

miss tasty

ΣΠΙΤΙΚΗ
ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

ΕΥΚΟΛΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΓΙΑ ΓΛΥΚΟ
ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ



ΜΑΡΙΑ ΠΑΤΣΙΑ

miss tasty

ΣΠΙΤΙΚΗ
ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

*Εύκολες συνταγές για γλυκό
κάθε μέρα στο σπίτι*





Όταν «γεννήθηκε» η Miss Tasty, τον Οκτώβριο του 2019, προσπάθησε να δώσει εύκολες συνταγές μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής που θα ετοιμάσει μια μαμά, με λίγο χρόνο στη διάθεσή της, για το καθημερινό τραπέζι.

Με αυτό το βιβλίο θα φτιάξουμε μαζί εύκολα γλυκά για το σπίτι. Γλυκά που έχουν πίσω μνήμες και ιστορία. Που θυμόμαστε ότι τα φάγαμε σε ένα μεγάλο οικογενειακό τραπέζι, με πολλά γέλια και φωνές. Σε μια πλατεία ενός χωριού, κάτω από ένα μεγάλο πλάτανο να μας δροσίζει. Αλλά και γλυκά σύγχρονα που έχουν πλέον καθιερωθεί και αγαπηθεί από όλους μας. Εύκολα κέικ με προϊόντα από τον τόπο μας και της κάθε εποχής. Καθημερινά γλυκά που δε χρειάζονται γνώσεις ζαχαροπλαστικής. Μια προσεκτική ανάγνωση στη διαδικασία της συνταγής είναι αρκετή. Είναι συνταγές που ίσως να γνωρίζετε, αλλά τώρα είναι όλες μαζί σε ένα βιβλίο.

Εύχομαι το βιβλίο μου να σας κάνει πάντα παρέα σε χαρές. Να ετοιμάζετε τα γλυκά σας με αγάπη και να τα απολαμβάνετε σε μια δροσερή σκιά στην αυλή παρέα με αγαπημένα πρόσωπα! Εύκολη σπιτική ζαχαροπλαστική, λοιπόν, για κάθε μέρα γλυκό στο σπίτι!

Μαρία Πατσιά — Miss Tasty



10	ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ
50	ΜΕ ΓΑΛΑ
64	ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΠΑΝΤΑ
84	ΜΕ ΣΙΡΟΠΙ
98	ΓΙΟΡΤΙΝΑ

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

Σε όλες τις συνταγές η κούπα που χρησιμοποιείται είναι η δοσομετρική των 250 ml.

Αρχίζουμε να μετράμε τον χρόνο βρασμού σε ένα σιρόπι πάντα από τη στιγμή που ξεκινά ο βρασμός και όχι πιο πριν.

Πριν ξεκινήσουμε να φτιάχνουμε μια συνταγή, διαβάζουμε πάντα προσεκτικά τα υλικά που θα χρειαστούμε και τη διαδικασία που θα ακολουθήσουμε.

Όλα τα υλικά φροντίζουμε να είναι σε θερμοκρασία δωματίου, εκτός αν λέει κάτι διαφορετικό η συνταγή.

Η κρέμα γάλακτος που χρησιμοποιείται στη ζαχαροπλαστική είναι πάντα 35% λιπαρά. Για τη σαντιγί η κρέμα πρέπει να είναι παγωμένη.

Το βούτυρο είναι αγελαδινό, εκτός αν λέει κάτι διαφορετικό η συνταγή.

Ο φούρνος μας πρέπει πάντα να είναι προθερμασμένος και για το ψήσιμο επιλέγουμε αέρα.

Το σκεύος που χρησιμοποιούμε επηρεάζει τον χρόνο ψησίματος. Μικρότερο σκεύος από αυτό που αναφέρει η συνταγή θα χρειαστεί περισσότερο ψήσιμο και μεγαλύτερο λιγότερο χρόνο ψησίματος.

Κάθε φούρνος είναι διαφορετικός και επηρεάζει τον χρόνο ψησίματος.

Δεν ανοίγουμε ποτέ τον φούρνο κατά τη διάρκεια του ψησίματος γιατί το κέικ μας θα χάσει τον όγκο του. Επίσης, επηρεάζει και τον συνολικό χρόνο ψησίματος.

Τα στερεά υλικά, δηλαδή αλεύρι, κακάο, ζάχαρη άχνη, είναι καλύτερα να είναι κοσκινισμένα ακόμα και αν δεν το γράφει η συνταγή.

Όταν προσθέσουμε τα στερεά υλικά σε ένα κέικ, πλέον δεν ανακατεύουμε πολύ το μείγμα.

Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε σχολαστικά τη φόρμα που θα ψήσουμε το κέικ. Βοηθά πάντα η χρήση λαδόκολλας.

Σιροπιάζουμε τα γλυκά ρίχνοντας σιγά σιγά το σιρόπι για να μην «κάτσει» το γλυκό μας.



*Ενότητα
πρώτη*

ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ

10 – 49

ΜΕΡΙΔΕΣ: 12–15
ΧΡΟΝΟΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 30'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ: 50'
ΣΚΕΥΟΣ: Ταψί
36x26 εκ.

ΛΕΜΟΝΟΠΙΤΑ ΜΕ ΣΙΡΟΠΙ ΛΕΜΟΝΑΔΑΣ

Όταν λέμε λεμονάδα, δεν εννοούμε αυτή με το ανθρακικό, αλλά το φρουτιποτό που θα βρούμε στα ράφια ή στα ψυγεία των σουπερμάρκετ. Κάτι σαν σπιτική λεμονάδα, που δεν είναι φυσικά. Αυτό θα προμηθευτείτε για τη συνταγή. Μπορείτε βέβαια να χρησιμοποιήσετε και απλό νερό, με λίγο περισσότερο ξύσμα λεμονιού στο σιρόπι.

ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ:

2 κούπες λεμονάδα
φρουτιποτό
1 κούπα νερό
3 κούπες ζάχαρη
κρυσταλλική
Ξύσμα από 3 λεμόνια
βιολογικά

ΓΙΑ ΤΗ ΛΕΜΟΝΟΠΙΤΑ:

1 πακέτο φύλλα κρούστας
7 αυγά μεγάλα,
σε θερμοκρασία δωματίου
1 κούπα ζάχαρη
κρυσταλλική
Ξύσμα από 4 λεμόνια
βιολογικά

1 κούπα σπορέλαιο
1 βανίλια
400 γρ. γιαούρτι
στραγγιστό
200 ml κρέμα γάλακτος
35% λιπαρά
3 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
½ κ.γ. σόδα

Ετοιμάζουμε πρώτα το σιρόπι. Βάζουμε όλα τα υλικά σε ένα κατσαρολάκι και μόλις αρχίσουν να βράζουν, τα αφήνουμε για 5'. Αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει εντελώς.

Ετοιμάζουμε τα φύλλα. Τα κόβουμε έτσι όπως είναι τυλιγμένα σε κομμάτια του ενός εκατοστού. Χωρίζουμε τις λωρίδες. Απλώνουμε λαδόκολλα σε ένα ταψί και τα βάζουμε στους 100°C, στον αέρα. Ανακατεύουμε συχνά, μέχρι να ξεραθούν εντελώς όλα.

Χτυπάμε τα αυγά με τη ζάχαρη και τη βανίλια πολύ καλά για αρκετή ώρα, μέχρι το μείγμα να ασπρίσει. Προσθέτουμε στη συνέχεια το σπορέλαιο και συνεχίζουμε το χτύπημα και μετά το γιαούρτι, την κρέμα γάλακτος, το ξύσμα, το μπέικιν και τη σόδα.

Χτυπάμε μέχρι να έχουμε ένα αφράτο, ομοιογενές μείγμα. Αρχίζουμε να προσθέτουμε στη συνέχεια τα φύλλα σιγά σιγά, ανακατεύοντας με μια κουτάλα.

Λαδώνουμε ελαφρώς ένα ταψάκι. Ρίχνουμε το μείγμα εκεί. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 170°C, στον αέρα, για περίπου 50'. Αφήνουμε 5' να «σταθεί» μόλις βγει από τον φούρνο. Σιροπιάζουμε σιγά σιγά. Αφήνουμε να κρυώσει και σερβίρουμε με σαντιγί ή παγωτό και φυσικά με μια φρέσκια λεμονάδα!

Tip: Το μυστικό της επιτυχίας είναι να ξεραθούν πολύ καλά τα φύλλα. Εγώ εδώ σας προτείνω να τα κόψετε και να τα βάλετε στον φούρνο, στους 100°C μέχρι να ξεραθούν εντελώς. Μπορείτε να τα αφήσετε και ένα βράδυ εκτός ψυγείου, σε ένα ταψί, αν θέλετε.

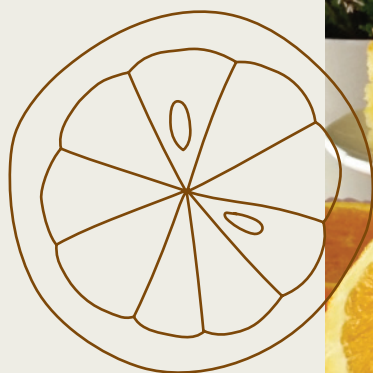


ΜΕΡΙΔΕΣ: 12-15
ΧΡΟΝΟΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 30'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ: 30'
ΣΚΕΥΟΣ: Ταψί
36x28εκ.

ΠΟΡΤΟΚΑΛΟΠΙΤΑ ΜΕ ΣΙΜΙΓΔΑΛΙ

Λατρεύω τα γλυκά με πορτοκάλι! Στο άκουσμα και μόνο πορτοκαλόπιτα, το μυαλό ταξιδεύει στο καλοκαίρι, που συνήθως την απολαμβάνουμε ξεκούραστοι στις πλατείες των νησιών μας.



**ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ:**

3½ κούπες ζάχαρη
κρυσταλλική
1½ κούπα νερό
1 κούπα χυμό
πορτοκαλιού

ΓΙΑ ΤΟ ΚΕΪΚ:

8 αυγά μεγάλα
250 γρ. σιμιγδάλι ψιλό
100 γρ. αλεύρι
που φουσκώνει μόνο του
450 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική

Ξύσμα από 4
πορτοκάλια βιολογικά
300 ml χυμό
πορτοκαλιού, φρέσκο
100 ml γάλα φρέσκο

Ετοιμάζουμε πρώτα το σιρόπι. Βάζουμε όλα τα υλικά σε ένα κατσαρολάκι και μόλις αρχίσουν να βράζουν, τα αφήνουμε για 5'. Αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει καλά.

Ετοιμάζουμε το κέικ. Χωρίζουμε τους κρόκους από τα ασπράδια. Χτυπάμε τα ασπράδια σε σφιχτή μαρέγκα με 2 κουταλιές από τη ζάχαρη. Αφήνουμε στην άκρη.

Χτυπάμε τους κρόκους με την υπόλοιπη ζάχαρη και το ξύσμα μέχρι να αφρατέψουν πολύ καλά. Ανακατεύουμε τον χυμό

με το γάλα. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το σιμιγδάλι με το αλεύρι. Προσθέτουμε εναλλάξ στους κρόκους τον χυμό με το γάλα, τη μαρέγκα και το σιμιγδάλι με το αλεύρι, μέχρι να τελειώσουν τα υλικά μας. Βουτυρώνουμε και ρίχνουμε λίγο σιμιγδάλι στο ταψί μας. Αδειάζουμε το μείγμα σε αυτό. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 180°C, στον αέρα για 30'.

Σιροπιάζουμε αφού πρώτα τρυπήσουμε όλη την επιφάνεια σιγά σιγά. Αφήνουμε να κρυώσει καλά το γλυκό μας.

Tip: Θέλει, νομίζω, μια μπάλα παγωτό βανίλια για να ολοκληρωθεί η απόλαυση.

ΜΕΡΙΔΕΣ: 9
ΧΡΟΝΟΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 20'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ: 50'
ΣΚΕΥΟΣ: Ταψί
25x25 εκ.

ΚΕΪΚ ΚΑΝΕΛΑΣ ΜΕ ΜΗΛΑ & CRUMBLE

Μοσχοβολά κανέλα και μήλο! Κέικ κανέλας στη βάση, μια στρώση από μήλα που έχουν πρώτα μελώσει στο τηγάνι και στην κορυφή ένα crumble καρυδιού. Όλα τα έχει αυτό το κέικ! Θα χρειαστεί λίγο από τον χρόνο σας και θέλει οπωσδήποτε ένα καλό καφεδάκι.





ΓΙΑ ΤΑ ΜΗΛΑ:

350 γρ. μήλα, καθαρισμένα
και κομμένα σε κύβους
30 γρ. βούτυρο
αγελάδας
1 κ.σ. κονιάκ
2 κ.σ. ζάχαρη
κρυσταλλική
2 κ.γ. κορν φλάουρ

ΓΙΑ ΤΟ ΚΕΪΚ:

3 αυγά
200 γρ. ζάχαρη
κρυσταλλική
1 βανίλια
125 γρ. σπορέλαιο
300 γρ. αλεύρι
για όλες τις χρήσεις
2 κ.γ. μπέικιν πάουντερ

2 κ.γ. κανέλα σε σκόνη
100 γρ. γάλα πλήρες

ΓΙΑ ΤΟ CRUMBLE:

100 γρ. βούτυρο
αγελάδας, παγωμένο
100 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
100 γρ. αλεύρι
100 γρ. καρύδια

Ετοιμάζουμε πρώτα τα μήλα. Σε ένα αντικολητικό τηγάνι τα σοτάρουμε ελαφρά με το βούτυρο. Προσθέτουμε τη ζάχαρη και ανακατεύουμε. Ρίχνουμε το κονιάκ και μετά από ένα λεπτό αποσύρουμε από τη φωτιά. Πασπαλίζουμε με το κορν φλάουρ. Αφήνουμε στην άκρη.

Ετοιμάζουμε το κέικ. Χτυπάμε με το σύρμα τα αυγά με τη ζάχαρη καλά και προσθέτουμε το σπορέλαιο. Κοσκινίζουμε τα στερεά υλικά και τα προσθέτουμε εναλλάξ με το γάλα.

Ετοιμάζουμε το crumble. Ρίχνουμε όλα τα υλικά στον πολυκόφτη. Αφήνουμε λίγο στην κατάψυξη να παγώσει (5-10'). Στρώνουμε λαδόκολλα σε ένα ταψί 25x25εκ. και ρίχνουμε το μείγμα του κέικ, από πάνω απλώνουμε τα μήλα και στο τέλος μοιράζουμε στην επιφάνεια το crumble.

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 180°C, στον αέρα για 50' περίπου.

ΜΕΡΙΔΕΣ: 10-12
ΧΡΟΝΟΣ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 20'
ΧΡΟΝΟΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ: 60'
ΣΚΕΥΟΣ: Φόρμα
του κέικ 26 εκ.

ΚΕΪΚ ΚΑΣΤΑΝΟ

Το κάστανο, ένα προϊόν με υψηλή διατροφική αξία, ίσως όχι τόσο αγαπητό στα παιδιά, απαιτεί και μια διαδικασία για να το καταναλώσουμε.

Σας ετοίμασα ένα κέικ με πουρέ κάστανου (θα βρείτε σε μεγάλα σουπερμάρκετ) και επιπλέον βραστά κάστανια, σταφίδες και σταγόνες σοκολάτας, οπότε φανταστείτε το αποτέλεσμα...



**ΥΛΙΚΑ:**

200 γρ. ζάχαρη
καστανή, μαλακή
400 γρ. έτοιμος πουρές
κάστανο
5 αυγά μεσαία

100 γρ. σπορέλαιο
ή ελαφρύ ελαιόλαδο
50 γρ. σταγόνες
σοκολάτας
200 γρ. κάστανα, βρασμένα
και θρυμματισμένα

50 γρ. κρέμα γάλακτος
35% λιπαρά
250 γρ. αλεύρι βρόμης
που φουσκώνει μόνο του
100 γρ. σταφίδες ξανθές
Λίγη κανέλα σε σκόνη

Χτυπάμε στο μίξερ τα αυγά με τη ζάχαρη καλά. Προσθέτουμε τον πουρέ και ανακατεύουμε καλά να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Προσθέτουμε στη συνέχεια τα υπόλοιπα υλικά και ανακατεύουμε με μια κουτάλα. Λαδώνουμε και αλευρώνουμε

μια φόρμα για κέικ 26 εκ. Ρίχνουμε το μείγμα. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 180°C, στον αέρα για περίπου 1 ώρα. Ελέγχουμε πριν το βγάλουμε με ένα μαχαίρι. Το μαχαίρι πρέπει να βγει στεγνό.



Γλυκά παραδοσιακά.

Γλυκά που κουβαλούν μνήμες.

Γλυκά που βρήκαμε στα τεφτέρια της γιαγιάς
και άλλα που ήρθαν από τα ξένα
και πλέον έγιναν δικά μας.



Γλυκά με προϊόντα του τόπου μας.

Γλυκά που θα φτιάξει η εργαζόμενη
μητέρα για την οικογένειά της.



Γλυκά για όλες τις εποχές του χρόνου.

Γλυκά για το σχολείο και τη δουλειά.



Γλυκά για τις χαρές μας.

Γλυκά που θα φτιάξουμε
γιατί έτσι θα μοσχοβολήσει το σπίτι.



Γλυκά για κάθε μέρα!

miss tasty

Μαρία Πατσιά



Εκδόσεις **ΨΥΧΟΓΙΟΣ**
psychogios.gr



ΚΩΔ. ΜΗΧ. ΣΗΣ: 29247