

Παραδοσιακές

Λαθροπικες

Συνταγές Γλυκιών

ΕΚΔΟΣΗ: Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΑΜΦΙΣΣΑΣ

Τα εδέσματα, γλυκά και φαγητά, είναι ένα πολιτισμικό στοιχείο της καθημερινής κοινωνικής ζωής μιας περιοχής. Οι γυναίκες της Άμφισσας, οι Σαλωνίτισσες νοικοκυρές, έχουν να επιδείξουν εξαιρετικά δείγματα μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής που χαρακτηρίζουν τις γευστικές συνήθειες του τόπου.

Μία ομάδα γυναικών, μέλη του Κέντρου Ανοικτής Προστασίας Ηλικιωμένων Άμφισσας, παρουσιάζουν σε εκδηλώσεις του Δήμου τοπικά γλυκά, παραδοσιακές συνταγές της πόλης, τις οποίες συγκεντρώσαμε και τις παρουσιάζουμε στην παρούσα έκδοση.

Πιστεύουμε ότι με αυτή την προσπάθεια παραδίδουμε από γενιά σε γενιά τη γλυκιά ανάμνηση μιας εποχής που οφείλουμε να διατηρήσουμε και να συνεχίσουμε.

Ευχαριστώ το προσωπικό και τα μέλη του Κ.Α.Π.Η. για την έκδοση αυτής της όντως γλυκιάς συλλογής παραδοσιακών γεύσεων της πόλης μας.

Η Πρόεδρος του Κ.Α.Π.Η.
Παναγιώτα Γαζή
Δήμαρχος Άμφισσας

Χαλβάς με κόλλα

Από τη Μαρία Πρίπορα

Υλικά: 2 ποτήρια κόλλα νισεστέ, 4 ποτήρια ζάχαρη, 6 ποτήρια νερό, λίγα αμύγδαλα κομένα και ασπρισμένα, λίγο βούτυρο, 3 βανίλιες.

Εκτέλεση

Καφουρτίζουμε τα αμύγδαλα με λίγο βούτυρο. Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το νερό σε μέτρια φωτιά και ρίχνουμε την κόλλα και την ζάχαρη. Ρίχνουμε και τα αμύγδαλα. Ανακατεύουμε συνέχεια μέχρι να πήξει. Αδειάζουμε το χαλβά σε φόρμα. Όταν κρυώσει τον γυρίζουμε σε πιατέλα. Πασπαλίζουμε με κανέλλα.

Ψέικ Νηπιόμο

Από τη Μαρία Τσιπούρα

Υλικά: 1 κ. αλεύρι σκληρό, 1 ποτήρι λάδι, 1 ποτήρι ζωμό πορτοκαλιού, 2 κ. ζάχαρη, 1 κουταλιά της σούπας σόδα, κανέλλα, γαρύφαλλα, 1/4 του κ. σταφίδα μαύρη, 1 ποτήρι καρύδι ή αμύγδαλο τριμμένο, λίγο κονιάκ.

Εκτέλεση

Χτυπάμε λίγο το λάδι και ρίχνουμε τα υπόλοιπα υλικά. Τελευταίο ρίχνουμε το αλεύρι. Ρίχνουμε το μίγμα σε φόρμα και το ψήνουμε.

Πάστα Αφρικάνα

Από τις Βούλα Κλόκοζα και Ευστ. Γιαννοσπύρου

Υλικά: 1 βιτάμ μεγάλο, 1 φαρινάπ, 1 κουτί γάλα, 12 αυγά, 2 φλυτζάνια ζάχαρη άχνη, 2 μπέικιν, 1 κουτί κεράσι, 2 φλυτζάνια τρούφα.

Σιρόπι: 2 κ. ζάχαρη, 4 ποτήρια νερό, λίγο χυμό λεμονιού.

Εκτέλεση

Χτυπάμε το βούτυρο με τη ζάχαρη για 20' και μετά ρίχνουμε τους κρόκους και τα ασπράδια χτυπημένα μαρέγκα. Στη συνέχεια προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά. Ψήνουμε την πάστα για 40' στους 200 C. Όταν κρυώσει ρίχνουμε το σιρόπι ζεστό.

Χαλβάς Αλευρένιος

Από τις Αγγελική Σαπουντζή και Μαρία Πασαρούγα

Υλικά: 4 ποτήρια αλεύρι, 3 ποτήρια λάδι, 2 ποτήρια νερό, 3 ποτήρια ζάχαρη, λίγη κανέλα.

Εκτέλεση

Καίμε το λάδι σε μία κατσαρόλα, ρίχνουμε το αλεύρι και το καβουρτίζουμε μέχρι να ροδίσει. Προσέχουμε να μην σβωλιάσει. Έχουμε βράσει το σιρόπι και ρίχνουμε μέσα το αλεύρι και ανακατεύουμε μέχρι να πήξει. Πασπαλίζουμε με κανέλλα.

Μουσιανεριά

Από την Παντούλα Κουτσοχιώνη

Υλικά: 9 ποτήρια μούστο, 1 ποτήρι κόλλα νισεστέ, λίγο αμύγδαλο τριμένο.

Εκτέλεση

Σε μια κατσαρόλα βράζουμε το μούστο με την κόλλα και ανακατεύουμε συνέχεια μέχρι να πήξει καλά. Όταν πήξει, την αδειάζουμε σε μια πιατέλα και την πασπαλίζουμε με κανέλλα και καρύδι τριμένο.

Γαλακτομυδούρεκο

Από την Κωνσταντίνα Παπαδόγμα

Υλικά: 1 πακέτο φύλλο, 50 γρ. ζάχαρη, 150 γρ. σιμιγδάλι, 10 αυγά, 120 γρ. βούτυρο, 1 πακέτο βούτυρο Κερκύρας, βανίλιες, ξύσμα λεμονιού και πορτοκαλιού.

Σιρόπι: 1 κ. ζάχαρη, 650 γρ. νερό.

Εκτέλεση

Βάζουμε το γάλα μαζί με το σιμιγδάλι σε μια κατσαρόλα και το βράζουμε. Ανακατεύουμε συνέχεια μέχρι να αρχίσει να πήζει. Ρίχνουμε το βούτυρο, τα αυγά χτυπημένα με τη ζάχαρη, 2 βανίλιες και το ξύσμα λεμονιού και πορτοκαλιού και ανακατεύουμε, προσέχοντας να μην κολλήσει η κρέμα. Στρώνουμε τα μισά φύλλα βουτυρωμένα στο ταψί. Ρίχνουμε την κρέμα και σκεπάζουμε με τα υπόλοιπα φύλλα τα οποία βουτυρώνουμε. Στρώνουμε τις άκρες των φύλλων καλά προς το εσωτερικό του ταψιού. Με ένα μαχαίρι χαράσσουμε σε λωρίδες τα φύλλα, προσέχοντας να μην κόψουμε βαθειά και βγει η κρέμα. Ψήνουμε σε μέτριο φούρνο. Όταν ψηθεί και αφού κρυώσει, ρίχνουμε το σιρόπι ζεστό.

Ψωμί

Από τις Αγγελική Καλπογιάννη και Χρύσα Αβραμίου

Υλικά: 750 γρ. αμύγδαλο τριμένο και ασπρισμένο, 1 1/2 κ. ζάχαρη, 1/2 κ. βούτυρο, 1 κ. φύλλο, 1 πακέτο φρυγανιές, λίγα φρούι κομένα μικρά κομματάκια.

Σιρόπι: 1 1/2 κ. ζάχαρη, 5 ποτήρια νερό.

Εκτέλεση

Απλώνουμε το πρώτο φύλλο και το βουτυρώνουμε. Συνεχίζουμε, απλώνοντας ένα φύλλο βουτυρωμένο, στο οποίο ρίχνουμε αμύγδαλο, μέχρι να φτάσουμε στο έκτο φύλλο. Απλώνουμε το έβδομο φύλλο και ρίχνουμε τα φρούι που είναι ανακατεμένα με τη φρυγανιά. Βάζουμε τον πλάστη σε μια άκρη των φύλλων και τυλίγουμε σε ρολό. Αφαιρούμε τον πλάστη και τοποθετούμε το ρολό στο ταψί, το οποίο έχουμε βουτυρώσει. Ψήνουμε τα ρολά και αφού κρυώσουν τα σιροπιάζουμε με το σιρόπι ζεστό.

Λουκουμάδες

Από τη Βασιλική Ξεπλάτη

Υλικά: 1 1/2 κ. αλεύρι, 1 κουταλιά μαγιά, 1 ποτήρι του κρασιού χυμό πορτοκάλι, 1 κουταλιά ποτό μαστίχα, λίγη ζάχαρη.

Σιρόπι: 1 κ. ζάχαρη, 1 κ. μέλι, 4 ποτήρια νερό.

Εκτέλεση

Πλάθουμε τη ζύμη και την αφήνουμε σε ζεστό μέρος μέχρι να φουσκώσει. Όταν είναι έτοιμη κόβουμε με ένα κουτάλι λίγη ζύμη σε μπαλάκια και τη ρίχνουμε μέσα σε μια κατσαρόλα με μπόλικο καυτό λάδι. Στη συνέχεια ρίχνουμε τους λουκουμάδες στο σιρόπι. Τους πασπαλίζουμε με κανέλλα.

Μελομακάρονα

Από τη Θεοδώρα Λατίφη

Υλικά: 2 κούπες τσαγιού λάδι, 2 μπέικιν, 1 κούπα τσαγιού ζάχαρη, 1 ποτήρι κρασιού κονιάκ, 2 κουταλιές του γλυκού σόδα, 2 φλυτζάνια του καφέ αλυσίβα, 2 κουταλιές της σούπας κανελλογαρύφαλα, 2 πορτοκάλια ζωμό και ξύσμα, αλεύρι όσο πάρει.

Σιρόπι: 1 κ. ζάχαρη, 1 κ. μέλι, 2,5 ποτήρια νερό.

Εκτέλεση

Χτυπάμε το λάδι μέχρι να ασπρίσει. Στη συνέχεια ρίχνουμε τα υπόλοιπα υλικά και στο τέλος όσο αλεύρι πάρει ώστε να γίνει η ζύμη μαλακή. Πλάθουμε τα μελομακάρονα και τα ψήνουμε. Στο σιρόπι που ήδη βράζει ρίχνουμε τα μελομακάρονα και τα αφήνουμε για 5'. Τα πασπαλίζουμε με τριμένο καρύδι.

Καρυδάτα

Από την Ευσταθία Ταλάντη

Υλικά: 1/2 κ. καρύδι τριμένο, 1 ποτήρι κρασιού ζάχαρη, 1 κουταλάκι κανέλλα και μισό κουταλάκι γαρύφαλα.

Φύλλο: 1 κ. αλεύρι, 1 πρέζα αλάτι, μισό κουταλάκι μπέικιν, μισό ποτηράκι κρασιού λάδι.

Σιρόπι: μισό κιλό ζάχαρη, μισό κιλό μέλι και 2 ποτήρια νερό.

Εκτέλεση

Πλάθουμε τα φύλλα και τα κόβουμε λωρίδες 10 εκ. Βάζουμε σε κάθε λωρίδα 1 κουταλιά της σούπας από τη γέμιση και το τυλίγουμε σε τρίγωνο. Ψήνουμε τα καρυδάτα και μετά τα σιροπιάζουμε.

Σκαλτσούνια

Από τη Χρυσανγή Εεπλάτη

Υλικά: 2 φλυτζάνια καρύδι τριμένο, 2 φλυτζάνια αμύγδαλο τριμένο, 4 κουταλιές της σούπας ζάχαρη, ξύσμα λεμονιού, 1 κουταλιά γαρύφαλα και 1 κουταλιά κανέλλα, 2 κουταλιές μπέικιν.

Ζύμη φύλλου: 600 γρ. αλεύρι, 3 κουταλιές βούτυρο λειωμένο, 1 κουταλιά του γλυκού σόδα, 1 κουταλιά του γλυκού μπέικιν, 1 κρόκο αυγού, νερό όσο πάρει.

Εκτέλεση

Πλάθουμε το φύλλο και το κόβουμε με ένα φλυτζάνι σε στρογγυλά κομμάτια. Βάζουμε λίγη γέμιση και το διπλώνουμε. Ψήνουμε τα σκαλτσούνια μέχρι να ροδίσουν. Όταν ψηθούν τα ραντίζουμε με ανθόνερο και τα πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.

Φουραμνιεδάκια Μπιουγκιές

Από τη Νίτσα Παπαρίδη

Υλικά: μισό ποτήρι νερού πορτοκάλι, 1 φλυτζάνι τσαγιού καρύδι τριμένο, μισό φλυτζάνι τσαγιού ζάχαρη, 1 φλυτζάνι τσαγιού αραβοσιτέλαιο, 1 πακέτο βούτυρο Κερκύρας, κανέλλα, γαρύφαλα, αλεύρι όσο πάρει.

Εκτέλεση

Χτυπάμε το βούτυρο, ρίχνουμε το λάδι και τα υπόλοιπα υλικά. Στο τέλος ρίχνουμε το αλεύρι και πλάθουμε μέχρι να γίνει η ζύμη κανονική. Πλάθουμε τη ζύμη σε μπαλάκια στο μέγεθος ενός μεγάλου καρυδιού. Τα ψήνουμε σε λαδόχαρτο. Όταν ψηθούν τα πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη μέχρι να σκεπαστούν καλά.

Κουραμπιέδες

Από τη Μαρία Παπουλή

Υλικά: 1 κ. βούτυρο, 1 ποτήρι ζάχαρη άχνη, 4 αυγά, 1 ποτήρι κονιάκ, 1 ποτήρι ανθόνερο, 2 ποτήρια αλυσίδα, 1 κ. αμύγδαλο ασπρισμένο και τριμένο, 1 1/2 κ. ζάχαρη άχνη.

Εκτέλεση

Χτυπάμε το βούτυρο μέχρι να ασπρίσει. Ρίχνουμε τους κρόκους χτυπημένους με τη ζάχαρη. Ρίχνουμε τα 2 ασπράδια των αυγών χτυπημένα μαρέγκα. Προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά και τελευταίο ρίχνουμε το αλεύρι και ζυμώνουμε καλά μέχρι να γίνει η ζύμη μαλακή. Πλάθουμε τους κουραμπιέδες και τους ψήνουμε σε μέτριο φούρνο. Όταν ψηθούν τους ραντίζουμε με ανθόνερο και τους πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη μέχρι να σκεπαστούν καλά.

Καταΐφι

Από τη Χρυσάφω Δρίβα

Υλικά: 1 1/2 κ. περίπου κρούστα καταΐφι, 1 κ. αμύγδαλα ασπρισμένα και τριμένα, 1/2 κ. καρύδια τριμένα, 1 1/2 φλυτζάνι φρυγανιά τριμένη, 2 φλυτζάνια βούτυρο για το ζεμάτισμα, κανέλλα, γαρύφαλα, μοσχοκάρυδο, λίγο ξύσμα λεμονιού.

Εκτέλεση

Σε μία λεκάνη ανακατεύουμε τα αμύγδαλα, τα καρύδια, τη φρυγανιά, την κανέλλα, τα γαρύφαλα, το μοσχοκάρυδο και το ξύσμα λεμονιού και 3 κουταλιές ζάχαρη. Απλώνουμε λίγη κρούστα καταΐφι μήκους 15 εκ. περίπου και ρίχνουμε μια χούφτα από το μίγμα και τυλίγουμε με την κρούστα. Τοποθετούμε τα καταΐφια σε σειρά στο ταψί. Στη συνέχεια τα ζεματίζουμε με το βούτυρο. Τα ψήνουμε στο φούρνο. Έχουμε ετοιμάσει και το σιρόπι και το ρίχνουμε στο ταψί, όταν κρυώσει.

Χαλβάς Σιμιγδάλευνος

Από τη Γεωργία Πολυζώη

Υλικά: 1 πακέτο σιμιγδάλι ψιλό, 1 ποτήρια ζάχαρη, 1 ποτήρια νερό, λίγα αμύγδαλα κομένα και ασπρισμένα, λίγο λάδι.

Εκτέλεση

Σε ένα τηγάνι βάζουμε το λάδι, ρίχνουμε τα αμύγδαλα να ροδίσουν λίγο και στη συνέχεια ρίχνουμε το σιμιγδάλι να καφουρτιστεί. Ανακατεύουμε συνέχεια. Έχουμε ετοιμάσει σε μια κατσαρόλα το σιρόπι, όχι πολύ δεμένο, και ρίχνουμε μέσα το σιμιγδάλι. Συνεχίζουμε να ανακατεύουμε μέχρι να πήξει. Αδειάζουμε το χαλβά σε φόρμα. Όταν κρυώσει τον γυρίζουμε σε πιατέλα. Πασπαλίζουμε με κανέλλα.

Diodes ή Κοκοτάκια

Από την Ευθυμία Κοκονιού

Υλικά: 5 αυγά, 1 μπέικιν, 1 κ. αλεύρι αλλατίνη, λίγο κο-
νιάκ, χυμό ενός πορτοκαλιού, 1 κουταλιά ζάχαρη άχνη, 2
κουταλιές λάδι.

Σιρόπι: 2 κ. ζάχαρη, 6 ποτήρια νερό.

Εκτέλεση

Ζυμώνουμε όλα μαζί τα υλικά. Χωρίζουμε τη ζύμη σε
10 περίπου ίσα μέρη και τα ανοίγουμε σε φύλλα. Κόβουμε
τα φύλλα σε λωρίδες πάχους 3 εκ. περίπου και τις φτιά-
χνουμε σε σχήμα φιόγκου. Μέσα σε ένα τηγάνι ρίχνουμε
λάδι και το βάζουμε στη φωτιά να ζεσταθεί καλά. Ρίχνου-
με μέσα στο λάδι τις δίπλες και τις γυρίζουμε ώστε να ρο-
δίσουν και από τις δυο πλευρές. Μέσα στην κατσαρόλα
όπου έχουμε ήδη ετοιμάσει το σιρόπι ρίχνουμε μια - μια τις
δίπλες και τις αφήνουμε λίγο ώστε να σιροπιαστούν καλά.
Τις βάζουμε σε πιατέλα και τις πασπαλίζουμε με κανέλλα.

Ρυβανί Γαλαξειδιώτικο

Από την Αικατερίνη Νικολάου

Υλικά: 1 κ. ρύζι τριμένο, 1 1/2 κ. ζάχαρη, λίγο ούζο, λίγα αμύγδαλα ασπρισμένα, λίγη ζάχαρη άχνη, 2 κ. νερό.

Εκτέλεση

Βάζουμε το ρύζι με τη ζάχαρη να βράσει πολύ καλά. Όταν γίνει ένας πηχτός πολτός ρίχνουμε λίγο ούζο και ανακατεύουμε. Ρίχνουμε τον πολτό σε ένα ταψί αλειμμένο με λάδι. Στρώνουμε με το κουτάλι και με μια χοντρή βελόνα χαράζουμε σε κομμάτια μπακλαβωτά. Στο κάθε κομμάτι βάζουμε ένα αμύγδαλο. Ψήνουμε το γλυκό περίπου 1 ώρα. Όταν ψηθεί ραντίζουμε με λίγο ούζο και το πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.

Μπακλαβάς Λαθωνίτικος

Από τη Γιούλα Καραδήμου-Δενιόζου

Γλυκά: 2 κ. φύλλο, 2 κ. αμυγδαλόψυχα, 1 κ. βούτυρο,
2-3 φρυγανιές.

Σιρόπι: 3 κ. ζάχαρη, 3 κ. νερό.

Εκτέλεση

Σε μια λεκάνη βάζουμε την αμυγδαλόψυχα, τις φρυγανιές τριμένες και προσθέτουμε 1 ποτήρι ζάχαρη. Ανακατεύουμε τη γέμιση. Στεγνώνουμε λίγο το φύλλο. Λιώνουμε λίγο στην αρχή το μισό βούτυρο. Βουτυρώνουμε το ταψί και στρώνουμε 2-3 φύλλα. Ακολουθεί το γέμισμα του μπακλαβά, ραντίζοντας κάθε φύλλο με το λυωμένο βούτυρο. Στο τέλος στρώνουμε από πάνω 2-3 φύλλα νωπά. Κόβουμε τον μπακλαβά σε λωρίδες. Ακολουθεί το ζεμάτισμα με το υπόλοιπο βούτυρο. Το βούτυρο είναι πολύ ζεστό, όχι όμως καμένο. Ψήνουμε τον μπακλαβά στο φούρνο στους 200-250 C. Όταν ψηθεί και κρυώσει ρίχνουμε το σιρόπι ζεστό. Τον κόβουμε αφού κρυώσει καλά.