

Σημειώσεις

***Βασικές Αρχές***  
***στην***  
***Ζαχαροπλαστική Τέχνη***

Ελένη Λιακέα

Πάτρα

2012

## Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	4
Ορισμός – προσόντα ζαχαροπλάστη – μπριγκάντα – στολή.....	4
Εξοπλισμός Ζαχαροπλαστείου – Σκεύη .....	4
Ατομική Υγιεινή εργαζομένων .....	5
ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ.....	5
Γλυκαντικές Ουσίες.....	5
Λιπαρές Ουσίες.....	6
Κακάο .....	Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελιδοδείκτης.
Μπαχαρικά .....	Σφάλμα! Δεν έχει οριστεί σελιδοδείκτης.
Γάλα .....	7
Αλεύρι .....	7
Διογκωτικά μέσα αρτοποιημάτων .....	9
Φύλλο.....	9
Αλάτι .....	9
Σταθεροποιητές.....	10
ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΣΤΗΝ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ .....	10
Κρέμες Ζαχαροπλαστικής.....	10
Παντεσπάνι .....	11
Μαρέγκα .....	11
Ζύμες.....	12
Άρτος .....	12
ΣΙΡΟΠΙΑΣΤΑ ΓΛΥΚΑ .....	13
ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ (δοσολογίες).....	13
ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΓΛΥΚΩΝ .....	16
Crème Brulee .....	16
Κρεμ Καραμελέ .....	16
Μους Σοκολάτας.....	17

Μωσαϊκό .....	17
Δίπλες (παραδοσιακή Καλαματιανή συνταγή) .....	17
Μπριός .....	18
Πάστα Φλώρα με μαρμελάδα .....	18
Γαλακτομούρεκο.....	19
Κανταΐφι.....	19
Σαραγλί .....	20
Μπακλαβάς.....	20
Μπακλαβάς.....	21
ΤΟΥΡΤΑ ΒΑΝΙΛΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑ.....	21
Βιβλιογραφία - Ιντερνέτ.....	23
Παράρτημα.....	23

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

### Ορισμός - προσόντα ζαχαροπλάστη - μπριγκάντα - στολή

**ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ ΤΕΧΝΗ** : είναι το σύνολο των θεωρητικών και πρακτικών γνώσεων που απαιτούνται για την παρασκευή γλυκισμάτων. Αυτά γίνονται με την επίδραση της φωτιάς ή χωρίς αυτή και σύμφωνα με τις χημικές ιδιότητες των πρώτων υλών

**ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗΣ** : το επάγγελμα του ζαχαροπλάστη περιλαμβάνει την παρασκευή γλυκών και παρασκευασμάτων που έχουν ως βάση την ζάχαρη, την Παρασκευή γλυκών ως πρώτη ύλη για την κατασκευή στην συνέχεια κρουασάν και αρτοσκευασμάτων καθώς και την οργάνωση και διαχείριση εργαστηρίου ζαχαροπλαστικής ή επιχείρησης ζαχαροπλαστείου, αρτοζαχαροπλαστείου και κέτερινγκ.

**ΒΑΣΙΚΑ ΠΡΟΣΟΝΤΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗ:** καλή φυσική κατάσταση, με αγάπη προς την εργασία και την ζαχαροπλαστική, οργάνωση και ακρίβεια, καλαισθησία, γευσιγνωσία, αίσθηση οικονομίας, πνεύμα ομαδικότητας, φαντασία, καθαριότητα

#### ΙΕΡΑΡΧΙΑ ΜΠΡΙΓΚΑΝΤΑΣ

1. ΣΕΦ
2. ΣΟΥ ΣΕΦ
3. ΣΟΚΟΛΑΤΙΕΡΗΣ
4. ΖΑΧΑΡΟΛΑΣΤΗΣ ΓΛΥΚΩΝ ΤΑΨΙΟΥ
5. ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗΣ ΓΙΑ ΖΥΜΕΣ
6. ΠΑΓΩΤΟΠΟΙΟΣ
7. ΦΟΥΡΝΑΡΗΣ
8. ΒΟΗΘΟΙ
9. ΜΑΘΗΤΕΥΟΜΕΝΟΙ
10. ΛΑΝΤΖΕΡΗΣ

#### ΣΤΟΛΗ ζαχαροπλάστη

ΣΚΟΥΦΟΣ (για την προστασία του κεφαλιού από την θερμοκρασία και την τριχόπτωση), ΜΠΛΟΥΖΑ ΛΕΥΚΗ, ΛΑΙΜΟΔΕΤΗΣ, ΠΑΝΤΕΝΟΝΙ ΚΑΡΩ ή ΡΙΓΕ, ΛΕΥΚΗ ΠΟΔΙΑ, ΤΟΡΣΟΝ (τα οποία έχει στην ζώνη της ποδιάς και τον βοηθούν να πιάνει τα σκεύη, ΣΑΜΠΩ

Ο ζαχαροπλάστης είναι υποχρεωμένος να διατηρεί την στολή καθαρή για λόγους υγιεινής αλλά και καλαισθησίας

#### Εξοπλισμός Ζαχαροπλαστείου - Σκεύη

##### ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟΥ

Ζυγαριές, φουρνοι (ηλεκτρικοί, αερόθερμοι, γκαζιού), ψυγεία (καταψύξεως & συντήρησης), πάγκοι (μαρμάρινοι, ανοξείδωτοι ) ζυμωτήριο, μηχανές για ανακάτεμα και άνοιγμα ζύμης, μηχανές διάφορες (πραλινομηχανή, σφολιατομηχανή, σοκολατομηχανή, παγωτομηχανή, αποφλοιωτές ξηρών καρπών κá), μίξερ, βραστήρας, μπαιν μαρί, Ερμάρια διάφορα. κτλ

##### ΣΚΕΥΗ

Διάφορα Ταψιά, λαμαρίνες, φόρμες, καλούπια, τσέρκια, σχάρες, δίσκοι, κατσαρόλες, μπασίνες, τηγάνια, σουρωτήρια, σινοιά, σέσουλες, κόσκινο, θερμόμετρο, πλάστες, χτυπητήρια, σπάτουλες, μαχαίρια, κοφτήρια, ψαλίδια, κουπ-πατ, κορνέδες, μύτες για κορνέ, εργαλεία για αφαίρεση κουκουτσιών, πινέλα, λαβίδες κλπ.

### **Ατομική Υγιεινή εργαζομένων**

Οι εργαζόμενοι πρέπει να τηρούν τους κανόνες υγιεινής α) γιατί έχουν υπευθυνότητα απέναντι στον καταναλωτή, β) γιατί κρίνονται για την ποιότητα των προϊόντων γ) γιατί δεν νοείται ποιότητα χωρίς την τήρηση κανόνων υγιεινής.

Τα τρόφιμα όταν επιμολυνθούν με μικροοργανισμούς μπορεί να προκαλέσουν σοβαρές ασθένειες στον άνθρωπο.

Οι παρακάτω οδηγίες θα σας βοηθήσουν να αποφύγετε τις επιμολύνσεις των τροφίμων με μικροοργανισμούς.

Μη ξεχνάτε να πλένετε συχνά τα χέρια σας κατά τη διάρκεια της εργασίας και οπωσδήποτε:

- μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα
- μετά το διάλειμμα, την κατανάλωση φαγητών ή το κάπνισμα
- μετά το φτέρνισμα ή το βήξιμο
- μετά την επαφή με τα μαλλιά, τη μύτη, το πρόσωπο ή το στόμα
- πριν και μετά τον χειρισμό νωπών τροφίμων
- μετά τη χρήση χημικών καθαριστικών για τον καθαρισμό του εξοπλισμού
- μετά την απομάκρυνση σκουπιδιών
- μετά την επαφή με χρήματα

Εάν χρησιμοποιείτε γάντια θα πρέπει να τα αφαιρείτε πριν από κάθε μία από τις παραπάνω ενέργειες ή να τα αλλάζετε αμέσως μετά.

Η ενδυμασία του προσωπικού κατά την εργασία πρέπει να είναι κατάλληλη:

- καθαρή στολή εργασίας
- απομάκρυνση κοσμημάτων
- χρήση κατάλληλου καλύμματος των μαλλιών (σκούφο κ.λ.π.)
- χρήση και συχνή αλλαγή γαντιών, όπου χρειάζεται
- νύχια κομμένα, κοντά και καθαρά (όχι τεχνητά )
- χρήση αδιάβροχου επιδέσμου σε περιπτώσεις τραυμάτων ή αδιάβροχης επικάλυψης του επίδεσμου

Να θυμάστε ότι:

- απαγορεύεται να καπνίζετε όταν χειρίζεστε τρόφιμα και να τρώτε από αυτά
- απαγορεύεται να βήχετε ή να φτερνίζεστε απευθείας πάνω στα τρόφιμα. Χρησιμοποιείστε χαρτί μίας χρήσεως
- πρέπει να αναφέρετε στον υπεύθυνο της επιχείρησης οποιαδήποτε αδιαθεσία έχετε που σχετίζεται με πυρετό, διάρροια, εμετό, κρύωμα, βήχα, πονόλαιμο κ.λ.π.
- Απαγορεύεται να κρατάτε προσωπικά αντικείμενα στο χώρο της κουζίνας (τσάντες, παλτά κ.λ.π.).

## **ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ**

### **Γλυκαντικές Ουσίες**

**Α) η ΖΑΧΑΡΗ** δίνει γεύση και χρώμα. Κατά προτίμηση χρησιμοποιούμε την κρυσταλική και την άχνη

*Μορφές ζάχαρης στο εμπόριο:* Κρυσταλλική ζάχαρη (επιτραπέζια ζάχαρη), Ζάχαρη castor (λεπτότερους κρυστάλλους), Ζάχαρη σε πούδρα (άχνη, εμπλουτίζεται με άμυλο για να μην δημιουργούνται σβώλοι), Ζάχαρη σε κομμάτια (υγραίνεται φορμάρετε και ξηραίνετε, διατίθεται σε σχήματα κυρίως κύβους), Ζάχαρη βανίλιας (εμπλουτισμένη με άρωμα βανίλιας), Ζάχαρη άχνη που δεν παίρνει υγρασία (τα μόρια περιβάλλονται από λίπος), Καφετιά ζάχαρη (ακατέργαστη), Υγρή ζάχαρη, Ζάχαρη σε κρυστάλλους για ψήσιμο

**Β) το ΜΕΛΙ**, είναι φυσικό προϊόν που παράγεται από τις μέλισσες, μπορεί να προστεθεί σε όλα σχεδόν τα γλυκά αντικαθιστώντας την ζάχαρη ή μέρος από αυτήν. Έχει θρεπτικές ιδιότητες και είναι πολύ υγιεινό. Έχει μεγαλύτερη γλυκαντική ικανότητα από την ζάχαρη και διατηρεί τα γλυκίσματα περισσότερο. Το συναντάμε σε διάφορες ποιότητες (άνθεων, θυμαρίσιο, πεύκου). Στα γλυκά, ζύμες και κρέμες που χρησιμοποιείτε δίνει καλύτερη γεύση άρωμα και χρώμα.

**Γ) η ΓΛΥΚΟΖΗ** διάφανο σιρόπι, από το άμυλο καλαμποκιού, χρησιμοποιείται για την παρασκευή σιροπιών ώστε να αποφεύγετε το φαινόμενο κρυστάλλωσης τους

## Λιπαρές Ουσίες

τα βασικά είδη που χρησιμοποιούνται στην ζαχαροπλαστική είναι α) τα ζωικά λιπαρά (βούτυρο γάλακτος και ζωικά λίπη) β) τα έλαια και γ) τα φυτικά λιπαρά ( ελαιόλαδο σπορέλαιο και μαργαρίνες)

**ΟΙ ΜΑΡΓΑΡΙΝΕΣ** χρησιμοποιούνται στην ζαχαροπλαστική και την αρτοποιία σαν υποκατάστατο του βουτύρου γιατί έχουν χαμηλότερο κοστολόγιο, ικανοποιητική ποιότητα, προσφέρουν γεύση και άρωμα στα παρασκευάσματα. Οι παραγόμενοι τύποι μαργαρίνης είναι συνήθως : *Επιτραπέζια μαργαρίνη (σόφτ), Μαργαρίνη ζαχαροπλαστικής (μαλακιά), Μαργαρίνη σφολιάτας (πολύ σκληρή) για σφολιάτα, Μαργαρίνη σκληρή για κρουασάν, Μαργαρίνη μειωμένων θερμίδων (λάιτ)*

**ΣΗΜΕΙΑ ΠΡΟΣΟΧΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΜΑΡΓΑΡΙΝΗ** Αποθηκεύονται είτε μέσα σε ψυγεία είτε σε ψυχρό καθαρό μέρος του εργαστηρίου \* Η θερμοκρασία χρήσης πρέπει να είναι αυτή του περιβάλλοντος ή του προϊόντος στο οποίο θα ενσωματωθούν \* Ποτέ δεν πρέπει να χρησιμοποιούμε παλιά, μουχλιασμένη ή ταγγισμένη μαργαρίνη \* Αποφεύγεται η άμεση επαφή της μαργαρίνης με τον ήλιο \* Τηρούνται οι οδηγίες χρήσης και αποθήκευσης

## ΚΑΚΑΟ-ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Το **κακάο** είναι ο ξηρός και μερικώς ζυμωμένος λιπαρός σπόρος του κακαόδεντρου από το οποίο γίνεται η σοκολάτα. Συχνά πωλείται ως σκόνη κακάο, μια ξηρή σκόνη που γίνεται με την άλεση των σπόρων κακάο και την αφαίρεση του βούτυρου κακάο από τα σκούρα, πικρά στερεά κομμάτια. Το ίδιο το κακάο έχει μια εξαιρετικά πικρή γεύση. Υπάρχει άφθονο κακάο στην τροπική Αφρική. Αυτό συλλέγεται και στέλνεται σε άλλες χώρες για να το επεξεργαστούν.

Το κακάο φαίνεται να είναι αφέψημα με ευεργετικές επιπτώσεις στην υγεία του ανθρώπου. Σημαντικός αριθμός επιστημονικών μελετών παρουσιάζουν το κακάο να περιέχει υψηλές συγκεντρώσεις φλαβονοειδών και προκυανιδινών, συστατικά που έχουν αντιοξειδωτική δράση, παρεμποδίζοντας την οξειδωτική δράση των ελεύθερων ριζών και προστατεύουν έτσι από τον καρκίνο, τις καρδιοπάθειες και τη γήρανση. Ωστόσο έχει διαπιστωθεί ότι επηρεάζει δυσμενώς τη λειτουργία του ήπατος.

**Μορφές:** Κακάο σε σκόνη, Κακάο φτωχό σε σκόνη, Κακάο για διακόσμηση,

**ΣΟΚΟΛΑΤΑ:** Με τον όρο **Σοκολάτα** περιγράφουμε μία σειρά από προϊόντα που έχουν ως βασικό συστατικό ή προέρχονται από το κακαόδεντρο. Είναι ένα από τα βασικά συστατικά στη ζαχαροπλαστική, σε γλυκά, παγωτά ή μπισκότα. **Σοκολάτα** επίσης ονομάζεται και ζεστό ρόφημα (αφέψημα) με βάση τη σοκολάτα.

Υπάρχουν πολλά είδη σοκολάτας. Μερικά από τα δημοφιλέστερα στην Ελλάδα είναι: Σοκολάτα Κουβερτούρα (πικρή), Σοκολάτα κουβερτούρα γάλακτος, Λευκή σοκολάτα, Έγχρωμες σοκολάτες, Τρούφα, Εξειδικευμένα προϊόντα (μπαστουνάκια, σκόνη κτλ) , Απομιμήσεις σοκολάτας

Τα είδη σοκολάτας εξαρτώνται από την περιεκτικότητα σε:Κακάο – στερεά, Βούτυρο κακάο, Ζάχαρη, Γάλα, Πρόσθετους ξηρούς καρπούς (αμύγδαλα, φουντούκια), Πρόσθετα άλλα υλικά (σταφίδες, διογκωμένο ρύζι κλπ), και συνεπώς τα είδη σοκολάτας που κυκλοφορούν είναι πάρα πολλά

>>> Δείτε το Βίντεο : [Η ιστορία της σοκολάτας](#)

## Γάλα

Ανάλογα με την προελευσή τους, στην ζαχαροπλαστική χρησιμοποιούνται διάφορα είδη γάλακτος (αγελάδος, προβάτου, κατσίκας, αλλά και άλλων ζώων όπως βουβαλιού καμήλας κτλ.)**ΤΥΠΟΙ ΓΑΛΑΚΤΟΣ :** Παστεριωμένο, νωπό, μακράς διάρκειας, εβαπορέ, ζαχαρούχο συμπυκνωμένο, σε σκόνη.**ΝΟΘΕΙΕΣ** γάλακτος γίνονται με αφαίρεση λίπους ή με προσθήκη νερού ή με προσθήκη συντηρητικών

### **ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΑΤΑ ΚΡΕΜΑΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ(τεχνητά αφρογάλατα):**

φυτική κρέμα σε υγρή μορφή, φυτική κρέμα σε μορφή πάστας, φυτική Σαντιγύ σε σκόνη (toppings).**ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΩΝ ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΑΤΩΝ ΚΡΕΜΑΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ:** δεν κόβουν, αν χτυπηθούν περισσότερο από το κανονικό, δεν περιέχουν ζωικά λιπαρά και δεν κιτρινίζουν, έχουν καλή σταθερότητα και στοιχίζουν λιγότερο από την ζωική κρέμα

## Αλεύρι

Το αλεύρι είναι μια λεπτή σκόνη που γίνεται από τα δημητριακά ή άλλα αμυλούχα φυτά. Χρησιμοποιείται ως συστατικό σε πολλά τρόφιμα. Συνηθέστερα παράγεται από το σιτάρι, αλλά και το καλαμπόκι, τη σίκαλη, το κριθάρι, τη βρώμη, το ρύζι και την σόγια. Το αλεύρι μπορεί επίσης να παραχθεί από τα όσπρια, όπως και τη σόγια, τα φυστίκια, τα αμύγδαλα, και καρπούς δέντρων.

Σπουδαιότητα έχουν κυρίως τα καλούμενα άλευρα της αρτοποιίας, δηλαδή τα άλευρα σταριού και σίκαλης, γιατί μόνο αυτά δίνουν ψωμί πορώδες και εύγευστο. Στην αρχαιότητα άλευρα ονόμαζαν μόνο το προϊόν του αλέσματος του σταριού ενώ, αντίθετα, ονόμαζαν όλφιτα το χοντροαλεσμένο κριθάρι. Το αλεύρι ανήκει στις πρώτες ύλες, οι οποίες διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ανθρώπινη διατροφή, καθώς το ψωμί συγκαταλέγεται ανάμεσα στα πιο σημαντικά παράγωγά του. Από τεχνολογική άποψη ο μετασχηματισμός του σιταριού σε ψωμί περιλαμβάνει τα παρακάτω στάδια: άλεση σιταριού και παραγωγή αλεύρου, ανακάτεμα και ζύμωμα αλεύρου, νερού, αλατιού και μαγιάς, ωρίμανση ζυμαριού και ανάπτυξη ιδιοτήτων μαγιάς, και τελικά τη διαδικασία αρτοποιήσης.

**ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ:** Οι ποιότητες και οι κατηγορίες των αλεύρων διακρίνονται από τον τρόπο του αλέσματος, το βαθμό κοσκινίσματος και την ποιότητα του σιταριού και των άλλων δημητριακών, απ' όπου προέρχονται.



Από άποψη ποιότητας του σιταριού, τα άλευρα διακρίνονται σε άλευρα σκληρού σιταριού, μαλακού σιταριού και ημίσκληρου. Στα παραγόμενα άλευρα από σκληρό σιτάρι υπάγεται και το σιμιγδάλι. Με την κατεργασία όλων των ποιοτήτων του σιταριού σε τελειοποιημένους μύλους παράγεται η φαρίνα, το κατεξοχήν αλεύρι της αρτοποιίας και μακαρονοποιίας.

Για το άλεσμα του σιταριού εφαρμόζονται δύο διαφορετικές κατεργασίες:

- κατεργασία που αποβλέπει στη μετατροπή του μαλακού και ημίσκληρου σιταριού σε αλεύρι για παρασκευή ψωμιού.
- κατεργασία που αποβλέπει στη μετατροπή του σκληρού σιταριού σε σιμιγδάλι για παρασκευή ζυμαρικών.

Χρησιμοποιείται κυρίως σε μείγμα με νερό για την παρασκευή διάφορων ζυμών, που με τη σειρά τους χρησιμοποιούνται για την παρασκευή μύριων ειδών μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής. Όλα τα αλεύρια μπορούν να διακριθούν συγκρίνοντας 2 στοιχεία

A) τον βαθμό άλεσης (δηλαδή, πόσα κιλά αλεύρι θα πάρουμε αν αλέσουμε 100 κ. στάρι)

B) την περιεκτικότητα σε γλουτένη. (τα δυνατά αλεύρια έχουν περισσότερη γλουτένη, λιγότερη έχουν τα αδύνατα ή μαλακά αλεύρια)

#### **Τύποι αλεύρων**

Τύπου 70%, 85%, 90%

Κατηγορία Π ή 55% (πολυτελείας για χρήση στην ζαχαροπλαστική και σε αρτοσκευάσματα)

Κατηγορίας Μ (από σκληρό στάρι, αναμιγνύονται με άλευρα 70% για την παραγωγή ψωμιού)

Κατηγορίας Κ (υψηλού βαθμού άλεσης)

Επίσης έχουμε αλεύρια ενισχυμένα (SUPER), αυτοδιογκούμενα, ειδικά αλεύρια, προσμίξεις αλεύρων, αλεύρια από άλλα δημητριακά

#### **Η χημική σύσταση των αλεύρων αρτοποιίας είναι:**

- νερό 11- 15%,
- ανόργανα άλατα 0,5- 2%
- λίπος 0,5- 0,6%
- λευκώματα (αλμπουμίνη, γλοβουλίνη, γλουτένη) 7- 14%
- υδατάνθρακες (άμυλο) 65- 70%.

Το συστατικό του αλευριού που συμβάλει περισσότερο στην συνεκτικότητα της ζύμης είναι οι πρωτεΐνες και μάλιστα η γλουτένη. Τα δυο βασικά είδη των πρωτεϊνών του αλεύρου είναι η μη- γλουτένη (15%, δεν σχηματίζει ζυμάρι) και η γλουτένη (85%, σχηματίζει ζυμάρι). αλμπουμίνες (60%), σφαιρίνες (40%) και αμινοξέα απαρτίζουν τη μη-γλουτένη, ενώ γλοιαδίνες (χαμηλού μοριακού βάρους, 25.000-100.000) και γλουτενίνες (υψηλού μοριακού βάρους, >100.000) συναποτελούν την γλουτένη

**Αλλά τι ακριβώς είναι η γλουτένη:** Η γλουτένη είναι μία πρωτεΐνη, που βρίσκεται σε σπόρους όπως το σιτάρι, το κριθάρι και η σίκαλη. Τα προϊόντα χωρίς γλουτένη απευθύνονται σε άτομα που έχουν δυσανεξία στη γλουτένη, μια πάθηση επιστημονικά γνωστή ως «κοιλοκάκη». Η πάθηση αυτή παρατηρείται σε μεγάλο αριθμό ατόμων, πολλά εκ των οποίων μπορεί να μην το γνωρίζουν, καθώς δεν έχουν εξεταστεί σχετικά. Άτομα με δυσανεξία στη γλουτένη δεν μπορούν να καταναλώσουν τρόφιμα που την περιέχουν, όπως π.χ. προϊόντα με βάση το αλεύρι σίτου, κριθαριού, σίκαλης (ψωμί, μακαρόνια, μπισκότα) και αναζητούν



εναλλακτικά προϊόντα. Γι' αυτό το λόγο δημιουργήθηκε μίγμα από αλεύρι δημητριακών, που έχει σαν βάση το ρύζι και το καλαμπόκι το φαγόπυρο και το άμυλο πατάτας, το οποίο εγγυάται σίγουρο αποτέλεσμα σε ό,τι κι αν κάνετε!

## Διογκωτικά μέσα αρτοσκευασμάτων

**A) Η μαγιά,** αποτελεί το βασικό διογκωτικό μέσο των αρτοσκευασμάτων. Η μαγιά περιέχει μύκητες, όπου χάρη σε αυτούς διογκώνεται η ζύμη, χάνουν όμως την ικανότητα αυτή, σε θερμοκρασίες άνω των 50°. Τη βρίσκουμε σε 2 μορφές: Ξηρή, σε μορφή σκόνης με διάρκεια ζωής 8-10 μήνες. Διατηρείται σε θερμοκρασία περιβάλλοντος χωρίς να ανοίξουμε την συσκευασία. Αν ανοιχτεί διατηρείται στο ψυγείο / κατάψυξη. Νωπή, δεν έχει μεγάλη διάρκεια ζωής, διατηρείται λίγες εβδομάδες στο ψυγείο και περισσότερο στην κατάψυξη. Προσέχουμε να μην ξεραθεί η επιφάνεια της γιατί χάνει την δύναμη της. Γι αυτό την σκεπάζουμε με κηρόχαρτο. Όταν θέλουμε να επισπεύσουμε την διαδικασία της μαγιάς αναμιγνύουμε με ζάχαρη ενώ σεν φέρνουμε την μαγιά σε επαφή με το αλάτι γιατί καταστρέφουμε τις ιδιοτητές της.

### **B) Χημικά διογκωτικά:**

Μπαίκιν πάουντερ, έχει την ιδιότητα σε συνθήκες υψηλής θερμοκρασίας και υγρασίας να απελευθερώνει αέριο διοξείδιο του άνθρακα.

Σόδα αρτοποιίας, απελευθερώνει διοξείδιο του άνθρακα όταν στην ζύμη υπάρχουν όξινα συστατικά (πορτοκάλι, ξινόγαλα, κτλ), στα οποία διαλύεται πριν μπει στην ζύμη

Αμμωνία η οποία περιέχει διοξείδιο του άνθρακα μπαίνει αυτούσια και το διοξείδιο του άνθρακα απελευθερώνεται κατά το ψήσιμο. Χρησιμοποιείται σε προϊόντα που χρειάζονται γρήγορη διόγκωση π.χ. αφράτα κουλουράκια κτλ.

Οι **διαφορές** μεταξύ μαγιάς και μπαίκιν μέσα στην ζύμη είναι ότι η μαγιά φουσκώνει έξω από τον φούρνο κατά 70%-80% και το υπόλοιπο φουσκώνει μέσα στο φούρνο ενώ το μπαίκιν φουσκώνει αποκλειστικά μέσα στο φούρνο.

## Φύλλο

χρησιμοποιείται για την παρασκευή γλυκών, πιτών κτλ. Σπάνια το παρασκευάζουν μόνοι τους οι επαγγελματίες. Συνήθως προτιμούν έτοιμες λύσεις και έτσι εξασφαλίζουν ποιότητα και λογικό κόστος. Το φύλλο κυκλοφορεί σε διάφορους τύπους, όπως φύλλο κανταΐφιού, λεπτό φύλλο Βυρηττού (για σιροπιαστά γλυκά ταψιού), φύλλο κρούστας( πχ για μαπακλαβά), χοντρό χωριάτικο φύλλο για πίτες.

## Αλάτι

Το μαγειρικό αλάτι αποτελείται κατά 97% με 99% από χλωριούχο νάτριο (χημικός τύπος NaCl). Το αλάτι έχει την ιδιότητα να εμποδίζει την ανάπτυξη μικροοργανισμών, γι' αυτό και χρησιμοποιείται για τη συντήρηση των τροφίμων. Στο εμπόριο το αλάτι κυκλοφορεί με προσμείξεις, κυρίως ιωδιούχου καλίου (KI) (επίσης απαραίτητο στη διατροφή), οπότε έχει γεύση λίγο πικρή και είναι αρκετά υγροσκοπικό (= έχει την ιδιότητα να απορροφά νερό και υγρασία).

## Σταθεροποιητές

> Ευνοούν το πήξιμο της παρασκευής, αφού εισαγόμενες στο νερό διογκώνονται και συγκρατούν μεγάλες ποσότητες νερού. Προστίθενται σε αντίστοιχη αναλογία με το νερό ή τα υγρά που εμπιέρονται στην παρασκευή. Τέτοιες είναι:

>> Το χαρουπάλευρο, χρησιμοποιείται περισσότερο από όλες, είναι φυτικό προϊόν (προέρχεται από το σπόρο του χαρουπιού) και το πλεονέκτημα του, σε σχέση με τους υπόλοιπους σταθεροποιητές, είναι ότι δρα σε χαμηλές και υψηλές θερμοκρασίες. »Τκπη και το νιτρικό άλας κυτταρίνης, χρησιμοποιούνται σε παρασκευάσματα που περάχουν φρούτα ή τους χυμούς τους.

» Η καραγενάνη, εξάγεται από θαλάσσια φύκια και στη συνέχεια επεξεργάζεται χημικά. » Τα άλατα αλγινικού οξέως, χημική ένωση που δρα μόνο σε υψηλές θερμοκρασίες. > Το αλεύρι γκούαρ, φυτικής προέλευσης, με ιδιότητες παρόμοιες του χαρουπάλευρου.

### • ΟΜΟΓΕΝΟΠΟΙΗΤΕΣ ή ΓΑΛΑΚΓΩΜΑΤΟΠΟΙΗΤΕΣ:

Ευνοούν την ένωση δύο ουσιών που, από τη φύση τους, δεν θα μπορούσαν να ενωθούν όπως για παράδειγμα το νερό και η λιπαρή ουσία. Είναι όλες χημικές ενώσεις:

- Τα μονογλυκερίδια και τα διγλυκερίδια, τα οποία δρουν σε υψηλές θερμοκρασίες.
- Οι εστέρες της σακχαρόζης, οι οποίοι δρουν αποτελεσματικά σε παρασκευές πλούσιες σε νερό.

## ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΣΤΗΝ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

### Κρέμες Ζαχαροπλαστικής

**Οι Κρέμες**, είναι βασικό υλικό των γλυκών, που χρησιμοποιούνται για να δώσουν μια σειρά από μοναδικές συνταγές. Κοινό συστατικό σε όλες σχεδόν τις κρέμες είναι το αυγό. Βασικές κρέμες ζαχαροπλαστικής είναι: σαντιγύ, πατισερί, ανγκλαιζ, μπαβαρουαζ, βουτύρου, βανίλιας, σιμιγδαλόκρεμα, σεράνο

#### 1. ΚΡΕΜΑ ΠΑΤΙΣΕΡΙ

##### ▪ Υλικά:

1000ΓΡ φρέσκο γάλα, 200γρ. ζάχαρη, 100 γρ νισεστέ, 100 γρ βούτυρο φρέσκο, 4 αυγά, Ζεστ ενός λεμονιού

##### Εκτέλεση:

- > Βράζουμε το γάλα με τη βανίλια.
- > Χτυπάμε πολύ καλά σε μπασίνα τους κρόκους με τη ζάχαρη και το νισεστέ.
- > Προσθέτουμε το γάλα στο μείγμα των αβγών ανακατεύοντας με σύρμα.
- » Τοποθετούμε πάλι το μείγμα στη φωτιά, συνεχίζοντας το ανακάτεμα με ξύλινη σπάτουλα, μέχρι να αρχίσει να πήζει η κρέμα, προσέχοντας να μην ξεπεράσει τη θερμοκρασία των 90°σ

> Αφαιρούμε από τη φωτιά, αδειάζουμε την κρέμα σε πάγκο, προκειμένου να την κρυσώσουμε

##### Παράγωγα της κρέμας πατισερί

Μουσλίν : χτυπάμε 1000 γρ βούτυρο, 1000 γρ κρέμα πατισερί

Λεζέρ: αφρατεύουμε 1 κιλό κρέμα πατισερί με 1 κιλό μισοκτυπημένη κρέμα γάλακτος

Σιμπούστ: ανακατεύουμε 1 κιλό ζεστή κρέμα πατισερί με 1 κιλό κιγιέ και αρωματίζουμε

Ντιπλομάτ: ανακατεύουμε 1 κιλό κρέμα πατισερί που περιέχει 2-3 φύλλα ζελατίνης με 1 κιλό χτυπημένη κρέμα γάλακτος

#### 1. ΚΡΕΜΑ ΣΑΝΤΙΓΥ

1000 γρ κρέμα γάλακτος, 50-200 γρ ζάχαρη, βανίλια

#### 2. ΚΡΕΜΑ ΑΝΓΚΛΑΙΖ

150 γρ. γάλα φρέσκο, 20 γρ ζάχαρη 2 φύλλα ζελατίνης (προαιρετικά), 3 κρόκους (60 γρ)+ 20 γρ ζάχαρη, βανίλια, 50 γρ. λικέρ της αρεσκειάς μας, 400 γρ. κρέμα γάλακτος ελαφρά κτυπημένη

#### 3. ΚΡΕΜΑ ΜΠΑΒΑΡΟΥΖΑΖ

40 γρ ζάχαρη, 360 γρ γάλα φρέσκο, 3 κρόκους (60 γρ), 40 γρ ζάχαρη, 4 γρ ζελατίνα (φύλλο), 500 γρ κρέμα γάλακτος (καλά κτυπημένη)

#### 4. ΚΡΕΜΑ ΣΕΡΑΝΟ

250 γρ κιγιέ, 25 γρ. κονιάκ, 75 γρ. κακάο σκόνη, 125 γρ σοκολάτα κουβερτούρα, 500 γρ σαντιγύ μισοκτυπημένη

#### 5. ΚΡΕΜΑ ΒΟΥΤΥΡΟΥ (απλή)

250 γρ βούτυρο (μαλακιά μαργαρίνη), 250 γρ ζάχαρη (ή κιγιέ) , 50 γρ ζαχαρούχο γάλα, 20 γρ κονιάκ ή άλλο λικέρ, βανίλια

#### 6. ΣΙΜΙΓΔΑΛΟΚΡΕΜΑ

1)Βράζουμε 500 γρ γάλα φρέσκο + 60 γρ ζάχαρη, 2) χτυπάμε 2 αυγά + 60 γρ ζάχαρη , προσθέτουμε 60 γρ σιμιγδάλι ψιλό, 3) τα αφήνουμε να πάρουν μια βράση όλα μαζί 4) αποσύρουμε από την φωτιά και όταν κρυώσει προσθέτουμε ¼ ξύσμα λεμονιού και βανίλια

### Παντεσπάνι

**Το Παντεσπάνι**, είναι μια ζύμη πάρα πολύ αφράτη, με λεπτή κυσέλωση και ικανοποιητική ελαστικότητα. Μετά το ψήσιμο χρησιμοποιείτε σε τούρτες και πάστες αφού πρώτα κοπεί σε λεπτές φέτες και σιροπιαστεί. Δένει τα επιμέρους συστατικά του γλυκού (κρέμες) δίνει γεύση και σώμα στο γλυκό. Συναντάτε σε 2 αποχρώσεις, Παντεσπάνι Λευκό και παντεσπάνι σοκολάτας

ΠΑΝΤΕΣΠΑΝΙ ΛΕΥΚΟ: 5 αυγά, 170 γρ ζάχαρη, βανίλια, 200 γρ αλεύρι, 2 γρ μπαίκιν πάουντερ

ΠΑΝΤΕΣΠΑΝΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ: Αντικαθιστούμε στην παραπάνω δόση 30 γρ αλεύρι με 30 γρ κακάο

### Μαρέγκα

Η μαρέγκα, φτιάχνετε με ασπράδια αυγών χτυπημένα με ζάχαρη. Η ζάχαρη μπορεί να ενσωματωθεί με διαφορετικούς τρόπους και έτσι έχουμε την Ιταλική μαρέγκα (κιγιές), την ελβετική και την γαλλική μαρέγκα.

Η ΓΑΛΛΙΚΗ ΜΑΡΕΓΚΑ χρησιμοποιείται κυρίως για ντεκόρ σε διάφορα μικρά γλυκά, παγωτά και τούρτες, για την παρασκευή μπεζέδων και πι- φουρ

*Δοσολογία:* 250 γρ ασπράδια, 500 γρ ζάχαρη

*Εκτέλεση:* χτυπάμε τα ασπράδια να γίνουν αφρός και προσθέτουμε την ζάχαρη. Όταν σφίξει η μαρέγκα με την βοήθεια κορνέ κόβουμε μικρά «σουδάκια», τα οποία στρώνουμε σε λαμαρίνες καλυμμένες με ρυζόχαρτο. Ψήνουμε στους 80° για 2 ώρες περίπου μέχρι όπου οι μαρέγκες στεγνώσουν εντελώς.

Η ΙΤΑΛΙΚΗ ΜΑΡΕΓΚΑ (κιγιές), έχει πολλές εφαρμογές στην ζαχαροπλαστική, χρησιμοποιείται για ντεκόρ σε διάφορα γλυκά όπως τη λέμον πάι, επίσης μπαίνει σε κρέμες πατισερί για να τις αφρατέψει, σε κρέμες βουτύρου κ.ά

*Δοσολογία* : (Α) 250 γρ. ασπράδια, βανίλια, (Β) 60 γρ ζάχαρη, (Γ) 440 γρ ζάχαρη, 60 γρ. γλυκόζη, 100 γρ νερό

*Εκτέλεση*: βάζουμε το (Γ) σε κατσαρόλα ανακατεύουμε μέχρι να δημιουργηθεί καραμέλα. Ταυτόχρονα χτυπάμε τα ασπράδια (Α) στο μίξερ και αφού γίνουν αφρός ρίχνουμε (βροχηδόν) την ζάχαρη(Β). Συνεχίζουμε το χτύπημα της μαρέγκας προσθέτοντας (σαν λεπτή γραμμή) την καραμέλα.

#### Η ΕΛΒΕΤΙΚΗ ΜΑΡΕΓΚΑ

*Δοσολογία*: (Α) 250 γρ ασπράδια, βανίλια, (Β) 625 γρ ζάχαρη, (Γ) χυμός από μισό λεμόνι, ξύσμα από μισό λεμόνι

*Εκτέλεση*: Σε μπασίνα και σε μπαίν μαρί (μέτρια φωτιά) χτυπάμε το (Α) και στην συνέχεια προσθέτουμε το (Β). Αφού ενσωματωθούν χτυπάμε στο μίξερ προσθέτουμε το (Γ). Τέλος με την βοήθεια σύρματος ζαχαροπλαστικής ενσωματώνουμε σιγά-σιγά ανακατεύοντας αργά και κυκλικά την ζάχαρη. Στην συνέχεια με την βοήθεια κορνέ κόβουμε μικρά «σουδάκια», τα οποία στρώνουμε σε λαμαρίνες καλυμμένες με ρυζόχαρτο ή βουτυρωμένες και αλευρωμένες. Ψήνουμε στους 200-220° για 5-8λεπτά μέχρις ότου πάρουν χρώμα στην επιφάνεια αλλά το εσωτερικό τους είναι μαλακό. Βγάζουμε από τον φούρνο αναποδογυρίζουμε τις μαρέγκες (μπεζέδες) πάνω σε σχάρες για να στεγνώσουν καλά στην βάση τους. Στην συνέχεια μπορούμε να τους κολλήσουμε ανά 2 με κάποια κρέμα ενδιάμεσα πχ. Βουτυρόκρεμα, σεράνο κλπ. Επίσης θα μπορούσαμε να έχουμε χρωματίσει την μαρέγκα και να έχουμε χρωματιστούς μπεζέδες.

#### Ζύμες

Οι ζύμες έχουν βασικό συστατικό παρασκευής τους το αλεύρι και μαζί με τις κρέμες αποτελούν ένα από τα βασικότερα συστατικά της ζαχαροπλαστικής. Βασικές ζύμες είναι η ζύμη σφολιάτα, κουρού, κρουασάν, μπριος, μπόμπας, πίτσας, κρέπες, σου, πάστα φλώρα κτλ

#### Άρτος

##### ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΜΑΓΙΑΣ

250 γρ. χλιαρό νερό 50 γρ μαγιά νωπή 100 γρ αλεύρι 1 κ.σ ζάχαρη , λιώνετε τη μαγιά στο νερό προσθέτετε το αλεύρι και τη ζάχαρη ανακατεύετε και αφήνετε 20 λεπτά να δράση η μαγιά

##### ΥΛΙΚΑ ΖΥΜΑΡΙ ΑΡΤΟΥ

##### ΠΡΟΕΡΕΤΙΚΑ 100 γρ προζύμι ή ξινό ζυμάρι (προηγούμενης μέρας)

1 κιλό αλεύρι για όλες τις χρήσεις ή 800 γρ αλεύρι 55 % και 200 σούπερ Αμερικής, 1 κτγ. Μπέικιν πάουντερ, ανακατεμένο με το αλεύρι, Νερό περίπου 350 γρ. χλιαρό, Ηλιέλαιο 100 γρ.(η οποιοδήποτε σπορέλαιο), Μαργαρίνη (βιτάμ) 50 γρ λιωμένο, Ζάχαρη 200 γρ., 2 κ.σ κόλιανδρο σκόνη, 2 κ.σ γλυκάνισο σκόνη, 1 κ.σ μαχλέπι , 1 κτγ. Κοφτό μαστίχα Χίου, 1κτγ. Αλάτι

##### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζετε το νερό στη φωτιά να βράση προσθέτετε τη ζάχαρη και τα μπαχαρικά και βράζετε για 7 λεπτά περίπου. Αφήνετε να πέσει η θερμοκρασία του σιροπιού ώστε να είναι χλιαρό περίπου 25° – 30°C έπειτα προσθέτετε το προζύμι ζυμώνετε στην αργή ταχύτητα μέχρι να ενσωματωθεί καλά στη συνέχεια προσθέτετε

το αλεύρι και συνεχίζετε το ζύμωμα στην αργή ταχύτητα για 3-4 λεπτά ρίχνετε το αλάτι το λάδι και τη μαργαρίνη και ζυμώνετε στη γρήγορη ταχύτητα για ακόμα 4-5 λεπτά . αφήνετε να ξεκουραστεί η ζύμη 20 λεπτά , μέσα στον κάδο του μίξερ και ζυμώνετε ξανά 4-5 λεπτά πλάθετε σε φρατζόλες ή καρβελάκια τοποθετείτε στα ταψιά και στοφάρετε για 30-40 λεπτά στους 35° με 75 % υγρασία .ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο 180° για μια ώρα περίπου. Αφήνετε 4 ώρες να ξεκουραστεί ψεκάζετε με νερό και προαιρετικά ανθόνερο , και με τη βοήθεια ενός κόσκινου πασπαλίζετε με ζάχαρη άχνη.

## ΣΙΡΟΠΙΑΣΤΑ ΓΛΥΚΑ

Κατηγορίες σιροπιαστών γλυκών:

- α) ταψιού με χοντρό φύλλο μπακλαβά που συνήθως κόβονται σε μεγάλες μερίδες,
- β) ταψιού με λεπτό φύλλο Βυρητού που φτιάχνονται σε μέγεθος μπουκίτσας
- γ) ταψιού με φύλλο κανταίφι,
- δ) σιροπιαστά γλυκά ζύμης και σιμιγδαλιού,
- ε) σιροπιαστά με σφολιάτα

**ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΤΩΝ ΣΙΡΟΠΙΑΣΤΩΝ ΓΛΥΚΩΝ** είναι το φύλλο, το βούτυρο, η θερμοκρασία ψησίματος, το σιρόπι (θερμοκρασία – πυκνότητα), οι γεμίσεις, το σχήμα- γαρνιτούρα

**ΣΥΝΤΑΓΗ ΣΙΡΟΠΙΟΥ** 30 γράδα : 500 γρ ζάχαρη, 350 γρ νερό, 150 γρ γλυκόζη, χυμό 2 λεμονιών ή 5 γρ ξυνό (για να αυξήσουμε το γράδο προσθέτουμε ζάχαρη, για να μειώσουμε προσθέτουμε νερό)

### ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ (δοσολογίες)

*(οι παρακάτω παρασκευές εκτελούνται σύμφωνα με τις οδηγίες που δόθηκαν στο εργαστήριο ζαχαροπλαστικής)*

#### **Ζύμη μπριος**

10 γρ. αλάτι ψιλό, 50 γρ άχνη ζάχαρη, 25 γρ νωπή μαγιά, 6 αυγά, 300 βούτυρο φρέσκο, 1 βανίλια, 500 γρ αλεύρι

#### **Ζύμη σφολιάτας**

1000 γρ. αλεύρι, 500 ml νερό, 20 γρ αλάτι, 50 γρ ζάχαρη, 800 γρ μαργαρίνη σκληρή.

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί εκτός από την μαργαρίνη, αφήνουμε να ξεκουραστεί για 15’-20’ . Ανοίγουμε τη ζύμη τοποθετώντας τη μαργαρίνη και ξεκινάμε τις βόλτες. Επαναλαμβάνουμε την διαδικασία 3 φορές.

#### **Ζύμη πίτσας**

50 γρ λάδι, 5 γρ ζάχαρη, 15 γρ αλατι, 10 γρ βούτυρο, 20 γρ νωπή μαγιά, 200 γρ χλιαρό νερό, 500 γρ αλεύρι σκληρό ( 55%)

#### **Ζύμη πάστα φλώρα**

250 γρ. βούτυρο, 125 γρ ζάχαρη, 2 αυγά, 500 γρ αλευρι μαλακό, 8 γρ μπαίκιν πάουντερ

#### **Ζύμη για κρέπες**

500 γρ αλεύρι, 10 γρ αλάτι, 50 γρ ζάχαρη, 6 αυγά, 1 λ. γάλα, 100 βούτυρο

#### **Ζύμη κουρού**

1000 γρ αλεύρι δυνατό, 1000 γρ αλεύρι μαλακό, 100 γρ βούτυρο, 50 γρ μαγιά, 6 αυγά, 30 γρ αλάτι, 100 γρ ζάχαρη, 500 ml γάλα, 200 γρ γιαούρτι

#### **Ζύμη Σου**

Βράζουμε 1000 γρ νερό, 350-370 γρ βούτυρο, 20 γρ ζάχαρη, 15 γρ αλάτι. Προσθέτουμε 600 γρ αλεύρι. Τέλος ανακατεύουμε όταν κρυσώσει ένα-ένα 16 αυγά

#### **Ψωμί χωριάτικο**

4 κ. αλεύρι κίτρινο, 1 κ. αλεύρι σκληρό δυνατό, 90 γρ αλάτι, 150 γρ νωπή μαγιά, 2,7 λ. νερό

#### **Ψωμί μαύρο**

5 κ αλεύρι ολικής άλεσης, 150 γρ μαγιά νωπή, 75 γρ αλάτι, 3250 λ. νερό

#### **Λευκό ψωμί**

20 γρ. μαγιά νωπή, 5 γρ ζάχαρη, 250 γρ νερό (4-10ο C), 500 γρ αλεύρι σκληρό, 10 γρ αλάτι, 50 γρ λάδι

#### **Τσουρέκι**

130 γρ αυγά (2,5 τεμάχια περίπου), 100 γρ βούτυρο, 30 γρ βούτυρο κατσίκισιο, 160 γρ γάλα, 3 γρ αλάτι, 145 γρ ζάχαρη, 45 γρ μαγιά (νωπή)

#### **Κουλουράκια πασχαλινά**

260 γρ άχνη, 100 γρ βούτυρο, 100 γρ βούτυρο γάλακτος, ξύσμα 2 πορτοκαλιών, 130 γρ γάλα, βανίλια, 780 γρ αλεύρι (τύπου 70%), 30 γρ μπαίκιν... (1 αυγό για άλειμμα)

#### **Κέικ βανίλιας**

250 γρ. βούτυρο, 250 γρ ζάχαρη, 5 αυγά, βανίλια, 300 γρ αλευρι μαλακό, 5 γρ μπαίκιν πάουντερ

#### **Χαλβάς πολιτικός**

1000γρ λάδι, 2000 γρ σιμιγδάλι, 3000 γρ ζάχαρη, 4000 γρ νερό

#### **Κρέμα καραμελέ**

1λ. γάλα + βανίλια . 7 χτυπημένα αυγά + 250 γρ ζάχαρη.

Καραμέλα = 300 γρ ζάχαρη 150 γρ νερό χυμό ενός λεμονιού



Ψήνεται σε μπαιν μαρί, σε φορμάκια που έχουν καραμέλα

#### **Κουραμπιέδες**

1000 γρ βούτυρο, 200 γρ ζάχαρη, 1 βανίλια, 1 κουταλιά σόδα, 1500 γρ αλεύρι, 150 γρ αμύγδαλα. Ράντισμα με ανθόνερο + ζάχαρη άχνη

#### **Μελομακάρονα**

1000 γρ αλεύρι, 250 γρ αλεύρι, 250 γρ άχνη, 250 γρ γάλα, 1 φλυτζάνι χυμό πορτοκάλι, λίγη σόδα. Σιροπιάζουμε πασπαλίζουμε με καρυδόψιχα και κανέλλα

#### **Κουλουράκια βανίλιας**

150 γρ ζάχαρη, 150 γρ βούτυρο, 100 γρ αυγά, 30 γρ γάλα, 500 γρ αλευρι μαλακό (70%), 10 γρ μπαικιν, βανίλια

#### **Κουλουράκια σοκολάτας**

Στην παραπάνω συνταγή αντικαθιστούμε 70 γρ αλεύρι με 70 γρ κακάο

Κουλούρια πορτοκαλιού

500 γρ αλεύρι, 175 γρ ζάχαρη, 75 γρ αυγά, 175 γρ βούτυρο, 60 γρ χυμό προτοκάλι, 15 γρ. μπαίκιν, βανίλια, 10 γρ μοσχοκάρυδο

#### **Κουλουράκια σμυρνέικα**

160 γρ ζάχαρη, 160 γρ βούτυρο, 2 αυγά, 70 γρ γάλα, 2 γρ αλάτι, 2 γρ σόδα, 2 γρ αμμωνία, 1 βανίλια, 5 γρ μπαικιν, 500 γρ αλεύρι μαλακό (70%)

#### **Κούκις (cookies)**

125 gr βούτυρο, 150 γρ σπορέλαιο, 150 γρ ζάχαρη, 20 γρ κονιάκ, βανίλια, 500 γρ αλεύρι σκληρό (55%), 10 γρ μπαίκιν, 100 γρ αμύγδαλο ασπρισμένο χοντροκομμένο

#### **Λουκουμάδες**

1000 γρ αλεύρι, 20 γρ μαγιά, 640 γρ νερό Για το σιρόπι 750 γρ ζάχαρη, 250 γρ μέλι. Κανέλα

#### **Κρέμα σοκολάτα**

Βράζουμε 300 γρ γάλα + 150 γρ σοκολάτα (κουβερτούρα)

#### **Σάλτσα σοκολάτας**

400 γρ μαύρη σοκολάτα, 300 ml γάλα, 50 ml κρέμα γάλακτος, 60 γρ ζάχαρη, 60 γρ βούτυρο

#### **Εκμέκ κανταΐφι**



100 γρ βούτυρο γάλακτος, 250 γρ φύλλο κανταίφι **ΓΕΜΙΣΗ** : 100 γρ αμύγδαλο, 500 γρ κρέμα λεζέρ (πατισερί + κρέμα σαντυγί)

ΣΙΡΟΠΙ : 150 γρ νερό, 250 γρ ζάχαρη, 50 γρ γλυκόζη

### Σαραϊγλί

500 γρ φύλλο κρούστας, 500 γρ βούτυρο, 150 γρ αμύγδαλο ψύχα **Σιρόπι:** 300 γρ νερό, 500 γρ ζάχαρη, 100 γρ γλυκόζη

## ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΓΛΥΚΩΝ

### Crème Brulee

Υλικά: (για 10 μερίδες)

α) 250 γρ κρέμα γάλακτος ζωική, 250 γρ γάλα φρέσκο, 35 γρ ζάχαρη.

β) 1 αβγό, 5 κρόκους αβγών, 4 γρ βανίλια, 40 γρ ζάχαρη.

Εκτέλεση:

Βάζουμε να βράσει το μίγμα (α) ανακατεύοντας λίγο στην αρχή. Χτυπάμε καλά το μίγμα (β) με σύρμα. Αφού βράσει το μίγμα του γάλακτος το ρίχνουμε σιγά σιγά σε μορφή κορδονιού όλο μέσα στο μίγμα των αβγών ανακατεύοντας συνέχεια. Το περνάμε από λεπτή σήτα ώστε να κρατηθεί ακόμα και ο αφρός. Σερβίρουμε στα ανάλογα σκεύη τα οποία πρέπει να είναι ανθεκτικά στις μεγάλες θερμοκρασίες.

Τα τοποθετούμε σε μια λαμαρίνα και γεμίζουμε μέχρι τη μέση των σκευών με νερό.

Ψήνουμε σε φούρνο στους 160°0 για 45 περίπου λεπτά.

Αν ο φούρνος είναι αερόθερμος τότε προσθέτουμε από πάνω μια λαμαρίνα για την αποφυγή σκουρόχρωμης κρούστας.

Κρυνώνουμε και σερβίρουμε πασπαλίζοντας με μαύρη ζάχαρη την οποία καίμε με καμινέ-το ή στη σαλαμάνδρα.

### Κρεμ Καραμελέ

Υλικά: (για 10 μερίδες)

1 l γάλα, 200 γρ ζάχαρη, 5 αβγά, 4 κρόκοι, 6 γρ βανίλια, 1/2 φλούδα πορτοκαλιού.

Υλικά για την καραμέλα:

200 g ζάχαρη, 60 ιτϊ νερό, 2-3 σταγόνες λεμόνι.

Εκτέλεση:

Βάζουμε σε κατσαρόλα το γάλα με τη μισή ζάχαρη, τη βανίλια και τη φλούδα πορτοκαλιού να βράσουν. Παράλληλα χτυπάμε με σύρμα την υπόλοιπη ζάχαρη με τους κρόκους και τα αβγά.

Αφού βράσει το μίγμα του γάλακτος το προσθέτουμε σιγά σιγά σε κορδόνι, στο μίγμα των αβγών, αφαιρώντας

τη φλούδα πορτοκαλιού.

Ανακατεύουμε καλά και περνάμε από σήτα. Παράλληλα ετοιμάζουμε την καραμέλα, θα είναι έτοιμη όταν πάρει το σκουρόχρωμο καφέ χρώμα (σ' αυτό το σημείο η καραμέλα αρχίζει να καίγεται και έχει μια πικρίλα στη γεύση, είναι αυτό ακριβώς που θέλουμε να πετύχουμε για τη συγκεκριμένη παρασκευή).

Ρίχνουμε την καραμέλα στις ανάλογες φόρμες ή σε φαρμάκια για να καλύψουμε τον πάτο τους. Αφήνουμε να κρυώσει-κρυσταλλοποιηθεί η καραμέλα

### **Μους Σοκολάτας**

Υλικά (για 10 μερίδες):

α) 1.150 γρ σοκολάτα (κουβερτούρα), 170 γρ βούτυρο

β) 20 κρόκους αβγών, 60 γρ ζάχαρη

γ) 20 ασπράδια, 60 γρ ζάχαρη και λίγο λεμόνι αλάτι

δ) 1 λίτρο ζωική κρέμα γάλακτος

#### Εκτέλεση:

- > Κόβουμε τη σοκολάτα σε μικρά κομμάτια και τη λιώνουμε σε μπεν μαρί μαζί με το βούτυρο.
- > Χτυπάμε τους κρόκους και τη ζάχαρη σε μίξερ μέχρι να αφρατέψουν.
- > Προσθέτουμε το μείγμα της σοκολάτας, φροντίζοντας έτσι ώστε η σοκολάτα να έχει αποκτήσει θερμοκρασία περιβάλλοντος (για να μην ψηθούν οι κρόκοι) και ανακατεύουμε με ξύλο.
- > Χτυπάμε τα ασπράδια με τη ζάχαρη μαρέγκα και ανακατεύουμε απαλά με το μείγμα της σοκολάτας.
- > Έχουμε χτυπήσει ξεχωριστά την κρέμα γάλακτος σε σαντιγί και την αναμειγνύουμε πολύ απαλά με το προηγούμενο μείγμα.
- ^ Τοποθετούμε σε ψυγείο.

Σημείωση: Μπορούμε να προσθέσουμε στο μείγμα ζύσμα πορτοκαλιού πριν από τη μαρέγκα

### **Μωσαϊκό**

250 γρ βούτυρο, 200 γρ. ζάχαρη άχνη, 40 γρ κονιακ ( 4 κουταλιές) 50 γρ κακάο, 250 γρ μπισκότα, 100 γρ καρύδια (προαιρετικά)

Λιώνεται το βούτυρο, αποσύρετε από την φωτιά και προσθέτετε την άχνη το κακάο και το κονιάκ και ανακατεύετε καλά. Προσθέτετε τα μπισκότα τριμμένα και τα καρύδια και ανακατεύστε καλά Αφήνετε λίγο το μείγμα να κρυώσει, και να σταθεροποιηθεί, το απλώνετε σε αλουμινόχαρτο ή αντικολλητικό χαρτί και το τυλίγετε σε κορμό. Το παγώνετε στην κατάψυξη. Κόβεται μερίδες

### **Δίπλες (παραδοσιακή Καλαματιανή συνταγή)**

5 αυγά και 500 γρ αλεύρι Αλεύρι λίγη σόδα διαλυμένη σε λίγο χυμό λεμονιού

Χτυπάμε τα ασπράδια μαρέγκα, ρίχνουμε τους κρόκους, το λεμόνι με τη σόδα, το αλεύρι (όσο πάρει)

Κατά το άνοιγμα του φύλλου με τον πλάστη μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε νισεστέ αντί για αλεύρι

Χαλβάς Πολίτικος (σιμιγδαλένιος)

Υλικά: (για 15 μερίδες, 1 ταψάκι)

> 500 9Γ σιμιγδάλι χονδρό, 250 9Γ βούτυρο ή λάδι, 100 9Γ κουκουνάρια ή αμύγδαλα, κανέλα σε σκόνη.

Υλικά για το Σιρόπι:

> 1 1/2 Π νερό, 1 Κ9Γ ζάχαρη, 1 ξύλο κανέλας, γαρύφαλλο (προαιρετικά: λεμόνι, πορτοκάλι

> ή βανίλια).

Εκτέλεση:

> Λιώνουμε το βούτυρο σε μία κατσαρόλα και προσθέτουμε το σιμιγδάλι και τα κουκουνάρια.

> Καβουρδίζουμε, μέχρι να πάρει το σιμιγδάλι το καστανόξανθο χρώμα, ανακατεύοντας συνεχώς.

> Προσθέτουμε το σιρόπι προσεκτικά και συνεχίζουμε το ανακάτεμα, μέχρι να απορροφήσει ο χαλβάς όλα του τα υγρά (το μείγμα βγάζει, τότε, τις χαρακτηριστικές «φουσκάλες»).

>> Αποσύρουμε από τη φωτιά και τοποθετούμε σε λαδωμένο ταψί ή φόρμα.

>> Σερβίρουμε, αφού κρυώσει, και πασπαλίζουμε με κανέλα, καρύδια, αμύγδαλα κ.ά.

> Σημείωση: Αν θέλουμε μπορούμε να προσθέσουμε και αποξηραμένα φρούτα.

## Μπριός

**Υλικά για 4 τεμ. :** 8 gr μαγιά νωπή, 1 κουτ γάλα χλιαρό, 190 gr αλεύρι σκληρό, 2 κουτ ζάχαρη, 1/2 κουταλ αλάτι, 3 τεμ αυγά, 90gr, βούτυρο

- Αραιώνουμε καλά την μαγιά σε λίγο χλιαρό νερό και την αφήνουμε σκεπασμένη μέχρι να βγάλει φυσαλίδες
- Κοσκινίζουμε το αλεύρι, ζάχαρη, αλάτι στον πάγκο κάνοντας μια τρύπα στην μέση
- Χτυπάμε τα αυγά και τα ανακατεύουμε μαζί με την μαγιά και στην συνέχεια στην τρύπα του αλευριού κάνοντας μια ζύμη σιγά σιγά πολύ μαλακή
- Λαδώνουμε ένα μπολ βάζουμε την μπάλα της ζύμης μέσα και σκεπασμένη την αφήνουμε να φουσκώσει για 1 ώρα
- Βγάζουμε την ζύμη, την δουλεύουμε λίγο να μαλακώσει και στην συνέχεια ενσωματώνουμε το μαλακωμένο βούτυρο μέσα ζυμώνοντας για 2 – 3 λεπτά
- Σχηματοποιούμε σε φορμάκια και αφήνουμε να φουσκώσει για 45'λεπτά
- Ψήνουμε στους 200° C για 25'λεπτά και αφήνουμε να κρυώσουν πριν σερβίρουμε

## Πάστα Φλώρα με μαρμελάδα

**ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΣΤΑ ΦΛΩΡΑ:** 300 γρ. αλεύρι, 300 γρ. ζάχαρη άχνη, 300 γρ. λευκό αμύγδαλο σκόνη, 2 αυγά, 250 γρ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου, 1 πρέζα αλάτι, 1 κουτ. του γλυκού μπέικιν πάουντε, 50 γρ. νερ, 150-200 γρ. μαρμελάδα πορτοκάλι ή φράουλα

**ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟ ΚΡΑΜΠΛ:** 100 γρ. αλεύρι, 100 γρ. ζάχαρη μαύρ, 80 γρ. βούτυρο, 80 γρ. αμύγδαλο σε σκόνη (τριμμένο στο μπλέντερ)

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΣΤΑ ΦΛΩΡΑ:

Τοποθετούμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ, εκτός της μαρμελάδας, και τα ανακατεύουμε με το φτερό έτσι ώστε να έχουμε ένα ομογενοποιημένο ζυμάρι. Αφήνουμε τη ζύμη για 2 ώρες στο ψυγείο να ξεκουραστεί και σε ένα στρογγυλό τσέρκι διαστάσεων 28Χ28, απλώνουμε τη ζύμη σε πάχος 1,5 εκ. Πάνω από αυτό απλώνουμε τη μαρμελάδα αφήνοντας 1 εκ. περιφερειακά χωρίς μαρμελάδα.

## ΓΙΑ ΤΟ ΚΡΑΜΠΑ:

Ανακατεύουμε το αλεύρι, την αμυγδαλόσκονη και τη ζάχαρη. Προσθέτουμε το βούτυρο λιωμένο και ανακατεύουμε έως ότου δημιουργηθεί ένα συμπαγές μίγμα. Το διατηρούμε για 1 ώρα σε δροσερό μέρος. Με έναν τρίφτη το τρίβουμε πάνω από την πάστα φλώρα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 60-70 λεπτά.

## Γαλακτομπούρεκο

**Συστατικά :** 1 λίτρο Γάλα , 300 γρ Ζάχαρη , 150 γρ Σιμιγδάλι ψιλό , 5 Αυγό(ά) , βανίλια, 200 γρ. Βούτυρο γάλακτος, Ξύσμα 1 λεμονιού

1/2 κιλό Φύλλα κρούστας

**ΣΙΡΟΠΙ :** 500 γρ Ζάχαρη , 250 ml Νερό, 150 γρ γλυκόζη, βανίλια, 1 φετούλα Λεμόνι(α), 1 ξυλαράκι Κανέλα,

**Εκτέλεση:** Βάζετε το γάλα σε κατσαρόλα και το ζεσταίνετε να κάψει. Προσθέτετε το σιμιγδάλι και ανακατεύετε συνέχεια να πήξει. Βγάζετε από τη φωτιά. Σε μπολ χτυπάτε τα αυγά με τη ζάχαρη και το ξύσμα λεμόνι. Ρίχνετε σιγά-σιγά στην κρέμα με το γάλα. Προσθέτετε και το βούτυρο και ανακατεύετε καλά. Σκεπάζετε με βρεγμένη πετσέτα (για να μην κάνει πέτσα) και αφήνετε να κρυώσει.

Βουτυρώνετε ένα μέτριο μακρόστενο ή στρογγυλό ταψί. Απλώνετε στη βάση τα μισά φύλλα κρούστας, αφού τα αλείψετε πρώτα καλά με βούτυρο. Αδειάζετε μέσα την κρέμα και γυρίζετε τα φύλλα που προεξέχουν προς τα μέσα. Απλώνετε και τα υπόλοιπα φύλλα κρούστας επάνω στην κρέμα, αφού τα αλείψετε με βούτυρο. Χαράζετε σε τετράγωνα κομμάτια και πασπαλίζετε την επιφάνεια με λίγο νερό. Ψήνετε στους 200 βαθμούς για 30 λεπτά.

Στο μεταξύ ετοιμάζετε το σιρόπι: Βράζετε τη ζάχαρη, το νερό, τη φετούλα λεμόνι και τα κανελογαρίφαλα για 5-6 λεπτά. Βγάζετε και πετάτε τα κανελογαρίφαλα, προσθέτετε τον χυμό λεμόνι και βράζετε για 2-3 λεπτά ακόμα. Περιχύνετε με το ζεστό σιρόπι το γαλακτομπούρεκο αμέσως μόλις το βγάλετε από τον φούρνο.

Αφήνετε να κρυώσει καλά, κόβετε σε τετράγωνα κομμάτια και σερβίρετε.

## Κανταΐφι

**Συστατικά για 15 μερίδες:** 1 κιλό κανταΐφι, 250 γρ. βούτυρο φρεσκο λυωμένο

**ΓΕΜΙΣΗ** 250 γρ αμύγδαλα + 50 γρ καρυδια, χοντροκομμένα, 3 γρ κανελλα.(προαιρετικά 3 γρ γαρυφαλλο τριμμένο)

150 γρ ζαχαρη

**Για το σιρόπι (30-31 γράδα):** 1000 γρ ζαχαρη, 200 γρ γλυκόζη, 600 ml νερο, 2 ξυλα κανελλας, βανίλια και φλουδα απο ενα λεμονι

**Εκτέλεση:** Σε μπολ ανακατευουμε ολα τα στερεα υλικα μας.

Ξεδιπλωνουμε το κανταιφι και το κοβουμε σε μηκος περιπου 14 ποντων. Παιρνουμε μια λωριδα στο χερι μας και με τα δακτυλα μας οπου ειναι κολλημενες οι ινες τις ξεκολλαμε. Βαζουμε στην παλαμη μας την λωριδα και στην ακρη της βαζουμε με κουταλακι λιγο απο το μιγμα των καρυδιων. Τυλιγουμε χαλαρα σε ρολο και το βαζουμε σε καλα βουτυρωμενο ταψακι.

Συνεχιζουμε μεχρι να τελειωσουν τα υλικα μας βαζοντας στριμωχτα τα κανταιφια μας, γιατι στο ψησιμο μαζευουν.

Με κουταλι ριχνουμε λιγο-λιγο το λυωμενο βουτυρο πανω στα κανταιφια για να βουτυρωθουν καλα. Ψηνουμε στους 160 βαθμους σε προθερμασμενο φουρνο για περιπου 90 λεπτα μεχρι να παρουν χρυσοξανθο χρωμα.

Ετοιμάζουμε το σιροπι 30-31 γράδα.

Οταν ειναι ετοιμο ψημενο το κανταιφι μας το σιροπιαζουμε ριχνοντας με κουταλι λιγο λιγο το σιροπι να σιροπιαστουν καλα. Καυτο κανταιφι, χλιαρό σιροπι . Αφηνουμε να απορροφησει το σιροπι και δεν καλυπτουμε το ταφι για να ειναι σιροπιασμενο και τραγανο το κανταιφι μας.

## Σαραγλί

### Υλικά:

1 kgf φύλλο κρούστας, 1 kgf βούτυρο γάλακτος, 400 GR αμυγδαλόπιχα, 3 gr κανέλα, 2 gr γαρύφαλλο.

### Υλικά για το Σιρόπι: (31-32 γράδα)

750 gr ζάχαρη, 450 ml νερό, 150 gr γλυκόζη, 1 κανέλα ξύλο, 1/4 λεμόνι, 3 gr βανίλια.

### Εκτέλεση:

- > Τοποθετούμε 2 φύλλα κρούστας επάνω στο μάρμαρο. Βάζουμε τη βέργα λίγο πιο κάτω από τη μέση και διπλώνουμε το φύλλο.
- > Ρίχνουμε τα υλικά της γέμισης σε όλο το πλάτος του φύλλου.
- > Περιστρέφουμε τη βέργα τυλίγοντας χαλαρά το φύλλο και κλείνοντας μέσα τη γέμιση. Όταν τυλιχτεί όλο το φύλλο πιάνουμε δεξιά και αριστερά τις δύο άκρες και σουρώνουμε προσεχτικά.
- > Στη συνέχεια σπρώχνουμε έτσι ώστε να βγει από τη βέργα και τοποθετούμε σε ταψάκι βουτυρωμένο.
- > Συνεχίζουμε τη διαδικασία μέχρι να γεμίσουμε το ταψί. Αλείφουμε με βούτυρο από πάνω και τοποθετούμε στο ψυγείο για 10 λεπτά να σφίξει, έπειτα το κόβουμε.
- > Περιχύνουμε με βούτυρο λιωμένο μέχρι να το σκεπάσουμε και φουρνίζουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°0 για 45-50 λεπτά.
- > Βγάζουμε από το φούρνο, στραγγίζουμε το βούτυρο και σιροπιάζουμε με σιρόπι ζεστό-ζεστό.

## Μπακλαβάς

### Υλικά: (για 15 μερίδες, 1 ταψάκι)

500 gr φύλλο κρούστας, 150 gr βούτυρο γάλακτος, 200 gr αμυγδαλόπιχα, 50 gr καρυδόπιχα, 3 gr κανέλα, 2 gr γαρύφαλλο.

### Υλικά για το Σιρόπι: (32 γράδα)

600 ml νερό, 1 gr ζάχαρη, 200 gr γλυκόζη, κανέλα ολόκληρη, λεμόνι, βανίλια.

### Εκτέλεση:

- > Λιώνουμε το βούτυρο και σε μια μπασίνα ανακατεύουμε τα υλικά της γέμισης.
- > Βουτυρώνουμε ένα ταψί με πινέλο και τοποθετούμε 2 φύλλα στην κάθε πλευρά του ταψιού έτσι ώστε να προεξέχουν από το ταψί. Στη συνέχεια στον πάτο του ταψιού τοποθετούμε 4 φύλλα βουτυρώνοντας τα όλα.
- > Για να δώσουμε όγκο στο γλυκό τοποθετούμε μερικά φύλλα τσαλακωμένα σε όλη την επιφάνεια του ταψιού και τα ραντίζουμε και αυτά με βούτυρο.
- > Απλώνουμε όλη τη γέμιση από πάνω ομοιόμορφα και γυρνάμε τα φύλλα που προεξέχουν.
- > Από πάνω τοποθετούμε 8 φύλλα βουτυρώνοντας τα ένα ένα.
- > Κόβουμε σε κομμάτια, ραντίζουμε με λίγο κρύο νερό και ψήνουμε σε φούρνο στους 160°0 για 2-2 1/2 ώρες. Σιροπιάζουμε ζεστό-ζεστό.

### **Μπακλαβάς**

*Συστατικά για 15 μερίδες:* 1/2 κιλό φυλλα κρουστας, 50γρ χοντροκοπανισμενα καρυδια, 200 γρ χοντροκοπανισμενα αμυγδαλα, 3 γρ κανελλα σε σκονη, 2 γαρυφαλλο σκονη, 150 γραμ περιπου φρεσκο βουτυρο λυωμενο

*Για το σιρόπι (30-31 γράδα):* 1000 γρ ζαχαρη, 200 γρ γλυκοζη, 600 ml νερο, 2 ξυλα κανελλας, βανίλια και φλουδα απο ενα λεμονι

**Εκτέλεση:** Σε μπωλ ανακατευουμε τα υλικά της γεμισης. Βουτυρωνουμε καλα και κατω και στα πλαγια ενα ταψι στο μεγαθος που εχουν τα φυλλα μας. Στρωνουμε στο ταψι 5 φυλλα βουτυρωνοντας το καθενα πολυ καλα αλλα χωρις πολυ βουτυρο. Σκορπιζουμε με κουταλι λιγο απο το μιγμα των καρυδιων και συνεχιζουμε βουτυρωνοντας καθε φυλλο και βαζοντας σε καθε φυλλο γεμιση.

Αφηνουμε 4-5 φυλλα για να τα βαλουμε στο τελειωμα. Με κοφτερο μαχαιρι κοβουμε μπακλαβαδωτα το γλυκο μας η σε αλλο σχημα, αλλα χωρις να φτανει το μαχαιρι μας μεχρι τον πατο του ταψιου.

Περιχυνουμε απο πανω ακομη λιγο βουτυρο και αφου ραντισουμε με παγωμενο νερο, ψηνουμε το γλυκο μας σε προθερμασμενο φουρνο στους 160 βαθμους, να πάρει χρυσοξανθο χρωμα.

Ετοιμαζουμε το σιροπι με τα υλικά μας και το αφηνουμε να βρασει 5 λεπτα. Μολις βγαλουμε απο το φουρνο το μπακλαβα μας τον σιροπιαζουμε με το καυτο σιροπι μας ριχνοντας λιγο λιγο το σιροπι για να παει παντου. Αφηνουμε ακαλυπτο το ταψι μεχρι να απορροφησει το γλυκο μας το σιροπι για να ειναι τραγανο.

### **ΤΟΥΡΤΑ ΒΑΝΙΛΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑ**

#### **Α) ΠΑΝΤΕΣΠΑΝΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ:**

#### **ΥΛΙΚΑ:**

15 ΑΥΓΑ

500 ΓΡ. ΖΑΧΑΡΗ

600 ΓΡ. ΑΛΕΥΡΙ ΜΑΛΑΚΟ

1 ΦΡΕΣΚΙΑ ΒΑΝΙΛΙΑ

10 ΓΡ ΜΠΕΚΙΝ ΠΑΟΥΝΤΕΡ

25 ΓΡ. ΧΛΙΑΡΟ ΝΕΡΟ  
100 ΓΡ. ΚΑΚΑΟ ΣΚΟΝΗ

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε στο μίξερ τα αυγά με την ζάχαρη μέχρι να φουσκώσουν και να ασπρίσουν. Στη συνέχεια προσθέτουμε το νερό και συνεχίζουμε το χτύπημα. Όταν είναι έτοιμο χαμηλώνουμε την ταχύτητα και προσθέτουμε το αλεύρι σιγά-σιγά τη βανίλια, το μπεικιν πάουντερ και το κακάο. Ανακατεύουμε καλά να γίνη ένα ομοιογενές μίγμα. Βουτυρώνουμε εν ταψί και ρίχνουμε μέσα το μίγμα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στου 180 βαθμούς Κελσίου για 30-40' λεπτά.

#### Β) ΚΡΕΜΑ ΠΑΤΙΣΕΡΙ ΒΑΝΙΛΙΑ & ΣΟΚΟΛΑΤΑ:

##### Υλικά :

500 ml γάλα  
μισό καρπό φυτικής βανίλιας  
5 κρόκοι αυγού  
125 γρμ. ζάχαρη  
25 γρμ. αλεύρι μαλακό  
25 γρμ. κορνφλάουρ  
50 γρμ. λιωμένη κουβερτούρα

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζεσταίνετε το γάλα και τον καρπό βανίλιας σε σιγανή φωτιά , μέχρι να κοντεύει να βράσει . Απομακρύνετε το σκεύος από την φωτιά και αφήνετε να κρυώσει λίγο . Κτυπάτε τούς κρόκους αυγού με την ζάχαρη μέχρι να προκύψει ένα υποκίτρινο και παχύρρευστο μίγμα και μετά προσθέτετε ανακατεύοντας το αλεύρι και το κορνφλάουρ. Βγάζετε τον καρπό βανίλιας και προσθέτετε σταδιακά το μίγμα με το αυγό και το αλεύρι ανακατεύοντας . Επαναφέρετε την κρέμα στο σκεύος και ζεσταίνετε ελαφρά , κτυπώντας συνεχώς μέχρι να γινή το μίγμα παχύρρευστο και να κοχλάζει . Βράζετε το μίγμα για ένα λεπτό και ανακατεύετε συνεχώς . Αδειάζετε το μίγμα σε ένα μεγάλο μπολ ή σε ένα ρηχό πιάτο και σκεπάζετε με διαφανή μεμβράνη ή αντικολητικό χαρτί . Το αφήνετε στην άκρη να κρυώσει . Πριν τη χρησιμοποιήσετε , την κτυπάτε για να γινή αφράτη . Και για πατισερί σοκολάτας προσθέτουμε λίγη λιωμένη κουβερτούρα.

#### Γ) ΓΛΑΣΣΟ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ:

##### ΥΛΙΚΑ:

300 γρμ ζάχαρη άχνη  
300 γρμ νερό  
600 γρμ. σοκολάτα  
λίγη κρέμα γάλακτος

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ



Φτιάχνουμε ένα σιρόπι με την ζάχαρη και το νερό , προσθέτουμε την σοκολάτα αφού την έχουμε λιώσει σε Μπεν-μαρι και τέλος την κρέμα γάλακτος για να γινη λίγο πιο ρευστό .

**Τέλος χρειαζόμαστε ένα ελαφρύ σιρόπι με λίγο λικέρ μέσα της αρεσκείας μας για το σιρόπιασμα για το παντεσπάνι, κερασάκια γλασσε για το ντεκόρ και κρέμα γάλακτος χτυπημένη σε μορφή σαντιγί για το στολισμό.**

## Βιβλιογραφία - Ιντερνέτ

1. Αθανασόπουλος, Παπαδόπουλος (2000) *Οδηγός γαστρονομικής τέχνης, Στοιχεία ζαχαροπλαστικής*. Αθήνα Interbooks
2. Σαράντος Ν., Χειλαδάλης Σ. *Εκπαιδευτική επαγγελματική μαγειρική* ΟΤΕΚ
3. Πάγκαλης, Πρωτοψάλτης, Σαράβας (1998) *Ζαχαροπλαστική, μια τέχνη μια ιστορία*
4. [www.sintagespareas.gr](http://www.sintagespareas.gr)
5. [www.gma-nitsa.gr](http://www.gma-nitsa.gr)
6. [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)
7. [www.efet.gr](http://www.efet.gr)

## Παράρτημα

### Βάρος ειδών ζαχαροπλαστικής (Άρθρο 156)

Τα όρια βάρους των ειδών που προσφέρονται από τα ζαχαροπλαστεία, γαλακτοπωλεία και λοιπά παρόμοια καταστήματα, καθορίζονται ως εξής:

1. Πάστες κομμένες, μπακλαβάδες, γιουμουντά και τρίγωνα, το τεμάχιο 70 γραμμ. τουλάχιστον.
2. Γλυκίσματα φόρμας (π.χ. κασετίνες, μόν μπλάν, σαρλότες κ.λ.π.), το τεμάχιο 70 γραμμ. τουλάχιστον.
3. Γλυκά ταψιού, που παραμένουν συνεχώς μέσα στο σιρόπι, το τεμάχιο 95 γραμμ. τουλάχιστον.
4. Γλυκά ταψιού μέσα σε σιρόπι, που αποσύρονται για πώληση, το τεμάχιο 70 γραμμ. τουλάχιστον.
5. Παγωτά, γενικά γαρνιρισμένα ή όχι, το τεμάχιο 95 γραμμ. τουλάχιστον.
6. Λουκουμάδες τρυπητοί με μέλι η μερίδα 95 γραμμ. τουλάχιστον.
7. Λουκουμάδες ατύπητοι με μέλι, η μερίδα 150 γραμμ. τουλάχιστον.
8. Μπουγάτσες το τεμάχιο 95 γραμμ. τουλάχιστον.
9. Κατημέρι το τεμάχιο 125 γραμμ. τουλάχιστον.
10. Βούτυρο με μέλι η μερίδα το γραμμ. τουλάχιστον, από τα οποία 35 γραμμ. βούτυρο.
11. Κομπόστες γενικά χωρίς σιρόπι η μερίδα 80 γραμμ. τουλάχιστον.
12. Ρυζόγαλο και κρέμα πιάτου, η μερίδα 150 γραμμ. τουλάχιστον.
13. Γάλα βρασμένο 220 γραμμ. τουλάχιστον.
14. Τυρόπιττες 70 γραμμ. τουλάχιστον.

Τα βάρη γλυκισμάτων και λοιπών ειδών ζαχαροπλαστείου και γαλακτοπωλείου, που καθορίζονται παραπάνω, ισχύουν και για τα εστιατόρια, ζυθεστιατόρια, μπαρ, ταβέρνες και για οποιοδήποτε κατάστημα, που προσφέρει τα είδη αυτά.

ΓΙΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΧΡΗΣΗ