψωμί μουσκεμένο

Καθαρίζουμε τις μελιτζάνες και τις κόβουμε φέτες.

Βάζουμε νερό σε κατσαρόλα με λίγο αλάτι να βράσει και ζεματάμε τις μελιτζάνες πέντε λεπτά. Τις βγάζουμε κατόπιν από το νερό και τις αφήνουμε σε σουρωτήρι να στραγγίσουν.

Παίρνουμε μεγάλο ταγί, το αλείφουμε με αρκετό λάδι, το πασπαλίζουμε με λίγο αλεύρι και στρώνουμε τις μελιτζάνες, τη μα δίπλα στην άλλη, τις πασπαλίζουμε πάλι με λίγο αλεύρι και λίγο κόκκινο πιπέρι, τις περιχύνουμε με το 1 1/2 φλιτζάνι λάδι (το μισό το κρατάμε για τη σκορδαλιά) και τις φουρνίζουμε.

Ψήνουμε ώσπου να ροδοκοκκινίσουν, περίπου μία ώρα.

Στο μεταξύ, ετοιμάζουμε τη σκορδαλιά: Βάζουμε σε γουδί το σκόρδο και το κοπανάμε με λίγο αλάτι ώσπου να γίνει πολτός. Προσθέτουμε λίγο - λίγο τις δύο φέτες το ψωμί, το λάδι, το ξίδι και στη συνέχεια τα καρύδια, κοπανώντας συνέχεια ώσπου να γίνει αλοιφή.

Τη σκορδαλιά μπορούμε να την περιχύσουμε στο ταγί πάνω στις μελιτζάνες (οπότε θα βάλουμε ξανά το ταγί στο φούρνο για ένα τέταρτο της

ώρας) ή θα σερβίρουμε σκέτες τις ξεροψημένες μελιτζάνες και δίπλα τη σκορδαλιά.

### ΜΕΛΙΤΖΑΝΕΣ ΤΗΓΑΝΗΤΕΣ ΜΕ ΑΥΓΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 4 μελιτζάνες χοντρές αλλά μέτριες
- 200 γρ. λάδι
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 1/2 κιλό φρέσκες ντομάτες κόκκινες
- 8 αυγά
- μαυροπίπερο και αλάτι

Καθαρίζετε τις μελιτζάνες και τις κόβετε σε φέτες με πάχος 1 1/2 δάχτυλο. Τις αλατίζετε και τις αφήνετε να σταθούν 1 ώρα. Τις ξεβγάζετε και τις στραγγίζετε καλά.

Καίτε λάδι στο τηγάνι, τηγανίζετε τις μελιτζάνες και τις στρώνετε σε ρηχό ταψάκι λαδωμένο, σε μία μόνο στρώση. Μέσα στο τηγάνι ψιλοκόβετε το σκόρδο και τις ντομάτες. Αλατοπιπερώνετε και αφήνετε τη σάλτσα να ψηθεί και να μείνει με το λάδι της. Αδειάζετε τη σάλτσα πάνω στις μελιτζάνες και βάζετε το ταψάκι σε δυνατό φούρνο.

Χτυπάτε τα αυγά με αλάτι και μαυροπίπερο. Περιχύνετε τα χτυπημένα αυγά πάνω στις μελιτζάνες και αφήνετε το ταψάκι στο φούρνο, τόσο, όσο να ψηθούν και να πήξουν τα αυγά πάνω στις μελιτζάνες.

### ΑΥΓΑ ΤΗΓΑΝΗΤΑ ΣΕ ΝΤΟΜΑΤΕΣ ΦΕΤΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 4 αυγά
- 2 ντομάτες φρέσκες
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 1 πιπεριά κόκκινη
- 1 κουταλιά της σούπας μαντανός ψιλοκομμένος
- ή κεφαλοτύρι τριμμένο
- μισό ποτήρι λάδι
- βούτυρο
- αλάτι, πιπέρι

Ψιλοκόβουμε τη πιπεριά και το σκόρδο. Τα τσιγαρίζουμε στο τηγάνι με μισό ποτήρι λάδι. Μόλις αρχίζει να ροδίζει το σκόρδο προσθέτουμε τις

ντομάτες κομμένες σε χοντρές φέτες. Ρίχνουμε λίγο αλάτι και πιπέρι και αφήνουμε να ψηθούν 20 λεπτά, με σκεπασμένο το τηγάνι σε μέτρια φωτιά.

Πάνω σε κάθε φέτα ντομάτας σπάζουμε από ένα αυγό ολόκληρο και το αλατοπιπερώνουμε. Δυναμώνουμε τη φωτιά και ψήνουμε όσο χρειάζεται για να πήξει το ασπράδι.

Πασπαλίζουμε με μαϊντανό ψιλοκομμένο ή κεφαλοτύρι τριμμένο και σερβίρουμε.

### ΑΥΓΑ ΤΟΥΡΛΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1/4 πιπεριά
- 4 κρεμμύδια ξερά
- 4 ντομάτες στρογγυλές
- 7 αυγά
- 200 γραμμ τυρί
- 1 ποτήρι λάδι
- αλάτι - ρίγανη

Βάζουμε σε κασαρόλα μικρή το λάδι, να κάψει, ψιλοκόβουμε τα κρεμμύδια και τις πιπεριές και τα ρίχνουμε στο καυτό λάδι, περνάμε τις ντομάτες από τον τρίφτη και τις προσθέτουμε στην κασαρόλα, και ανακατεύουμε ώσπου να τσιγαριστούν.

Ρίχνουμε το αλάτι και ένα ποτήρι νερό και αφήνουμε τη σάλτσα να σιγοβράσει σε χαμηλή φωτιά, για μισή περίπου ώρα, ώσπου να δέσει και να μείνει με ελάχιστα υγρά. Προσθέτουμε τότε το τυρί κομματιασμένο, τα αυγά, ανακατεύουμε καλά, πασπαλίζουμε και λίγη ρίγανη και μόλις πάρει 1-2 βράσεις αποσύρουμε την κασαρόλα από τη φωτιά. Σερβίρεται ζεστό.

### ΑΥΓΑ ΜΕ ΚΡΕΜΜΥΔΙΑ ΣΤΟ ΤΗΓΑΝΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 4 αυγά
- 3/4 του φλιτζανιού λάδι
- 3 φέτες ψωμί μπαγιάτικο
- 2 μέτρια κρεμμύδια
- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού νερό
- αλάτι - πιπέρι

Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι στο τηγάνι και το καβουρδίζουμε ελαφρά με το λάδι. Ρίχνουμε τα αυγά ολόκληρα και γρήγορα - γρήγορα τα ανακατεύουμε. Προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και το νερό και αφού πάρουν βράση, ρίχνουμε με το ψωμί κομμένο μακρές μπουκίτσες.

Όταν οι μπουκίτσες ρουφήξουν όλο το νερό, κατεβάζουμε το τηγάνι από τη φωτιά και σερβίρουμε αμέσως.

### ΑΥΓΑ ΜΕ ΞΙΝΗΘΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό ξινήθρα ( είδος χορταρικού )
- 1 κουταλιά σούπας αλεύρι
- 3 αυγά
- 1/2 κιλό γάλα
- 150 γραμμ βούτυρο
- αλάτι - πιπέρι

Καθαρίζουμε την ξινήθρα όπως το σπανάκι, την πλένουμε και την κόβουμε μακρά κομματάκια. Βάζουμε νερό στην κατσαρόλα με λίγο αλάτι και, μόλις το νερό πάρει βράση, ρίχνουμε τη ξινήθρα, τη βράζουμε και ύστερα τη βάζουμε στο τρυπητό να στραγγίσει καλά. Βάζουμε βούτυρο στην κατσαρόλα να κάψει. Ρίχνουμε την ξινήθρα και την ανακατεύουμε πάνω στη φωτιά με ξύλινο κουτάλι.

Λιώνουμε το αλεύρι με το γάλα και το προσθέτουμε σιγά -σιγά στην κατσαρόλα ανακατεύοντας συνέχεια το μίγμα. Αν γίνει πολύ πηχτό, ρίχνουμε λίγο ακόμα γάλα να αραιώσει και να γίνει σαν πουρές.

Στη συνέχεια, χτυπάμε τα αυγά στη λεκάνη και τα ρίχνουμε και αυτά στην κατσαρόλα, τα ανακατεύουμε όλα μαζί, να ψηθούν τα αυγά και σερβίρουμε.

### ΑΥΓΑ ΒΟΥΤΥΡΟΥ ΜΕ ΣΥΒΡΑΣΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

Για ένα άτομο

- 3 αυγά
- 50 γραμμ βούτυρο
- 1 κουταλιά σούπας σάλτσα ή 2 -3 φρέσκες ντομάτες
- μισό ποτήρι νερό
- αλάτι - πιπέρι

Βάζουμε στο τηγάνι το νερό με λίγο αλάτι και το βάζουμε στη φωτιά να πάρει βράση. Χτυπάμε τα αυγά μέσα στο νερό στο τηγάνι και τα αφήνουμε να βράσουν μαζί με το νερό.

Στο μεταξύ, λιώνουμε το βούτυρο στην κατσαρόλα προσθέτουμε τη σάλτσα διαλυμένη σε λίγο νερό ή τις φρέσκες ντομάτες περασμένες από το τρυπητό και τα βράζουμε 1 λεπτό. Τη σύβραση της σάλτσας τη ρίχνουμε πάνω στα αυγά που στο μεταξύ βράζουν στο νερό. Αφήνουμε όλα μαζί να βράσουν 2 - 3 λεπτά, πασπαλίζουμε με λίγο πιπέρι και σερβίρουμε.

## ΛΑΪΚΑ ΙΔΙΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

### ΨΩΜΙ ΡΟΥΦΤΕΪΝΟ (ΕΦΤΑΖΥΜΟ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κιλό ρεβίθια
- 5 φύλλα δάφνη
- 250 γραμμ. γλυκάνισο
- 50 γραμμ. κανέλα ξύλο και 1 κουταλάκι γλυκού σκόνη
- 50 γραμμ. γαρίφαλο ξύλο και 1 κουταλάκι γλυκού σκόνη
- 1 μοσχοκάρυδο
- 1 κιλό ζάχαρη
- αλεύρι όσο σηκώσει

Κοπανίζουμε καλά σε γουδί λίγα - λίγα ρεβίθια. Βάζουμε κατσαρόλα πάνω στη φωτιά με τρία κιλά νερό, τα φύλλα δάφνης, το γλυκάνισο, το μοσχοκάρυδο, τα ακοπάνιστα κανελογαρίφαλα και τα βράζουμε 10 λεπτά.

Βάζουμε σε άλλη κατσαρόλα τα ρεβίθια, ρίχνουμε ζεστό νερό από τα κανελογαρίφαλα και αφήνουμε να βράζουν, ρίχνοντας κατά διαστήματα και το υπόλοιπο ζεστό νερό, ώσπου να τελειώσει το βράσιμο τους. Κατεβάζουμε από τη φωτιά και αφήνουμε την κατσαρόλα σε ζεστό μέρος, σκεπασμένη με κουβέρτες, ένα 24τετράωρο, για να γίνει η ζύμωση.

Όταν τα ρεβίθια αρχίσουν να σηκώνουν αφρό, τον παίρνουμε λίγο - λίγο τον ανακατεύουμε με άλλο τόσο αλεύρι και συνεχίζουμε έτσι, φτιάχνοντας ζυμάρια που τα αφήνουμε πάλι σκεπασμένα σε ζεστό μέρος να φουσκώσουν.

Όταν φουσκώσουν, ενώνουμε όλα τα ζυμάρια μαζί, προσθέτουμε τη ζάχαρη, τα κοπανισμένα κανελογαρίφαλα και όσο αλεύρι ακόμα σηκώσει για να γίνει η ζύμη κανονική. Την αφήνουμε να φουσκώσει και πλάθουμε καρβελάκια, κουλούρες, φραντζόλες ή ότι άλλο σχήμα θέλουμε.

Ψήνουμε σε δυνατό φούρνο μέχρι να ροδίσουν.

## ΛΕΙΨΟΚΟΥΛΟΥΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Με σταρένιο αλεύρι ζυμώνουμε ψωμί κανονικά με προζύμ. Μόλις τελειώσουμε το ζύωμα κόβουμε ένα κομμάτι ζύμη, το υπόλοιπο το σκεπάζουμε και το αφήνουμε να ανέβει, όπως κάνουμε συνήθως με το ψωμί.

Το ζυμάρι που κόψαμε το πλάθουμε ξανά με λίγο αλεύρι λίγη σόδα και λίγο νερό. Συνεχίζουμε να το πλάθουμε, να γίνει ζύμη μέτρια, της δίνουμε σχήμα κουλούρας, κάνουμε επάνω διάφορα σχέδια και την ψήνουμε σε πολύ ζεστό φούρνο.

Τρώγεται ζεστή με τουλούμισιο τυρί

Σημείωση: Στα μέρη μας λειψό εννοούμε το ζυμάρι πριν ν' ανέβει. Από κει πήρε και τ' όνομα.

## ΤΡΑΧΑΝΑΣ ΚΟΖΑΝΙΤΙΚΟΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 6 κιλό αλεύρι
- 4 κιλά γάλα πρόβιο
- 10 αυγά
- λίγο προζύμ

Βάζουμε σε σκάφη ή σε λεκάνη το αλεύρι, ανοίγουμε μια γούβα και βάζουμε το προζύμ. Ανακατεύουμε το γάλα με τ' αυγά και λίγο αλάτι, ρίχνουμε το μίγμα τους στη σκάφη με το αλεύρι σιγά - σιγά στη γούβα και ζυμώνουμε ( όπως το ψωμί ) ώσπου να γίνει μια ζύμη κανονική που την αφήνουμε ν' ανέβει και να ξινίσει 24 ώρες.

Όταν γίνει, κόβουμε τη ζύμη σε μπουκιές, πάνω σε καθαρό πανί, την αφήνουμε στη σκιά να στεγνώσει, στρώνουμε άλλο πανί, και πάνω από τσίγκινο κόσκινο, τρίβουμε την τραχανά και βγαίνει από κάτω ψιλό.

Όταν τελειώσει, όλο το τρίψιμο, τον απλώνουμε στον ήλιο και όταν έχει ξεραθεί καλά, τον μαζεύουμε σε πάνινα σακούλια και τον διατηρούμε όλο το χειμώνα σε μέρος που να μην έχει υγρασία και μουχλιάσει.

Σημείωση: Ο γνήσιος τραχανάς, σπιτικής παρασκευής, είναι από τα πιο θρεπτικά και εύγευστα παραδοσιακά ζυμαρικά μας και ιδιαίτερα ο ξινός. Τρώγεται σκέτος ή και με οποιαδήποτε άλλη σύνθεση φαγητών.



## ΤΡΑΧΑΝΑΣ ΞΙΝΟΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 2 κιλά γιαούρτι ξινό
- 20 αυγά
- αλάτι
- λίγο προζύμι
- 1 φλιτζάνι του καφέ γάλα
- αλεύρι όσο σηκώσει

Βάζουμε σε μεγάλη λεκάνη δύο κιλά αλεύρι. Ανοίγουμε μια τρύπα στη μέση και λιώνουμε μέσα το προζύμι με το γάλα χλιαρό και μια κοφτή κουταλιά αλάτι. Ανοίγουμε περισσότερο την τρύπα και ρίχνουμε καλά χτυπημένα τα αυγά και το γιαούρτι, αφού αφαιρέσουμε την πέτσα του.

Παίρνουμε κατόπιν αλεύρι από τα πλάγια και ζυμώνουμε προσθέτοντας και άλλο αλεύρι, ώσπου να γίνει μια ζύμη κανονική.

Κόβουμε τη ζύμη κομμάτια, όσο ένα αυγό, τ' απλώνουμε σε καθαρό σεντόνι, στη σκιά, ώσπου να στεγνώσουν. Παίρνουμε κατόπιν τα ξεραμένα κομμάτια τα τρίβουμε πάνω από κόσκινο (έχουμε στρώσει από κάτω άλλο καθαρό σεντόνι) ώσπου να τελειώσουν όλα.

Τον τραχανά που βγάζουμε, τον ξεραίνουμε στον ήλιο καλά και κατόπιν τον μαζεύουμε σε πάνινα σακούλια. Είναι θρεπτικός και πολύ ορεκτικός που ξινίζει.

Σημείωση: Αν θέλουμε να χρησιμοποιήσουμε γάλα, το αφήνουμε να ξινίσει τρεις μέρες και παίρνουμε το πηχτό μέρος που πρέπει να είναι όσο δύο κιλά γιαούρτι.

## ΤΡΑΧΑΝΑΣ ΜΕ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΔΙΚΑΙΩΝ ΕΒΡΟΥ

- 1 κιλό πιπεριές κόκκινες καυτερές (ψιλοκομμένες) και γλυκές
- 3 - 4 κρεμμύδια ψιλοκομμένα
- 3 - 4 πατάτες ψιλοκομμένες
- 1/4 κολοκύθι κίτρινο ψιλοκομμένο
- μοσχοσίταρο (αν υπάρχει)
- 1 κιλό ντομάτες κόκκινες (ψιλοκομμένες)
- αλάτι
- 1/2 κιλό σιμγδάλι ψιλό
- 1 κουταλιά μαγιά σπιτική ή μτύρας (προτιμότερο σπιτική)
- αλεύρι

Βάζετε σε μεγάλη κατσαρόλα τις πιπεριές, τα κρεμμύδια, τις πατάτες, το κολοκύθι, το μοσχοσίταρο, τις ντομάτες. Σκεπάζετε με νερό όλα τα υλικά, τα βράζετε και τα περνάτε από σουρωτήρι.

Παίρνετε τον πολτό, ρίχνετε το ανάλογο αλάτι, μισό κιλό σιμιγδάλι, μαγιά και αλεύρι όσο σηκώσει για να γίνει ζύμη δυνατή. Τα ζυμώνετε καλά, σκεπάζετε τη ζύμη και την αφήνετε 2 μέρες για να ξινίσει. Την κόβετε μετά κομματάκια, τ' απλώνετε πάνω σε τραπέζι και, όταν στεγνώσουν καλά, τα τρίβετε με τα χέρια και τα περνάτε από κόσκινο να γίνουν ψιλός τραχανάς, που τον βάζετε σε τάπια ή σ' ένα τρουβαδάκι για να διατηρηθεί.

Όταν θέλετε να τον μαγειρέψετε, παίρνετε 1 κουτάλι τραχανά για κάθε πιάτο, 1 ποτήρι νερό και μισό ποτήρι γάλα και τα βράζετε σε κατσαρόλα, ανακατεύοντας συνεχώς, ώσπου να γίνουν κρέμα.

Σερβίρετε στα πιάτα με τριμμένο τυρί.

Σημείωση: Είναι σπεσιαλιτέ του τόπου μας, τρώγεται συνήθως το πρωί και ιδίως το χειμώνα.

### ΚΟΥΣ - ΚΟΥΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

Παίρνουμε σιτάρι πρώτης ποιότητας, το βράζουμε καλά, το στεγνώνουμε, το κόβουμε σε μλόπετρες όπως το μπλιγούρι, και το περνάμε από χοντρό κόσκινο για να ξεχωρίσουν τα φλούδια. Βάζουμε το κοσκινισμένο μπλιγούρι σε σκάφη. Προσθέτουμε χλιαρό νερό ελαφρά αλατισμένο και αλεύρι και αρχίζουμε να το τρίβουμε πάνω στα τοιχώματα της σκάφης. Το μπλιγούρι είναι η βάση και γύρω του κολλάει το αλεύρι με το νερό και με το τρίψιμο στρογγυλεύει.

Τοποθετούμε μεγάλη κατσαρόλα με μπόλικο νερό πάνω στη φωτιά. Πάνω από το νερό βάζουμε μια σχάρα (χωρίς ν' ακουμπάει στο νερό), πάνω της στρώνουμε ένα τουλπάνι και μέσα σ' αυτό το κουσ - κουσ που ετοιμάσαμε στη σκάφη. Κλείνουμε το τουλπάνι, σκεπάζουμε την κατσαρόλα και βράζουμε με τον αχνό.

Βγάζουμε κατόπιν το τουλπάνι, αφήνουμε να κρυνώσει η μάζα και λίγη - λίγη την τρίβουμε με τα χέρια μας, για να ξεχωρίζει ένα - ένα το κουσ - κουσ.

Το βάζουμε σε τραπεζομάντιλο στον ήλιο και το στεγνώνουμε καλά.

### ΕΛΙΕΣ ΘΑΣΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΑΣΟΥ

Διαλέγουμε μαύρες και γερές ελιές. Τις ανακατεύουμε με μπόλικο χοντρό αλάτι και τις βάζουμε σε τσουβάλι πιέζοντάς τις από πάνω με ένα γερό βάρος, ώστε το χοντρό αλάτι, να τις τρυπάει για να βγάλουν την πικρίλα

τους. Έτσι σιγά - σιγά, οι ελιές θ' αρχίσουν να βγάζουν ζουμά μαύρα και να ζαρώνουν.

Όταν σταματήσουν να βγάζουν ζουμά τότε είναι έτοιμες. Αυτό θα γίνει όταν περάσουν τουλάχιστο 25 μέρες. Τις βγάζουμε τότε από το τσουβάλι και τις ανακατεύουμε με λίγη ρίγανη, λίγη βάγια και με ελάχιστο λάδι για να γυαλίσουν.

### ΤΣΙΡΟΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

Παίρνουμε μικρά σκουμπριά (από τον Ιούλιο και πέρα για να έχουν γεννήσει), τα καθαρίζουμε, τα πλένουμε καλά και τα βουτάμε σε κουβά που μέσα έχουν θαλασσινό νερό ή αλάτι και νερό.

Αφού ποτιστούν με το αλατόνερο, δένουμε από την ουρά τους - ένα ένα και σε αρκετή απόσταση το ένα από τ' άλλο - τα σκουμπριά με χοντρή και γερή κλωστή και τα κρεμάμε στον ήλιο, ώσπου να ξεραθούν.

Όταν ξεραθούν τα βρέχουμε με ξίδι και τα χτυπάμε από την κοιλιά προς την πλάτη.

Οι τσίροι τρώγονται, όπως είναι, με λαδόξιδο. Γίνονται όμως νοστιμότεροι αν τους ψήσουμε ελαφρά στα κάρβουνα με λαδολέμονο.

Συνοδεύουν θανμάσια οποιοδήποτε είδος φαγητού με όσπρια.

### ΑΡΜΙΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΟ ΤΟΥΡΣΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

Παίρνουμε όσα λάχανα θέλουμε αφαιρούμε τα εξωτερικά φύλλα, κάνουμε μια τρύπα στο κοτσάνι και τα βάζουμε σε κάδο (βαρέλι που όταν το βάζουμε όρθιο είναι ξεσκεπαστο από πάνω και κάτω μια κάνουλα) με αλατισμένο νερό, τόσο ώστε να σκεπάζει τα λάχανα και να περισσεύει και τέτοιας πυκνότητας σε αλάτι ώστε να πλέει μέσα του ένα αυγό. Από πάνω βάζουμε μια σανίδα και ένα βάρος για να μην επιπλέουν τα λάχανα.

Αφήνουμε τα λάχανα στον κάδο με το αλατισμένο νερό τουλάχιστο τρεις βδομάδες. Κάθε δύο - τρεις μέρες βγάζουμε το νερό από την κάνουλα και το ξαναρίχνουμε στον κάδο από πάνω, για να ανακατεύεται. Όσο προχωρεί η ζύμωση, το λάχανο παίρνει κεχριμπαρένιο χρώμα και το ζουμί (ή αρμά ή αρμόσμος ή αρμο - ζούμι) πικάντικη γεύση.

Με το τουρσί λάχανο κάνουμε τα περίφημα Κοζανίτικα γιαπράκια και τα βράζουμε με την αρμά, που μπορούμε να την πιούμε και σκέτη γιατί είναι χωνευτική και με θανμάσια υπόξινη γεύση.

## ΠΩΣ ΦΤΙΑΧΝΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΕΛΤΕ ΝΤΟΜΑΤΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

Παίρνουμε ώριμες ντομάτες, τις κόβουμε στα δύο, τις ζουλάμε ελαφρά για να φύγουν τα πολλά ζουμά και τις περνάμε από το τρυπητό. Βάζουμε σε ταψί τον πολτό που βγάλαμε, τον ανακατεύουμε με αλάτι και λίγο λάδι και τον αφήνουμε στον ήλιο ώσπου να πήξει.

Τον μαζεύουμε τότε σε γυάλινο δοχείο, ρίχνουμε από πάνω λίγο λάδι και διατηρείται ένα χρόνο και παραπάνω. Μπορούμε τον πολτό που βγάζουμε από το στύψουμε με αλάτι και λίγο λάδι, να τον βάλουμε στο φούρνο 10 - 15 λεπτά. Γίνεται όμως καλύτερα στον ήλιο.

## ΜΟΥΣΤΟΣ ΠΕΤΙΜΕΖΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

Βάζουμε στάχτη στο τουλπάνι, το δένουμε καλά και το ρίχνουμε στην κατσαρόλα με το μούστο. ( Μούστος είναι το ζουμί από φρέσκα πατημένα σταφύλια πριν γίνει η ζύμωση. Αν το αφήσουμε 2 - 3 μέρες αρχίζει να γίνεται ζύμωση και ύστερα από ένα μήνα είναι έτοιμο το κρασί).

Βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά, να βράσει ο μούστος με τη στάχτη. Μόλις πάρει βράση σχηματίζεται αφρός που τον αφαιρούμε με τρυπητή κουτάλα. Ύστερα από 10 λεπτά κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά και αφήνουμε το μούστο να κατασταλάξει όλη τη νύχτα.

Την άλλη μέρα τον περνάμε από διπλό τουλπάνι, κρατάμε μια ποσότητα για να κάνουμε μουσταλευριά και τον υπόλοιπο τον βράζουμε ώσπου να μείνει λιγότερος από μισός. Αυτό είναι το πετιμέζι. Μπορούμε να φτιάξουμε μουσταλευριά, μουστοκούλουρα, διάφορα γλυκά και ακόμα, να το φάμε σκέτο πάνω στο ψωμί.

## ΡΕΒΙΘΕΝΙΑ ΤΣΟΥΡΕΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΓΙΟΧΩΡΙΟΥ ΣΕΡΡΩΝ

- 1/2 κιλό ρεβίθια
- 10 κιλά αλεύρι
- αλάτι
- λάδι
- 1 αυγό

Στουμπίζουμε τα ρεβίθια στο γουδί και κατόπιν τα περνάμε από συρμάτινο κόσκινο. Βράζουμε από το βράδυ 1 1/2 κιλό νερό, το βάζουμε σε πήλινο τσουκάλι και ρίχνουμε μέσα τα κοσκινισμένα ρεβίθια και τα αφήνουμε μια νύχτα να φουσκώσουν. (Πρέπει να φουσκώσουν τόσο ώστε να ξεχύνονται από το τσουκάλι. Αν δεν έχουν φουσκώσει τόσο πολύ, βράζουμε άλλο ένα κιλό νερό, το ρίχνουμε στα ρεβίθια και περιμένουμε να φουσκώσουν).

Το πρωί της άλλης μέρας, σε βαθύ σκεύος βάζουμε 2 κιλά αλεύρι, λίγο αλάτι, ρίχνουμε και τα ρεβίθια και ζυμώνουμε, η ζύμη αυτή θα χρησιμοποιηθεί ως προζύμι. Την αφήνουμε σκεπασμένη για 2 - 3 ώρες ώσπου να ανέβει. Μόλις δούμε ότι το προζύμι μας ανέβηκε, βάζουμε στη σκάφη το υπόλοιπο αλεύρι κάνουμε στη μέση μια λακκούβα, βάζουμε το προζύμι προσθέτουμε λίγο χλιαρό νερό, λίγο αλάτι και αρχίζουμε το ζύμωμα. Ρίχνουμε προσεχτικά νερό ώσπου να γίνει μια ζύμη μέτρια. Σκεπάζουμε κατόπιν τη σκάφη, και διατηρούμε τη ζύμη σε ζεστό μέρος, για 2 περίπου ώρες για να φουσκώσει. Τότε, παίρνουμε μέτρια σε μέγεθος ταψάκια, τα λαδώνουμε και βάζουμε στο καθένα από μια μπάλα ζύμη που την πιέζουμε ώστε να απλωθεί σε όλο το ταψί. Αλείφουμε τα τσουρέκια με λάδι και αυγό, και τά αφήνουμε μισή ώρα να ανέβουν και άλλο.

Όσπου να ανέβουν, ανάβουμε τον φούρνο κι όταν ο φούρνος πυρώσει, φουρνίζουμε τα τσουρέκια μας και τα αφήνουμε να ψηθούν.

Σημείωση: Τα τσουρέκια αυτά τα ζυμώνουμε τις γιορτές και κυρίως, το Πάσχα και βάζουμε στη μέση κάθε τσουρεκιού 1 κόκκινο αυγό.

### ΨΩΜΙ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1 κιλό αλεύρι
- 1 φλιτζάνι του καφέ Ρωσική μαγιά
- 2 φλιτζάνια τσαγιού χλιαρό νερό
- 1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι

Από το βράδυ βάζουμε τη μαγιά μέσα σε βαθύ σκεύος μαζί με 2 φλιτζάνια του τσαγιού χλιαρό νερό, τη σκεπάζουμε με πετσέτα και την αφήνουμε όλη νύχτα. Το πρωί μέσα στη λεκάνη κοσκινίζουμε το αλεύρι.

Κάνουμε στη μέση μια φωλιά και ρίχνουμε τη μαγιά και το αλάτι.

Ανακατεύουμε σιγά - σιγά το αλεύρι με τη μαγιά να γίνουν ένα σώμα. Στη συνέχεια, ζυμώνουμε καλά και αν η ζύμη είναι πολύ σφιχτή, ρίχνουμε πάνω στα χέρια μας λίγο χλιαρό νερό. Βάζουμε τη λεκάνη σκεπασμένη σε ζεστό μέρος και αφήνουμε ν' ανέβει καλά. Το ξαναπλάθουμε, το τοποθετούμε σε λαδωμένο ταψί και το αφήνουμε να ξανα ανέβει άλλα 15 λεπτά.

Το ψήνουμε κατόπιν στο φούρνο σε θερμοκρασία 200 βαθμών.

Σημείωση: Η Ρωσική μαγιά παρασκευάζεται από ένα αναρριχόμενο φυτό που βρίσκεται στις παρυφές του Παγγαίου και λέγεται Ρωσικό λουλούδι. Βράζουμε τα άνθη του παίρνουμε το ζουμί, ανακατεύουμε και αλεύρι και κόνουμε τη μαγιά.

### ΚΑΦΕΣ ΚΡΙΘΑΡΙΣΙΟΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

κριθάρι  
ρεβίθια (προαιρετικά)  
σιτάρι (προαιρετικά)

Σε ειδικό ντουλάπι του καφέ καβουρντίζουμε το κριθάρι ώσπου να πάρει χρώμα σκούρο καφέ, προσέχοντας να μη μας καεί. Στη συνέχεια, το στουμπίζουμε σε μεγάλο πέτρινο γουδί ή σε μικρότερο γουδί, αν δεν έχουμε μεγάλο, ώσπου να γίνει σκόνη. Το κοσκινίζουμε κατόπιν από πολύ ψιλό ή μεταξωτό κόσκινο, το βάζουμε σε γυάλινο βάζο και ψήνουμε όπως συνήθως τον καφέ μας.

Αν θέλουμε, μπορούμε στο καβούρντισμα να ανακατέψουμε ρεβίθια και σιτάρι.

### ΑΝΑΛΑΤΗ ΜΥΖΗΘΡΑ ΑΠΟ ΤΥΡΟΓΑΛΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

Όταν ετοιμάσουμε φέτα, μαζεύουμε το τυρόγαλο που περισσεύει και το βράζουμε ανακατεύοντας το με ξύλινο κουτάλι ώσπου να πήξει. Κατόπιν, το αδειάζουμε σε τουλπάνι, το αφήνουμε να στραγγίσει 2 - 3 λεπτά και η μζήθρα είναι έτοιμη.

## ΒΟΥΤΥΡΟ ΑΠΟ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

Βάζουμε γιαούρτι στην " νταρβάνα " ( ξύλινο, μακρόστενο δοχείο, σαν μικρός κάδος, με μακρύ ξύλινο κοντάρι που είναι προσαρμοσμένο σε παχύ, στρογγυλό κομμάτι ξύλου, λίγο μικρότερο από τη διάμετρο του δοχείου ) και νερό μσό από την ποσότητα του γιαουρτιού. Ανεβοκατεβάζουμε το ξύλινο κοντάρι μέσα στην νταρβάνα, χτυπώντας το γιαούρτι και το νερό για πολύ ώρα.

Κατόπιν, ρίχνουμε αρκετό νερό κρύο από το ψυγείο και συνεχίζουμε το χτύπημα. ( Παλιότερα, που δεν υπήρχε η ευκολία του ψυγείου, γεμίσαμε με νερό μια πήλινη στάμνα από την κρύα βρύση του χωριού και έμενε το νερό κρύο για αρκετή ώρα ). Μετά από αρκετό χτύπημα, το βούτυρο βγαίνει στην επιφάνεια του νερού, το μαζεύουμε με κουτάλι και το βάζουμε στο τσουκάλι.

Το υγρό που απομένει μετά την αφαίρεση του βουτύρου, το λέμε "αριάνι" ή "αεράνι" το πίνουμε και είναι πολύ δροσιστικό.

## ΤΥΡΙ ΦΕΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 10 κιλά γάλα
- μσό κουταλάκι του γλυκού τυρομαγιά
- αλάτι χοντρό

Περνάμε το γάλα από διπλό τουλπάνι για να είναι καθαρό. Διαλύουμε την τυρομαγιά σε λίγο νερό, τη ρίχνουμε στο γάλα και ανακατεύουμε καλά.

Σκεπάζουμε το δοχείο και το αφήνουμε 4 - 5 ώρες ώσπου να πήξει. Όταν πήξει, τρυπάμε κατά διαστήματα με σπάτουλα το μίγμα και το αφήνουμε μισή ώρα, για να βγάλει τα υγρά του. Κατόπιν αδειάζουμε το μίγμα σε τουλπάνι ( τσαντίλα ). Δένουμε το τουλπάνι, το κρεμάμε και από κάτω τοποθετούμε ένα βαθύ σκεύος για να τρέχει το τυρόγαλο από το τουλπάνι. Ύστερα από 2 - 4 ώρες και όταν δούμε ότι δεν στάζει πια τυρόγαλο, ξεκρεμάμε το τουλπάνι.

Παίρνουμε ένα ταψί, από πάνω βάζουμε χοντρή σανίδα, μακρότερη σε πάχος από τη διάμετρο του ταψιού, τοποθετούμε πάνω στη σανίδα το τουλπάνι με το τυρί και πάνω του τοποθετούμε ένα βάρος ώστε να στραγγίσει τελείως.

Στη συνέχεια, ανοίγουμε το τουλπάνι, κόβουμε κομμάτια το τυρί, τα οποία βάζουμε σε ταψί και ρίχνουμε πάνω τους μπόλικο χοντρό αλάτι. Το αφήνουμε έτσι 1 ημέρα. Κατόπιν, αραδιάζουμε τα κομμάτια σε δοχείο τοποθετούμε κατά στρώσεις τυρί - χοντρό αλάτι. Στο τέλος, ρίχνουμε τυρόγαλο στο δοχείο τόσο όσο να σκεπάζεται το τυρί.

## ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 5 κιλά γάλα
- 1 κουταλιά σούπας μαγιά (γιαούρτι)

Βράζουμε καλά το γάλα και το αφήνουμε ώσπου να γίνει χλιαρό.

Διαλύουμε τη μαγιά σε λίγο νερό και το μίγμα το ανακατεύουμε σε 1 φλιτζάνι τσαγιού γάλα. Ρίχνουμε κατόπιν τη διαλυμένη με το γάλα μαγιά μέσα στο υπόλοιπο γάλα και ανακατεύουμε. Αδειάζουμε κατόπιν το περιεχόμενο σε κεσέδες, το σκεπάζουμε καλά και ζεστά και αφήνουμε 2 - 3 ώρες, ώσπου να πήξει.

## ΣΚΟΥΜΠΡΙΑ ΠΑΣΤΑ Η ΚΟΛΙΟΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- σκουμπριά
- αλάτι χοντρό

Παίρνουμε όσο σκουμπριά ή κολιούς θέλουμε. Αφαιρούμε τα εντόσθια, τα πλένουμε καλά και τα αφήνουμε να στραγγίσουν. Στη συνέχεια τα τοποθετούμε στη σειρά μέσα σε δοχείο και τα σκεπάζουμε με αλάτι χοντρό.

Κάθε μέρα χύνουμε τα σχηματιζόμενα υγρά και προσθέτουμε αλάτι. Αυτό γίνεται 10 μέρες.

Μπορούμε κατόπιν να τα серβίρουμε με λάδι και λεμόνι και συνοδεύουν όσπρια ή серβίρονται και για μεζέ.

## ΣΠΙΤΙΚΟ ΣΑΛΑΜΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 κιλό κρέας μοσχαρίσιο
- 1 κιλό κρέας χοιρινό
- 1 κιλό κρέας πρόβιο
- 1 κιλό κρέας κατσικίσιο
- 10 σπυριά μπαχάρι
- 20 σπυριά πιπέρι μαύρο
- 1 κεφάλι σκόρδο



## ΣΟΥΣΑΜΟΠΙΤΑ Η ΨΑΘΟΥΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

### Για το φύλλο

- 1 κιλό αλεύρι
  - λίγο αλάτι
  - 1 ποτήρι νερό ( περίπου)
  - 1 1/2 φλιτζάνι λάδι ( περίπου)
- ( για τη ζύμη και το άλειμμα των φύλλων )

### Για τη γέμιση

- 1 κιλό σουσάμ
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ζάχαρη
- 1 κουταλάκι του γλυκού κανέλα

### Για το σιρόπι

- 4 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- 3 φλιτζάνια του τσαγιού νερό
- κανελογαρίφαλα σκόνη

Ζυμώνετε το αλεύρι με νερό, ως ένα ποτήρι, προσθέτετε λίγο αλάτι και 1 - 2 κουταλιές λάδι και κάνετε μια ζύμη μαλακιά ( όταν γίνει πολύ στεγνή η ζύμη, σπάζει το φύλλο ). Την αφήνετε να σταθεί λίγη ώρα σκεπασμένη σε γωνιά ζεστή. Καβουρδίζετε το σουσάμ και αφού κρυώσει, το κοπανίζετε σε ξύλινο γουδί. Το ανακατεύετε με 1 φλιτζάνι ζάχαρη και 1 κουταλάκι κανέλα.

Χωρίζετε τη ζύμη σε μπαλίτσες και την ανοίγετε σε λεπτά φύλλα. Ένα - ένα φύλλο, το αλείφετε με λάδι, βάζετε στην άκρη ένα μέρος από το μίγμα σουσάμ - ζάχαρη - κανέλα, το απλώνετε κατά μήκος, τυλίγετε το φύλλο σε ρολό και το βάζετε κυκλικά σε λαδωμένο ταψί.

Συνεχίζετε το ίδιο με τα υπόλοιπα φύλλα και την υπόλοιπη γέμιση, μέχρι να τελειώσουν. Αλείφετε όλα τα ρολά με λάδι και ψήνετε σε μέτριο φούρνο την πίτα για μισή ώρα ή τρία τέταρτα της ώρας.

Βράζετε για 3 - 4 λεπτά τη ζάχαρη με το νερό και τα κανελογαρίφαλα. Όταν κρυώσει η πίτα, την περιχύνετε με το σιρόπι ζεστό και τη σκεπάζετε να το απορροφήσει όλο.

## ΚΑΡΥΔΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 κιλό ζυμάρι από το φούρνο
- μισό κιλό καρύδια καθαρισμένα
- μισό κιλό ζάχαρη
- 300 γραμμ. λάδι
- 2 κουταλάκια του γλυκού κοφτά κανέλα

### Για το σιρόπι

- μισό ποτήρι ζάχαρη
- 2 ποτήρια νερό

Ανοίγουμε 10 - 15 φύλλα πίτας. Στουμπίζουμε στο γουδί τα καρύδια και τα ανακατεύουμε με τη ζάχαρη και την κανέλα. Λαδώνουμε το ταψί.

Απλώνουμε το πρώτο φύλλο και το λαδώνουμε. Στρώνουμε το δεύτερο φύλλο, το λαδώνουμε, το πασπαλίζουμε με το καρύδι που ετοιμάσαμε, ανοίγουμε άλλο φύλλο, το λαδώνουμε, πασπαλίζουμε καρύδι και συνεχίζουμε φύλλο και καρύδι και τελειώνουμε με δύο φύλλα, χωρίς γέμιση όπως κάναμε στην αρχή.

Ψήνουμε ώσπου να πάρει ροδοκόκκινο χρώμα. Βάζουμε σε μικτή κατσαρόλα το σιρόπι και μόλις πάρει την πρώτη βράση, περιχύνουμε την πίτα. Τη σκεπάζουμε με πετσέτα και όταν ρουφήξει όλο το σιρόπι, την κόβουμε τριγωνικά κομμάτια.

Σημείωση: Την πίτα αυτή την κάνουν τη Πρωτοχρονιά στην Ανατολική Θράκη και μάλιστα βάζουν μέσα και το νόμισμα.

### ΡΥΖΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 κιλό αλεύρι για φύλλα
- μισό κιλό ρύζι κοινό (σούπας)
- 1 κιλό λάδι περίπου
- 1 φακελάκι κανέλα
- 1 φλιτζάνα ζάχαρη
- 1 αυγό
- 2 κουταλιές της σούπας ξύδι
- 1 κουταλάκι του γλυκού κοφτό αλάτι.

#### Για το σιρόπι

- 3 ποτήρια νερό
- 2 ποτήρια ζάχαρη
- μισό λεμόνι (ο χυμός)

Βράζουμε το ρύζι κανονικά σε μπόλικο νερό (όπως τα μακαρόνια), το στραγγίζουμε στο τρυπητό και το αδειάζουμε σε πιατέλα. Προσθέτουμε 1 φλιτζάνι του δύο φλιτζανάκια του καφέ λάδι. Βάζουμε σε λεκάνη το αλεύρι (κρατάμε ένα φλιτζάνι του τσαγιού για το άνοιγμα των φύλλων), 1 φλιτζανάκι του καφέ λάδι, 1 αυγό, 2 κουταλιές ξύδι, το αλάτι και 1 - 1 1/2 ποτήρι νερό περίπου. (Η ζύμη να γίνει πολύ σκληρή).

Ανοίγουμε φύλλα πίτας. Λαδώνουμε ένα - ένα φύλλο με πινέλο και σκορπάμε το ρύζι στη μέση του φύλλου. Διπλώνουμε τις δύο άκρες για να καλυφθεί το ρύζι και σουρώνουμε τα φύλλα, ώστε να έχει φάρδος 8 πόντους περίπου. Αλείφουμε το ταψί καλά με λάδι και τοποθετούμε τα φύλλα το ένα δίπλα στο άλλο. Τα ψήνουμε μια ώρα περίπου στους 200 βαθμούς.

Κόβουμε κανονικά κομμάτια στο ταψί. Ετοιμάζουμε το σιρόπι (μέτριο δέσιμο) και το ρίχνουμε βραστό πάνω στην κρύα πίτα.

## ΧΑΛΒΑΣ ΚΑΡΥΔΑΤΟΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 1 ποτήρι σιμγδάλι
- 1 ποτήρι λάδι
- 1 ποτήρι νερό
- 2 ποτήρια αλεύρι
- λίγο αλάτι
- 1 κουταλάκι του γλυκού σόδα
- 1 φλιτζάνι του καφέ κονιάκ
- τριμμένη ψίχα καρυδιού
- 1 χούφτα ζάχαρη
- 2 κουταλάκι κανέλα

Για το σιρόπι

- 2 1/2 ποτήρια ζάχαρη
- 2 ποτήρια νερό

Βάζουμε σε κατσαρόλα το νερό και το λάδι να πάρουν μια βράση.

Κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, ρίχνουμε λίγο αλάτι, το σιμγδάλι, τη σόδα, λιωμένη στο κονιάκ, την κανέλα και τη χούφτα ζάχαρη. Αφήνουμε κάμποση ώρα να φουσκώσει το σιμγδάλι και προσθέτουμε τα καρύδια και το αλεύρι, ανακατεύοντας, ωσότου γίνει μια ζύμη μαλακιά, όχι πολύ σφιχτή.

Γυρίζουμε τη ζύμη του χαλβά σε λαδωμένο ταψί, τη στρώνουμε καλά, πασπαλίζουμε στην επιφάνεια της λίγη τριμμένη ψίχα καρυδιού και την κόβουμε σε μπακλαβωτά κομμάτια. Ψήνουμε το χαλβά μας σε μέτριο φούρνο.

Ετοιμάζουμε στο μεταξύ το σιρόπι: Βράζουμε τη ζάχαρη με το νερό για 5 λεπτά και όταν κρυνώσει το γλυκό, το σιροπιάζουμε .

## ΚΑΡΥΔΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 1/2 κιλό καρύδια ψίχα
- 8 αυγά
- 4 κουταλάκια μπαίκιν πάουντερ
- 3 1/2 φλιτζάνια αλεύρι
- 1 ποτήρι ζάχαρη
- 1 κουταλάκι κανέλα
- 1 βιτάμ μεγάλο
- 200 γραμμ κουβερτούρα
- λίγο σκουληκάκι σοκολάτας
- λίγο γλυκό κουταλιού (κεράσι ή οτιδήποτε άλλο)

**Για το σιρόπι**

- 4 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- 4 1/2 φλιτζάνια νερό

Χτυπάμε πρώτα το βούτυρο με τη ζάχαρη. Προσθέτουμε ένα - ένα το αυγά, την κανέλα, το αλεύρι - ανακατεμένο με την μπαίκιν - και την κοπανισμένη ψίχα καρυδιών. Όλα μαζί τα ανακατεύουμε καλά και γυρίζουμε το μίγμα σε βουτυρωμένο ταψί. Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο 30 - 35 λεπτά.

Ετοιμάζουμε το σιρόπι, αφήνουμε να κρυσώσει το γλυκό και το σιροπιάζουμε. Λιώνουμε την κουβερούρα σε μπαίν - μαρί (σε νερό που βράζει βάζουμε άλλη κατσαρολίτσα με την κουβερούρα και λιώνει) και τη στρώνουμε πάνω στο γλυκό και από πάνω πασπαλίζουμε το σκουληκάκι σοκολάτας.

Κόβουμε το γλυκό μέσα στο ταψί τετράγωνα κομμάτια και πάνω σε κάθε κομμάτι βάζουμε στη μέση ένα κεράσι ή άλλο γλυκό του κουταλιού.

## ΜΗΛΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 2 αυγά
- 2 ποτήρια νερού ζάχαρη
- 6 μέτρια μήλα
- 5 φλιτζάνια τσαγιού αλεύρι
- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού καρύδια
- 1 φλιτζάνι τσαγιού βούτυρο
- 1 μπαίκιν πάουντερ
- κανέλα

Λιώνουμε και ανακατεύουμε το βούτυρο με το 1 ποτήρι ζάχαρη και τ' αυγά και τα δουλεύουμε για λίγο. Προσθέτουμε το αλεύρι ανακατεμένο με τη μπαίκιν πάουντερ και τα αναμγνύουμε καλά. Έτσι δημιουργούνται σβώλοι και όχι ζύμη. Περνάμε τα μήλα απ' τον τρίφτη και τα κάνουμε πολτό. Ρίχνουμε το ποτήρι τη ζάχαρη και την κανέλα και τα ανακατεύουμε

Παίρνουμε τους μισούς απ' τους σβώλους που δημιουργήσαμε και τους τρίβουμε ανάμεσα στις παλάμες σε μικρά σβολάκια, απλώνοντας τα σε βουτυρωμένο ταψί. Ρίχνουμε από πάνω τον πολτό των μήλων, τον στρώνουμε και απλώνουμε από πάνω, τρίβοντας τα κατά τον ίδιο τρόπο, τα υπόλοιπα σβολάκια.

Ψήνουμε τη μηλόπιτα για 30 λεπτά σε φούρνο 200 βαθμών. Τη βγάζουμε, την αφήνουμε να κρυσώσει και την πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

## ΦΑΝΟΥΡΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 4 φλιτζάνια του τσαγιού φαρίνα (Γιώτη)
- 1 κουταλάκι του τσαγιού κοφτό κανέλα (Γιώτη)
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού και 2 κουταλιές της σούπας ζάχαρη
- 12 κουταλιές της σούπας χυμός πορτοκαλιού
- μσό φλιτζάνι του τσαγιού νερό
- μσό κουταλάκι του τσαγιού κοφτό σόδα (Γιώτη)
- ξύσμα λεμονιού
- μσό φλιτζάνι του τσαγιού σταφίδα ξανθιά
- μσό φλιτζάνι του τσαγιού σταφίδα μαύρη
- μσό φλιτζάνι του τσαγιού καρύδια
- ζάχαρη άχνη

Ενώνουμε τη φαρίνα με την κανέλα. Βάζουμε σε μπολ το λάδι, τη ζάχαρη, το χυμό πορτοκαλιού, το νερό, τη σόδα και το ξύσμα λεμονιού.

Δουλεύουμε το μίγμα μερικά λεπτά, προσθέτουμε τη φαρίνα, τη σταφίδα και τα καρύδια και ανακατεύουμε καλά. Αλείφουμε με λάδι, το ταψί Νο 32, το πασπαλίζουμε με αλεύρι, το γυρίζουμε και το χτυπάμε για να πέσει το περιττό αλεύρι.

Αδειάζουμε στο ταψί το μίγμα και ψήνουμε τη φανουρόπιτα σε μέτριο φούρνο, για 45 λεπτά. Όταν κρυώσει, την πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη και την κόβουμε σε τετράγωνα κομμάτια. Γίνεται καλύτερη αν μείνει 24 ώρες.

## ΓΑΛΑΤΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

- 24 αυγά
- 24 κουταλιές της σούπας κοφτές αλεύρι
- 2 1/2 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- 2 κιλά γάλα πρόβιο
- λίγο βούτυρο (μόνο για το βουτύρωμα του ταψιού)

Χτυπάμε καλά τα αυγά, ασπράδια και κρόκους μαζί ( με το χέρι και όχι σε μίξερ) ρίχνουμε σιγά - σιγά και το αλεύρι και ανακατεύουμε.

Ζεσταίνουμε ελαφρά το γάλα με τη ζάχαρη και το ρίχνουμε στο μίγμα σιγά - σιγά, δουλεύοντας συνεχώς το μίγμα ώσπου να γίνει εντελώς ομοιόμορφη και λεία (χωρίς σβώλους) παχύρρευστη κρέμα. Βουτυρώνουμε το ταψί, αδειάζουμε μέσα την κρέμα, τη στρώνουμε και ψήνουμε τη γαλατόπιτα μας σε μέτριο φούρνο για μια ώρα περίπου.

Αφήνουμε να κρυώσει και κόβουμε το γλυκό σε ρομβοειδή κομμάτια. Το σερβίρουμε πασπαλισμένα με ζάχαρη και κανέλα.

## ΜΗΛΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 μπολ μήλα βρασμένα καλά
- 1 μπολ ζάχαρη
- 1 μπολ βούτυρο φυτίνη
- 2 μπολ κοσκινισμένο αλεύρι
- 1 μπολ σταφίδες ξανθές
- 2 κουταλάκια του γλυκού σόδα
- 1 κουταλάκι του γλυκού κανέλα
- λίγο μοσχοκάρυδο
- 1/4 του κουταλιού αλάτι
- 1/4 του μπολ καρύδια χοντροκομμένα
- 1 βανίλια

### Για το άρτυμα

- 1 μπολ τριμμένη φρυγανιά
- 1/4 του μπολ ζάχαρη
- 1/4 του μπολ καρύδια χοντροκομμένα
- 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο

Ανακατεύουμε τη ζάχαρη και τα μήλα (καθαρισμένα σε φέτες και βρασμένα) και τα δουλεύουμε καλά να λιώσουν. Προσθέτουμε το βούτυρο και το χτυπάμε καλά. Ρίχνουμε το αλεύρι, τη σόδα, το αλάτι, τα μπαχαρικά (ανακατεμένα όλα μαζί και κοσκινισμένα), τις σταφίδες (πλυμένες, στραγγισμένες και πασπαλισμένες με αλεύρι), τα καρύδια και τη βανίλια και τα ανακατεύουμε όλα μαζί.

Βουτυρώνουμε ταψί Νο 30 και στρώνουμε μέσα το μάγμα που φτιάξαμε.

Ανακατεύουμε καλά τα υλικά για το άρτυμα της πίτας (τριμμένη φρυγανιά, ζάχαρη, χοντροκομμένα καρύδια και βούτυρο) και τ' απλώνουμε στην επιφάνεια της πίτας. Βάζουμε το ταψί στο φούρνο και αφήνουμε να ψηθεί η μηλόπιτα μας 45 - 50 λεπτά της ώρας.

## ΣΟΥΣΑΜΟΠΙΤΑ (ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΝΗΡΙΤΑΣ ΣΕΡΡΩΝ

### Για τη γέμιση

- 2 κιλά σουσάμ
- 1/2 κιλό ψίχα καρυδιού
- κανέλα τριμμένη
- γαρίφαλο τριμμένο
- 2 φλιτζάνι τσαγιού ζάχαρη

**Για το φύλλο**

- 1 1/2 κιλό φύλλο αγορασμένο (έτοιμο)
- 1/2 κιλό σουσαμόλαδο
- Για το σιρόπι:
- 2 κιλά ζάχαρη
- 6 ποτήρια νερό
- 1 κομμάτι κανέλα
- γαρύφαλλα (ολόκληρα)

Κοσκινίζουμε το σουσάμι και το πλένουμε να φύγει το χώμα. Το αφήνουμε να στεγνώσει και το ψήνουμε σε μέτριο φούρνο, μέχρι να ζανθίσει. Ζεστό ακόμα, το κοπανίζουμε να σπάσει. Κοπανίζουμε και την καρυδόπιχα. Βάζουμε το σουσάμι σε λεκανίτσα και το ανακατεύουμε με την κανέλα, το γαρίφαλο, την καρυδόπιχα και τη ζάχαρη.

Λαδώνουμε το ταψί. Στρώνουμε τρία φύλλα και πάνω από τρίτο βάζουμε νια στρώση από το μίγμα του σουσαμού. Συνεχίζουμε, στρώνοντας ένα φύλλο και γέμηση μέχρι να τελειώσουν. Στο τέλος σκεπάζουμε με τρία φύλλα μαζί. Την κόβουμε με κοφτερό μαχαίρι σε ρόμβους. Βάζουμε το λάδι να κάψει καλά και ρίχνουμε πάνω σε κάθε ρόμβο από μια κουταλιά λάδι.

Την ψήνουμε σε μέτριο φούρνο, μέχρι να ροδίσει. Φτιάχνουμε το σιρόπι, βάζοντας τη ζάχαρη, το νερό και τα μπαχαρικά να βράσουν σε δυνατή φωτιά. Προσέχουμε να μη δέσει πολύ. Ρίχνουμε το σιρόπι χλιαρό πάνω στη ζεστή πίτα και την αφήνουμε να μουσκέψει καλά.

### ΓΛΥΚΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 1/2 κιλό λάδι
- αλεύρι όσο πάρει ( 1/2 κιλό περίπου)
- 1/2 κιλό θολοστάχτη ( αλισίβα, φιλτραρισμένο σταχτόνερο)
- μσό κουταλάκι του γλυκού σόδα
- 1 κιλό ζάχαρη και 250 γραμμ.
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού σιμηγάλι χοντρό
- 100 γραμμ αμύγδαλα
- κανέλα ξύλο

Καίμε το λάδι καλά και περιμένουμε να κρυώσει. Παίρνουμε κρύα τη θολοστάχτη και την ανακατεύουμε με το λάδι. Προσθέτουμε το αλεύρι ανακατεμένο με το σιμηγάλι και τη σόδα, σιγά - σιγά και ανακατεύοντας, μέχρι να γίνει μια μέτρια ζύμη ( τη ζυμώνουμε ελαφρά ). Στρώνουμε τη ζύμη σε λαδωμένο ταψί, την κόβουμε σε μπακλαβωτά, κομμάτια και βάζουμε ένα αμύγδαλο πάνω από κάθε κομμάτι.

Ψήνουμε το σιρόπι με τη ζάχαρη και 2 ποτήρια νερό. Το βράζουμε να δέσει ελαφρά, βάζουμε και την κανέλα ξύλο. Αφού κρυσώσει το γλυκό, περιχύνουμε το σιρόπι ζεστό.

Σημείωση: Είναι πολύ παλιό, παραδοσιακό γλυκό της Μακεδονίας.

### ΡΥΖΟΠΙΤΑ ΜΕ ΚΑΡΥΔΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

- 1 κιλό αλεύρι
- 300 γραμμ βούτυρο
- 3 αυγά
- 4 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού παξιμάδι αλεσμένο
- 1 κουταλιά γλυκού κανέλα
- 1 κουταλιά χυμός λεμονιού
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού ρύζι

Ετοιμάζουμε τη ζύμη για τα φύλλα ( όπως τη ζύμη πίτας ). Τη χωρίζουμε σε 4 κομμάτια, το ένα λίγο μεγαλύτερο. Χωρίζουμε το κάθε κομμάτι ζύμης σε 5 - 6 φύλλα ( που μας δίνει το κάθε κομμάτι ζύμης ) το ένα πάνω στο άλλο, ώστε - τελικά - να έχουμε 4 ενισχυμένα φύλλα ( τρία όμοια και ένα μεγαλύτερο ).

Ετοιμάζουμε τη γέμιση: Μουσκεύουμε το ρύζι λίγο, το σπάζουμε ψιλό ( όπως στο ρυζόγαλο ), το καβουρδίζουμε με μια κουταλιά της σούπας βούτυρο άλιωτο ( φρέσκο ) και το βράζουμε με νερό ( 3 μέρη νερό - 1 μέρος ρύζι ) και 1 φλιτζάνι ζάχαρη. Όταν το κατεβάσουμε, αφού έχει πήξει, ρίχνουμε τα καρύδια και την κανέλα και, όταν κρυσώσει λίγο, τα αυγά χτυπημένα. Ανακατεύουμε και η γέμιση μας είναι έτοιμη.

Στρώνουμε σε βουτυρωμένο ταψί το μεγαλύτερο φύλλο ( για να καλύψει και τα πλάγια του ταψιού, ως επάνω ). Αλείφουμε με λίγο βούτυρο, πασπαλίζουμε με τριμμένο παξιμάδι, αδειάζουμε το ένα τρίτο της γέμισης και τη στρώνουμε. Βάζουμε δεύτερο φύλλο, βούτυρο, παξιμάδι, δεύτερο στρώμα γέμισης, τρίτο φύλλο - βούτυρο - παξιμάδι - τελευταίο στρώμα γέμισης, σκεπάζουμε την πίτα με το τέταρτο φύλλο και τη χαρακώνουμε.

Φουρνίζουμε το ταψί και ψήνουμε την πίτα για μια ώρα και ένα τέταρτο ( να ξανθίσει ). Βράζουμε τα 3 φλιτζάνια ζάχαρη με 2 φλιτζάνια νερό και το χυμό λεμονιού ( 10 λεπτά περίπου ) ώσπου να δέσει το σιρόπι. Αφήνουμε την πίτα να κρυσώσει και την περιχύνουμε με το καυτό σιρόπι.



## ΤΟΥΠΙΣΤΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 φλιτζάνι του τσαγιού λάδι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού μέλι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού νερό
- μισό κουταλάκι του γλυκού σόδα
- μα χούφτα καρύδια κοπανισμένα
- λίγες μαύρες σταφίδες
- 1 χαρτάκι κανέλα
- αλεύρι όσο σηκώσει

### Για το σιρόπι

- 1 1/2 φλιτζάνι μέλι
- 1 φλιτζάνι νερό

Βάζουμε στη φωτιά τον τέντζερη με το λάδι, το μέλι, το νερό, τα καρύδια, τις σταφίδες και την κανέλα. Μόλις πάρουν βράση τα κατεβάζουμε από τη φωτιά, ρίχνουμε τη σόδα και λίγο - λίγο αλεύρι και ανακατεύουμε καλά με ξύλινη κουτάλα, ώσπου να γίνει μα ζύμη μαλακιά.

Λαδώνουμε μέτριο ταψί, ρίχνουμε τη ζύμη μέσα, τη χαράζουμε σε τετράγωνα κομμάτια και τη στέλνουμε στο φούρνο να ψηθεί. Μόλις φέρουμε το γλυκό από το φούρνο, βράζουμε το μέλι με το νερό και το περιχύνουμε.

## ΡΕΒΑΝΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΞΑΝΘΗΣ

- 1/2 κιλό σιμγδάλι ψιλό
- 12 αυγά
- 1250 γραμμ ζάχαρη
- 1 λεμόνι

Χτυπάμε τους κρόκους των αυγών με ένα ποτήρι ζάχαρη και χωριστά τ' ασπράδια να γίνουν μαρέγκα. Ενώνουμε και τα δύο μέσα σε λεκάνη και δουλεύουμε ρίχνοντας λίγο - λίγο το σιμγδάλι. Βουτυρώνουμε ταψί Νο 32, αδειάζουμε μέσα το μίγμα και το ψήνουμε στο φούρνο, μισή ώρα και σε 200 βαθμούς θερμοκρασία.

Βράζουμε στο μεταξύ το σιρόπι με την υπόλοιπη ζάχαρη, 6 ποτήρια νερό και μισό λεμόνι ( φλούδα και ζουμί ) χωρίς να το δέσουμε καλά.

Σιροπιάζουμε το ρεβανί ( κρύο ) με το σιρόπι ( ζεστό ) και το αφήνουμε να φουσκώσει.



### ΡΑΒΑΝΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 18 αυγά
- 1/2 κιλό ζάχαρη για μέσα
- 1/2 κιλό σιμιγδάλι ψιλό
- 250 γραμ αμύγδαλα κοπανισμένα
- μσό φλιτζάνι νεραντζάκι πράσινο γλυκό του κουταλιού
- μσό φλιτζάνι πορτοκάλι

Για το σιρόπι

- 2 κιλά ζάχαρη
- 4 ποτήρια νερό
- 2 βανίλιες

Χτυπάμε τους κρόκους με τη ζάχαρη 40 λεπτά περίπου. Προσθέτουμε τ' ασπράδια χτυπημένα μαρέγκα, το σιμιγδάλι, τα μσά αμύγδαλα και όλα τα νεράντζια - πορτοκάλια σε μικρά κομματάκια και τα δουλεύουμε καλά.

Αλείφουμε μεγάλο ταψί, αδειάζουμε μέσα το γλυκό, ισιώνουμε την επιφάνεια του και σκορπάζουμε πάνω της τα υπόλοιπα αμύγδαλα.

Φουρνίζουμε το ταψί και ψήνουμε το ραβανί στους 200 βαθμούς για μσή ώρα. Το βγάζουμε από το φούρνο και αφήνουμε να κρυώσει.

Ετοιμάζουμε το σιρόπι. Βράζουμε σε κατσαρολίτσα τη ζάχαρη με το νερό 2 λεπτά, το κατεβάζουμε από τη φωτιά, προσθέτουμε τις βανίλιες και σιροπιάζουμε το κρύο γλυκό.

## ΜΠΑΚΑΛ ΡΕΒΑΝΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 500 γραμμ νερό
- 500 γραμμ ζάχαρη
- 2 κρόκοι αυγών
- 1/4 του κιλού βούτυρο κρέμα
- 1/4 του κιλού σιμγδάλι χοντρό

### Για το σιρόπι

- 500 γραμμ ζάχαρη
- 500 γραμμ νερό

Λιώνουμε τη ζάχαρη στο νερό, ρίχνουμε και τους κρόκους των αυγών και ανακατεύουμε καλά. Προσθέτουμε το σιμγδάλι και συνεχίζουμε το δούλεμα, ώσπου να γίνει το μίγμα μια λεία ζύμη. Λιώνουμε το βούτυρο στο ταψί και αδειάζουμε σ' αυτό το μίγμα που ετοιμάσαμε.

Το φουρνίζουμε σε δυνατό φούρνο. Όταν ροδίσει, ρίχνουμε στο ταψί το σιρόπι ( που έχουμε βράσει προηγουμένως ) και το ξαναψήνουμε.

## ΠΟΛΥΚΑΤΟΙΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

### Για τα φύλλα

- 5 φλιτζάνια αλεύρι
- 1 ποτήρι γάλα
- 1 ποτήρι λάδι
- 4 αυγά
- άρωμα βανίλιας
- 1 κουταλάκι μπαίκιν - πάουντερ
- 1 κουταλάκι αμμωνία ( που ρίχνουμε στο γάλα )
- λίγη άχνη ζάχαρη

### Για την κρέμα

- 1 κιλό γάλα
- 1 1/2 ποτήρι ζάχαρη
- 2 φακελάκια σκόνη κρέμα βανίλιας

Ζυμώνουμε σε λεκάνη το αλεύρι ( ανακατεμένο με τη μπαίκιν ), τη ζάχαρη, τ' αυγά, το γάλα με την αμμωνία, το λάδι και αρωματίζουμε με βανίλια. Ανοίγουμε τη ζύμη σε φύλλα λεπτά και σε μέγεθος ανάλογο με το ταψί που θα χρησιμοποιήσουμε.

Αλείφουμε με λάδι το ταψί και ψήνουμε τα φύλλα, ένα - ένα, να ροδοκοκκινίσουν. Κάθε φύλλο που ψήνουμε το βάζουμε ανάμεσα σε 2 πετσέτες για να διατηρηθεί μαλακό. Ετοιμάζουμε την κρέμα. Ανακατεύουμε τη σκόνη κρέμα βανίλιας σ' ένα ποτήρι γάλα και τη ρίχνουμε μέσα στο γάλα που

έχουμε ζεστάνει με τη ζάχαρη, τη βράζουμε ώσπου να δέσει και αφήνουμε να κρυώσει.

Στρώνουμε στο ταψάκι που ψήσαμε τα φύλλα 1 φύλλο - κρέμα - 1 φύλλο - κρέμα και συνεχίζουμε έτσι, ώσπου να τελειώσουν η κρέμα και τα φύλλα, φροντίζοντας ώστε - τελικά - να σκεπαστεί το γλυκό με 1 φύλλο.

Πασπαλίζουμε από πάνω με άφθονη άχνη ζάχαρη και ψήνουμε την πολυκατοικία μας στο φούρνο.

### ΛΟΥΚΟΥΜΑΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1/2 κιλό φύλλα μπακλαβά
- 1/2 κιλό βούτυρο
- 1/2 κιλό λουκούμα σκέτα
- 1/2 κιλό καρύδια καθαρισμένα και χοντροκοπανισμένα
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού (περίπου) ζάχαρη
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού άχνη

Βουτυρώνουμε καλά το φύλλο. Πλάθουμε το λουκούμ να γίνει στο πάχος ενός τσιγάρου και στο μήκος του φύλλου. Το βάζουμε επάνω στο φύλλο και δίπλα του τοποθετούμε μια σειρά καρύδια. Πασπαλίζουμε όλο το φύλλο με λίγη ζάχαρη, το τυλίγουμε σαν μπαστουνάκι και το κλείνουμε από τις δύο άκρες.

Κατά τον ίδιο τρόπο κάνουμε και τα άλλα φύλλα με το ίδιο περιεχόμενο. Τα τοποθετούμε στη σειρά σε βουτυρωμένο ταψί και από πάνω με ένα πινέλο τ' αλείφουμε με καυτό βούτυρο. Τα βάζουμε στο φούρνο.

Όταν ροδοκοκκινίσουν, τα βγάζουμε, τα κόβουμε στα τρία και τα πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

### ΨΑΘΟΥΡΙΑ (ΝΗΣΤΙΣΜΟ ΓΛΥΚΟ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΤΑΥΡΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 2 ποτήρια νερού ζάχαρη
- 1 φακελάκι μεγάλο κανέλα
- 1 κουταλάκι γλυκού κοφτό σόδα
- 1 ποτήρι κρασί κόκκινο
- 1 φλιτζάνι θολοστάχτη στραγγιχτή
- 1 κουταλάκι γλυκού κοφτό αλάτι
- 1/2 κιλό λάδι

- αλεύρι όσο χρειαστεί για να γίνει μίγμα ( 3 πόντοι ) ισόπαχο στο ταπί

#### Για το σιρόπι

- 4 ποτήρια νερό
- 1 1/2 κιλό ζάχαρη
- λεμόνι

Σε ταπί Νο 42 ανακατεύουμε το αλεύρι με τη ζάχαρη, την κανέλα και τη σόδα και αμέσως μετά ανοίγουμε στη μέση του ταπιού ένα λάκκο, παραμερίζοντας το αλεύρι δεξιά και αριστερά. Βάζουμε σε μπολ το κρασί με τη στραγγιχτή θολοστάχτη, λιώνουμε μέσα τους το αλάτι και ρίχνουμε το μίγμα τους στο λάκκο του αλευριού.

Ανακατεύουμε το μίγμα μερικά λεπτά και ρίχνουμε το λάδι ( όσο πει ), δουλεύοντας όλο " τριφτά " και όχι ζυμωτά και προσέχοντας να μη μας σφίξει το μίγμα. Στρώνουμε καλά το μίγμα σε λαδωμένο ταπί με την παλάμη και το κόβουμε σε μπακλαβωτά κομμάτια ωμό.

Ψήνουμε το γλυκό σε μέτριο φούρνο 1 ώρα. Όταν ψηθεί, το ξανακόβουμε και άμα κρυσώσει καλά, περιχύνουμε το ταπί με το σιρόπι. Τα κομμάτια σερβίρονται κρύα.

### ΣΤΑΦΙΔΟΠΙΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 4 φλιτζάνια του τσαγιού αλεύρι ( σκληρό )
- 4 κουτάλια του τσαγιού μπαίκιν - πάουντερ ( Γιώτης )
- 1 κουτάλι του τσαγιού κοφτό αλάτι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού βούτυρο ή 1 πακέτο βιτάμ
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ζάχαρη
- 2 αυγά
- κανέλα
- ελάχιστη πιπερόριζα
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού ξανθιά σταφίδα
- ξύσμα πορτοκαλιού
- 1 1/2 φλιτζάνι του τσαγιού γάλα
- μερικά αμύγδαλα
- ζάχαρη άχνη

Κοσκινίζουμε το αλεύρι με τη μπαίκιν πάουντερ και με το αλάτι.

Αφήνουμε το βούτυρο κοντά σε φωτιά για να μαλακώσει και το χτυπάμε με κουτάλι ή στο μίξερ. Ρίχνουμε σιγά - σιγά τη ζάχαρη και ένα - ένα τ' αυγά, ενώ συνεχίζουμε το χτύπημα. Προσθέτουμε ελάχιστη κανέλα και πιπερόριζα, τη σταφίδα, το ξύσμα πορτοκαλιού, το μίγμα του αλευριού και το γάλα.

Ανακατεύουμε το μίγμα καλά το βάζουμε σε ταψί Νο 32 βουτυρωμένο, το στρώνουμε - για να έχει παντού το ίδιο πάχος - και σκορπάζουμε στην επιφάνεια μερικά αμύγδαλα ασπρισμένα και χωρισμένα στη μέση. Ψήνουμε τη σταφιδόπιτα σε μέτριο φούρνο, μα περίπου ώρα. Όταν τη βγάλουμε από το φούρνο, την πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη και την κόβουμε σε κομμάτια.

### ΣΑΒΟΡΙΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ

- 1 ποτήρι του νερού ζάχαρη
- 1 ποτήρι του νερού παξιμάδι κοπανισμένο
- 1 ποτήρι του νερού αμύγδαλα ή καρύδια κοπανισμένα
- 6 αυγά
- 1 φακελάκι μπιάκιν πάουντερ
- 1 μικρό ποτηράκι κονιάκ
- λίγο ζύσμα λεμονιού

Για το σιρόπι

- 1 1/2 ποτήρι του νερού ζάχαρη
- 1 1/2 ποτήρι του νερού νερό

Χτυπάμε τη ζάχαρη με τους κρόκους πολύ καλά και τα ασπράδια τα κάνουμε χωριστά μαρέγκα. Λιώνουμε τη μπιάκιν μέσα στο κονιάκ και το προσθέτουμε. Στη συνέχεια, ρίχνουμε το παξιμάδι, τα καρύδια, το ζύσμα λεμονιού και τα δουλεύουμε πολύ καλά. Στο τέλος, ρίχνουμε τη μαρέγκα, τα δουλεύουμε όλα μαζί λίγο ακόμα, και γυρίζουμε το μίγμα σε ταψί Νο 32 καλά βουτυρωμένο.

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 250 βαθμούς και μόλις βάλουμε το ταψί μέσα, κατεβάζουμε το φούρνο στους 180 βαθμούς. Ψήνουμε ώσπου να ροδίσει. Ετοιμάζουμε το σιρόπι. Βάζουμε σε κατσαρόλα τη ζάχαρη με το νερό, βράζουμε 5 λεπτά και σιροπιάζουμε το γλυκό, που πρέπει να είναι χλιαρό.

## ΜΕΛΟΠΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ

- 3 ποτήρια μωζήθρα ανάλατη, πρόβια
- 8 αυγά χωριάτικα
- 3 φλιτζάνια του τσαγιού μέλι
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ζάχαρη
- 3 κουταλιές κανέλα πολύ ψιλή
- 1 φλιτζάνι καρύδια ψιλοκοπανισμένα

Για τα φύλλα:

- 3 φλιτζάνια του τσαγιού αλεύρι
- 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο γάλακτος
- νερό όσο σηκώσει
- λίγο αλάτι
- 1 κουταλάκι του γλυκού σόδα

Ζυμώνουμε το αλεύρι με το ανάλογο νερό, 2 κουταλιές βούτυρο, λίγο αλάτι και τη σόδα, να γίνει μια σφιχτή ζύμη, όπως του ψωμού, και την αφήνουμε. Δουλεύουμε σε μακρή λεκάνη τη μωζήθρα και τη ζάχαρη.

Προσθέτουμε το μέλι με λίγο αλεύρι, και τα αυγά μαζί με τη μισή κανέλα και συνεχίζουμε να τα δουλεύουμε για αρκετά λεπτά.

Ανοίγουμε τη ζύμη μας σε φύλλα, στο μέγεθος του ταπιού. Τοποθετούμε δύο φύλλα στο πάτο του ταπιού, βάζουμε μια στρώση γέμιση λίγο καρύδι και συνεχίζουμε ως το τέλος.

Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο και όταν ψηθεί την πασπαλίζουμε με την υπόλοιπη κανέλα.

## ΓΛΥΚΟ ΜΕ ΚΟΛΟΚΥΘΑ ΚΟΚΚΙΝΗ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1/2 κιλό αλεύρι
- 300 γραμμ ζάχαρη για το ζαχάρωμα των φύλλων
- 2 κιλά κολοκύθα κόκκινη
- 200 γραμμ σταφίδα (ξανθιά)
- 400 γραμμ περίπου λάδι (αραβοσιτέλαιο)
- 2 φακελάκια κανέλα
- ψίχα καρυδιών (προαιρετικά)

Για το σιρόπι

- 250 γραμμ ζάχαρη
- ανάλογο νερό

Αφαιρούμε από τη κολοκύθα τη φλούδα και τους σπόρους, την κόβουμε σε μικρά κομμάτια, τα βράζουμε με ένα ποτήρι νερό, μέχρι να μαλακώσουν, και τα στραγγίζουμε με τουλπάνι, ώσπου να φύγει τελείως το νερό.

Ανακατεύουμε καλά σε λεκάνη το κολοκύθι με τη σταφίδα, την κανέλα και τη ψίχα των καρυδιών κοπανισμένη (τα καρύδια προαιρετικά)

Ετοιμάζουμε τη ζύμη με το αλεύρι, όπως συνήθως στις πίτες, και την ανοίγουμε σε φύλλα μέτρια σε πάχος. Παίρνουμε το πρώτο φύλλο το πασπαλίζουμε με ζάχαρη και λάδι, τοποθετούμε στην άκρη του και κατά πλάτος την απαραίτητη ποσότητα από το μίγμα της κολοκύθας, το τυλίγουμε σε ρολό και το τοποθετούμε σε λαδωμένο ταψί ( με διάμετρο 39 εκατ. ), κουλουριαστό στο κέντρο.

Ζαχαρώνουμε, λαδώνουμε, γεμίζουμε, τυλίγουμε σε ρολό το δεύτερο φύλλο και τοποθετούμε στο ταψί - επίσης κουλουριαστό - γύρω γύρω από το πρώτο φύλλο. Συνεχίζουμε με τον ίδιο τρόπο ώσπου να τελειώσουν φύλλα και υλικά και να γεμίσει το ταψί, δίνοντας έτσι στη πίτα μας τη μορφή του σαλίγκαρου.

Ρίχνουμε με το κουτάλι λίγο λάδι σε όλα τα φύλλα και ψήνουμε τη πίτα μας σε κανονικό φούρνο, περίπου 1 ώρα, μέχρι να κοκκινίσουν τα φύλλα. Τη βγάζουμε από το φούρνο και την αφήνουμε να κρυώσει.

Δένουμε σε κατσαρολίτσα πάνω στη φωτιά τα 250 γραμμ ζάχαρη με ανάλογο νερό σε αραιό σιρόπι, με το οποίο - όπως είναι κοινό - περιχύνουμε το κρύο γλυκό μας και αφήνουμε λίγο να απορροφήσει. Το κόβουμε σε κομμάτια και έχουμε ένα ελαφρύ και γευστικότατο γλύκισμα.

### ΣΑΡΑΓΛΙ (ΕΙΔΟΣ ΜΠΑΚΛΑΒΑ ) ΣΠΕΣΙΑΑΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό φύλλο μπακλαβά
- 1 1/2 κιλό βούτυρο κασικίσιο
- 700 γραμμ καρυδόψιχα ( όσο θέλουμε παραπάνω )
- λίγο παξιμάδι κοπανισμένο
- 1 κουταλιά σούπας κανέλα

#### Για το σιρόπι

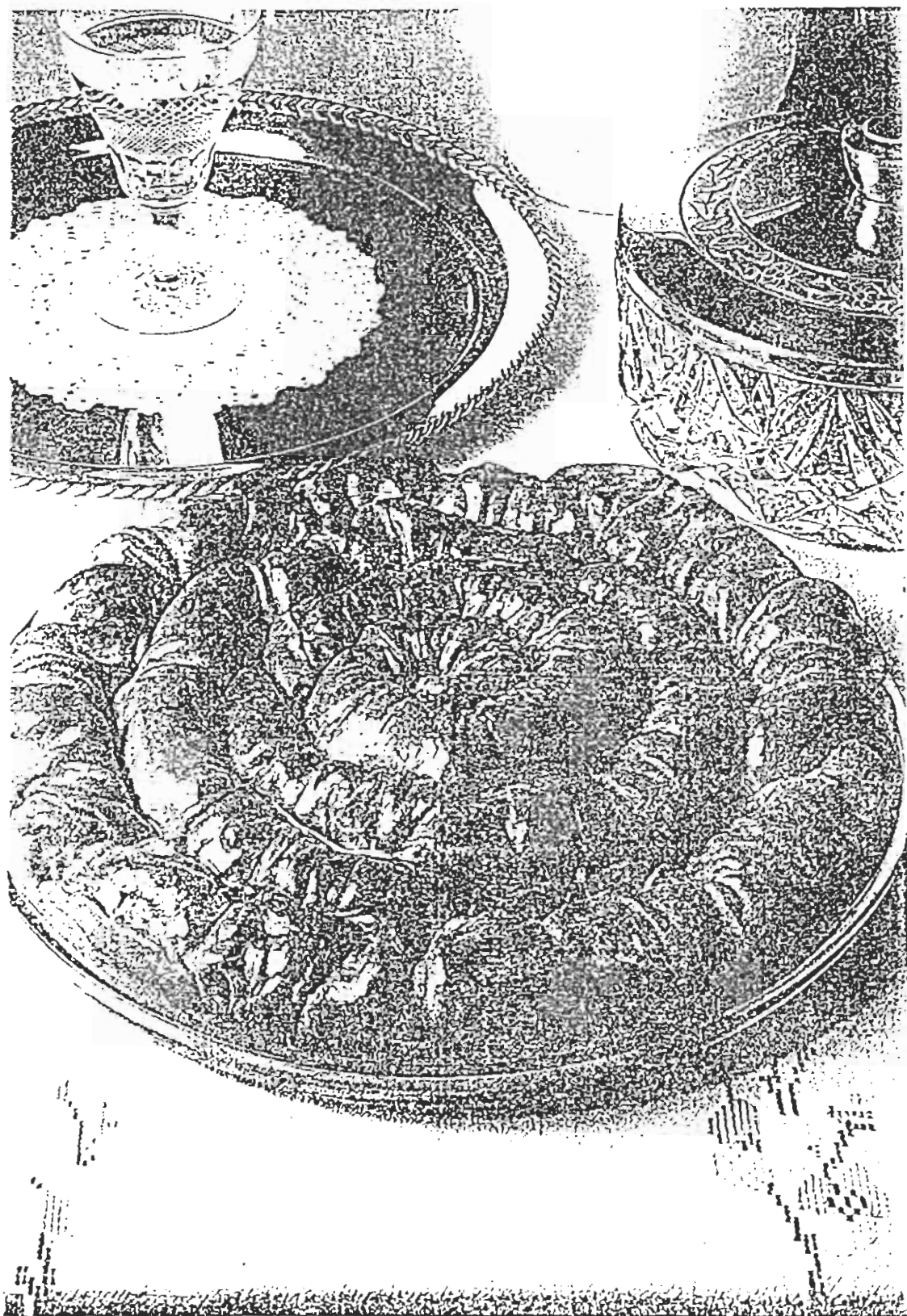
- 2 κιλό ζάχαρη
- 7 ποτήρια νερό
- 1 κουταλιά σούπας λεμόνι
- λίγη φλούδα λεμονιού

Κοπανάμε τα καρύδια και τα ανακατεύουμε με το κοπανισμένο παξιμάδι και την κανέλα. Στρώνουμε στο τραπέζι 3 ή 4 φύλλα σκέτα, πασπαλίζουμε στο τελευταίο καρύδια και συνεχίζουμε φύλλο και καρύδια ( σύνολο 14 φύλλα περίπου ). Τυλίγουμε τα φύλλα και κάνουμε ρολό. Αφήνουμε το ρολό δίπλα, ετοιμάζουμε με τον ίδιο τρόπο άλλα δύο ρολά και τα κόβουμε σε φέτες, όπως το ψωμά πάχους ενός δαχτύλου, που τις τοποθετούμε σε ταψί αλειμμένο με βούτυρο με τη γέμιση προς τα πάνω.



Καίμε καλά το βούτυρο (να μείνουν οι αφροί κάτω) και όπως είναι καυτό, περιχύνουμε κάθε κομμάτι από μια κουταλιά. (Αν περισσέψει επαναλαμβάνουμε). Βάζουμε το ταγί στο φούρνο και ψήνουμε το σαραγλί μας μέχρι να ροδίσουν και να μωρίσει το ψημένο καρύδι.

Βράζουμε το σιρόπι μέχρι να δέσει, τα περιχύνουμε και τα σκεπάζουμε μέχρι να απορροφήσουν.



## ΜΠΑΚΛΑΒΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1/2 κιλό αμύγδαλα ψίχα
- 1/2 κιλό καρύδια ψίχα
- 1/2 κιλό βούτυρο
- 2 κουταλιές της σούπας κανέλα
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ζάχαρη
- 1 1/2 κιλό φύλλο μπακλαβά

### Για το σιρόπι

- 1 1/2 κιλό ζάχαρη
- 3 ποτήρια νερό
- 1 λεμόνι

Ζεματάμε την αμυγδαλόψιχα, βγάζουμε τις φλούδες και την περνάμε από τη μηχανή ή τη στουμπίζουμε στο γουδί. Περνάμε από τη μηχανή και την καρυδόψιχα. Προσθέτουμε τη ζάχαρη την κανέλα και τα ανακατεύουμε όλα μαζί.

Στρώνουμε σε ταψί Νο 34, 6 - 7 φύλλα καλά βουτυρωμένα. Ρίχνουμε μια χούφτα γέμιση, από πάνω στρώνουμε δύο φύλλα επίσης ένα - ένα βουτυρωμένα, πασπαλίζουμε γέμιση και επαναλαμβάνουμε κάθε δύο φύλλα και γέμιση, ώσπου να μας μείνουν τρία φύλλα για να σκεπάσουμε το μπακλαβά.

Περιχύνουμε το υπόλοιπο βούτυρο και με ματερό μαχαίρι, κόβουμε κομμάτια μπακλαβωτά.

Μπήγουμε σε κάθε κομμάτι από μια ολόκληρη ψίχα αμυγδαλού και ψήνουμε στο φούρνο στους 300 βαθμούς, 45 λεπτά. Στο μεταξύ βράζουμε τη ζάχαρη με το νερό, ώσπου να δέσει σιρόπι, προσθέτουμε στο τέλος το λεμόνι και σιροπιάζουμε το μπακλαβά κρύο. Γίνεται καλύτερος, αν τον αφήσουμε 2 - 3 μέρες να σταθεί και ύστερα να τον σερβίρουμε.

## ΡΕΒΑΝΙ ΜΕ ΚΑΡΥΔΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 ποτήρι του νερού καρύδα Ινδική
- 2 ποτήρια του νερού αλεύρι
- 1 ποτήρι του νερού ζάχαρη
- 1 ποτήρι του νερού γάλα
- 8 αυγά
- 1 κουταλιά γεμάτη μπαίκιν πάουντερ
- 1 κουταλάκι κοφτό σόδα
- 2 κουταλιές σούπας ούζο
- 1 μεγάλο βιτάμ
- 1 καρτάκι βανίλια

**Για το σιρόπι**

- 3 ποτήρια ζάχαρη
- 4 ποτήρια νερό
- 1 κουταλάκι ζουμί από λεμόνι

Χτυπάμε το βιτάμ στη λεκάνη ώσπου να ασπρίσει. Ρίχνουμε τη ζάχαρη και τα χτυπάμε μαζί. Προσθέτουμε τους κρόκους των αυγών και συνεχίζουμε το χτύπημα. Τα σπράδια τα χτυπάμε χωριστά. Προσθέτουμε το γάλα, το ούζο ανακατεμένο με τη σόδα, τη βανίλια, την καρύδα τριμμένη και τα δουλεύουμε. Στο αλεύρι ανακατεύουμε το μπαίκιν πάουντερ και ρίχνουμε λίγο αλεύρι, λίγο ασπράδι αυγού και τα δουλεύουμε συνέχεια ώσπου να γίνει μια ζύμη μαλακή.

Αλείφουμε το ταψί με βούτυρο, το πασπαλίζουμε με αλεύρι για να μην κολλήσει το γλυκό και αδειάζουμε μέσα τη ζύμη. Κουνάμε λίγο το ταψί να ισιώσει το μίγμα και ψήνουμε στο φούρνο σε μέτρια θερμοκρασία 1 ώρα.

Αφήνουμε το γλυκό να κρνώσει και στο μεταξύ βράζουμε το σιρόπι. Βάζουμε στην κατσαρόλα το νερό με τη ζάχαρη να βράσουν 5 λεπτά, προσθέτουμε και 1 κουταλάκι του γλυκού λεμόνι και σιροπιάζουμε το γλυκό.

**ΠΕΛΤΕΣ ΑΠΟ ΣΤΑΦΥΛΙ  
ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

- 1 κιλό άσπρα σταφύλια
- 1/2 κιλό ζάχαρη
- 1/2 λεμόνι

Στύβουμε καλά τα σταφύλια και περνάμε το ζουμί από ψιλό σουρωτήρι.

Βάζουμε το ζουμί σε κατσαρόλα με τη ζάχαρη και βράζουμε πάνω στη φωτιά, ανακατεύοντας, ώσπου να δέσει. Στο τέλος, προσθέτουμε το λεμόνι και το γυρίζουμε σε πλατύ σκεύος.

Αφήνουμε να κρνώσει και είμαστε έτοιμοι να σερβίρουμε.

**ΑΜΥΓΔΑΛΟ ΓΛΥΚΟ (ΚΟΥΤΑΛΙΟΥ)  
ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

- 1 κιλό ζάχαρη
- 1/2 κιλό αμύγδαλα
- 2 1/2 ποτήρια νερό

- μισό κουταλάκι του γλυκού ανθόνερο
- 1 κουταλάκι μαστίχα κοπανισμένη
- 2 κουταλιές σούπας χυμός λεμονιού

Βάζουμε τα αμύγδαλα να φουσκώσουν σε κρύο νερό, για να μη μαυρίσουν, τους αφαιρούμε τη φλούδα, τα ανοίγουμε στα δύο, τα βάζουμε στη σκιά και όταν στεγνώσουν καλά, τα αλέθουμε στη μηχανή.

Ετοιμάζουμε το σιρόπι: Βάζουμε στην κατσαρόλα τη ζάχαρη, το νερό και μα κουταλιά της σούπας χυμό λεμονιού να βράσουν, ώσπου να δέσουν σε σιρόπι. Κατεβάζουμε το σιρόπι από τη φωτιά και το χτυπάμε με το πίσω μέρος του ξύλινου κουταλιού, πάντα προς την ίδια κατεύθυνση, ώσπου ν' ασπρίσει.

Προσθέτουμε κατόπιν ακόμα μα κουταλιά της σούπας χυμό λεμονιού, τη μαστίχα, το ανθόνερο και τα αμύγδαλα. Ανακατεύουμε όλα μαζί καλά και το γλυκό είναι έτοιμο. Το σερβίρουμε σε βάζα, αφού πρώτα κρυώσει.

Σημείωση: Το χτύπημα γίνεται έξω από τη φωτιά και μόλις κρυώσει λίγο το ξαναζεσταίνουμε και συνεχίζουμε το χτύπημα ώσπου ν' ασπρίσει και να πήξει.

### ΚΟΛΟΚΥΘΙ ΜΕ ΑΡΙΔΑ (ΓΛΥΚΟ ΚΟΥΤΑΛΙΟΥ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 κιλό καθαρό βγαλμένο με αρίδα
- 1 1/2 κιλό ζάχαρη
- 3 βανίλιες
- 2 κουταλάκια ξινό
- 1 φακελάκι γαρύφαλλα
- 1/2 κιλό γλυκόζη
- ασβεστόνερο από φρέσκο ασβέστη
- 1 αρίδα ( εργαλείο που πουλιέται σε όλα τα υαλοπωλεία, αλλά γίνεται και από σιδηρουργό )

Παίρνουμε ένα μεγάλο κολοκύθι άσπρο, στρογγυλό. Κόβουμε το κολοκύθι σε φέτες πάχους 10 - 15 πόντων. Τρυπάμε με την αρίδα τη φέτα του κολοκυθιού και τη στρίβουμε για να βγουν τα κομμάτια. Τα βάζουμε σε λεκάνη με ασβεστόνερο που να τα σκεπάζει. Τα αφήνουμε 2 ώρες να σκληρύνουν, τα βγάζουμε από το ασβεστόνερο, τα ξεπλένουμε καλά σε μπόλικο κρύο νερό, τα ρίχνουμε μέσα σε ζεστό νερό και τ' αφήνουμε ένα τέταρτο, τα βγάζουμε από το νερό και τ' αφήνουμε να στραγγίσουν σε τρυπητό.

Στο μεταξύ, βράζουμε στην κατσαρόλα τη ζάχαρη με 3 ποτήρια νερό ώσπου να δέσει, ρίχνουμε το κολοκύθι, αφήνουμε να βράσουν μαζί για ένα τέταρτο της ώρας και κατεβάζουμε τη κατσαρόλα από τη φωτιά.

Όταν έχει κρυώσει καλά το περιεχόμενο της κατσαρόλας, ρίχνουμε μέσα τη βανίλια, τη γλυκόζη, τα γαρίφαλα και ξαναβάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά ρίχνουμε το ξινό και βράζουμε, ώσπου να δέσει καλά το γλυκό μας.

Το αφήνουμε στην κατσαρόλα να κρυώσει καλά και το τοποθετούμε σε βάζα.

Σημείωση: Το κολοκύθι γλυκό συνηθίζεται πολύ στην πόλη των Σερρών. Πουλιούνται μάλιστα έτοιμα κομμάτια κολοκυθιού βγαλμένα με αρίδα. Είναι πολύ εμφανίσιμο γλυκό.

### ΝΤΟΜΑΤΑΚΙΑ ΓΛΥΚΟ ΚΟΥΤΑΛΙΟΥ - ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 40 - 50 ντοματάκια μικρά και στενόμακρα
- αρκετό ασβεστόνερο
- 40 - 50 αμύγδαλα, ανάλογα με τα ντοματάκια

Για το σιρόπι

- 1 1/2 ποτήρι νερό
- 1 κιλό ζάχαρη
- 1 βανίλια

Βάζουμε τα ντοματάκια σε ασβεστόνερο να μείνουν 3 - 4 ώρες. Τα βγάζουμε και τα ξεπλένουμε με μπόλικο κρύο νερό 2 - 3 φορές. Κατόπιν, παίρνουμε ένα - ένα ντοματάκι, ανοίγουμε τρύπα στο επάνω μέρος και περνάμε μέσα ένα αμύγδαλο.

Βάζουμε τη ζάχαρη με το νερό στη φωτιά και, μόλις πάρει βράση, ρίχνουμε τα ντοματάκια. Όταν βράσουν, κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, αφήνουμε μέσα τα ντοματάκια 3 ώρες, και τα στραγγίζουμε.

Βράζουμε μόνο του το σιρόπι να δέσει και ξαναρίχνουμε τα ντοματάκια για να δέσουν όλα μαζί άλλα δέκα λεπτά.

Αφήνουμε το γλυκό να κρυώσει και το τοποθετούμε σε γυάλινα βάζα, προσεχτικά, να μη λιώσουν τα ντοματάκια.

### ΚΕΡΑΣΙ (ΓΛΥΚΟ ΚΟΥΤΑΛΙΟΥ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 1/2 κιλό κεράσια (πετροκέρασα)
- 1 1/2 κιλό ζάχαρη

- 1 ποτήρι νερό
- 1 κουτάλι της σούπας ζουμί από λεμόνι
- 2 χαρτάκια βανίλια

Αγοράζουμε κεράσια μεγάλα και γερά. Τα πλένουμε καλά, βγάζουμε τα κοτσάνια και τα κουκούτσια με φουρκέτα.

Βάζουμε στην κατσαρόλα τη ζάχαρη να βράσει με το νερό (να δέσει σε σιρόπι), κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά κι αφήνουμε το σιρόπι να μσοκρνώσει. Ρίχνουμε μέσα στο σιρόπι τα κεράσια, ξαναβάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά και βράζουμε ώσπου να δέσει καλά το γλυκό. Το ξαφρίζουμε, προσθέτουμε το λεμόνι και, μόλις πάρει μια βράση, κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά και ρίχνουμε τις βανίλιες.

Κουνάμε λίγο την κατσαρόλα, αφήνουμε το γλυκό να κρνώσει και το βάζουμε σε γυάλινα βάζα.

### ΤΥΡΕΝΙΟΣ ΧΑΛΒΑΣ (ΤΣΟΜΠΑΝΙΚΟΣ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 3 κιλά φρέσκο τυρί ανάλατο, πρόβιο ή κατσίκισιο
- 6 αυγά (μόνο οι κρόκοι)
- 600 - 700 γραμ ζάχαρη
- 50 - 100 γρ. βούτυρο φρέσκο (αν χρειαστεί)
- 2 - 3 χεριές αλεύρι λευκό

Παίρνουμε ολόπαχο φρέσκο τυρί, πηγμένο πριν από 15 μέχρι 20 ώρες. Το τρίβουμε με τα χέρια, προσθέτουμε σ' αυτό τους 6 κρόκους και τα ανακατεύουμε μαζί.

Το βάζουμε σε κατσαρόλα αλουμνένια ή χάλκινη με ίσο πάτο και ανακατεύουμε με ξύλινη κουτάλα διαρκώς τον πάτο για να μην κολλήσει.

Όταν το τυρί λιώσει τότε ρίχνουμε μέσα 200 - 250 γρ. ζάχαρη.

Βράζουμε και ανακατεύουμε συνέχεια 50 λεπτά. Όταν αρχίσει να μωρίζει σαν καμένο, ρίχνουμε 2 - 3 χεριές αλεύρι λευκό, και - όσο ανακατεύουμε - βλέπουμε πως πήζει σαν σιμγδαλένιος χαλβάς και αρχίζει να ξεκολλάει τελείως από τον πάτο.

Αν πήξει με το αλεύρι πολύ ρίχνουμε 250 γρ. ζάχαρη (έχει την ιδιότητα ν' αραιώνει το μίγμα). Μετά από τη ζάχαρη βλέπουμε ότι αρχίζει να βγάζει βούτυρο στην κατσαρόλα και γυρίζει ανακατεύοντας το χωρίς δυσκολία στην κατσαρόλα. Θα εξακολουθήσουμε όμως να το γυρίζουμε ώσπου να ψηθεί το αλεύρι.

Αν ρίξουμε αλεύρι περισσότερο απ' όσο χρειάζεται και σφίξει, ξαναρίχνουμε λίγη ζάχαρη για να μαλακώσει. Δοκιμάζουμε και αν θέλουμε να γίνει γλυκύτερος ξαναρίχνουμε λίγη ζάχαρη ακόμα.

Το γυρίζουμε στην κατσαρόλα με την ξύλινη κουτάλα και, αν δούμε ότι κολλάει στον πάτο, σημαίνει πως το τυρί είναι άπαχο και πρέπει να ρίξουμε βούτυρο.

Κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά και τη σκεπάζουμε με καθαρή πετσέτα 30' λεπτά περίπου.

Σημείωση: Είναι εξαιρετικό γλυκό και δύσκολο, γιατί χρειάζεται πολύ ώρα να ασχοληθείς. Το χαλβά αυτό τον παρασκεύαζαν οι τσομπάνηδες, όταν στο μαντρί έρχονταν κανένας φίλος ή προύχοντες του χωριού.

### ΤΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ ΤΑ ΣΠΑΡΓΑΝΑ (ΓΛΥΚΙΣΜΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ) ΘΕΣ/ΝΙΚΗ

- 1 κιλό αλεύρι
- 1/2 κιλό καρύδια κοπανισμένα
- 2 κουταλιές κανελογαρίφαλα σκόνη
- 2 φλιτζάνια πετιμέζι
- μσό κουταλάκι του γλυκού αλάτι
- 1 φλιτζάνι νερό
- λίγο λάδι

Ανακαεύουμε το αλεύρι με το νερό και το αλάτι, ώσπου να γίνει ένα μίγμα σαν του κέικ, και το αφήνουμε σε ζεστή γωνία, 2 ώρες, για να δυναμώσει.

Παίρνουμε ένα ταψί και το βάζουμε ανάποδα πάνω σε αναμμένα κάρβουνα, στο χόβολη (παλιότερα χρησιμοποιούσαν πλάκες μαύρες, που τις τοποθετούσαν πάνω στην πυροστιά, μέσα στο τζάκι). Αλείφουμε το ταψί από την ανάποδη με λάδι, και με κουτάλα παίρνουμε μίγμα και το στρώνουμε πάνω στο ταψί με ένα ξύλο. Μόλις ροδίσει το γυρίζουμε από την άλλη πλευρά.

Κατεβάζουμε την ψημένη τηγανίτα και την αφήνουμε κατά μέρος. Με τον ίδιο τρόπο, ψήνουμε όλο το μίγμα. Κάθε φορά όμως που θα ετοιμάζουμε καινούργια τηγανίτα θα αλείφουμε το ταψί με λάδι.

Βάζουμε σε κατσαρόλα κοπανισμένα τα καρύδια, το πετιμέζι (αν το θέλουμε πιο γλυκό συμπληρώνουμε και ζάχαρη), τα κανελογαρίφαλα και τα ζεματάμε με βραστό νερό, να γίνουν γλυκό σιρόπι.

Τοποθετούμε ανά δύο τηγανίτες σε άλλο ταψί και τις περιχύνουμε μ' αυτό το σιρόπι, όπως είναι ζεστό κάθε φορά, μέχρι να τελειώσουν οι τηγανίτες και το σιρόπι.

Σκεπάζουμε το ταψί με ένα άλλο και τις αφήνουμε ως το πρωί.

Τρώγονται με μαχαιροπίρουνο.

## ΓΛΥΚΟ ΤΗΓΑΝΙΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 2 φλιτζάνια τσαγιού αλεύρι
- 2 αυγά
- 300 γρ. γάλα
- 1 φλιτζάνι καφέ λάδι
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ζάχαρη
- 2 κουτάλια σούπας φρυγανιά τριμμένη
- στη μύτη του κουταλιού αλάτι (ψιλό)
- 3 - 4 μήλα

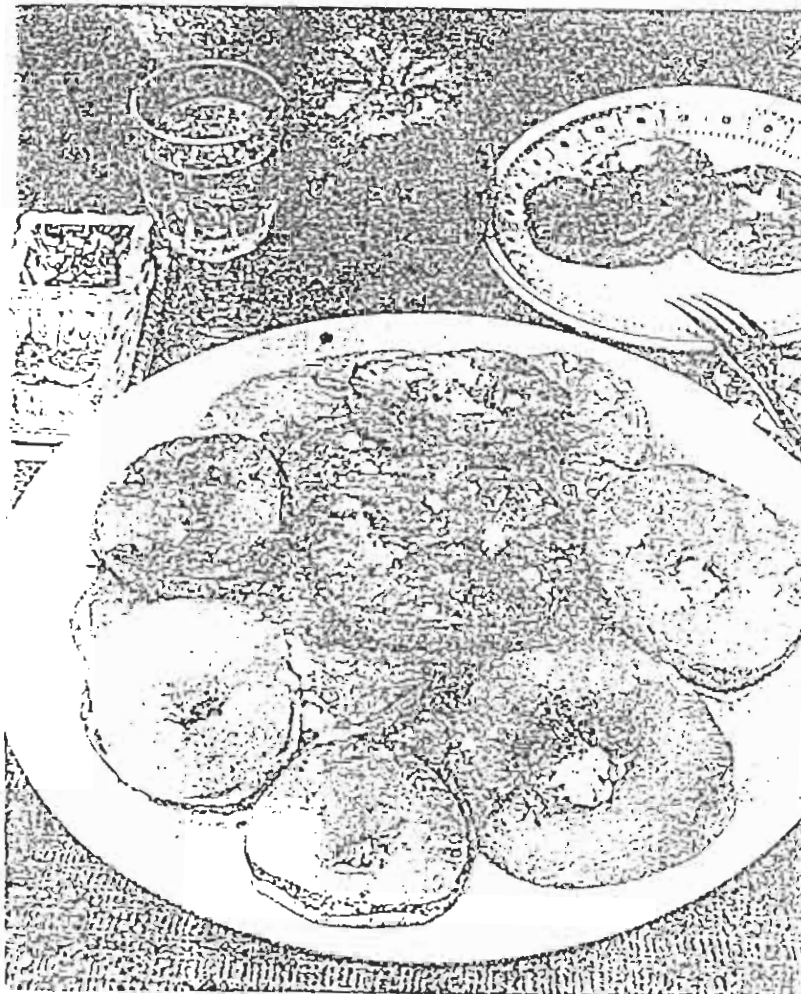
Αδειάζουμε το γάλα σε βαθύ μέρος, ρίχνουμε και το αλεύρι όλο μαζί και το δουλεύουμε, προσέχοντας να μη σβολιάσει. Προσθέτουμε τα αυγά ολόκληρα, χτυπημένα, το ελάχιστο αλάτι και δουλεύουμε να γίνει ένα λείο μίγμα.

Καθαρίζουμε τα μήλα αφαιρούμε τους σπόρους και τα κόβουμε φέτες.

Βάζουμε το λάδι στο τηγάνι (πρέπει να είναι μεγάλο), να κάψει, αδειάζουμε το μίγμα και προσέχουμε να πάρει σχήμα στρογγυλό.

Στρώνουμε από πάνω στη σειρά τα μήλα, χαμηλώνουμε τη φωτιά και περιμένουμε να ψηθεί από κάτω. Τότε, πασπαλίζουμε τα μήλα με τη φρυγανιά και γυρίζουμε από την άλλη μεριά, για να ψηθεί και από τη μεριά των φρούτων.

Γυρίζουμε το γλυκό στην πιστέλα από τη μεριά των φρούτων και πασπαλίζουμε τη ζάχαρη.





### ΑΛΑΓΓΙΤΕΣ Η' ΑΛΛΑΓΓΙΤΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΕΩΣ

- 1 κιλό αλεύρι
- 1 κιλό νερό
- λίγο αλάτι
- ζάχαρη
- μαγιά
- σουσάμ
- λάδι

Ζεσταίνουμε το νερό και ρίχνουμε μέσα τη μαγιά και λίγο αλάτι.

Προσθέτουμε λίγο - λίγο το αλεύρι, δουλεύοντας συνεχώς ωσότου πετύχουμε μια μαλακιά ζύμη. Τη σκεπάζουμε για να φουσκώσει, περίπου 2 ώρες.

Βάζουμε στη φωτιά το σάτσι να καεί καλά και το αλείφουμε με λάδι. Παίρνουμε με την κουτάλα λίγο ζυμάρι και το ρίχνουμε λίγο - λίγο πάνω στο καμένο σάτσι. Μόλις τις ρίχνουμε, φουσκώνουν αμέσως, σχηματίζοντας επάνω τρύπες.

Κοπανίζουμε το σουσάμ, και το καβουρδίζουμε. Το ρίχνουμε επάνω στις αλαγγίτες, βάζοντας συγχρόνως και ζάχαρη. Είναι έτοιμες και πολύ γευστικές.

Σημείωση: Το σάτσι είναι πλάκα από πέτρα μαύρη, ειδικά φτιαγμένη, σε κατάσταση με ειδική παραγγελία. Αν δεν υπάρχει μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τηγάνι.

### ΑΛΑΓΓΙΤΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΕΒΡΟΥ

- 1 μαγιά μύρας
- 1 κιλό περίπου νερό
- αλεύρι όσο σηκώσει
- λίγο αλάτι
- ελάχιστο λάδι για άλειμμα της πλάκας
- μέλι

Λιώνουμε τη μαγιά της μύρας σε αλατισμένο και χλιαρό νερό. Προσθέτουμε αλεύρι, όσο σηκώσει, για να γίνει ζύμη αραιή σαν χυλός. Την αφήνουμε να γίνει 15 λεπτά. Όταν δούμε ότι έχει φουσκάλες είναι έτοιμη για ψήσιμο.

Παίρνουμε το σάτς ( πλάκα από πέτρα μαύρη ειδικά φτιαγμένη, ύστερα από παραγγελία σε κατάσταση, για το ψήσιμο της αλαγγίτας), το

αλείφουμε με λάδι, αφήνουμε το λάδι να καεί και έπειτα με ξύλινη κουτάλα παίρνουμε ζύμη και ρίχνουμε πάνω στη καμένη με λάδι πλάκα. Το ψήσιμο της αλαγγίτας είναι γρήγορο. Όταν ψηθεί από τη μια μεριά τη γυρίζουμε και από την άλλη και συνεχίζουμε το ίδιο με όλη τη ζύμη.

Σερβίρουμε τις αλαγγίτες (πιτούλες) περιχυμένες με μέλι (αν θέλουμε τις αρτσίνομε αλείφοντας τις και με καλό φρέσκο βούτυρο).

Σημείωση: Οι αλαγγίτες δεν λείπουν από κανένα σπίτι του Έβρου είναι πατροπαράδοτο θρακιώτικο γλυκό. Γίνονται καλύτερες, όσο περισσότερες φουσκάλες έχει η ζύμη. Ψήνονται και στο τηγάνι, αν δεν υπάρχει σάτζ.

### ΧΑΛΒΑΣ ΤΟΥ ΒΟΣΚΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 250 γραμμ. αλεύρι
- 1 μεγάλο βιτάμ
- 1 λίτρο νερό
- 750 γραμμ ζάχαρη
- 150 γραμμ καρύδια
- κανέλα σκόνη
- κανελογαρύφαλα

Καθαρίζουμε τα καρύδια, τα κοπανίζουμε στο γουδί και τ' ανακατεύουμε με 1 κουταλιά κοφτή κανέλα. Λιώνουμε το βούτυρο σε κατσαρόλα και ρίχνουμε το αλεύρι. Ανακατεύουμε με ξύλινο κουτάλι πάνω σε χαμηλή φωτιά, να καβουρδιστεί το αλεύρι και να σκουρύνει, γύρω στα 10 λεπτά.

Ετοιμάζουμε σε άλλη κατσαρόλα το σιρόπι με ζάχαρη, το νερό και τα κανελογαρίφαλα. Δίνουμε 2 - 3 βράσεις και όπως είναι ζεστό και το καβουρδισμένο αλεύρι το περιχύνουμε με το σιρόπι. Ανακατεύουμε για λίγο πάνω στη φωτιά (στην αρχή πολτοποιείται το μίγμα και αργότερα τρίβει και σφίγγει).

Σκεπάζουμε την κατσαρόλα με καθαρή πετσέτα και με το καπάκι για 5 - 10 λεπτά, να τραβήξει η πετσέτα τον αχνό. Υγραίνουμε μια φόρμα και τη γεμίζουμε σφιχτά με το χαλβά. Την ξεφορμάρουμε και πασπαλίζουμε το χαλβά με τα καρύδια και την κανέλα.

## ΠΕΠΕΛΛΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

- 1 φλιτζάνι βούτυρο
- 1 φλιτζάνι ζάχαρη
- μισό κουταλάκι αλάτι
- αλεύρι
- λίγα καρύδια κοπανισμένα
- 1 κουταλάκι κανέλα

Ρίχνουμε σε βαθύ σκεύος το νερό, το αλάτι και το αλεύρι και τα ανακατεύουμε, ώσπου να πετύχουμε ένα αραιό κουρκούτι. Πάνω σε λεπτή σιδερένια πλάκα, που προηγούμενα τη κάψαμε καλά, αλείφουμε βούτυρο και πλάκας, απλώνοντας το με μια λεπτή βεργούλα σε όλη την επιφάνεια.

Μόλις ψηθεί ελαφρά το βάζουμε σε ταψί και επαναλαμβάνουμε το ίδιο με όσα κομμάτια θέλουμε, τοποθετώντας το ένα πάνω στο άλλο μέσα στο ταψί. Όταν τελειώσουμε, καίμε βούτυρο και αλείφουμε με πινέλο το καθένα χωριστά. Πασπαλίζουμε με όσα καρύδια κοπανισμένα θέλουμε, κανέλα και ζάχαρη, τα κόβουμε σε τριγωνικά κομμάτια και σερβίρουμε ζεστό.

Σημείωση: Το γλυκό αυτό που λέγεται Πεπέλλα είναι διαδεδομένο στη Θράκη, με πιθανή καταγωγή την Κωνσταντινούπολη.

## ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ ΧΑΛΒΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό σιμγδάλι χοντρό
- 1/2 κιλό λάδι καλό
- 5 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη ή 1/2 κιλό μέλι καλό
- 1 φλιτζάνια ξεφλουδισμένα αμύγδαλα
- 2 κιλά νερό
- λίγη κανέλα

Βάζουμε το λάδι σε βαθύ τηγάνι ή κατσαρόλα μπακιρένια να κάψει καλά. Ρίχνουμε το σιμγδάλι ανακατεύοντας το με ξύλινη κουτάλα μέχρι να ροδίσει.

Βάζουμε σε άλλη κατσαρόλα με 2 κιλά νερό τη ζάχαρη ή το μέλι, το βράζουμε να δέσει λίγο το σιρόπι και το ρίχνουμε με βαθιά κουτάλα μέσα στο σιμγδάλι που εξακολουθούμε να το έχουμε στη φωτιά. Ανακατεύουμε μέχρι να πιει όλο το σιρόπι και να πήξει.

Έχουμε στο μεταξύ ασπρίσει και κόψει στα τέσσερα ή και περισσότερα κομμάτια τ' αμύγδαλα και τα ρίχνουμε στη κατσαρόλα. Τα γυρνάμε λίγο όλα μαζί και κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά.

Βάζουμε το χαλβά σε φόρμα, στρώνουμε για να πάρει σχήμα. Όταν κρυώσει, το κόβουμε κομμάτια, τα βάζουμε σε πιατέλα και τα πασπαλίζουμε με κανέλα.

### ΧΑΛΒΑΣ ΜΕ ΑΛΕΥΡΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 ποτήρι λάδι
- 2 ποτήρια αλεύρι
- 1 φακελάκι κανέλα

**Για το σιρόπι**

- 3 ποτήρια νερό
- 2 1/2 ποτήρια ζάχαρη

**Για το πασπάλισμα**

- τριμμένη καρυδόψιχα

Ζεσταίνουμε στο τηγάνι το λάδι, ρίχνουμε μέσα λίγο - λίγο το αλεύρι ανακατεμένο με τη κανέλα και γυρίζουμε σε σιγανή φωτιά με ξύλινο κουτάλι, ωσότου το αλεύρι πάρει ένα χρώμα καφέ σκούρο.

Ετοιμάζουμε στο μεταξύ - σε άλλη κατσαρόλα - το σιρόπι και το ρίχνουμε καυτό στο αλεύρι, ανακατεύοντας το χαλβά μέχρι να πήξει.

Αμέσως μετά τον κατεβάζουμε από τη φωτιά.

Όταν κρυώσει λίγο, τον βάζουμε σε μικρά φορμάκια που τα ξεφορμάρουμε σε πιατέλα. Τα σερβίρουμε πασπαλισμένα με καρυδόψιχα τριμμένη.

### ΚΥΔΩΝΙ ΠΕΛΤΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ

- 2 κιλά ζάχαρη
- 750 γραμμ νερό
- 5 γραμμ ξινό
- 2 κιλά κυδώνια τριμμένα και σουρωμένα

Βάζουμε σε καζάνι ή κατσαρόλα τη ζάχαρη, το νερό και το ξινό να βράσουν και να πήξει ελαφρά το σιρόπι. Καθαρίζουμε από τις φλούδες τα

κυδώνια, τα τρίβουμε και τα βάζουμε χωριστά. Γυρίζουμε τα κυδώνια μαζί με το ζουμί και τα περνάμε από σήτα.

Ρίχνουμε την πολτό των κυδωνιών στο καζάνι ή κατσαρόλα με το σιρόπι και βράζουμε σε σιγανή φωτιά ανακατεύοντας διαρκώς ώσπου να δέσει. Έτσι όπως είναι ζεστός, τον αδειάζουμε σε πλατιά δοχεία, αφήνουμε να κρυώσει καλά, κόβουμε κουταλιές και σερβίρουμε.

### ΣΟΥΝΤΟΥΡΜΕ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΓΙΟΧΩΡΙΟΥ ΣΕΡΡΩΝ

- 2 κιλά τυρί φρέσκο (ανάλατο) πηγμένο πριν λίγες ώρες
- 1 κιλό ζάχαρη
- 1 χούφτα ψίχουλα
- λίγο λεμόνι

Παίρνουμε φρέσκο τυρί ανάλατο, το βάζουμε στην κατσαρόλα και το γυρνάμε με ξύλινη κουτάλα, ώσπου να λιώσει και να γένει γάλα. Όταν βγάλει αφρό, ρίχνουμε τα ψίχουλα και τη μισή ζάχαρη. Και πάλι γυρνάμε με ξύλινη κουτάλα ώσπου να κοκκινίσει το ψωμί.

Ρίχνουμε τότε και την υπόλοιπη ζάχαρη και ξαναγυρνάμε ώσπου να σηκώνεται ολόκληρο και να φαίνεται ο πάτος της κατσαρόλας. Στο τέλος ρίχνουμε λίγο λεμόνι και το κατεβάζουμε.

Σημείωση: Είναι πάρα πολύ παλιά συνταγή και νομίζω πως γίνεται μόνο στο Αγιοχώρι Σερρών. Χρειάζεται πολλή ώρα να γυρίσεις με τη κουτάλα το μίγμα στην κατσαρόλα, γι' αυτό και το αποφεύγουν. Είναι όμως εξαιρετο γλυκό και γίνεται σε εξαιρετικές περιπτώσεις.

### ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΑΠΟ ΚΡΑΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 2 κιλά κράνα πολύ ώριμα
- 1 κιλό ζάχαρη
- 1 ποτήρι νερό
- ελάχιστη βανίλια
- 1 κουτάλι λεμόνι

Πλένουμε τα κράνα και τα στραγγίζουμε. Βάζουμε λίγο - λίγο στο τρυπητό και τα στύβουμε με το χέρι μας (δεν χρησιμοποιούμε μάλο γιατί έχουν κουκούτσια όπως τα κεράσια), μέχρι να μείνουν στο τρυπητό μόνο τα

κουκούτσια και η φλούδα τους. Κρατάμε το υπόλειμμα που μένει στο τρυπητό σε ξεχωριστό δοχείο και συνεχίζουμε ώσπου να τελειώσουν.

Όλα αυτά, αφού τελειώσει το στύψιμο, τα ξαναβάζουμε στο τρυπητό και τα ξεπλένουμε με ένα ποτήρι νερό, στύβοντας τα όλα μαζί ξανά. Μαζεύουμε τον πολτό και τον βάζουμε μαζί με τη ζάχαρη στη φωτιά.

Βράζουμε σε σιγανή φωτιά ανακατεύοντας διαρκώς με ξύλινο κουτάλι ώσπου να πήξει. ( Η μαρμελάδα θα είναι έτοιμη, όταν κατά το ανακάτεμα φανεί ο πάτος της κατσαρόλας ). Προς το τέλος του βρασμού προσθέτουμε το λεμόνι.

Αν μας αρέσει το άρωμα της βανίλιας, προσθέτουμε ελάχιστη. Τη σερβίρουμε σε γυάλινα ή πήλινα βάζα.

Σημείωση: Κράνα είναι ο καρπός της κρυνιάς, η οποία φυτρώνει σε περιοχές της Μακεδονίας και Θεσσαλίας και γενικά σε ορεινές περιοχές. Οι αρχαίοι συγγραφείς την αναφέρουν με το όνομα κρυνεία ή κρυνεία ή κρυνέα. Ο καρπός της τρώγεται, έχει γεύση γλυκόξινη και στυφίζει ελαφρά.

## ΚΟΡΔΕΛΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού γιαούρτι ξινό
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ζάχαρη
- 3 αυγά
- 1 κουταλάκι του καφέ σόδα
- αλεύρι όσο σηκώσει να γίνει η ζύμη μαλακιά
- άχνη ζάχαρη για πασπάλισμα
- λάδι για τηγάνισμα
- μα πρέζα αλάτι
- 1 κουτάλι σούπας κανέλα

Ρίχνουμε τη σόδα μέσα στο γιαούρτι και την ανακατεύουμε.

Δουλεύουμε σε λεκάνη το γιαούρτι με τ' αυγά, τη ζάχαρη και μα πρέζα αλάτι ώσπου να λιώσει η ζάχαρη. Προσθέτουμε το αλεύρι λίγο - λίγο και ζυμώνουμε να γίνει μα ζύμη μαλακιά.

Τη βάζουμε στο τραπέζι και την ανοίγουμε ένα λεπτό φύλλο. Κόβουμε το φύλλο σε λωρίδες 10 - 12 πόντους. Κάθε λωρίδα την κόβουμε 5 - 7 πόντους και σχηματίζονται μακρόστενα κομμάτια. Παίρνουμε ένα κομμάτι κάνουμε μα τρύπα στη μέση με το μαχαίρι, περνάμε μέσα από τη τρύπα τη μα άκρη και την τραβάμε λίγο να γίνει σα φιόγκος. Κάνουμε το ίδιο ώσπου να τελειώσουν όλα τα κομμάτια.

Βάζουμε μπόλικο λάδι στο τηγάνι, τηγανίζουμε τα φιόγκάκια, τα τοποθετούμε σε πιπέλα και τα πασπαλίζουμε με μπόλικη άχνη και κανέλα.

## ΣΒΙΓΓΟΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

- μσό φλιτζάνι του τσαγιού βούτυρο
- 1 φλιτζάνι τσαγιού άνθος ρυζιού Γιώτη
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού νερό
- 1 κουταλάκι του τσαγιού κοφτό αλάτι
- 3 μεγάλα αυγά
- λάδι για τηγάνισμα
- λίγη τριμμένη κανέλα

Για το σιρόπι

- ζάχαρη ή μέλι
- ανάλογο νερό

Βάζουμε σε μακρή κατσαρόλα το νερό, το βούτυρο και το αλάτι και όταν αρχίσει να βράζει, ριχνούμε το άνθος του ρυζιού και ανακατεύουμε γρήγορα με ξύλινη κουτάλα, ώσπου να πήξει και να μην κολλάει στο πάτο της κατσαρόλας. Γυρίζουμε την κρέμα σε λεκάνη, αφήνουμε 5 λεπτά να κρυώσει, προσθέτουμε ένα - ένα τα αυγά και χτυπάμε με δύναμη να ενωθούν.

Ζεσταίνουμε σε κατσαρόλα αρκετό λάδι και ριχνουμε μέσα κουταλιές - κουταλιές τη ζύμη (σε μέγεθος καρδιού). Ψήνουμε τους σβίγγους σε μέτρια φωτιά και όταν φουσκώσουν και ροδίσουν, τους γυρίζουμε από την άλλη μεριά. Με τρυπητή κουτάλα βγάζουμε, λίγους - λίγους που στοιμάζονται, και τους βάζουμε σε πιατέλα στρωμένη με πετσετάκια χάρτινα.

Σερβίρονται ζεστοί, περιχυμένοι με σιρόπι από μέλι με λίγο νερό ή με ζάχαρη με λίγο νερό και πασπαλισμένοι με κανέλα.

Σημείωση: Αν θέλουμε να τους διατηρήσουμε ζεστούς τότε τους βάζουμε σε ταψί στρωμένο με χάρτινα πετσετάκια, σε σιγανή φωτιά φούρνου.

## ΤΟΥΛΟΥΜΠΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 250 γραμμ. βούτυρο
- 650 γραμμ. αλεύρι
- 10 αυγά
- 1 κουταλιά σούπας κοφτή σόδα
- λάδι για το τηγάνισμα

Για το σιρόπι

- 1 κιλό ζάχαρη
- 1/2 κιλό νερό

- 4 - 5 γαρύφαλλα ολόκληρα
- 1 κομμάτι ξύλο κανέλα
- 1 κομμάτι φλούδα από λεμόνι

Στη κατσαρόλα βάζουμε μισό κιλό νερό και το βούτυρο να βράσουν. Μόλις πάρουν βράση, ρίχνουμε όλο μαζί το αλεύρι και ανακατεύουμε με ξύλινο κουτάλι ώσπου να πει το νερό και στη συνέχεια να καβουρδιστεί 1 - 2 λεπτά ακόμη. Αφού καβουρδιστεί η ζύμη, κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, ρίχνουμε τη σόδα, αφήνουμε λίγο να κρυώσει και ρίχνουμε μέσα ένα - ένα τα αυγά, δουλεύοντας πάντοτε με το ξύλινο κουτάλι ώσπου να γίνει μια μάζα σχεδόν σφιχτή.

Ετοιμάζουμε το σιρόπι. Βράζουμε για 2 λεπτά τη ζάχαρη, με το νερό τα κανελογαρύφαλα, τη φλούδα λεμονιού, και το αφήνουμε να κρυώσει.

Βάζουμε λάδι στο τηγάνι να κάψει. Παίρνουμε μια σακούλα ζαχαροπλαστικής με κορνέ που έχει δόντια, βάζουμε μέσα τη ζύμη, πιέζουμε τη σακούλα, βγαίνει η τουλούμπα, την κόβουμε στο μάκρος που θέλουμε με το μαχαίρι βουτηγμένο στο νερό, και τη ρίχνουμε απευθείας στο τηγάνι.

Μόλις γεμίσει το τηγάνι τουλούμπες, και αφού τηγανιστούν και από τη μία και από την άλλη μεριά, τις βγάζουμε στραγγιστά με τρυπητή κουτάλα και τις ρίχνουμε στο σιρόπι. Στο μεταξύ, ετοιμάζουμε άλλη τηγανιά τουλούμπες και μόλις ετοιμαστούν, βγάζουμε τις πρώτες από το σιρόπι, τις σερβίρουμε σε πιατέλα και σιροπιάζουμε τις δεύτερες και συνεχίζουμε ώσπου να τελειώσουν. Αν περισσέψει λίγο σιρόπι, το περιχύνουμε στην πιατέλα.

### ΚΟΜΠΟΣΤΑ ΜΕ ΞΕΡΑ ΦΡΟΥΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1/2 κιλό διάφορα ξερά φρούτα ( δαμάσκηνα, βερικοκα, σύκα)
- 4 κουταλιές σούπας σταφίδα
- 1 κουταλιά σούπας ξυσμένη φλούδα από πορτοκάλι
- 1 κουταλιά σούπας ξυσμένη φλούδα από λεμόνι
- μισό φλιτζάνι τσαγιού χυμό πορτοκαλιού
- 3 κουταλιές σούπας ζάχαρη

Πλένουμε καλά τα ξερασμένα φρούτα και τα βάζουμε να μουσκέψουν 2 ώρες για να μαλακώσουν. Στη συνέχεια, τα βράζουμε 15 - 20 λεπτά, με το ίδιο νερό που τα μουσκέψαμε. Πριν από το τέλος, ρίχνουμε τις σταφίδες πλυμένες, το ξύσμα λεμονιού και πορτοκαλιού και τη ζάχαρη. Κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, φροντίζοντας να έχει το ανάλογο υγρό και αφού κρυώσει, προσθέτουμε το χυμό πορτοκαλιού.



## ΖΕΜΑΤΙΣΤΟΙ ΚΟΥΡΑΜΠΙΕΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κιλό βούτυρο
- 6 κρόκοι αυγών
- 1 1/2 φλιτζάνι σιρόπι
- 1 1/2 κουταλάκι αμμωνία
- λίγο λεμόνι
- αλεύρι όσο πάρει
- 1 1/2 φλιτζάνι του τσαγιού σιμγδάλι ψιλό
- λίγα αμύγδαλα ασπρισμένα

### Για το σιρόπι

- 2 κιλά ζάχαρη
- 4 ποτήρια νερό

Χτυπάμε το βούτυρο ν' ασπρίσει καλά. Ρίχνουμε τους κρόκους έναν - έναν και εξακολουθούμε το χτύπημα. Προσθέτουμε το σιρόπι, την αμμωνία με το λεμόνι, το σιμγδάλι και τέλος, όσο πάρει αλεύρι και ζυμώνουμε ώσπου να γίνει μια ζύμη μαλακιά. Κόβουμε από τη ζύμη μπαλίτσες, πλάθουμε κουραμπιέδες στρογγυλούς, τους μπήγουμε στη μέση από ένα αμύγδαλο, τους τοποθετούμε σε ταψί και τους ψήνουμε σε μέτριο φούρνο.

Μόλις τους βγάλουμε και όσο είναι ακόμα ζεστοί, τους σιροπιάζουμε με το σιρόπι που έχουμε στο μεταξύ ετοιμάσει (όχι πολύ αραιό) και αφήνουμε να τραβήξουν. Τους τοποθετούμε σε πιατέλα και σερβίρουμε.

## ΦΟΙΝΙΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 2 ποτήρια λάδι
- 1 ποτήρι χυμός πορτοκαλιού
- 1 φλιτζάνι ζάχαρη
- 1 κουταλάκι σόδα
- λίγο ξύσμα πορτοκαλιού
- 1 φλιτζάνι καρύδια ψιλοκομμένα
- 1 κουταλάκι κανέλα
- αλεύρι όσο σηκώσει

### Για το σιρόπι

- 4 φλιτζάνια του τσαγιού νερό
- 4 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη

Βάζουμε σε κατσαρόλα το λάδι, το χυμό πορτοκαλιού, τη ζάχαρη, το ξύσμα πορτοκαλιού, τη σόδα, λιωμένη σε λίγο νερό, και τ' ανακατεύουμε καλά. Προσθέτουμε το αλεύρι και το ζυμώνουμε. Παίρνουμε στο χέρι μας

λίγο - λίγο ζυμάρι, το κάνουμε μια μικρή πιτούλα. βάζουμε ένα κουταλάκι καρύδια ανακατεμένα με την κανέλα και κλείνουμε σε σχήμα τριγώνου.

Κάνουμε και ολόγυρα λίγα σχήματα με το πιρούνι.

Τα ψήνουμε 30 λεπτά και τα αφήνουμε να κρυώσουν. Ετοιμάζουμε το σιρόπι και τα σιροπιάζουμε.

### ΦΟΝΤΑΝ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 2 φλιτζάνια του τσαγιού αμυγδαλόψιχα καβουρδισμένη
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού φλούδα πορτοκαλιού
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- 320 γραμμ κερασάκι γλυκό
- 80 γραμμ ζάχαρη κρυσταλλιζέ
- 50 χαρτάκια φοντάν

Καβουρδίζουμε τα αμύγδαλα και τα χοντροκόβουμε. Πλένουμε τις φλούδες του πορτοκαλιού και τις βάζουμε σε άφθονο νερό να μαλακώσουν. Τις στραγγίζουμε, αφαιρούμε με κουταλάκι το εσωτερικό τους ( το άσπρο ) και περνάμε το υπόλοιπο από τη μηχανή του κρέατος. Βάζουμε σε καθαρή κατσαρόλα τις φλούδες, τα αμύγδαλα, τη ζάχαρη και δύο κουταλιές νερό απ' αυτό που έβρασαν οι φλούδες.

Τοποθετούμε την κατσαρόλα στη φωτιά και ανακατεύουμε διαρκώς με ξύλινο κουτάλι μέχρι να ενωθεί το μίγμα και να ξεκολλά από την κατσαρόλα. Την τραβάμε τότε από τη φωτιά και αφήνουμε να κρυώσει λίγο το μίγμα. Πλάθουμε τα φοντάν στο μέγεθος μικρού καρδιού και τα τυλίγουμε με ζάχαρη κρυσταλλιζέ ή κοινή. Τα βάζουμε ένα - ένα σε χαρτάκια και κολλάμε στην κορυφή από ένα κερασάκι γλυκό ( ή μισό ). Τα τοποθετούμε σε πιατέλα και στο ψυγείο για 12 ώρες.

### ΣΑΛΙΑΡΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 640 γραμμ λάδι καλό
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού αλισίβα
- 50 γραμμ σιμηδάλι ψιλό
- μισό φλιτζάνι του τσαγιού σιρόπι πυκνό
- 1 κουταλάκι του γλυκού σόδα κοφτό
- κανελογαρύφαλα κοπανισμένα

- αλεύρι όσο σηκώσει

Για το σιρόπι του ζεματίσματος

- 1 κιλό ζάχαρη
- 2 ποτήρια νερό
- 1 κουταλάκι της σούπας χυμός λεμονιού

Για τη γέμιση

- 300 γραμμ. καρύδια χοντροκοπανισμένα
- κανελογαρύφαλα κοπανισμένα
- 3 κουταλιές σούπας σιρόπι
- άχνη ζάχαρη για πασπάλισμα

Βάζουμε το λάδι σε λεκάνη και το χτυπάμε ελαφρά με το χέρι, ώσπου να λουρώσει. Ρίχνουμε χλιαρή την αλισίβα, που μέσα λιώνουμε τη σόδα. Ρίχνουμε επίσης μισό φλιτζάνι πυκνό σιρόπι, το σιμαγάλι και λίγα κανελογαρύφαλα τριμμένα. Προσθέτουμε λίγο - λίγο το αλεύρι και ζυμώνουμε ώσπου να σχηματιστεί μια λεία ζύμη μέτρια, ούτε πολύ σκληρή ούτε πολύ μαλακιά.

Παίρνουμε λίγη ζύμη, την απλώνουμε στην παλάμη μας σε σχήμα κύκλου, βάζουμε στη μέση ένα κουταλάκι από τη γέμιση (που έχουμε προηγουμένως ετοιμάσει με τα καρύδια χοντροκοπανισμένα, λίγα κανελογαρύφαλα και λίγο σιρόπι, ώστε να ενωθούν όλα τα υλικά) και κλείνουμε τη ζύμη σε σχήμα μισοφέγγαρου. Τα τοποθετούμε σε πιατέλα και τα τρυπάμε στο κέντρο με μια βελόνα.

Ψήνουμε σε φούρνο μέτριο μία ώρα. Στο μεταξύ ετοιμάζουμε το σιρόπι με τα παραπάνω υλικά, το βράζουμε ώσπου να γίνει σιρόπι μέτριο και όπως βγουν από το φούρνο ζεστά τα σαλιάρια, τα σιροπιάζουμε με το σιρόπι επίσης ζεστό.

Προσφέρουμε τα σαλιάρια κρύα όπως είναι ή αν θέλουμε τα πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

Σημείωση: Η αλισίβα γίνεται με 2 κουταλάκια στάχτη ξύλου, σε 1 1/2 φλιτζάνι νερό. Τα βράζουμε καλά, κατασταλάζει η στάχτη και χρησιμοποιούμε το νερό.

## ΣΚΑΛΤΣΟΥΝΑΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

Για τη ζύμη

- 2 φλιτζάνια του τσαγιού βούτυρο γάλακτος
- 1 1/2 φλιτζάνι του τσαγιού γάλα
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού σταχτόνερο
- 2 αυγά
- 1 λεμόνι

- 1 κουταλιά γλυκού αμμωνία
- 1 κουταλιά του γλυκού σόδα
- αλεύρι όσο σikhώσει

#### Για τη γέμιση

- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ζάχαρη
- 1/2 κιλό καρυδόψιχα
- 3 κουταλιές του γλυκού κανέλα κοπανισμένη

#### Για το ζαχάρωμα

- ζάχαρη άχνη
- ανθόνερο

Χτυπάμε το βούτυρο μέχρι να γίνει κρέμα. Ρίχνουμε μέσα τους κρόκους και τα δουλεύουμε μαζί. Προσθέτουμε το σταχτόνερο χλιαρό (εξακολουθώντας το χτύπημα), την αμμωνία (διαλυμένη στο χλιαρό γάλα) και τη σόδα, διαλυμένη στο χυμό λεμονιού. Ρίχνουμε και το αλεύρι λίγο - λίγο, μέχρι να γίνει ένα ζυμάρι ωραίο, που να ανοίγει φύλλο. Το σκεπάζουμε με πετσέτα και το αφήνουμε να σταθεί.

Κοπανίζουμε την καρυδόψιχα. Προσθέτουμε την κανέλα και τη ζάχαρη, ανακατεύουμε καλά και η γέμιση μας είναι έτοιμη. Ανοίγουμε χοντρό φύλλο. Το κόβουμε σε στρογγυλά δισκάκια με φλιτζάνι. Βάζουμε στη μέση μια κουταλιά γέμιση και κλείνουμε το σκαλτσούνι. Αλείφουμε τις άκρες με ασπράδι χτυπημένο, για να σμίξουν καλά.

Τα βάζουμε στη λαμαρίνα και τα ψήνουμε στο φούρνο. Μόλις βγουν ζεστά, τα ραντίζουμε με ανθόνερο και τα τυλίγουμε με ζάχαρη άχνη.

## ΜΑΜΟΥΛΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΗΣ

#### Για τη ζύμη

- 800 γραμμ φαρίνα
- 320 γραμμ βούτυρο γάλακτος
- 240 γραμμ ζάχαρη
- 80 γραμμ κονιάκ
- 160 γραμμ γάλα
- 3 αυγά
- 1 κουταλάκι του γλυκού σόδα
- λίγη βανίλια

#### Για τη γέμιση

- 1 βαθύ πιάτο ( σούπας ) καρύδια κοπανισμένα
- 1 χαρτάκι βανίλια
- 3 αυγά
- λίγο ανθόνερο
- 240 γραμμ ζάχαρη

- λίγη τριμμένη σοκολάτα

#### Για ζαχάρωμα

- ανθόνερο
- 960 γραμμ άχνη

Βάζουμε το βούτυρο στην κατσαρόλα να κάψει, ρίχνουμε τη ζάχαρη, το γάλα και μετά λίγη - λίγη τη φαρίνα, μέχρι να γίνει ζύμη αρκετά σφιχτή. Αφήνουμε να κρυώσει. Χτυπάμε τ' αυγά και αφού κρυώσει η ζύμη τα ρίχνουμε καθώς και τη σόδα λιωμένη στο κονιάκ και τη βανίλια.

Ετοιμάζουμε τη γέμιση χτυπώντας τα 3 αυγά με τη ζάχαρη, τη σοκολάτα, τα καρύδια, τη βανίλια και το ανθόνερο. Παίρνουμε λίγη ζύμη, την ανοίγουμε στο χέρι μας μακρό φύλλο, της βάζουμε ένα κουταλάκι του γλυκού γέμιση και το κλείνουμε σαν αχλαδάκι. Αφού ψηθούν στο φούρνο όλα, τα ραντίζουμε ή τα βουτάμε σε ανθόνερο και τα τυλίγουμε με ζάχαρη άχνη.

### ΓΛΥΚΟ ΜΕ ΙΝΔΟΚΑΡΥΔΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΞΑΝΘΗΣ

- 2 φλιτζάνια βούτυρο
- 2 φλιτζάνια γάλα
- 200 γραμμ μαγιά μπύρας
- λίγο αλάτι
- 1/2 κιλό καρύδα τριμμένη
- αλεύρι όσο σηκώσει

#### Για το σιρόπι

- 5 ποτήρια ζάχαρη
- 5 1/2 ποτήρια νερό
- 1 κουταλιά σούπας λεμόνι

Χτυπάμε το βούτυρο στη λεκάνη, ώσπου να ασπρίσει. Ζεσταίνουμε τα γάλα, ρίχνουμε μέσα τη μαγιά και τη λιώνουμε. Αδειάζουμε το μίγμα στο βούτυρο και τα δουλεύουμε να γίνει μα κρέμα. Προσθέτουμε λίγο - λίγο το αλεύρι λίγο αλάτι και ζυμώνουμε ώσπου να γίνει μια ζύμη μέτρια.

Κόβουμε μπαλίτσες από τη ζύμη, κάνουμε μακρά πιτάκια, βάζουμε μέσα ένα κουταλάκι του γλυκού καρύδα και τυλίγουμε σε ρολό.

Βουτυρώνουμε το ταψί, αραδιάζουμε τα γλυκά και τα ψήνουμε στο φούρνο ώσπου να ροδίσουν. Βράζουμε στο μεταξύ το σιρόπι, τη ζάχαρη με το νερό και το λεμόνι 5 λεπτά.

Σιροπιάζουμε χλιαρά τα γλυκά, τ' αφήνουμε ν' απορροφήσουν το σιρόπι και τα τυλίγουμε στην υπόλοιπη καρύδα.

### ΜΠΕΖΕΔΕΣ ΓΕΜΙΣΤΟΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 ποτήρι του νερού γεμάτο ασπράδια αυγών
- 2 1/2 ποτήρια του νερού ζάχαρη
- 1 ποτήρι του νερού καρύδια
- 1 ποτήρι του νερού σύκα ξερά
- 1 σωληνάκι άρωμα βανίλιας

Χτυπάμε τα ασπράδια με τη ζάχαρη, ώσπου να γίνει ένα μίγμα που να μην πέφτει από το κουτάλι. Προσθέτουμε τα καρύδια κομμένα στα τέσσερα, τα σύκα ψιλοκομμένα, τη βανίλια και όλα μαζί τα ανακατεύουμε με το κουτάλι ώσπου να ενωθούν.

Τοποθετούμε στη λαμαρίνα μια λαδόκολλα. Παίρνουμε με το κουταλάκι του γλυκού μίγμα και το ρίχνουμε μονοκόμματο στη λαμαρίνα σαν μπαλάκι. Συνεχίζουμε να παίρνουμε με το κουταλάκι μίγμα και τοποθετούμε τα μπαλάκια σε αραιή απόσταση, γιατί φουσκώνουν.

Βάζουμε τη λαμαρίνα στο φούρνο στους 150 βαθμούς και ψήνουμε 10 λεπτά. Όταν τους βγάλουμε από το φούρνο, τους αφήνουμε να κρυώσουν και τους ξεκολλάμε με προσοχή από τη λαδόκολλα και τους τοποθετούμε σε πιατέλα.

### ΒΡΑΧΑΚΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΡΑΚΙΩΤΙΚΗ

- 1 πακέτο μεγάλο φρέσκο βούτυρο ή βιτάμ
- 1/2 κιλό μπισκότα τετράγωνα
- 8 κουταλιές σούπας κακάο
- 250 γραμμ ζάχαρη άχνη
- 3/4 του φλιτζανιού γάλα
- 1 αυγό
- 1 ποτηράκι του λικέρ κονιάκ
- 1 φλιτζάνι τσαγιού καρύδια κομμένα με το χέρι
- 2 κουβερούρες
- 1 κουταλιά σούπας φρέσκο βούτυρο

Δουλεύουμε στη λεκάνη το βούτυρο με τη ζάχαρη. Προσθέτουμε το αυγό ολόκληρο και δουλεύουμε το μίγμα όσο περισσότερο μπορούμε για να φύγει η μρωδιά του αυγού. Προσθέτουμε κατόπιν το κακάο, τα καρύδια, το κονιάκ και όλα μαζί τα δουλεύουμε 2 - 3 λεπτά. Κόβουμε σ' ένα ταψί τα

μπισκότα στα τέσσερα, τα ραντίζουμε με το γάλα και τα ρίχνουμε στο μίγμα της λεκάνης. Τα ανακατεύουμε πάλι να ενωθούν με το πρώτο μίγμα.

Στη συνέχεια, κόβουμε κομμάτια όσο ένα βερίκοκο, τα κάνουμε μπαλάκια, τα τοποθετούμε στη λαδόκολλα και τα αφήνουμε λίγα λεπτά να περιμένουν. Στο μεταξύ κόβουμε την κουβερτούρα κομμάτια στην κατσαρόλα, προσθέτουμε 1 κουταλιά βούτυρο και την τοποθετούμε πάνω από νερό που βράζει, να λιώσει και να ενωθεί με το βούτυρο.

Κυλάμε κατόπιν τα μπαλάκια ένα - ένα στη σοκολάτα και τα τοποθετούμε πάνω σε τετράγωνα κομμάτια αλουμινόχαρτο. Αφήνουμε λίγο να κρυώσει η σοκολάτα, τα τυλίγουμε και τα τοποθετούμε σε πιατέλα μέσα στο ψυγείο να σφίξουν.

### ΑΚΑΝΕΔΕΣ ΛΑΙΛΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1 ποτήρι του νερού νισεστέ
- 2 ποτήρια του νερού ζάχαρη
- 1 ποτήρι του νερού βούτυρο κατσικίσιο
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού αμύγδαλα κοπανισμένα
- 2 1/2 ποτήρια του νερού νερό
- 1 κουταλιά σούπας λεμόνι

Ζεματάμε τα αμύγδαλα σε βραστό νερό, τα ξεφλουδίζουμε και τα βάζουμε στον ήλιο ή στο φούρνο να στεγνώσουν. Τα στουμπίζουμε κατόπιν στο γουδί, τα κάνουμε σχεδόν σκόνη και μετράμε 1 φλιτζάνι τσαγιού. Από το βούτυρο αφαιρούμε 2 - 3 κουταλιές σούπας, τις οποίες βάζουμε στο τηγάνι και καβουρδίζουμε τα αμύγδαλα.

Στην κατσαρόλα ρίχνουμε το υπόλοιπο βούτυρο, τη ζάχαρη, 2 ποτήρια του νερού νερό και βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά. Με το μισό ποτήρι νερό διαλύουμε το νισεστέ καλά, να γίνει πολτός. Μόλις το μίγμα της κατσαρόλας πάρει βράση, κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, ρίχνουμε το διαλυμένο νισεστέ, τα καβουρδισμένα αμύγδαλα, το λεμόνι και τα ανακατεύουμε με ξύλινο κουτάλι.

Βράζουμε κατόπιν το μίγμα, χωρίς να σταματήσουμε να ανακατεύουμε, ώσπου να πήξει καλά. Αφήνουμε να κρυώσει, κόβουμε μπαλάκια, τα πλάθουμε στα χέρια μας και δίνουμε το σχήμα λουκουμού. Όταν όλα τελειώσουν, τα πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη.

Σημείωση: Πήρε το όνομα από το λόφο του Λαιλιά (αί - Λιάς), όπου παράγεται το βούτυρο. Παρασκευάζεται μόνο στις Σέρρες, γιατί όπως λένε οι ντόπιοι, το νερό του Λαιλιά που χρησιμοποιούν έχει "μοναδικές" ιδιότητες.

## ΑΝΩΜΑΛΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 1/2 κιλό σοκολάτα κουβερτούρα
- 1/2 κιλό αμύγδαλα
- 300 γραμμ άχνη ζάχαρη

Καβουρδίζουμε τα αμύγδαλα με τη φλούδα τους στο τηγάνι ή τα βάζουμε σε ένα ταψάκι να ψηθούν στο φούρνο. Παίρνουμε μια κατσαρόλα με νερό ως τη μέση και τη βάζουμε να βράσει. Κατόπιν στο ζεστό νερό βάζουμε μια μικρή κατσαρολίτσα μέσα στην οποία έχουμε τρίψει τη σοκολάτα. Μόλις λιώσει η σοκολάτα, προσθέτουμε την άχνη ζάχαρη και την ανακατεύουμε με ξύλινο κουτάλι για να ενωθεί με τη σοκολάτα και να γλυκάνει.

Μέσα στη λιωμένη σοκολάτα, ρίχνουμε όλα μαζί τα αμύγδαλα και τα ανακατεύουμε, να τυλιχτεί η σοκολάτα γύρω από τα αμύγδαλα. Στη συνέχεια, παίρνουμε κάθε φορά 3 - 4 αμύγδαλα και τα τοποθετούμε σε λαδόχαρτο. Τα αφήνουμε λίγο να κρυώσουν και τα βάζουμε στο ψυγείο. Όταν παγώσουν, τα ξεκολλάμε από το λαδόχαρτο και τα τυλίγουμε σε κομματάκια από χρυσόχαρτο.

## ΠΤΙ ΦΟΥΡ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 350 γραμμ βούτυρο φρέσκο
- 1 1/2 φλιτζάνι τσαγιού ζάχαρη
- 4 αυγά
- μισό κουταλάκι του γλυκού σόδα
- αλεύρι όσο σηκώσει
- 1 ποτήρι του νερού καρύδια ψιλοκοπανισμένα
- βούτυρο για άλειμμα του ταψιού

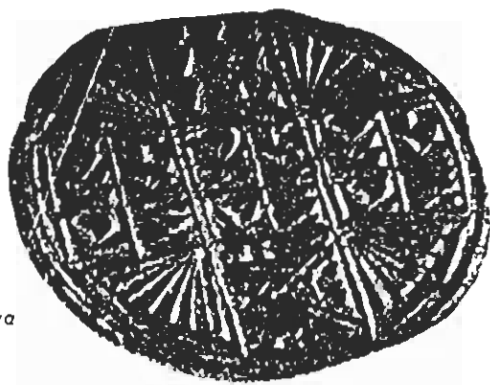
Δουλεύουμε στη λεκάνη το βούτυρο με τη ζάχαρη ώσπου να ασπρίσει. Προσθέτουμε έναν - έναν τους κρόκους και δουλεύουμε το μίγμα ένα τέταρτο ακόμα. Ανακατεύουμε τη σόδα με μισό φλιτζάνι αλεύρι και το ρίχνουμε στο μίγμα της λεκάνης και ύστερα συνεχίζουμε να ρίχνουμε και άλλο αλεύρι, χωρίς να σταματήσουμε το δούλεμα ώσπου να γίνει μια ζύμη λίγο σφιχτή.

Κόβουμε τη ζύμη κομμάτια όσο ένα μεγάλο καρύδι. Πλάθουμε το κομμάτι, το ανοίγουμε μικρή πιτούλα με τα χέρια μας και το κόβουμε με ένα ποτήρι κρασιού. Κάνουμε το ίδιο ώσπου να τελειώσουν όλα τα πιτάκια.

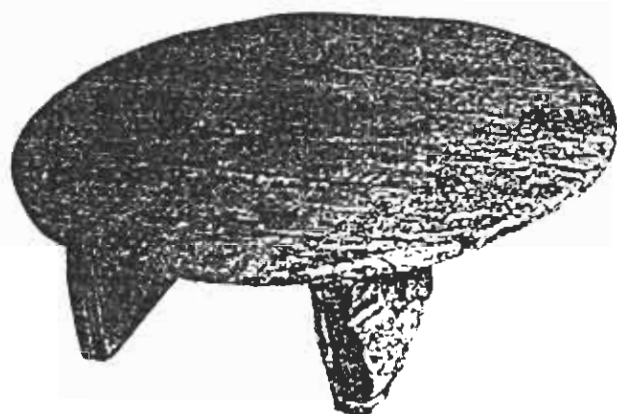


Χτυπάμε τα ασπράδια των αυγών μαρέγκα. Παίρνουμε τη μαπιούλα, την αλείφουμε με χτυπημένο ασπράδι και την πασπαλίζουμε με μπόλικο στουμπισμένο καρύδι. Το σκεπάζουμε με άλλο στρογγυλό κομμάτι που και αυτό το αλείφουμε με ασπράδι και το πασπαλίζουμε με καρύδι (τα αλείφουμε με ασπράδι για να κολλάει το καρύδι).

Συνεχίζουμε να κολλάμε δύο - δύο τα στρογγυλά κομμάτια, βάζοντας ανάμεσα και πάνω καρύδι, ώσπου να τελειώσουν. Τα τοποθετούμε σε βουτυρωμένο ταψί και τα ψήνουμε σε μέτριο φούρνο 25 λεπτά περίπου.



Σφραγίδες Για τὰ ταμένα  
στην ἐκκλησία ψωμιά



Σοφράς Χαμηλό τραπέζι.  
διαμ. 85 εκ. (Μακεδονία)

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΛΑΪΚΑ ΙΔΙΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

### ΚΕΙΚ ΜΕ ΠΑΞΙΜΑΔΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

#### Για τη ζύμη

8 αυγά

- 1 ποτήρι του νερού ζάχαρη
- 1 ποτήρι του νερού παξιμάδι τριμμένο ή φρυγανιά
- 1 ποτήρι του νερού καρύδια χοντροκομμένα με το μαχαίρι
- 1 πακετάκι κανέλα
- βούτυρο για το ταψί

#### Για το σιρόπι

- 1 1/2 ποτήρι νερό
- 2 ποτήρια ζάχαρη
- 1 φακελάκι βανίλια

Χτυπάμε χωριστά τα ασπράδια από τους κρόκους. Δουλεύοντας τους κρόκους, προσθέτουμε με τη σειρά, τη ζάχαρη, το παξιμάδι, τα καρύδια, τα ασπράδια και την κανέλα. Τα ανακατεύουμε όλα μαζί και τα ρίχνουμε σε φόρμα, που την έχουμε αλείψει καλά με βούτυρο και πασπαλίσουμε με αλεύρι.

Ψήνουμε το γλυκό σε μέτριο φούρνο 3/4 της ώρας και το αφήνουμε να κρυώσει καλά. Ετοιμάζουμε στο μεταξύ το σιρόπι και, όπως είναι ζεστό, το περιχύνουμε (αν είναι ζεστό και τα δύο λαπαδιάζει το γλυκό).

Σημείωση: Είναι πάρα πολύ παλιά συνταγή. Το γλυκό αυτό φτιάχνεται κυρίως στη Φλώρινα και το προσφέρουμε ή το πάμε σε χαρούμενες ώρες, δηλαδή αρραβώνες, γάμους, γεννήσεις, ή βαφτίσια.

### ΜΠΟΜΠΟΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΝΥΜΦΑΙΟΥ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ

- 350 γραμμ. καλαμποκάλευρο κοσκινισμένο καλά
- 110 γραμμ. βούτυρο
- 110 γραμμ. ζάχαρη
- 5 αυγά
- 80 γραμμ. τυρί τουλουμίσιο
- 120 γραμμ. γάλα
- 120 γραμμ. νερό
- λίγο σιμγδάλι ή αλεύρι για πασπάλισμα στο ταψί
- λίγη σόδα

Καίμε καλά το βούτυρο, το ρίχνουμε μέσα στο αλεύρι, και δουλεύοντας καλά με ξύλινο κουτάλι, προσθέτουμε το γάλα και τη ζάχαρη, καλά χτυπημένη με τα κροκάδια, τα ασπράδια χτυπημένα χωριστά με λίγη σόδα. Αδειάζουμε το χυλό που φτιάξαμε σε ταψάκι ( μάλλον βαθύ ) αλειμμένο με βούτυρο και πασπαλισμένο με αλεύρι και στρώνουμε καλά την επιφάνεια του χυλού.

Ψήνουμε τη μομπότα στο φούρνο και όταν κρυώσει, την κόβουμε όπως θέλουμε.

### ΚΕΙΚ ΚΑΡΥΔΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- γραμμ βούτυρο
- γραμμ γάλα
- γραμμ καρύδα
- γραμμ ζάχαρη
- αυγά
- 1 φακελάκι μπιάικιν πάουντερ
- 2 φλιτζάνια τσαγιού αλεύρι

Για το σιρόπι

- 750 γραμμ ζάχαρη
- 2 ποτήρια νερό
- 1 κουταλάκι του γλυκού ζουμί λεμονιού
- 1 χαρτάκι βανίλια

Χτυπάμε το βούτυρο σε λεκάνη ώσπου να ασπρίσει. Ρίχνουμε τη ζάχαρη και συνεχίζουμε το χτύπημα. Χτυπάμε τους κρόκους των αυγών και χωριστά τα ασπράδια σε μαρέγκα και τα ρίχνουμε ( κρόκους και ασπράδια ) στο μίγμα ζάχαρης - βουτύρου, καθώς και το γάλα. Ανακατεύουμε τη μπιάικιν με το αλεύρι και τα προσθέτουμε, κατόπιν την καρύδα και συνεχίζουμε το δούλεμα ώσπου να γίνει ένας χυλός στρωτός.

Βουτυρώνουμε ταψάκι Νο 45, αδειάζουμε μέσα το μίγμα και το ψήνουμε 45 λεπτά στους 200 βαθμούς. Στο μεταξύ, βράζουμε τη ζάχαρη με το νερό, προσθέτουμε το λεμόνι και τη βανίλια και βράζουμε 2 λεπτά. Αφήνουμε το κέικ να κρυώσει και το σιροπιάζουμε με καυτό το σιρόπι.

## ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ ΒΑΝΙΛΙΑΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 650 γραμμ αλεύρι
- 150 γραμμ ζάχαρη
- 150 γραμμ βούτυρο ή βιτάμ
- 1 1/2 κουταλάκι ανθρακική αμμωνία
- μισή κουταλιά του γλυκού αλάτι
- 2 αυγά
- 2 σωληνάκια βανίλια
- 1 ασπράδι αυγού

Βάζουμε το βούτυρο σε λεκάνη και το δουλεύουμε με το χέρι να μαλακώσει και να γίνει σαν αλοιφή. Ρίχνουμε τη ζάχαρη και συνεχίζουμε να δουλεύουμε με τη σπάτουλα, για 8 - 10 λεπτά, προσθέτοντας τ' αυγά και τη βανίλια, καθώς και την αμμωνία τριμμένη σκόνη. Τέλος, ρίχνουμε το αλεύρι με το αλάτι.

Ζυμώνουμε το μίγμα ώσπου να γίνει μια ζύμη σαν του ψωμού. Αν τυχόν είναι πολύ σφιχτή η ζύμη, τη ραντίζουμε με λίγο νερό και την τρίβουμε επάνω στο πλαστήρι να μαλακώσει. Αν είναι πολύ μαλακιά, της προσθέτουμε λίγο αλεύρι. Πλάθουμε τα κουλουράκια στο συνηθισμένο μέγεθος, τ' αραδιάζουμε σε λαμαρίνα και με πινέλο τ' αλείφουμε από πάνω με χτυπημένο ασπράδι αυγού.

Τα ψήνουμε σε δυνατό φούρνο μέχρι να ροδοξανθίσουν.

## ΜΑΛΕΜΠΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΟΡΕΣΤΙΑΔΑΣ ΕΒΡΟΥ

- 1 1/2 ποτήρι νισεστές
- 2 1/2 ποτήρια ζάχαρη
- 1/2 ποτήρι βυσσινάδα ή λίγη μτογιά κόκκινη που χρησιμοποιείται στα οινοποιεία για κρασί
- 1 - 2 κομμάτια κανέλα ακοπάνιστη
- 2 - 3 γαρύφαλλα
- λίγο ανθόνερο

Βάζουμε σε λεκανίτσα 1 ποτήρι νερό και ρίχνουμε το νισεστέ. Ανακατεύουμε καλά ώσπου το μίγμα γίνει σα γάλα. Βάζουμε σε άλλη κατασρόλα 7 ποτήρια νερό και την τοποθετούμε στη φωτιά. Μόλις αρχίσει να χοχλάζει, ρίχνουμε σιγά - σιγά το λιωμένο νισεστέ και ανακατεύουμε γρήγορα με ξύλινη κουτάλα, για να μη σβολιάσει, ώσπου να γίνει μια πηχτή κρέμα.

Προσθέτουμε μισό ποτήρι ζάχαρη, ανακατεύουμε καλά και κατεβάζουμε τη κατασρόλα από τη φωτιά. Αδειάζουμε το περιεχόμενο σε ταψί και αφού κρνώσει, το βάζουμε στο ψυγείο.

Ετοιμάζουμε το σιρόπι: Βάζουμε σε κατσαρόλα 2 ποτήρια νερό, την υπόλοιπη ζάχαρη (2 ποτήρια), την κανέλα, τα γαρύφαλλα και βράζουμε ώσπου να γίνει ένα αραιό σιρόπι.

Προσθέτουμε τη μπογιά ή το βύσσινο για να γίνει το σιρόπι κόκκινο και αφού κρυώσει, το βάζουμε στο ψυγείο.

Σερβίρουμε ως εξής: Βάζουμε σε κάθε μπολ 2 - 3 κομματάκια μαλεμπί, το σκεπάζουμε με το σιρόπι και το ραντίζουμε με ανθόνερο. Το πετυχημένο μαλεμπί πρέπει να κόβεται με το μαχαίρι, αλλά να μη σκάσει στο ταψί με το πάγωμα.

### ΡΟΔΑΚΙΝΑ ΓΛΥΚΙΣΜΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

- 300 γραμμ μέλι
- 1 ποτήρι νερού ζάχαρη
- 1 ποτήρι νερού βούτυρο φρέσκο λιωμένο
- 6 αυγά
- 2 χαρτάκια βανίλια
- 1 κουταλάκι σόδα
- 1 ποτηράκι κρασιού κονιάκ
- αλεύρι όσο σηκώσει

#### Για τη γέμιση

- 1/2 κιλό καρυδόψιχα κοπανισμένη
- 450 γραμμ γάλα βρασμένο
- 4 κουταλιές σούπας κακάο
- 4 κουταλιές σούπας ζάχαρη
- κόκκινη και κίτρινη μπογιά ζαχαροπλαστικού
- λίγη ζάχαρη για τύλιγμα (όχι άχνη)

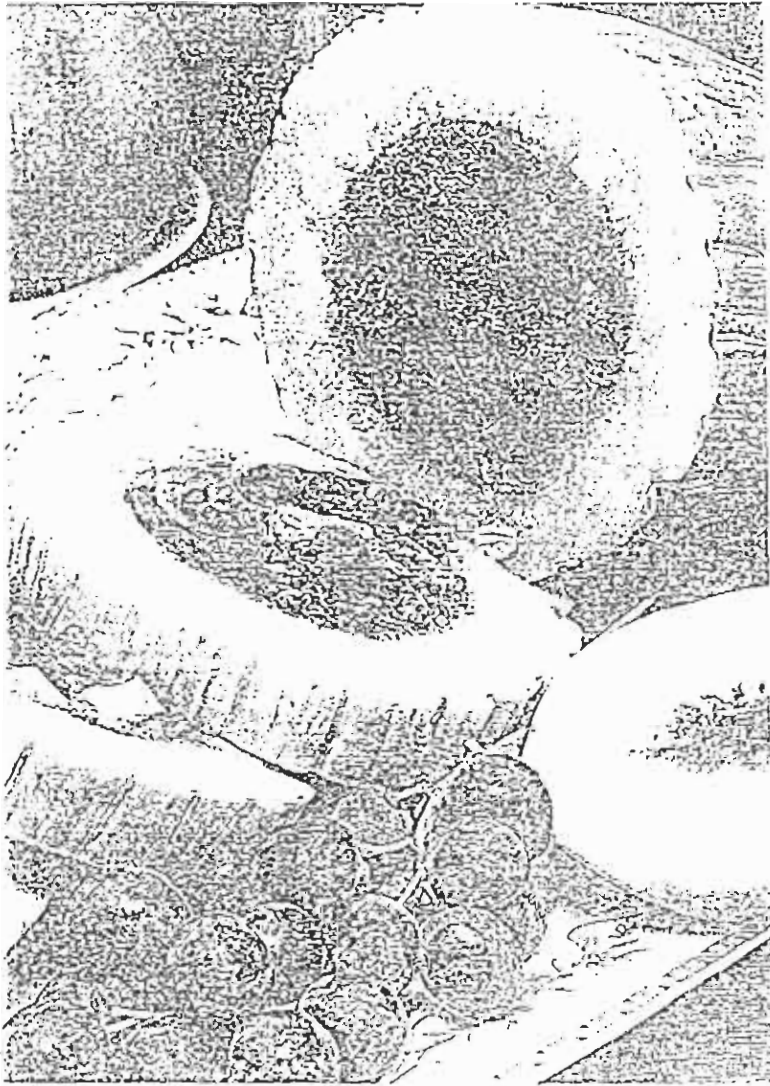
Δουλεύουμε τους κρόκους των αυγών με τη ζάχαρη μέσα στη λεκάνη. Όταν το μίγμα γίνει αφράτο, ρίχνουμε το λιωμένο βούτυρο, το μέλι, τη σόδα λιωμένη στο κονιάκ και τη βανίλια. Χτυπάμε χωριστά τα ασπράδια μαρέγκα, τα προσθέτουμε στο μίγμα και τα ανακατεύουμε όλα μαζί. Ρίχνουμε κατόπιν λίγο - λίγο αλεύρι, ώσπου να γίνει μια μαλακιά ζύμη.

Κόβουμε κομματάκια από τη ζύμη, όσο ένα καρύδι, τα κάνουμε μπαλάκια και τα τοποθετούμε σε ταψί βουτυρωμένο, αραιά γιατί φουσκώνουν.

Ζεσταίνουμε το φούρνο στους 200 βαθμούς και ψήνουμε όπως τους κουραμπιέδες. Ψημένα πρέπει να έχουν το σχήμα μισού ροδάκινου. Όσο είναι ζεστά ακόμα αφαιρούμε από την ίσια μεριά, με ένα κουταλάκι, λίγη ψίχα, ώστε να μοιάζουν με μισό ροδάκινο που έχουμε βγάλει το κουκούτσι.

Ανακατεύουμε σε λεκανίτσα την κοπανισμένη καρυδόψιχα, το γάλα, τις 4 κουταλιές κακάο και τις 4 κουταλιές ζάχαρη. Αν το μίγμα είναι αραιό τρίβουμε λίγη ψίχα απ' αυτήν που βγάλαμε με το κουταλάκι. Παίρνουμε λίγο μίγμα απ' αυτό, γεμίζουμε τα μισά ροδάκινα και κατόπιν τα ενώνουμε.

Όταν τελειώσουν όλα, με ένα πινελάκι, βάφουμε το μσό κόκκινο και το μσό κίτρινο, έτσι όπως είναι βρεγμένα, τα τυλίγουμε στη ζάχαρη. Τα σερβίρουμε σε πιπέλα και μοιάζουν με αληθινά ροδάκινα.



### ΠΕΠΟΝΑΚΙ ΓΕΜΙΣΤΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 1 πεπόνι μακρόστενο μέτριο (2 - 3 κιλά)
- διάφορα φρούτα εποχής για τη γέμιση
- 3 - 4 φύλλα ζελέ φράουλα ή 1 κουτί σκόνη

Παίρνουμε πεπονάκι μακρό, μάλλον μακρόστενο, το κόβουμε λίγο από πάνω και το αδειάζουμε. Το γεμίζουμε με ζελέ φράουλας, με διάφορα φρούτα της εποχής ψιλοκομμένα, καθώς και την ψίχα του πεποنيού ψιλοκομμένη.

Το τοποθετούμε στο ψυγείο και όταν έχει παγώσει καλά ο ζελές, το σερβίρουμε σε φέτες στρογγυλές δύο εκατοστά πάχος.

## ΜΑΡΚΑΝΤΑΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΑΙΓΙΝΙΟΥ ΠΙΕΡΙΑΣ

- 1 κιλό αλεύρι καλαμποκίσιο
- 1/2 κιλό νερό βραστό
- 1 ποτήρι του νερού σουσάμ καβουρδισμένο και κοπανισμένο
- 1 ποτήρι του νερού ζάχαρη

Βάζουμε το νερό στην κατσαρόλα και, μόλις βράσει, ρίχνουμε σιγά - σιγά το αλεύρι και το ανακατεύουμε με τον πλάστη ώσπου να πηχτώσει πολύ. Κατεβάζουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά.

Ανακατεύουμε και απλώνουμε σ' όλο τον πάτο του ταψιού το μισό σουσάμ και τη μισή ζάχαρη, και αδειάζουμε από πάνω το χυλό. Ισιώνουμε την επιφάνεια, πασπαλίζουμε με την υπόλοιπη ζάχαρη και το σουσάμ και αφήνουμε να κρυώσει. Κόβουμε κομμάτια και σερβίρουμε.

Σημείωση: Είναι πολύ παλιά συνταγή. Την έφτιαχναν τουλάχιστον πριν από 100 χρόνια.

## ΚΡΙΣ - ΚΡΙΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

- 1 πακέτο φρυγανιές μικρό
- 3 1/2 φλιτζάνια του τσαγιού νερό
- 3 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- 1 κιλό γάλα
- 1 φακελάκι βανίλια
- 5 - 6 κουταλιές σούπας κορν - φλάουερ
- 3 κουταλιές σούπας ζάχαρη
- 400 γραμμ σαντιγί
- λίγα καρύδια ψιλοκομμένα

Αραδιάζουμε τις φρυγανιές σε ταψί Νο 36. Βάζουμε στη κατσαρόλα το νερό και τη ζάχαρη, να πάρει 2 - 3 βράσεις στη φωτιά, και περιχύνουμε μ' αυτό το σιρόπι τις φρυγανιές. Διαλύουμε σε άλλη κατσαρόλα το κορν - φλάουερ με λίγο γάλα και κατόπιν ρίχνουμε και το υπόλοιπο. Βάζουμε τη κατσαρόλα στη φωτιά και βράζουμε, ανακατεύοντας τη κρέμα ώσπου να πήξει, και τη στρώνουμε πάνω στις φρυγανιές, αφού την αφήσουμε πρώτα να κρυώσει.

Χτυπάμε τη σαντιγί με τις 3 κουταλιές αχνή ζάχαρη και τη βανίλια και όταν η κρέμα πιάσει κρούστα, τότε ρίχνουμε από πάνω τη σαντιγί. Τη γαρνίρουμε με ψιλοκομμένα καρύδια και τη βάζουμε στο ψυγείο.

## ΚΥΔΩΝΙΑ ΦΟΥΡΝΟΥ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

- 8 κυδώνια
- 1 λεμόνι
- 100 γραμμ βούτυρο
- 3 - 4 κουταλιές σούπας κρέμα γάλακτος
- 150 γραμμ ζάχαρη
- 8 κουταλιές σούπας άχνη ζάχαρη
- 1 κουταλιά σούπας βούτυρο για το ταψάκι ή το πυρέξ

Ανάβουμε πρώτα το φούρνο σε μέτρια θερμοκρασία να κάψει.

Καθαρίζουμε τα κυδώνια, κόβουμε το πάνω μέρος και με κουταλάκι αδειάζουμε το εσωτερικό από τους σπόρους και τα χοντράδια, δημιουργώντας μια λακούβα. Στύβουμε στη λακούβα λίγο λεμόνι και περιχύνουμε εξωτερικά τα κυδώνια με το υπόλοιπο λεμόνι για να μη μαυρίσουν.

Βουτυρώνουμε το πυρέξ και αραδιάζουμε τα κυδώνια. Βάζουμε σε λεκανίτσα το βούτυρο, την κρέμα γάλακτος, την άχνη ζάχαρη και τα δουλεύουμε με ξύλινη κουτάλα ώσπου το μίγμα να γίνει λείο και αφράτο σαν κρέμα. Γεμίζουμε τη λακούβα που κάναμε στα κυδώνια με τη κρέμα, τα πασπαλίζουμε με 150 γραμμ ζάχαρη και τα ψήνουμε στο φούρνο ( που στο μεταξύ έχουμε έτοιμο ) μισή ώρα.

## ΓΕΜΙΣΤΑ ΦΡΟΥΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 8 μήλα στρογγυλά μέτρια
- 3 αχλάδια στρογγυλά
- μισό κιλό μέλι
- μα χούφτα κοπανισμένα καρύδια
- 16 κουταλιές ζάχαρη
- 1 χούφτα ασπρισμένα αμύγδαλα
- λίγη κανέλα
- 1/4 σαντιγί

Καθαρίζουμε τα μήλα και τα αχλάδια από την εξωτερική φλούδα και τα βράζουμε 5 λεπτά με λίγο νερό. Βγάζουμε τα φρούτα με τρυπητή κουτάλα προσεχτικά και τα τοποθετούμε σε λαμαρίνα. Σκάβουμε ένα - ένα τα φρούτα στη μέση, αφαιρώντας και τα κουκούτσια με μικρό κουτάλακι. Ανακατεύουμε σε λεκανίτσα τα κοπανισμένα καρύδια, τη ζάχαρη, την κανέλα και μα κουταλιά μέλι και με το μίγμα αυτό γεμίζουμε το άνοιγμα.



Βράζουμε χωριστά το ζουμί που έμεινε από το βράσιμο των φρούτων με το μέλι και κάνουμε σιρόπι. Περιχύνουμε ένα - ένα χωριστά τα φρούτα με το σιρόπι και βάζουμε τη λαμαρίνα στο φούρνο να ροδίσουν τα μήλα 15 - 20 λεπτά. Τοποθετούμε προσεχτικά τα μήλα και τα αχλάδια σε πιατέλα, αφήνουμε να κρυώσουν και κλείνουμε το άνοιγμα με σαντιγί. Στολίζουμε με τα ασπρισμένα αμύγδαλα τη σαντιγί και σερβίρουμε.

### ΤΟΥΡΤΑ ΜΕ ΜΗΛΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- 1 κιλό μήλα
- 3 φλιτζάνια αλεύρι
- 2 φλιτζάνια ζάχαρη
- 1 φλιτζάνι βούτυρο καλό
- 1 αυγό
- 1 φλούδα ενός λεμονιού ξυσμένη
- 1 κουταλάκι του γλυκού σόδα
- 1 ποτηράκι του λικέρ κονιάκ

Δουλεύουμε σε λεκάνη το βούτυρο ελαφρά μαλακωμένο, με ένα φλιτζάνι ζάχαρη. Προσθέτουμε το αυγό ολόκληρο, την ξυσμένη φλούδα λεμονιού και τη σόδα διαλυμένη μέσα στο κονιάκ. Τελευταία, προσθέτουμε όλο το αλεύρι και ( με τα δυο μας τα χέρια ) το τρίβουμε να γίνει σαν τραχανάς (δεν το ζυμώνουμε όπως το ψωμί).

Απλώνουμε τα  $\frac{3}{4}$  της ζύμης σε στρογγυλό βουτυρωμένο ταψί. Από πάνω ρίχνουμε τα μήλα καθαρισμένα και τριμμένα στο ρεντέ ( τρίφτη ). Πάνω στη στρώση του μήλου, ρίχνουμε το δεύτερο ποτήρι ζάχαρη και - αν θέλουμε - λίγο χυμό από λεμόνι. Σκεπάζουμε το μήλο με την υπόλοιπη ζύμη. Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο μισή ώρα.

### ΦΡΟΥΤΟΣΑΛΑΤΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΒΕΡΟΙΑΣ

- $\frac{1}{2}$  κιλό φράουλες
- 2 ροδάκινα
- $\frac{1}{2}$  φλιτζάνι του τσαγιού ζάχαρη
- $\frac{1}{2}$  φλιτζάνι του τσαγιού κοπανισμένα μπισκότα
- 1 χαρτάκι βανίλια

Βγάζουμε τα κοτσάνια από τις φράουλες, τις πλένουμε καλά και τις στραγγίζουμε. Το ίδιο κάνουμε και με τα ροδάκινα. Λιώνουμε καλά σε δοχείο ή μίξερ τις φράουλες, περνάμε από τον τρίφτη τα ροδάκινα και τα ρίχνουμε στις φράουλες. Προσθέτουμε τα μπισκότα κοπανισμένα, τη ζάχαρη, τη βανίλια και τα δουλεύουμε ώσπου να ενωθούν.

Ρίχνουμε το μίγμα σε μπολ και τα βάζουμε στη κατάψυξη περίπου δύο ώρες.

### ΜΕΚΙΚΙ ( ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΟ ΓΛΥΚΟ ) ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

- 1 3/4 του ποτηριού του νερού ψιλό σιμηγάλι
- 1 κιλό γάλα
- 1 κουταλάκι σόδα
- 5 αυγά
- 1/2 φλιτζάνι του καφέ κονιάκ
- 100 γραμμ βούτυρο

#### Για το σιρόπι

- 1/2 κιλό νερό
- 1 κιλό ζάχαρη
- ξύσμα λεμονιού ή βανίλια

Βράζουμε το γάλα και μόλις φουσκώσει, ρίχνουμε τμηματικά το σιμηγάλι, ανακατεύοντας συνέχεια, για να μη σβολιάσει. Μόλις πήξει, το κατεβάζουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε τη σόδα διαλυμένη στο κονιάκ.

Αφήνουμε το μίγμα για λίγο να κρυώσει. Χτυπάμε τ' αυγά ολόκληρα, τα ρίχνουμε μέσα και τ' ανακατεύουμε.

Βουτάμε τα χέρια μας στο λιωμένο βούτυρο, παίρνουμε από τη ζύμη κομματάκια και πλάθουμε τα μέκικι στο μέγεθος μας τηγανίτας. Τα αραδιάζουμε σε βουτυρωμένο ταγί, όχι πολύ κολλητά, και τα ψήνουμε σε μέτριο φούρνο. Όταν κρυώσουν, δένουμε το σιρόπι, όπου προσθέτουμε κατά προτίμηση βανίλια ή ξύσμα λεμονιού.

Τα σιροπιάζουμε βουτώντας τα λίγα - λίγα, στο σιρόπι που βράζει, όπως τα μελομακάρονα.

### ΜΗΛΑ ΜΕ ΚΑΡΑΜΕΛΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 6 μήλα
- 6 ξυλάκια
- 8 κουταλιές της σούπας νερό
- 340 γραμμ ζάχαρη
- 56 γραμμ βούτυρο
- 1 φλιτζάνι γάλα
- 1 κουταλιά της σούπας ξύδι

Πλένουμε καλά τα μήλα και τα περνάμε στα ξυλάκια. Ζεσταίνουμε το νερό και λιώνουμε τη ζάχαρη. Προσθέτουμε το γάλα, το ξύδι και το βούτυρο. Τα βράζουμε και τα ανακατεύουμε συνέχεια μέχρι να πάρουν χρώμα καφεκίτρινο.

Για να δούμε αν έγινε η καραμέλα, ρίχνουμε λίγη μέσα σε νερό. Αν στερεοποιηθεί είναι έτοιμη. Παίρνουμε τα μήλα, τα βουτάμε ένα - ένα μέσα στην κατσαρόλα, να πασαλειφτούν από παντού καλά. Έπειτα τα αφήνουμε να κρυσώσουν και να στερεοποιηθούν.

### ΑΤΖΑΜ ΠΙΛΑΦΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1/2 κιλό ρύζι για πιλάφι
- 1/2 κιλό ζάχαρη
- 100 γραμμ λάδι
- 100 γραμμ βούτυρο γάλακτος
- 1 χαρτάκι κανέλα
- 1 πακέτο φιδές

Βάζουμε σε κατσαρόλα 7 φλιτζάνια νερό. Καθαρίζουμε και πλένουμε το ρύζι. Το ρίχνουμε στη κατσαρόλα να βράσει για 10 λεπτά. Προσθέτουμε τη ζάχαρη, το αφήνουμε δύο λεπτά ακόμα να βράσει και το κατεβάζουμε.

Βάζουμε μεγάλο τηγάνι στη φωτιά με το λάδι και βούτυρο να κάψει.

Κόβουμε το φιδέ μακρά κομματάκια, δύο πόντους περίπου, και τον ρίχνουμε στο βούτυρο. Τον ανακατεύουμε ώσπου να κοκκινίσει καλά και έτσι όπως είναι κωτός, ζεματάμε το ρύζι. Το πασπαλίζουμε με κανέλα, το σκεπάζουμε με πετσέτα 10 λεπτά και το σερβίρουμε.

Σημείωση: Είναι ένα παραδοσιακό γλυκό της Κοζάνης που σερβιριζόταν τα παλιά χρόνια, αποκλειστικά στο τραπέζι του γάμου.

## ΜΠΟΜΠΟΤΑ ΜΕ ΣΤΑΦΙΔΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 7 - 8 φλιτζάνια τσαγιού αλεύρι καλαμποκίσιο
- 1 φλιτζάνι τσαγιού λάδι καλό ή βιτάμ
- 1 φλιτζάνι τσαγιού ζάχαρη ψιλή
- 2 φλιτζάνια τσαγιού σταφίδες ξανθές
- 2 πορτοκάλια το ζουμί τους
- 5 κουταλάκια γλυκού μπαίκιν πάουντερ ή σόδα
- ξύσμα πορτοκαλιού
- γλυκό κεράσι ή βύσσινο

### Για το σιρόπι

- 2 φλιτζάνια τσαγιού μέλι
- 2 φλιτζάνια τσαγιού νερό

Βάζουμε το αλεύρι σε πήλινη λεκάνη με το λάδι ή το βούτυρο, προσθέτουμε τη ζάχαρη, τις σταφίδες καθαρισμένες και πλυμένες, το ζουμί των πορτοκαλιών και το ξύσμα, ανακατεύουμε όλα μαζί καλά, ρίχνουμε λίγο χλιαρό νερό και κάνουμε ένα χυλό. Στο τέλος ρίχνουμε το μπαίκιν πάουντερ ή τη σόδα, ανακατεύουμε καλά και γυρίζουμε το χυλό σε ανάλογο λαδωμένο ταψί.

Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο 40 - 45 λεπτά φροντίζοντας να πάρει καστανό χρώμα. Όταν τη βγάλουμε από το φούρνο, έχουμε έτοιμο το σιρόπι και περιχύνουμε τη μπομπότα. Αφήνουμε να κρυώσει, την κόβουμε σε κομμάτια και τη σερβίρουμε προσθέτοντας από πάνω κεράσι γλυκό ή βύσσινο.

## ΠΟΥΤΙΓΚΑ ΜΕ ΡΥΖΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

- 1 1/2 κιλό γάλα
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού ρύζι
- 2 φλιτζάνια του τσαγιού ζάχαρη
- ξύσμα λεμονιού ή πορτοκαλιού ή βανίλια ή λίγη κανέλα
- 1 φλιτζάνι του τσαγιού αμύγδαλα καθαρισμένα και κομμένα
- 6 αυγά
- 1 κουταλιά της σούπας βούτυρο ή φυτίνη

Βράζουμε το γάλα με το ρύζι σε μεγάλη κατσαρόλα. Όταν χυλώσει το ρύζι, ρίχνουμε τη ζάχαρη και το αφήνουμε να πήξει, όπως το ρυζόγαλο. Το κατεβάζουμε από τη φωτιά, το αφήνουμε να κρυώσει τελείως και προσθέτουμε τ' αυγά ολόκληρα, το βούτυρο, το άρωμα (ξύσμα λεμονιού ή πορτοκαλιού ή βανίλια ή κανέλα) και τα αμύγδαλα, ανακατεύοντας συνεχώς.

Απλώνουμε το μίγμα σε βουτυρωμένο ταψί. Το ψήνουμε στο φούρνο, στην αρχή στους 300 βαθμούς και έπειτα στους 200.

### ΦΡΥΓΑΝΙΕΣ ΜΕ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ

- 140 γραμμ φουντούκι
- 140 γραμμ ζάχαρη
- 3 αυγά
- 200 γραμμ αλεύρι

Δουλεύουμε τα κροκάδια των αυγών με τη ζάχαρη. Προσθέτουμε τα φουντούκια (ολόκληρα και ακαβούρδιστα), τ' ασπράδια των αυγών - χτυπημένα μαρέγκα - και τέλος, το αλεύρι. Βάζουμε τα μίγμα σε βουτυρωμένη φόρμα, μακρόστενη και το ψήνουμε ώσπου να ροδίσει.

Το βγάζουμε από το φούρνο, αφήνουμε να κρυώσει, το τυλίγουμε σε βρεγμένη πετσέτα και το αφήνουμε 5 - 6 ώρες για να μαλακώσει. Το κόβουμε με το μαχαίρι σε πολύ λεπτές φέτες και τις αραδιάζουμε στο ταψί. Τις βάζουμε λίγα λεπτά να ψηθούν, και είναι έτοιμες. Είναι πολύ νόστιμα βουτήματα και διατηρούνται πολύ καιρό.

### ΤΟΥΡΤΑ ΜΕ ΚΑΣΤΑΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΞΑΝΘΗΣ

- 3 κιλά κάστανα
- 3 φλιτζάνια τσαγιού ζάχαρη
- 4 φλιτζάνια τσαγιού γάλα
- μσό φλιτζάνι τσαγιού άχνη ζάχαρη
- 1 μεγάλο πακέτο βιτάμ (250 γραμμ.)
- 750 γραμμ μπισκότα σαβαγιάρ
- 1/2 κιλό σαντιγί
- 2 χαρτάκια άρωμα βανίλιας
- 1/2 κιλό γάλα για τα μπισκότα
- 1 ποτηράκι του λικέρ κονιάκ

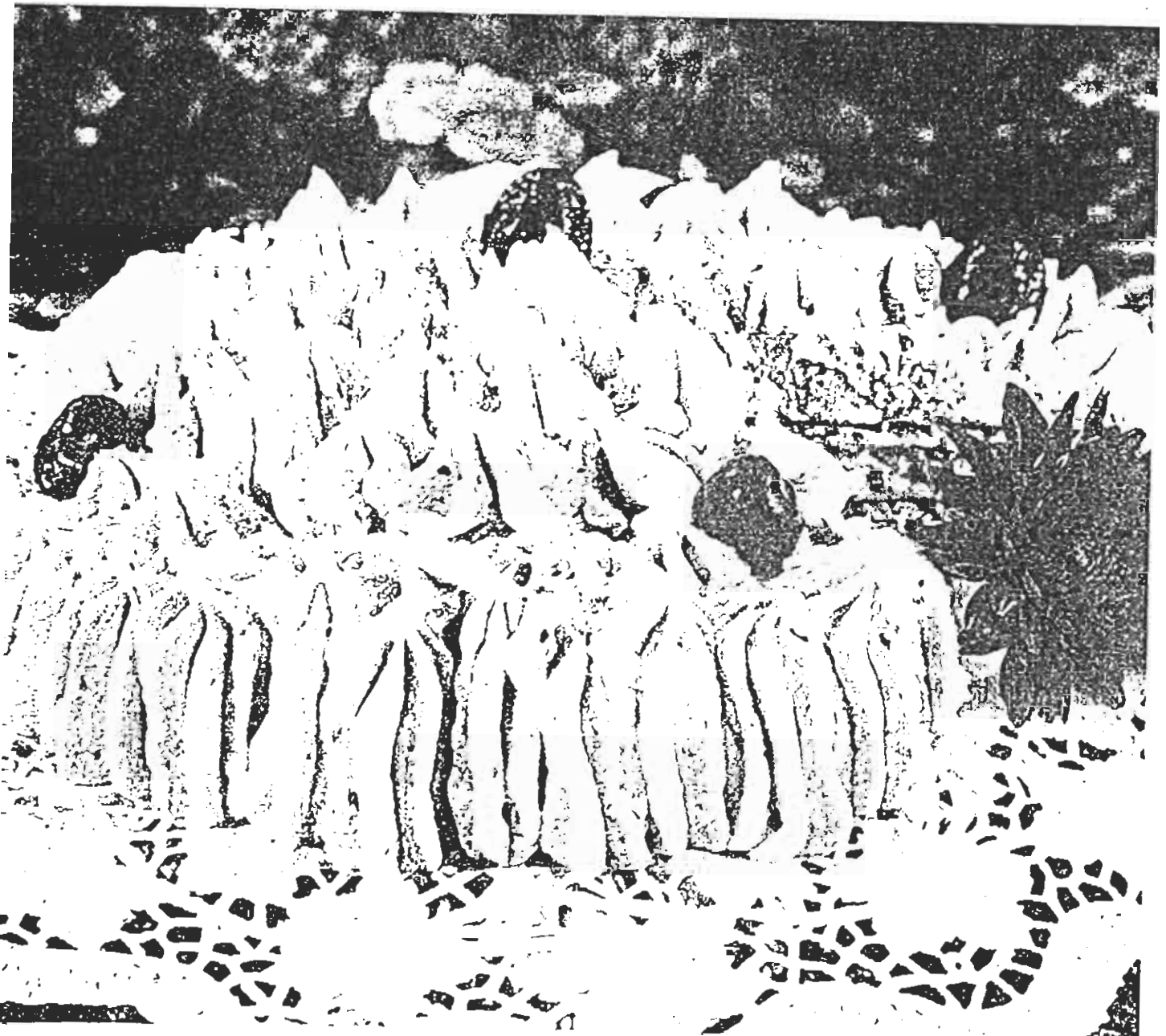
Βράζουμε καλά τα κάστανα, τα ξεφλουδίζουμε και όσο είναι ακόμα ζεστά, τα περνάμε από το μύλο του πουρέ. Στην κατσαρόλα, ρίχνουμε τον πουρέ, 4 φλιτζάνια γάλα, τη ζάχαρη και όλα μαζί τα ανακατεύουμε να γίνει

μα κρέμα. Βάζουμε τη κατσαρόλα στη φωτιά και βράζουμε το μίγμα ώσπου να πήξει καλά και χωρίς να σταματήσουμε το ανακάτεμα, για να μην κολλήσει.

Την κατεβάζουμε κατόπιν από τη φωτιά και αφήνουμε το μίγμα να κρυώσει. Δουλεύουμε το βιτάμ ( το κρατάμε έξω από το ψυγείο για να είναι μαλακό) με την άχνη ζάχαρη, ρίχνουμε και το άρωμα βανίλιας και τα ανακατεύουμε με τον πουρέ.

Αδειάζουμε το γάλα και το κονιάκ σε βαθύ σκεύος. Βουτάμε ένα - ένα τα σαβαγιάρ και αραδιάζουμε μια στρώση μέσα σε στρογγυλή πιπέλα. Από πάνω βάζουμε μια στρώση από το μίγμα του κάστανου και συνεχίζουμε μια δυο στρώσεις ακόμα μέχρι να τελειώσουν τα υλικά μας.

Γαρνίρουμε κατόπιν την επιφάνεια της τούρτας με σαντιγί και με φρούτα της αρεσκείας μας και τη βάζουμε στο ψυγείο να σφίξει.



## ΠΑΓΩΤΟ ΒΑΝΙΛΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό γάλα
- 10 κρόκοι αυγών
- 300 γραμμ ζάχαρη
- 4 χαρτάκια βανίλια

Χτυπάμε στη κατσαρόλα πολύ καλά τους κρόκους με τη ζάχαρη. Ρίχνουμε σιγά - σιγά χλιαρό το γάλα ανακατεύοντας συνεχώς. Βάζουμε τη κατσαρόλα στη φωτιά, προσθέτουμε τις βανίλιες και χωρίς να σταματήσουμε το ανακάτεμα, προσέχουμε να μη πάρει βράση η κρέμα (ας την ονομάσουμε έτσι γιατί δεν πήζει), γιατί τότε θα κόψουν τα αυγά.

Αφήνουμε να κρυώσει και την αδειάζουμε σε χειροκίνητη ή σε ηλεκτρική παγωτιέρα για να πήξει. Αν δεν έχουμε καμιά από τις δυο παγωτιέρες, τότε θα ξεπαγώσουμε την κατάψυξη και θα ανεβάσουμε τη ψύξη.

Αδειάζουμε την κρέμα σε γυάλινη σουπιέρα, την τοποθετούμε στην κατάψυξη και ύστερα από μισή ώρα, την χτυπάμε με ροδάκι για να διαλυθούν τα μικρά παγάκια που θα σχηματιστούν.

Την αδειάζουμε πάλι στο γυάλινο σκεύος και την ξαναβάζουμε στη κατάψυξη. Ύστερα από 3 - 4 ώρες, το παγωτό μας είναι έτοιμο.

## ΚΟΡΜΟΣ Ή ΣΑΛΑΜΙ • ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

φράουλα • 1/2 κιλό μπισκότα γεμιστά ( με σοκολάτα, με πορτοκάλι, με

- κ.λ.π. )
- 1/2 κιλό μπισκότα μακρόστενα
- 1 πακέτο μεγάλο φρέσκο βούτυρο
- 3 αυγά
- 250 γραμμ κακάο
- 1/2 κιλό ζάχαρη
- 1 φλιτζάνι τσαγιού αμυγδαλόψιχα
- 1 φλιτζάνι τσαγιού καρυδόψιχα
- 2 ποτηράκια του λικέρ κονιάκ και λικέρ ανάμικτα
- 250 γραμμ κουβερούρα
- 100 γραμμ ινδική καρύδα
- 1 λαδόκολλα

Χτυπάμε τους κρόκους με τη ζάχαρη και χωριστά τα ασπράδια, τα οποία κάνουμε μαρέγκα. Προσθέτουμε τα ασπράδια στους κρόκους, το βούτυρο λιωμένο και κατόπιν, το κακάο, το κονιάκ - λικέρ και όλα μαζί τα

δουλεύουμε ώσπου να γίνει ένα μίγμα. Στη συνέχεια, σπάμε σε μικρά κομμάτια τα γεμιστά και μακρόστενα μπισκότα και τα ρίχνουμε στο μίγμα.

Προσθέτουμε τα αμύγδαλα και τα καρύδια χοντροκοπανισμένα και όλα μαζί τα ανακατεύουμε να γίνει ένα μίγμα μάλλον σκληρό. Του δίνουμε σχήμα σαλαμού, το τυλίγουμε σφιχτά στη λαδόκολλα και το βάζουμε 3 - 4 ώρες στη κατάψυξη. Κατόπιν, λιώνουμε τη κουβερτούρα και το περιχύνουμε ή την αλείφουμε με το μαχαίρι και μόλις μσοκρνώσει, κυλάμε τον κορμό πάνω στη τριμμένη καρύδα.

Τοποθετούμε τον κορμό σε πιατέλα και τον διατηρούμε στο ψυγείο. Όταν θέλουμε να σερβίρουμε, κόβουμε φέτες.

### ΠΑΛΕΖΕΣ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 2 ποτήρια του νερού νισεστέ
- 3 κιλά μούστο
- καρύδια χοντροκοπανισμένα για πασπάλισμα
- κανέλα για πασπάλισμα

Βράζουμε το μούστο και αφαιρούμε κάθε τόσο τον αφρό. Όταν αρχίσει να δένει, ρίχνουμε σιγά - σιγά τον νισεστέ και ανακατεύουμε συνέχεια με ξύλινο κουτάλι, ώσπου να πήξει και να γίνει σα κρέμα. Σερβίρουμε αμέσως τη κρέμα σε γυάλινη πιατέλα ή σε μπολ μικρό και την πασπαλίζουμε με χοντροκοπανισμένα καρύδια και κανέλα.

Πως γίνεται ο νισεστές:

Χρησιμοποιούμε άσπρο σιτάρι καλής ποιότητας. Καθαρίζουμε 5 κιλά σιτάρι από πέτρες και χώματα. Το βάζουμε στη λεκάνη σκεπασμένο με νερό, το οποίο φροντίζουμε κάθε μέρα να αλλάζουμε επί 40 μέρες. Κατόπιν το στραγγίζουμε καλά και το αφήνουμε σε πετσέτα να στεγνώσει. Όταν στεγνώσει καλά, το στουμπίζουμε στο γουδί και η σκόνη που παίρνουμε είναι ο νισεστές.

### ΛΙΚΕΡ ΒΥΣΣΙΝΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

- 2 κιλά ώριμο και γερό βύσσινο
- 2 κιλά ζάχαρη
- 2 κιλά κονιάκ καλό



- 5 - 6 γαρύφαλλα ολόκληρα
- φλούδα από λεμόνι

Πλένουμε και καθαρίζουμε από τα κουκούτσια και από τα κοτσάνια το βύσσινο. Σε ένα γυάλινο βάζο με φαρδύ στόμο βάζουμε το βύσσινο, το κονιάκ, τη ζάχαρη, τα γαρύφαλλα, τις φλούδες από το λεμόνι και κλείνουμε καλά το βάζο. τοποθετούμε το βάζο σε ένα μέρος που να το βλέπει ήλιος όλη τη μέρα και το αφήνουμε όλο το καλοκαίρι.

Κατόπιν το σουρώνουμε από μεταξωτό ύφασμα για να μην πέσουν χοντράδια, αλλά να είναι λαμπτικαρισμένο το ποτό και το αδειάζουμε σε μπουκάλια.

### ΛΙΚΕΡ ΑΠΟ ΚΡΑΝΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 2 κιλά κράνα
- 2 κιλά κονιάκ
- 2 κιλά ζάχαρη
- 2 κομμάτια κανέλα
- 5 - 6 γαρύφαλλα ολόκληρα
- 1 μοσχοκάρυδο

Πλένουμε καλά τα κράνα. Τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε σε γυάλινο δοχείο με μεγάλο στόμο. Ρίχνουμε τη ζάχαρη, τη κανέλα, τα γαρύφαλλα, το μοσχοκάρυδο και από πάνω το κονιάκ. Τα αφήνουμε 40 μέρες στον ήλιο, ανακινώντας κατά διαστήματα το δοχείο για να λιώσει η ζάχαρη.

Ύστερα από 40 μέρες, περνάμε το περιεχόμενο του δοχείου από τουλπάνι και αδειάζουμε το λικέρ σε μπουκάλια. Είναι λικέρ με πολύ λεπτό άρωμα και μπορούμε να το πιούμε ευχάριστα.

### ΛΙΚΕΡ ΑΠΟ ΔΥΟΣΜΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΑΒΑΛΑΣ

- 3 - 4 ματσάκια φρέσκο δυόσμο
- 4 - 5 κομμάτια κανέλα ξύλο
- 15 γαρύφαλλα ολόκληρα
- 2 μοσχοκάρυδα
- 1/2 κιλό τσίπουρο
- 1/2 κιλό ούζο

•ζάχαρη (να τα σκεπάζει)

Πλένουμε καλά το δυόσμο και τον τοποθετούμε ολόκληρο, όπως είναι με τα κοτσάνια, σε δοχείο με μεγάλο στόμο. Προσθέτουμε τα γαρύφαλλα, την κανέλα, τα μοσχοκάρυδα ολόκληρα ή κομμένα στη μέση και όλα αυτά τα σκεπάζουμε με ζάχαρη.

Κλείνουμε το βάζο και το αφήνουμε στον ήλιο 10 μέρες. Κάθε τόσο κουνάμε ελαφρά το βάζο για να λιώνει σιγά - σιγά η ζάχαρη. Ύστερα από 10 μέρες, ρίχνουμε το ούζο και το τσίπουρο (προσοχή κονιάκ δεν θέλει καθόλου) και το αφήνουμε στον ήλιο άλλο ένα μήνα.

Στη συνέχεια το περνάμε από τουλπάνι και το αδειάζουμε σε μπουκάλια. Είναι ποτό με πολύ όμορφη και δροσερή γεύση.

### ΛΙΚΕΡ ΑΠΟ ΚΑΡΥΔΙΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΣΕΡΡΩΝ

- 5 καρυδάκια πράσινα, πριν δέσουν καρπό
- 1 κιλό ζάχαρη
- 1 κιλό ούζο
- 5 γαρύφαλλα
- 2 κομμάτια κανέλα

Βάζουμε τα καρυδάκια σε γυάλινο δοχείο. Ρίχνουμε από πάνω τη ζάχαρη, τα γαρύφαλλα, την κανέλα και στο τέλος το ούζο. Αφήνουμε το δοχείο στον ήλιο 30 μέρες και κατά διαστήματα ανακατεύουμε τα υλικά για να λιώσει η ζάχαρη και να βγάλουν καλά το χυμό τους τα καρύδια.

Αφού περάσουν οι 30 μέρες, περνάμε από τουλπάνι το περιεχόμενο του δοχείου, το αδειάζουμε σε μπουκάλια και το λικέρ μας είναι έτοιμο να το σερβίρουμε.

### ΛΙΚΕΡ ΑΠΟ ΒΑΤΟΜΟΥΡΑ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

- 1 κιλό βατόμουρα
- 1 κιλό ούζο
- 750 γραμμ ζάχαρη
- 3 - 4 γαρύφαλλα
- 1 κομμάτι κανέλα

Μαζεύουμε από τα χωράφια βατόμουρα μαύρα και γερά. Τα πλένουμε προσεχτικά να μη λιώσουν, τα στραγγίζουμε και τα βάζουμε σε γυάλινο δοχείο. Προσθέτουμε τα γαρύφαλλα, την κανέλα, τη ζάχαρη και το ούζο.

Κλείνουμε το δοχείο και το βάζουμε 40 μέρες στην ήλιο. Κουνάμε το βάζο κατά διαστήματα για να λιώσει η ζάχαρη και τα βατόμουρα να αφήνουν το ζουμί τους.

Ύστερα από 40 μέρες, περνάμε από σουρωτήρι που μέσα έχουμε στρώσει μεταξωτό πανί, το μίγμα του βάζου και αδειάζουμε το λαμπικαρισμένο πια λικέρ σε μπουκάλια. Είναι ωραιότατο λικέρ και κρατάει χρόνια. Όσο περνάει ο καιρός, τόσο καλύτερο γίνεται.

### ΣΤΟΜΑΧΙΚΟ ΚΟΖΑΝΙΤΙΚΟ ΣΠΕΣΙΑΛΙΤΕ ΚΟΖΑΝΗΣ

- 1 κιλό και 320 γραμμ ρακή
- 1 χούφτα σπιντζιρκά ( πιπερόριζα, τζιτζιφύλλι, κόλινδρος, μαυροπίπερο,
- κανέλα ξύλο, γαρύφαλλα ολόκληρα, μοσχοκάρυδο)
- 1/2 κιλό ζάχαρη
- 1 ποτήρι του νερού νερό
- 4 - 5 ύπερους από κρόκο ( πωλείται σε φαρμακεία)

Χοντροκοπανίζετε τα σπιντζιρκά ( θα τα βρείτε στα καταστήματα που πωλούν διάφορα βότανα ) και τα δένετε μέσα σε τουλπάνι. βάζετε σε γυάλινο βάζο τη ρακή και τοποθετείτε μέσα το τουλπάνι με τα κοπανισμένα αρωματικά δηλ. την πιπερόριζα, τζιτζιφύλλι, κόλινδρο, μαυροπίπερο, ξύλο κανέλας, γαρύφαλλα ολόκληρα και το μοσχοκάρυδο.

Κλείνετε καλά το βάζο και το αφήνετε σε μια γωνιά της κουζίνας.

Συχνά πυκνά ανακινάτε το βάζο και το αφήνετε για 40 μέρες. Μετά ετοιμάζετε το σιρόπι. Βράζετε τη ζάχαρη με το νερό 2 - 3 λεπτά. Αφαιρείτε από το βάζο το τουλπάνι με τα σπιντζιρκά και περνάτε από διπλό τουλπάνι τη ρακή.

Όταν κρυσταλλώνει το σιρόπι, το ανακατεύετε με τη ρακή και το δοκιμάζετε. Αν είναι πολύ καυτερό, ετοιμάζετε λίγο ακόμα σιρόπι και το προσθέτετε. Αν θέλετε το ποτό σας να έχει κοκκινωπό χρώμα, θα ρίξετε στο βάζο, λίγη ώρα πριν το σουρώσετε, 4 - 5 ύπερους από κρόκο.

Σημείωση: το "στομαχικό " έχει χωνευτικές ιδιότητες. Όλα τα βότανα που χρησιμοποιούνται για την παρασκευή του είναι κατάλληλα για να ελαφρύνουν ένα βαρύ στομάχι μετά από πολυφαγία.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Εγκυκλοπαίδεια Φυτράκη
2. Ζήσης, Μ. Ε, Ο Θέρος στο Ανδήτη, Θρακικά , 1939
- 3 . Κυριακίδης, Στίλβων, Ελληνική Λαογραφία, Αθήνα 1958
4. Κυριακίδου - Νέστωρος, Άλκη, Η Ελληνική λαογραφία στη σύγχρονη προοπτική.
5. Λαογραφικά Θράκης- Παπαθανάση - Μουσιπούλου Καλλιόπη Τόμος Α΄
6. Λαογραφικά Μελετήματα, Αθήνα 1975
7. Μέγας Γεώργιος, Ζητήματα Ελληνικής Λαογραφίας, Αθήνα, 1938
8. Περιοδικό «7 μέρες TV»
9. Περιοδικό «Θησαυρός»
10. Πολίτης, Ν. Γ, Λαογραφικά Αθήνα 1931

