



Οι συνταγές του Δ2
1ο Δημοτικό Σχολείο Γιαννιτσών
2013-2014

Πορτοκαλόπιτα

Υλικά:

- 4 αυγά
- 1 πακέτο φύλλο κρούστας
- 1 γιαούρτι στραγγιστό
- 1 βανίλια + 1 μπέικιν
- 4 πορτοκάλια το ξύσμα (2 μέσα + 2 πάνω)
- 1 ποτήρι ζάχαρη
- 1 ποτήρι σπορέλαιο (200 γραμμάρια)

Υλικά για το σιρόπι:

- Ξύσμα 2 πορτοκαλιών
- 3 1/2 ποτήρια νερό
- 2 1/2 ποτήρια ζάχαρη

Εκτέλεση:

Χτυπάμε τα αυγά, τη ζάχαρη, το γιαούρτι, τη βανίλια και το ξύσμα των 2 πορτοκαλιών. Σε λεκάνη τρίβουμε πολύ ψιλό ένα-ένα κάθε φύλλο κρούστας. Ρίχνουμε από πάνω το χτυπημένο μείγμα και ανακατεύουμε πολύ καλά. Βουτυρώνουμε το ταψί (1 δόσης) και ρίχνουμε το μείγμα. Ψήνουμε πολύ καλά στου 180 βαθμούς μέχρι οι άκρες να αρπάξουν.

Εκτέλεση (σιρόπι):

Αφού ανακατέψουμε τα υλικά βράζουμε για 10 λεπτά και το περικύνουμε ζεστό πάνω στην πορτοκαλόπιτα.

Μαγειρεύει η Χριστίνα Γάκου

Αγαπημένο φαγητό:
Μουσακάς
Αγαπημένο γλυκό:
Προφιτερόλ
Αγαπημένο φρούτο:
Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθήτρια της Δ' τάξης.
Μου αρέσει να βγαίνω
βόλτες με τις φίλες μου, να
ακούω μουσική και να παίζω
παιχνίδια στον Η/Υ.

Cheese Cake

Υλικά:

- 1 πακέτο πτι-μπερ & 8 μπισκότα
- 1 βούτυρο soft
- λίγη κανέλα
- 1 κουτί μόρφατ
- 1 κουτί ζαχαρούχο
- 1 κουτί τυρί κρέμα(βάζω φιλαδέλφια)-200γρ
- 1 φλυτζανάκι χυμό λεμόνι
- 1 βαζάκι μαρμελάδα βατόμουρο ή βύσσινο ή φρούτα του δάσους.

Εκτέλεση:

- 1.Χτυπάμε στο μπλέντερ τα μπισκότα μέχρι να γίνουν σκόνη.Στη συνέχεια μπισκότα & βούτυρο & κανέλα στο μίξερ μέχρι να γίνουν ομοιόμορφη μάζα,την οποία στρώνουμε σε φόρμα κουμπωτή και τα βάζουμε στο ψυγείο.
- 2.Για την κρέμα χτυπάμε τη μόρφατ & 3 κουταλιές της σούπας νερό& 2/3 ζαχαρούχου & τυρί κρέμα & λεμόνι και τα στρώνουμε πάνω στη βάση.Τα αφήνουμε στο ψυγείο για 2 ώρες.
3. Χτυπάμε τη μαρμελάδα στο μπλέντερ με μια κουταλιά κονιάκ & μια κουταλιά νερό,τη στρώνουμε πάνω από την κρέμα και στο ψυγείο!

Μαγειρεύει ο

Δημοσθένης Γκιργκινούδης

Αγαπημένο φαγητό:
Σουβλάκι με πατάτες
Αγαπημένο γλυκό:
Κορμός
Αγαπημένο φρούτο:
Μπανάνα

Περιγραφή του εαυτού μου:
Πηγαίνω στην Δ' τάξη και
μου αρέσει να παίζω
ηλεκτρονικά παιχνίδια.

Ρυζόγαλο

Υλικά

1/2 κούπα ρύζι καρολίνα
1 και 1/2 κούπα νερό
1/4 κουταλάκι αλάτι
τέσσερις κούπες γάλα
δύο κουταλιές κορν φλάουρ
λίγη βανίλια
1/2 κούπα ζάχαρη
κανέλα

Εκτέλεση

Βάλτε το ρύζι σε σουρωτήρι και ξεπλύνετε το με λίγο νερό. Βάλτε το νερό και το αλάτι σε κατσαρόλα επάνω σε δυνατή φωτιά. Όταν αρχίσει να βράζει, ρίξτε το ρύζι. Χαμηλώστε τη φωτιά και σιγοβράστε. Στο μεταξύ χωρίστε 1/4 κούπας γάλα και διαλύστε σ' αυτό το κορν φλάουρ. Βράστε το υπόλοιπο γάλα και ρίξτε το μαζί με τη ζάχαρη στην κατσαρόλα με το ρύζι. Ανακατέψτε, σκεπάστε και και σιγοβράστε επί 20 λεπτά. Ρίξτε το κορν φλάουρ και βράστε άλλα 5 λεπτά. Κατεβάστε από τη φωτιά και μοιράστε το ρυζόγαλο σε 6 μπολάκια. Όταν κρυώσει πασπαλίστε τα με λίγη κανέλα.

Μαγειρεύει ο Νίκος Γρηγοριάδης

Αγαπημένο φαγητό:
Σνίτσελ
Αγαπημένο γλυκό:
Εκμέκ κανταΐφ
Αγαπημένο φρούτο:
Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθητής της Δ' τάξης.
Στον ελεύθερο μου χρόνο
μ'αρέσει να παίζω με τον
μπαμπά μου και να βλέπω
τηλεόραση.

Τουρλού

Υλικά

- 300 γραμμάρια φασολάκια
- 300 γραμμάρια μελιτζάνες
- 300 γραμμάρια κολοκύθια
- 300 γραμμάρια πατάτες
- 150 γραμμάρια καρότα
- δυο πράσινες πιπεριές
- 2-3 ντομάτες ξεφλουδισμένες και κομμένες
- 1 κουταλιά της σούπας ντοματοπελτέ
- 1 κοφτό κουταλάκι του γλυκού ζάχαρη
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 2 κύβους ζωμό κότας μαϊντανό
- δυσόσμο (προαιρετικά)
- 3/4 φλιτζανιού
- 2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα

Εκτέλεση

Καθαρίζετε, πλένετε και κόβετε τα λαχανικά σε περίπου ίσα κομμάτια. Πασπαλίζετε με μπόλικο αλάτι τις μελιτζάνες και τα κολοκύθια και τα αφήνετε να μείνουν περίπου μισή ώρα. Μετά τα ξεπλένετε και τα στύβετε ή τα στραγγίζετε καλά. Ζεσταίνετε το λάδι στη χύτρα και σοτάρετε τα κρεμμύδια, ωσότου ροδίσουν προσθέτετε όλα τα υπόλοιπα υλικά κλείνετε τη χύτρα και μαγειρεύετε το φαγητό για 5-7 λεπτά.

Μαγειρεύει η

Δέσποινα Ζουμπουρδικούδη

Αγαπημένο φαγητό:
Γαριδομακαρονάδα
Αγαπημένο γλυκό:
Τούρτα
Αγαπημένο φρούτο:
Μήλο

Περιγραφή του εαυτού μου:
Μου αρέσει να κάνω Moto
Cross

Κοτόπουλο φούρνου

Υλικά

Ένα Κοτοπουλο

Πολυχρωμες πιπεριες

Μανιτάρια

Κρεμμύδι ξερό

Πατάτες

Λάδι, αλάτι, πιπέρι, λεμόνι

Εκτέλεση

Κόβουμε σε ροδέλες τις πιπεριές. Τα μανιτάρια τα χρησιμοποιούμε ολόκληρα. Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι.

Βάζουμε όλα υλικά στο ταψί και προσθέτουμε λάδι, αλάτι, πιπέρι και λεμόνι.

Ψήνουμε μέχρι να ροδίσει το κοτόπουλο.

Μαγειρεύει η

Μαρία Ιμπράμογλου

Αγαπημένο φαγητό:

Κοτόπουλο

Αγαπημένο γλυκό:

Κέικ

Αγαπημένο φρούτο:

Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:

Είμαι μαθήτρια της Δ' τάξης.

Μου αρέσει να ακούω

μουσική και να παίζω

παιχνίδια στο κινητό μου.

Χταποδάκι κοκκινιστό

Υλικά

Ένα χταπόδι

Μια κόκκινη πιπεριά

Μια κίτρινη

Μια πράσινη πιπεριά

Ένα κουτί χυμό ντομάτας

Λίγο πελτέ

Ένα ποτήρι ξύδι

Λίγο αλάτι

Εκτέλεση

Διαβάστε λοιπόν πως θα το μαγειρέψετε. Καθαρίζουμε και πλένουμε πολύ καλά το χταπόδι. Το βάζουμε στην κατσαρόλα,ρίχνουμε νερό μέχρι να σκεπαστεί καλά και μετά ρίχνουμε το ποτήρι με το ξύδι. Κλείνουμε την κατσαρόλα και το αφήνουμε να σιγοβράσει για μία ώρα ή και περισσότερο ανάλογα με το πόσο σκληρό είναι το χταπόδι. Καλό θα είναι να δοκιμάζετε πού και πού για να δείτε αν έγινε. Το χταπόδι σας θα βράσει πιο γρήγορα και θα γίνει πιο νόστιμο,αν το αγοράσετε αρκετές μέρες πριν και αφού το καθαρίσετε και το βάλετε στην κατάψυξη. Έτσι θα "σιτέψει" όπως λέμε. Δηλαδή θα μαλακώσει και δεν θα χρειάζεται πολύ βράσιμο. Το κόβετε κομματάκια και το αφήνετε στην άκρη. Βάζετε λίγο λάδι στο τηγάνι και αφού ζεσταθεί,ρίχνετε μετά το χταπόδι. Το αφήνετε 5-7 λεπτά για να πάρει το λάδι τη μυρωδιά του χταποδιού και το βγάζετε. Ρίχνετε μετά τις κομμένες πιπεριές και τις αφήνετε μέχρι να μαραθούν καλά. Στη συνέχεια ρίχνετε το χυμό ντομάτας, τον πελτέ και το χταπόδι και τ'αφήνετε να σιγοβράσουν. Βάζετε το χταπόδι σε μια βαθιά πιατέλα,το γαρνίρετε με λίγο μαϊντανό και το σερβίρετε. Μια νόστιμη ιδέα είναι να συνοδέψετε το χταπόδι με πιλάφι. Καλή επιτυχία και καλή όρεξη.

Μαγειρεύει η Χριστίνα Καλτσίδου

Αγαπημένο φαγητό:

Παστίσιο

Αγαπημένο γλυκό:

Τρουφάκια

Αγαπημένο φρούτο:

Φράουλα

Περιγραφή του εαυτού μου:

Είμαι μαθήτρια της Δ' τάξης.

Στον ελεύθερο χρόνο μου

κάνω ποδήλατο, παίζω με

τις φίλες μου και ακούω

μουσική.

Μελιτζανοσαλάτα αγιορείτικη

Υλικά

- 1κιλο μελιτζάνες με τα κοτσάνια τους(Περίπου 4 μελιτζάνες)
- 1 πιπεριά Φλωρίνης
- 1 σκελίδα σκόρδο ψιλοκομμένο(ή και παραπάνω)
- 2 κουταλιές της σούπας μαϊντανό ή βασιλικό ή δυόσμο ψιλοκομμένο
- 1πιπεριά τσίλι ψιλοκομμένη(προαιρετικά αν μας αρέσουν τα καλύτερα)
- 2-3 κουταλιές ελαιόλαδο
- 2 κουταλιές της σούπας καλό ξύδι

Εκτέλεση

Βάζουμε τις μελιτζάνες στον φούρνο ολόκληρες όπως είναι και τις ψήνουμε στους 200 βαθμούς για μία ώρα περίπου,αν αρχίσουν να μυρίζουν καμένες δεν ανησυχούμε γιατί αυτό θα τις δώσει καπνιστή γεύση. Την πιπεριά Φλωρίνης μπορούμε να την βάλουμε στο φούρνο 20 λεπτά πριν βγάλουμε τις μελιτζάνες. Όταν είναι έτοιμες τις αφήνουμε να κρυώσουν και πιάνοντας τις από το κοτσάνι τις καθαρίζουμε από τον φλοιό τους προσεκτικά για να μην καούμε. Κόβουμε σε χοντρά κομμάτια την μελιτζάνα, καθαρίζουμε την πιπεριά και την ψιλοκόβουμε και σε ένα μπολ αναμειγνύουμε όλα τα υλικά μας χωρίς πολύ δύναμη για να μην διαλύσει

Μαγειρεύει η Ηλέκτρα Κεχαγιά

Αγαπημένο φαγητό:
Μπριζόλα
Αγαπημένο γλυκό:
Προφιτερόλ
Αγαπημένο φρούτο:
Μάνγκο

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι ένα κορίτσι που μου αρέσει πολύ να βοηθάω τη μαμά μου και στον ελεύθερο μου χρόνο παίζω με τους φίλους μου.

Κορμός κατσαρόλας

Υλικά

- 2 πακέτα μπισκότα παπαδοπούλου
- 2 κουβερτούρες
- 1 κουτί νουνού
- 1 κουτί νουνού νερό
- 1/2 πακέτο βιτάμ
- 1 κάστερ πάουντερ
- 5 κουταλιές
- 1 φυτική Σαντυγή

Εκτέλεση

- 1) Μέσα σε μία κατσαρόλα ρίχνουμε τις κουβερτούρες το νουνού, το νουνού με νερό, το βιτάμ, το κάστερ πάουντερ και τη ζάχαρη. Τα ανακατεύουμε όλα μαζί σε χαμηλή φωτιά μέχρι να πήξει το μείγμα.
- 2) Στη συνέχεια σπάμε με τα χέρια μας τα μπισκότα σε μικρά κομματάκια και τα βάζουμε σε ένα τετράγωνο μεγάλο τάπερ.
- 3) Μετά ρίχνουμε το μείγμα της κατσαρόλας μέσα στα μπισκότα και τα ανακατεύουμε πολύ καλά ώστε να πέσει παντού και το αφήνουμε να κρυώσει για μια ώρα.
- 4) Ύστερα χτυπάμε τη φυτική σαντιγύ στο μίξερ και το το βάζουμε πάνω στο γλυκό.
- 5) Τέλος βάζουμε το γλυκό να παγώσει για 5-6 ώρες.

Μαγειρεύει η Άγγελος Κουλούδης

Αγαπημένο φαγητό:
Μακαρόνια με κιμά
Αγαπημένο γλυκό:
Κορμός κατσαρόλας
Αγαπημένο φρούτο:
Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθητής της Δ' τάξης.
Στον ελεύθερο μου χρόνο
μ'αρέσει να παίζω με τον
σκύλο μου τον Ερμή.

Κρέπα pancakes

Υλικά:

- 1 κούπα αλεύρι για όλες τις χρήσεις κοσκινισμένο
- 1 1\4 κούπας φρέσκο γάλα
- 2 μεγάλα αυγά χτυπημένα (σε θερμοκρασία δωματίου)
- 1κ.σ. ζάχαρη
- 1\2 κ.γλ. αλάτι
- 1κ.σ. Βούτυρο λιωμένο,κρύο
- βούτυρο για το τηγάνισμα(σε θερμοκρασία δωματίου)

Εκτέλεση:

- 1.Κοσκινίζουμε το αλεύρι. Το βάζουμε σε μπολ. Προσθέτουμε το αλάτι και τη ζάχαρη. Τα ανακατεύουμε. Προσθέτουμε τα χτυπημένα αυγά και το κρύο βούτυρο και λίγο λίγο το γάλα, ανακατεύοντας με σύρμα μέχρι ο κυλός να γίνει λείος (πρέπει να είναι αραιός). Σκεπάζουμε το μείγμα και το αφήνουμε να σταθεί για 1 ώρα στο ψυγείο.
2. Ζεσταίνουμε ένα αντικολλητικό τηγάνι με διάμετρο 18-20 εκ. Και βάζουμε 1 μικρό κομμάτι βούτυρο. Με μια κουτάλα ή ένα μικρό φλιτζανάκι ρίχνουμε μια μικρή ποσότητα κυλού στο ζεστό τηγάνι, στο κέντρο του, περιστρέφοντας το με γρήγορες κινήσεις ώστε να απλωθεί παντού. Ψήνουμε περίπου για 30" την κρέπα.
3. Μόλις εμφανιστούν μικρές τρυπούλες στην επιφάνεια της κρέπας την αναποδογυρίζουμε για να ψηθεί και από την άλλη πλευρά. Την βγάζουμε σε απορροφητικό χαρτί. Διατηρούμε τις κρέπες ζεστές τοποθετώντας τις στον φούρνο στους 100 βαθμούς μέχρι να τις ψήσουμε όλες.

Μαγειρεύει ο

Θεόφιλος Κουλούδης

Αγαπημένο φαγητό:

Σνίτσελ

Αγαπημένο γλυκό:

Κορμός

Αγαπημένο φρούτο:

Μήλο

Περιγραφή του εαυτού μου:

Πηγαίνω στην Δ' τάξη και μου αρέσει να παίζω ηλεκτρονικά.

Μακαρόνια με κιμά

Υλικά

1 πακέτο μακαρόνια
1 κιλό κιμά
λίγη ρίγανη
μισή κατσαρόλα νερό
αλάτι
μισό κρεμμύδι

Εκτέλεση

1)Βάζουμε το νερό να βράσει στην κατσαρόλα για 10 λεπτά
2)Βάζουμε τα μακαρόνια στο νερό να βράσουν

Για τον κιμά

Βάζουμε τον κιμά σε ένα κατσαρολάκι μαζί με την ρίγανη, κόβουμε το κρεμμύδι και το βάζουμε στον κιμά για 10 λεπτά.

Μαγειρεύει η Χριστίνα Μέτα

Αγαπημένο φαγητό:
Σνίτσελ με πατάτες
Αγαπημένο γλυκό:
Προφιτερόλ
Αγαπημένο φρούτο:
Φράουλα

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μια μαθήτρια που μου αρέσει να αθλούμαι. Στον ελεύθερο χρόνο μου μου αρέσει να παίζω.

Κέικ σοκολάτας

Υλικά

1φλ. τσαγιού βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
2φλ. τσαγιού ζάχαρη
6 αυγά
1/2φλ. τσαγιού κακάο (άγλυκο)
2φλ. τσαγιού αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
2 βανίλιες

Για το γλάσο:

100 γραμμ. Κουβερτούρα
1/2 κρέμα γάλακτος

Εκτέλεση

Κοσκινίζουμε σε ψιλή σήτα (κόσκινο) όλα τα στεγνά υλικά, βανίλιες, κακάο, αλεύρι, αλάτι, μέσα στον κάδο του μίξερ. Προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά:βούτυρο,ζάχαρη, αυγά, γάλα. Σε χαμηλή ταχύτητα χτυπάμε τα υλικά για 2' έως να ενωθεί το μείγμα. Δυναμώνουμε το μίξερ και χτυπάμε στην πιο δυνατή ταχύτητα για 4'. Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μια στρογγυλή φόρμα για κέικ. Αδειάζουμε το μείγμα και ψήνουμε στις αντιστάσεις στην τελευταία σκάλα στους 180 βαθμούς για 50' - 55'.

Για το γλάσο:

Κομματιάζουμε τη σοκολάτα και τη βάζουμε στην κατσαρόλα. Προσθέτουμε κρέμα γάλακτος και ανακατεύουμε να ομογενοποιηθεί.

Μαγειρεύει η Ελένη Μπατζάκη

Αγαπημένο φαγητό:
Κρεατόσουπα
Αγαπημένο γλυκό:
Τρουφάκια
Αγαπημένο φρούτο:
Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθήτρια της Δ' τάξης.
Στον ελεύθερο χρόνο μου
παίζω με το tablet και
ακούω μουσική.

Σοκολατάκια bounty

Υλικά

350 γρ. Βανίλια (υποβρύχιο)
200 γρ. Κουβερτούρα
125 γρ. (ή 1 πακέτο) ινδοκάριδο

Εκτέλεση

- 1) Σε μικρό σκεύος βάζουμε τη βανίλια και τη ζεσταίνουμε μέχρι να γίνει ρευστή, σε χαμηλή φωτιά.
- 2) Το βγάζουμε από τη φωτιά και ρίχνουμε μέσα τη καρύδα ανακατεύοντας καλά μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα.
- 3) Το αφήνουμε λίγο να κρυώσει και το πλάθουμε μπαλάκια ή μπιστουνάκια.
- 4) Λιώνουμε τη κουβερτούρα σε μπέν μαρί και τα βουτάμε ένα ένα μέσα, τα βάζουμε επάνω σε λαδόκολλα να κρυώσουν.

Μαγειρεύει ο

Νικόλας
Παπαδόπουλος
Πολατίδης

Αγαπημένο φαγητό:
Μακαρόνια με σάλτσα
Αγαπημένο γλυκό:
Σοκολάτα
Αγαπημένο φρούτο:
Μήλο

Περιγραφή του εαυτού μου:
Στον ελεύθερο χρόνο μου
μου αρέσει να παίζω με τον
ηλεκτρονικό υπολογιστή.

Τρουφάκια

Υλικά

250 γρ Βιτάμ

400 γρ

150 γρ γάλα εποποβαπορέ

1 κουτάλι της σούπας

1 αυγό

2 πακέτα πιττι μπερ

250 γρ καριδόψιχα

διάφορες τρούφες

Εκτέλεση

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί σε ένα μπολ ξεκινώντας πρώτα από το βιτάμ και τη ζάχαρη. Αφού λιώσει καλά η ζάχαρη ρίχνουμε το γάλα και τα μπισκότα τρίμμενα.

Τα πλάθουμε όλα μαζί και τους δίνουμε σχήμα μπάλας. Τα πασπαλίζουμε με τρούφα και τα βάζουμε στο ψύγειο να παγώσουν.

Τα τρουφάκια σας είναι έτοιμα.

Μαγειρεύει η Ελένη Πατσαβούδη

Αγαπημένο φαγητό:

Παστίτσιο

Αγαπημένο γλυκό:

Κορμός

Αγαπημένο φρούτο:

Φράουλα

Περιγραφή του εαυτού μου:

Στον ελεύθερο μου χρόνο ακούω μουσική.

Μυρωδάτο κέικ με ελαιόλαδο και πορτοκάλι

Υλικά

- 500 γρ. Αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 1 κούπα ελαιόλαδο
- 2 κούπες ζάχαρη
- 5 αυγά
- 1 κούπα φρέσκο χυμό πορτοκάλι
- ξύσμα 2 πορτοκαλιών (από βιολογικά και ακέρωτα πορτοκάλια)

Εκτέλεση

- 1) Χτυπάμε το λάδι με τη ζάχαρη
- 2) Προσθέτουμε ένα – ένα το ξύσμα
- 3) Έπειτα τον χυμό
- 4) Τέλος ρίχνουμε σιγά – σιγά το αλεύρι
- 5) Αδειάζουμε το μίγμα σε βουτυρωμένο και αλευρωμένο ταψάκι διάμετρου 25 – 30 cm ή σε μεγάλη φόρμα κέικ.
- 6) Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στον αέρα στους 180 βαθμούς για μία ώρα περίπου (μέχρι το μαχαίρι να βγαίνει καθαρό). Περιμένουμε να κρυώσει καλά και αναποδογυρίζουμε με προσοχή σε πιατέλα.

Μαγειρεύει η Δήμητρα Πολιούδη

Αγαπημένο φαγητό:
Παστίτσιο
Αγαπημένο γλυκό:
Μιλφέιγ
Αγαπημένο φρούτο:
Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθήτρια της Δ' τάξης.
Είμαι ψηλή. Παίζω κιθάρα
και μου αρέσει να
τραγουδώ. Έχω ξανθά
μαλλιά.

Αρακάς

Υλικά

1 κιλό αρακάς
2 μέτριες πατάτες
1 μεγάλο κρεμμύδι
2 μέτρια καρότα
1 φλιτζάνι τσαγιού ελαιόλαδο
αλάτι
ρίγανη
δύο φύλλα δάφνης και
σάλτσα ντομάτας.

Εκτέλεση

Βάζουμε την κατσαρόλα στη φωτιά και το λάδι να ζεσταθεί. Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και τα βάζουμε στο ζεστό λάδι να ροδίσει.

Μόλις ροδίσει ρίχνουμε μέσα τις πατάτες κομμένες σε σχετικά μεγάλα κομμάτια, τα 2 καρότα κομμένα σε ροδέλες, την σάλτσα ντομάτας, τα δύο φύλλα δάφνης και τον αρακά.

Προσθέτουμε αλάτι και ρίγανη και το αφήνουμε να βράσει για αρκετή ώρα.

Μαγειρεύει η Κατερίνα Σκαρκαλά

Αγαπημένο φαγητό:
Παστίτσιο
Αγαπημένο γλυκό:
Τρουφάκια
Αγαπημένο φρούτο:
Πεπόνι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι η Κατερίνα και είμαι
μαθήτρια της Δ' δημοτικού.
Μου αρέσει να παίζω με το
κινητό.

Μοσχαράκι με πολύχρωμες πιπεριές

Υλικά

1 /2 κιλό μοσχαρίσιο κρέας σε φέτες
4 λεμόνια
3 κ. γ. Μουστάρδα
αλάτι πιπέρι
1/2 πιπεριά κόκκινη 1/2 πιπεριά κίτρινη
1/2 πιπεριά πράσινη 1/2 πιπεριά πορτοκαλί
4 καρότα
λίγο ελαιόλαδο
1 κρεμμύδι
2 σκελίδες σκόρδο
μανιτάρια

Εκτέλεση

Βάζετε στην κατσαρόλα λίγο λάδι να κάψει. Χτυπάτε στο μπλέντερ την πράσινη πιπεριά, το κρεμμύδι και το σκόρδο. Ρίχνετε στην κατσαρόλα το κρέας. Προσθέτετε τα μανιτάρια και τις υπόλοιπες πιπεριές και το αλατοπίπερο. Λίγο πριν το τέλος, στίβετε τα λεμόνια και τα ανακατεύετε με την μουστάρδα.
Ρίχνετε στην κατσαρόλα και ανακατεύετε.
Συνοδεύεται με ρύζι της αρεσκείας σας ή με τηγανιτές πατάτες.

Μαγειρεύει η Αμαλία Τοπάλη

Αγαπημένο φαγητό:
Μακαρόνια με κιμά
Αγαπημένο γλυκό:
Τούρτα σοκολάτας
Αγαπημένο φρούτο:
Μήλο

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθήτρια της Δ'
Δημοτικού και μου αρέσει
να κάνω βόλτες με τα ρόλεϊ
μου.

Τρουφάκια με μπισκότο

Υλικά

250 γρ σταγόνες σοκολάτας ή κομματάκια

160 γρ κρέμα γάλακτος

35 γρ βούτυρο

2 πακέτα μπισκότα πι-μπερ

κακάο σκόνη

Εκτέλεση

1)Βάζετε όλα τα υλικά μαζί σ' ένα μπολ και το ζεσταίνετε στο φούρνο μικροκυμάτων ανακατεύοντας συχνά η τελειώνετε σε μπεν μαρί.

2)Αφού λιώσει καλά η σοκολάτα και έχει γίνει λεία, τρίβετε τα μπισκότα στο mutli και τα ρίχνετε στο μείγμα και ανακατεύετε καλά.

3)Τοποθετείτε το μπωλ στο ψυγείο για περίπου 1 ώρα ώστε να σφίξει.

4)Αφού είναι έτοιμο,φτιάχνετε μπαλίτσες , και τις κυλάτε απαλά στην σκόνη κακάο να καλυφθούν καλά παντού.

5)Τα τρουφάκια είναι έτοιμα!

Μαγειρεύει η

Γεωργία Τσακιρίδου

Αγαπημένο φαγητό:

Παστίσιο με τυριά

Αγαπημένο γλυκό:

Σοκολάτα

Αγαπημένο φρούτο:

Ροδάκινο

Περιγραφή του εαυτού μου:

Μου αρέσει να κάνω

διάδρομο και να γράφω στο

ημερολόγιο μου.

Κέικ με ελαιόλαδο και σταφίδες

Υλικά

400 γραμμ. Αλεύρι για όλες τις χρήσεις.
1 κούτ. Γλυκού μπέικιν πάουντερ
200 γραμμ. Ζάχαρη άχνη
300 γραμμ. Μαύρες σταφίδες
200 γραμμ. Ελαιόλαδο
50 γραμμ. Κονιάκ
200 γραμμ. Φρέσκου πορτοκαλιού
1 κούτ. Γλυκού φρεσκοτριμμένο μοσχοκάρυδο

Εκτέλεση

Σε ένα μπολ ρίχνουμε το κονιάκ και μουσκεύουμε τις σταφίδες για 30 λεπτά περίπου προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180 βαθμούς. Σε ένα μεγάλο μπολ ρίχνουμε το ελαιόλαδο, το χυμό πορτοκαλιού και την ζάχαρη άχνη. Ανακατεύουμε με μία κουτάλα. Προσθέτουμε το αλεύρι, το μπέικιν πάουντερ το μοσχοκάρυδο και τις σταφίδες, αφού τις στραγγίξουμε. Ανακατεύουμε καλά. Ρίχνουμε το μείγμα σε λαδωμένη και αλευρωμένη φόρμα. Ψήνουμε το κέικ για μία ώρα περίπου στους 200 βαθμούς.
Καλή επιτυχία.

Μαγειρεύει η Μαριλίζα Τσουκαλά

Αγαπημένο φαγητό:
Σνίτσελ με πατάτες η πουρέ
Αγαπημένο γλυκό:
Σοκολάτα
Αγαπημένο φρούτο:
Πορτοκάλι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Είμαι μαθήτρια της Δ'
Δημοτικού και μου αρέσει
να ακούω μουσική.

Εκμέκ κανταΐφι

Υλικά

- 1/2 κιλό φύλλο κανταΐφι
- 1 βιτάμ πλάκα
- 6 φλιτζάνια γάλα
- 1 κουτί κρέμα κάστερ
- 1 φλιτζάνι ζάχαρη
- 4 κρόκους αυγού
- 1 κουτί κρέμα σαντιγί γκαρνή

Εκτέλεση

Βουτυρώνουμε το ταψί και βάζουμε το κανταΐφι αφού το κόψουμε σε πολύ μικρά κομμάτια. Από πάνω βάζουμε το μισό βιτάμ σε πολύ μικρές φέτες. Αφού το ψήσουμε μέχρι να ροδίσει το τρίβουμε και το σιροπιάζουμε με 2,5 ζάχαρη και τρία ποτήρια νερό.

Για την κρέμα

Παίρνουμε δύο ποτήρια γάλα κρύο και λιώνουμε το κάστερ τα υπόλοιπα τέσσερα ποτήρια γάλα λιώνουμε το άλλο μισό βιτάμ και το ένα ποτήρι ζάχαρη. Ανακατεύουμε συνεχώς και μόλις αρχίζει να πήζει ρίχνουμε τους τέσσερις κρόκους για να κιτρινίσει απλώνουμε την κρέμα όσο είναι καυτή στο κανταΐφι. Αφού παγώσει απλώνουμε την σαντιγί και στολίζουμε με ψιλοκομμένα καρύδια.

Μαγειρεύει η Ελένη Φρέσκου

Αγαπημένο φαγητό:
Σνίτσελ
Αγαπημένο γλυκό:
Εκμέκ κανταΐφι
Αγαπημένο φρούτο:
Καρπούζι

Περιγραφή του εαυτού μου:
Με λένε Ελένη, πηγαίνω στην Δ' Δημοτικού και μου αρέσει να ακούω μουσική.

Κασόπιτα

Υλικά

500 γρ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του (φάριν απ)
1 ποτήρι ηλιέλαιο
1 ποτήρι χυμό πορτοκαλιού (κατά προτίμηση φυσικό)
Φέτα
Πράσινες πιπεριές
Μανιτάρια

Εκτέλεση

Κόβουμε την φέτα σε κυβάκια και την πράσινη πιπεριά σε μικρά κομμάτια.

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί σε ένα μπολ και τα δουλεύουμε για λίγη ώρα στο χέρι (μέχρι να "δέσει" το μίγμα).

Βάζουμε το μίγμα στο πυρέξ και ψήνουμε στους 180 βαθμούς (ανάλογα με τον φούρνο) για περίπου 1 ώρα. Η τεμπελόπιτα/κασόπιτα μας είναι έτοιμη!

(Αντί για φέτα, μανιτάρια και πράσινη πιπεριά μπορείς να βάλεις την γέμιση της αρεσκειάς σου).

Μαγειρεύει ο κύριος

Αλέξανδρος
Μοσκοφίδης

Διδάσκω Πληροφορική στο 1ο
Δημοτικό Σχολείο Γιαννιτσών.

Αγαπημένο φαγητό:
Μακαρονάδα πέστο

Αγαπημένο γλυκό:
Οτιδήποτε με σοκολάτα!

Αγαπημένο φρούτο:
Αχλάδι

Σχετικά με αυτό το βιβλίο

Το βιβλίο αυτό περιέχει συνταγές των μαθητών του Δ2 του 1ου Δημοτικού Σχολείου Γιαννιτσών (Σχολικό Έτος 2013-2014).

Ο κάθε μαθητής πληκτρολόγησε και μορφοποίησε την δική του συνταγή.

Ευχαριστούμε πολύ τους γονείς των μαθητών για την θερμή ανταπόκριση τους και την συνεισφορά συνταγών.

Δ2 (2013-2014)

ΓΑΚΟΥ	Χριστίνα
ΓΚΙΡΓΚΙΝΟΥΔΗΣ	Δημοσθένης
ΓΡΗΓΟΡΙΑΔΗΣ	Νικόλαος - Παντελής
ΖΟΥΜΠΟΥΡΔΙΚΟΥΔΗ	Δέσποινα
ΙΜΠΡΑΜΟΓΛΟΥ	Μαρία
ΚΑΛΤΣΙΔΟΥ	Χριστίνα
ΚΕΧΑΓΙΑ	Ηλέκτρα
ΚΟΥΛΟΥΔΗΣ	Άγγελος
ΚΟΥΛΟΥΔΗΣ	Θεόφιλος
ΜΕΤΑ	Χριστίνα
ΜΠΑΤΖΑΚΗ	Ελένη
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	Νικόλαος
ΠΑΤΣΑΒΟΥΔΗ	Ελένη
ΠΟΛΙΟΥΔΗ	Δήμητρα
ΣΚΑΡΚΑΛΑ	Αικατερίνα
ΤΟΠΑΛΗ	Αμαλία
ΤΣΑΚΙΡΙΔΟΥ	Γεωργία
ΤΣΟΥΚΑΛΑ	Μαρία - Ελισάβετ
ΦΡΕΣΚΟΥ	Ελένη

ΔΑΣΚΑΛΟΣ:
ΜΛΑΔΕΝΗΣ Γεώργιος



Η σελιδοποίηση αυτού
του βιβλίου έγινε στο
Scribus
από τον καθηγητή
Πληροφορικής
Αλέξανδρο Μοσκοφίδη.

Δ2 (2013-2014)

