



PWK3222

ISBN 978-0-9526262-4-4



9 780952 626220

Prix : 20€

Οι τεχνικές της Le Cordon Bleu και της KENWOOD 30 αυθεντικές συνταγές που μπορείτε να κάνετε χρησιμοποιώντας το πολυμίξερ **multi**pro

Οι τεχνικές της Le Cordon Bleu και της KENWOOD

30 αυθεντικές συνταγές

που μπορείτε να κάνετε χρησιμοποιώντας το πολυμίξερ **multi**pro



KENWOOD &



KENWOOD &



Οι τεχνικές της Le Cordon Bleu και της KENWOOD

30 αυθεντικές συνταγές

που μπορείτε να κάνετε χρησιμοποιώντας το πολυμίξερ **multi**pro

KENWOOD &





Το βιβλίο αυτό προστατεύεται από την Σύμβαση της Βέρνης
Απαγορεύεται η αναπαραγωγή του βιβλίου ή μέρους αυτού χωρίς
την προηγούμενη έγκριση των κατόχων πνευματικής ιδιοκτησίας.
Με την επιφύλαξη όλων των διακιωμάτων.

ISBN : 978-0-9526262-4-4

Διεύθυνση εκδόσεων: Le Cordon Bleu international

Εκδόθηκε από την Kenwood Ltd

Εκδότης: Kenwood Ltd

Σχεδιασμός και παραγωγή: Cerido.com

Φωτογραφία και Καλλιτεχνική Διεύθυνση: Mathieu Karst

Βοηθός Φωτογραφίας: Emmanuel Pestrinaux

Copyright φωτογραφίας © Kenwood Limited

Copyright κειμένων © Le Cordon Bleu international

Σημειώσεις:

Παρά το γεγονός ότι έχει γίνει κάθε προσπάθεια για να εξασφαλιστεί η ακρίβεια των όσων αναφέρονται στο βιβλίο, οι εκδότες δεν αναλαμβάνουν την ευθύνη για οποιαδήποτε ανακρίβεια, ακούσια ή μη, η οποία μπορεί να αναφέρεται ή να προκύψει οποιαδήποτε στιγμή στο μέλλον, ως αποτέλεσμα αλλαγών στη νομοθεσία ή για οποιοδήποτε άλλο λόγο.

Όλες οι συνταγές σε αυτό το βιβλίο, χρησιμοποιούν μετρικές μονάδες μέτρησης. Οι ποσότητες που μετρούνται σε κουταλιές είναι πάντα μετρημένες έως το χείλος του κουταλιού. Εκτός και αν αναφέρεται διαφορετικά στη συνταγή.

Ο χρόνος μαγειρέματος μπορεί να ποικίλει ελαφρώς ανάλογα με τον φούρνο που χρησιμοποιείται. Ξεκινήστε ελέγχοντας αν το φαγητό είναι έτοιμο καθώς πλησιάζει ο χρόνος μαγειρέματος που αναφέρεται. Τοποθετήστε το ταψί στο κέντρο του φούρνου, εκτός και αν αναφέρεται διαφορετικά στην συνταγή. Ο χρόνος προετοιμασίας και ο χρόνος μαγειρέματος είναι μόνο ενδεικτικοί. Ο χρόνος προετοιμασίας αναφέρεται κατά προσέγγιση και στρογγυλεύεται προς το επόμενο παντάλεπτο. Δεν περιλαμβάνει το χρόνο που απαιτείται για να προετοιμάσετε την βασική συνταγή.

Χρησιμοποιήστε αυγά μεσαίου μεγέθους, εκτός και αν αναφέρεται διαφορετικά στη συνταγή. Βεβαιωθείτε ότι τα αυγά που χρησιμοποιείτε είναι όσο το δυνατό πιο φρέσκα. Οι έγκυες γυναίκες, τα μικρά παιδιά και οποιοσδήποτε είναι επιρρεπείς στις μολύνσεις δεν θα πρέπει να καταναλώνει φαγητά που περιέχουν ωμά αυγά.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Παρουσίαση | 4

Το πολυμίξερ MULTIPRO | 8

Ορεκτικά | 14

Κύρια Πιάτα | 36

Γλυκά | 58

Τεχνικές του Σεφ | 80

Η ιστορία της Kenwood ξεκίνησε πριν από μισό αιώνα όταν ο κος Keneth Wood ίδρυσε μια εταιρεία κατασκευής οικιακών συσκευών στη Νότια Αγγλία.

Το πρώτο προϊόν, που παρουσιάστηκε το 1947, ήταν μια τοστιέρα που έφερε το όνομα του κυρίου Wood, -Ken Wood. Μια μεγάλη μάρκα είχε μόλις γεννηθεί και το πρώτο αυτό προϊόν είχε τεράστια επιτυχία. Η Kenwood επεκτάθηκε με ραγδαίους ρυθμούς και το 1950 λανσάρησε μια σειρά από προϊόντα με πρωτότυπο σχεδιασμό, πρωτοποριακά πολυμίξερ, που κατασκευάστηκαν για να αντέχουν στο χρόνο.

Σήμερα, η Kenwood είναι μια εταιρεία οικιακών συσκευών γνωστή σε παγκόσμιο επίπεδο, που παραμένει πιστή στις θεμελιώδεις αρχές της και συνεχίζει να σχεδιάζει ελκυστικές, υψηλής απόδοσης και ανθεκτικές συσκευές.

Το πολυμίξερ Multipro είναι μια δυναμική συσκευή που προσφέρει ένα πλήθος από δυνατότητες χάρη στα διάφορα εξαρτήματα που διαθέτει. Με το Multipro, το κόψιμο, το τεμάχισμα, το χτύπημα, το ανακάτεμα, το τρίψιμο είναι γρήγορη και εύκολη υπόθεση, κάνοντας όλα τα πιάτα και την προετοιμασία τους ακόμα πιο επιτυχημένη.



Η Le Cordon Bleu ιδρύθηκε στο Παρίσι το 1895 και είναι η αρχαιότερη σχολή μαγειρικής της γαλλικής πρωτεύουσας. Το όνομα της προέρχεται από τις φαρδιές μπλε κορδέλες (cordons bleus), πάνω στις οποίες κρεμούσαν τα μετάλλια του Γαλλικού Τάγματος των Ιπποτών, Ordre du Saint-Esprit. Τα μέλη αυτού του Τάγματος, που ιδρύθηκε από τον Βασιλιά της Γαλλίας το 1578, ήταν πεφωτισμένοι γνώστες της γαστρονομίας και διάσημοι για τα μεγαλοπρεπή και γευστικά δείπνα τους και έτσι γεννήθηκε η σχέση μεταξύ της υπεροχής στην μαγειρική και της Le Cordon Bleu

Το 1993, η Le Cordon Bleu δημιούργησε μια σχολή μαγειρικής στο Λονδίνο και στη συνέχεια άλλη μια στη Νέα Υόρκη το 1942. Σήμερα, η Le Cordon Bleu είναι παρούσα σε περισσότερες από 15 χώρες, με 27 σχολές σε όλες τις ηπείρους. Με περίπου 23.000 μαθητές κάθε χρόνο, η σχολή αναγνωρίζεται ως μια από τους παγκόσμιους ηγέτες στο χώρο της, παρέχοντας εκπαίδευση στο χώρο της μαγειρικής και της φιλοξενίας, η οποία οδηγεί σε πτυχία πανεπιστημίου στην διαχείριση ξενοδοχείων και ρεστοράν.

ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΤΟΥ ΠΟΛΥΜΙΞΕΡ MULTIPRO ΤΗΣ KENWOOD.

Για να έχετε τη δυνατότητα να κάνετε το καλύτερο δυνατό με το πολυμίξερ Multipro, η Kenwood και η Le Cordon Bleu ένωσαν την τεχνογνωσία και την εμπειρία τους σε αυτό το βιβλίο. Οι συνταγές που περιλαμβάνει έχουν επιλεγεί ειδικά για να αναδείξουν μια ευρεία ποικιλία από τεχνικές της γαλλικής κουζίνας, όπως αυτές εφαρμόζονται στις διεθνείς κουζίνες.

Το βιβλίο είναι οργανωμένο ακριβώς όπως ένα γεύμα:

Στα ορεκτικά περιλαμβάνονται σαλάτες, σούπες και ορντέρβ.

Στο κυρίως πιάτο, υπάρχουν πολλές ιδέες και συμπεριλαμβάνουν συνταγές για ψάρι, κρέας και ζυμαρικά.

Υπάρχει και μια συλλογή συνταγών από απολαυστικά γλυκά, στα οποία περιλαμβάνονται κρέμες, κέικ και τάρτες.

Τα καπέλα των σεφ χρησιμοποιούνται για να δείξουν τον βαθμό δυσκολίας κάθε συνταγής.

Εύκολο 

Μέτριο 

Δύσκολο 

Ένα ολόκληρο κεφάλαιο είναι αφιερωμένο στις βασικές τεχνικές και τα τρικ της μαγειρικής τέχνης από τους Σεφ της Le Cordon Bleu. Αυτές οι επεξηγήσεις όχι μόνο θα σας βοηθήσουν να φτιάξετε γευστικά πιάτα, αλλά θα σας δώσουν και την ευκαιρία να βελτιώσετε τις γνώσεις σας στη μαγειρική και να ενισχύσετε τις μαγειρικές σας ικανότητες.

Τα περιεχόμενα στο τέλος του βιβλίου θα σας δώσουν τη δυνατότητα να δείτε με μια ματιά ποιες συνταγές μπορείτε να φτιάξετε με κάθε ένα από τα εξαρτήματα.

Μην περιοριστείτε στις συνταγές αυτού του βιβλίου! Μπορείτε να φτιάξετε τις αγαπημένες σας συνταγές χρησιμοποιώντας τις τεχνικές των Σεφ της Le Cordon Bleu σε συνδυασμό με το πολυμίξερ Multipro.

Καλή επιτυχία!



ΤΟ ΠΟΛΥΜΙΞΕΡ MULTIPRO

Παρουσίαση

Εξαρτήματα



multi-pro Τα Multipro είναι μια σειρά από πολυμίξερ που σχεδιάστηκαν και δημιουργήθηκαν από την KENWOOD.

Αυτά τα πολυμίξερ είναι ιδιαίτερα μικρά σε μέγεθος και διαθέτουν μια μεγάλη ποικιλία από εξαρτήματα.

COMPACT

Τα πολυμίξερ Multipro έχουν κάθετο σχεδιασμό. Η μονάδα ισχύος είναι ενσωματωμένη στη βάση στην οποία συνδέονται τα διάφορα εξαρτήματα. Η βάση έχει ειδικά σχεδιαστεί για να είναι όσο το δυνατόν πιο μικρό σε μέγεθος. Το εμβαδόν της είναι 30% μικρότερο από εκείνο ενός συνηθισμένου πολυμίξερ, το οποίο αποτελεί ένα μεγάλο πλεονέκτημα όταν πρόκειται να αποθηκεύσετε το πολυμίξερ σας σε ένα ντουλάπι ή πάνω στον πάγκο εργασίας. Τέλος, η βάση του Multipro, είναι εξοπλισμένη με 4 πλαστικές βάσεις - βεντούζα, για να παραμένει σταθερή τη συσκευή όταν είναι σε λειτουργία.

ΙΣΧΥΣ ΡΕΥΜΑΤΟΣ

Η σειρά Multipro διαθέτει διάφορα μοντέλα με διαφορετική ισχύ ρεύματος, η οποία κυμαίνεται από 550 watts έως 1000 watts. Τα πολυμίξερ Multipro είναι εξοπλισμένα με διαφορετικές ταχύτητες επιλογής έτσι ώστε η ισχύς και η ταχύτητα να μπορούν να προσδιοριστούν με ακρίβεια ανάλογα με τις απαιτήσεις.



DUAL DRIVE SYSTEM™

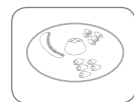
Η βασική καινοτομία του Multipro είναι το Dual Drive System που ανέπτυξε ειδικά η Kenwood, ένας έξυπνος σχεδιασμός που έχει να επιδείξει 2 ομόκεντρες εξόδους όπου προσαρμόζονται τα εξαρτήματα. Έτσι, τα εξαρτήματα του Multipro μπορούν αυτομάτως να συνδεθούν στην έξοδο υψηλής ταχύτητας, η οποία για παράδειγμα, είναι ιδανική για το γυάλινο μπλέντερ ή στην έξοδο χαμηλής ταχύτητας, η οποία είναι κατάλληλη για τα εξαρτήματα που χρειάζονται ισχύ.



ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ

Το πολυμίξερ Multipro διαθέτει μια σειρά από διαφορετικά εξαρτήματα, τα οποία χρησιμοποιούνται για να ετοιμάσετε μια ευρεία γκάμα από συνταγές. Στις επόμενες σελίδες δίνονται επεξηγήσεις για τα διάφορα εξαρτήματα

Ο ΔΙΣΚΟΣ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΥ / ΚΟΠΗΣ

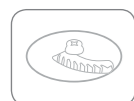


Κάθε δίσκος έχει δύο δυνατότητες λειτουργίας: κόψιμο και τεμαχισμό. Χρησιμοποιείστε το δίσκο τεμαχισμού με τη λεπίδα προς τα πάνω για να κόψετε σε φέτες τυρί, καρότα, πατάτες, λάχανο, αγγούρι, κολοκυθάκια, κοκκινογούλια και άλλες παρόμοιες τροφές. Οι δίσκοι τεμαχισμού - κοπής παρέχονται σε δύο μεγέθη και σας δίνουν την δυνατότητα να επιλέξετε το πάχος που επιθυμείτε.

Οι δίσκοι τεμαχισμού / κοπής που διατίθενται, είναι διαφορετικοί σε κάθε μοντέλο πολυμίξερ MultiPro.



Ο ΔΙΣΚΟΣ ΚΟΠΗΣ ΖΥΛΙΕΝ



Χρησιμοποιείστε αυτό το δίσκο για να κόψετε πατάτες για τηγάνισμα σε στυλ ζυλιέν και υλικά για σαλάτες, γαρνιτούρες, φαγητά στο φούρνο και στο τηγάνι (όπως καρότα, ραίβες, κολοκυθάκια, αγγούρια).



Ο ΔΙΣΚΟΣ ΓΙΑ ΤΡΙΨΙΜΟ



Αυτός ο δίσκος μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να τρίψετε τυρί παρμεζάνα και πατάτες, για να φτιάξετε κρόκετες.



Ο ΛΕΜΟΝΟΣΤΥΦΤΗΣ



Χρησιμοποιείστε το λεμονοστύφτη για να φτιάξετε χυμό από εσπεριδοειδή (πορτοκάλια, λεμόνια, λάιμ, γκρέιπ-φρουτ, κ.τ.λ.).



Η ΛΕΠΙΔΑ ΚΟΠΗΣ



Η λεπίδα κοπής είναι το πιο πολυχρηστικό εξάρτημα από όλα. Η διάρκεια του χρόνου επεξεργασίας εξαρτάται από το αποτέλεσμα που θέλετε να επιτύχετε. Για πιο χοντροκομμένα μείγματα χρησιμοποιείστε την στιγμιαία λειτουργία. Χρησιμοποιείστε τη λεπίδα κοπής για κέικ και γλυκά, για να κόψετε ωμό και μαγειρεμένο κρέας, λαχανικά, ξηρούς καρπούς, για να φτιάξετε ζυμαρικά και ντιπ, για να κάνετε πουρέ από σούπα και για να θρυμματίσετε μπισκότα και ψωμί.



Ο ΓΑΝΤΖΟΣ ΖΥΜΩΜΑΤΟΣ



Χρησιμοποιείστε το γάντζο ζυμώματος για να φτιάξετε μείγματα με μαγιά.



Ο ΜΥΛΟΣ



Χρησιμοποιείτε τον μύλο, για να αλέσετε μυρωδικά, ξηρούς καρπούς και κόκκους καφέ.



ΔΙΠΛΟ ΧΤΥΠΗΤΗΡΙ



Χρησιμοποιείτε αυτό το εξάρτημα για ελαφρά μείγματα, όπως ασπράδια αυγών, κρέμα, γάλα εβαπορέ και για να χτυπήσετε αυγά και ζάχαρη για να φτιάξετε τηγανίτες χωρίς λιπαρά.



ΤΟ ΜΙΝΙ ΜΠΟΛ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ



Χρησιμοποιείτε το μίνι μπολ επεξεργασίας για να ψιλοκόψετε και να επεξεργαστείτε μικρές ποσότητες υλικών, όπως κρέας, κρεμμύδια, ξηρούς καρπούς, μαγιονέζα, λαχανικά, πουρέ, σάλτσες και παιδικές τροφές.



ΤΟ ΜΠΛΕΝΤΕΡ



Χρησιμοποιείτε το γυάλινο μπλέντερ, χωρητικότητας 1,5 λίτρου, για να τρίψετε πάγο, να κόψετε φρούτα και λαχανικά και για να φτιάξετε σάλτσες. Τα πολυμίξερ της σειράς MultiPro είναι εξοπλισμένα είτε με γυάλινη είτε με ακρυλική κανάτα, ανάλογα με το μοντέλο.



Ο ΑΠΟΧΥΜΩΤΗΣ



Χρησιμοποιείτε τον αποχυμωτή για να φτιάξετε φρέσκους χυμούς από φρούτα και λαχανικά.



ΧΟΑΝΗ ΜΠΛΕΝΤΕΡ

Όταν ανακατεύετε υγρά, χρησιμοποιείτε αυτή τη χοάνη μαζί με τη λεπίδα κοπής. Σας επιτρέπει να αυξήσετε τη χωρητικότητα του μπλέντερ από 1 λίτρο σε 1,5 λίτρο, εμποδίζει την διαρροή των υγρών και βελτιώνει την λειτουργία κοπής της λεπίδας.





ΟΡΕΚΤΙΚΑ

Χαβιάρι μελιτζάνας με coulis ντομάτας

Σούπα με κολοκυθάκια και σκόρδο

Τηγανίτες πατάτας με φρέσκο κατσικίσιο τυρί

Σαλάτα καρότου με κάρδαμο

Σαλάτα του Καίσαρα

Crostini με ταπενάντ

Τερίνα καπνιστής πέστροφας

Κροκέτες με καβούρι και σως με λάιμ και γιαούρτι

Βιετναμέζικη σαλάτα με λάχανο

Πατέ από συκωτάκια κοτόπουλου



ΕΥΚΟΛΟ



ΜΕΣΑΙΑΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ



ΥΣΚΟΛΟ

ΧΑΒΙΑΡΙ ΜΕΛΙΤΖΑΝΑΣ ΜΕ COULIS ΝΤΟΜΑΤΑΣ

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 1 ώρα και 30 λεπτά s



Χαβιάρι Μελιτζάνας

1 κιλό μελιτζάνες
5 σκελίδες σκόρδο, ξεφλουδισμένες και ψιλοκομμένες
ελαιόλαδο
75 ml μαγιονέζα (Τεχνικές του Σεφ, σελ.85)
αλάτι, πιπέρι

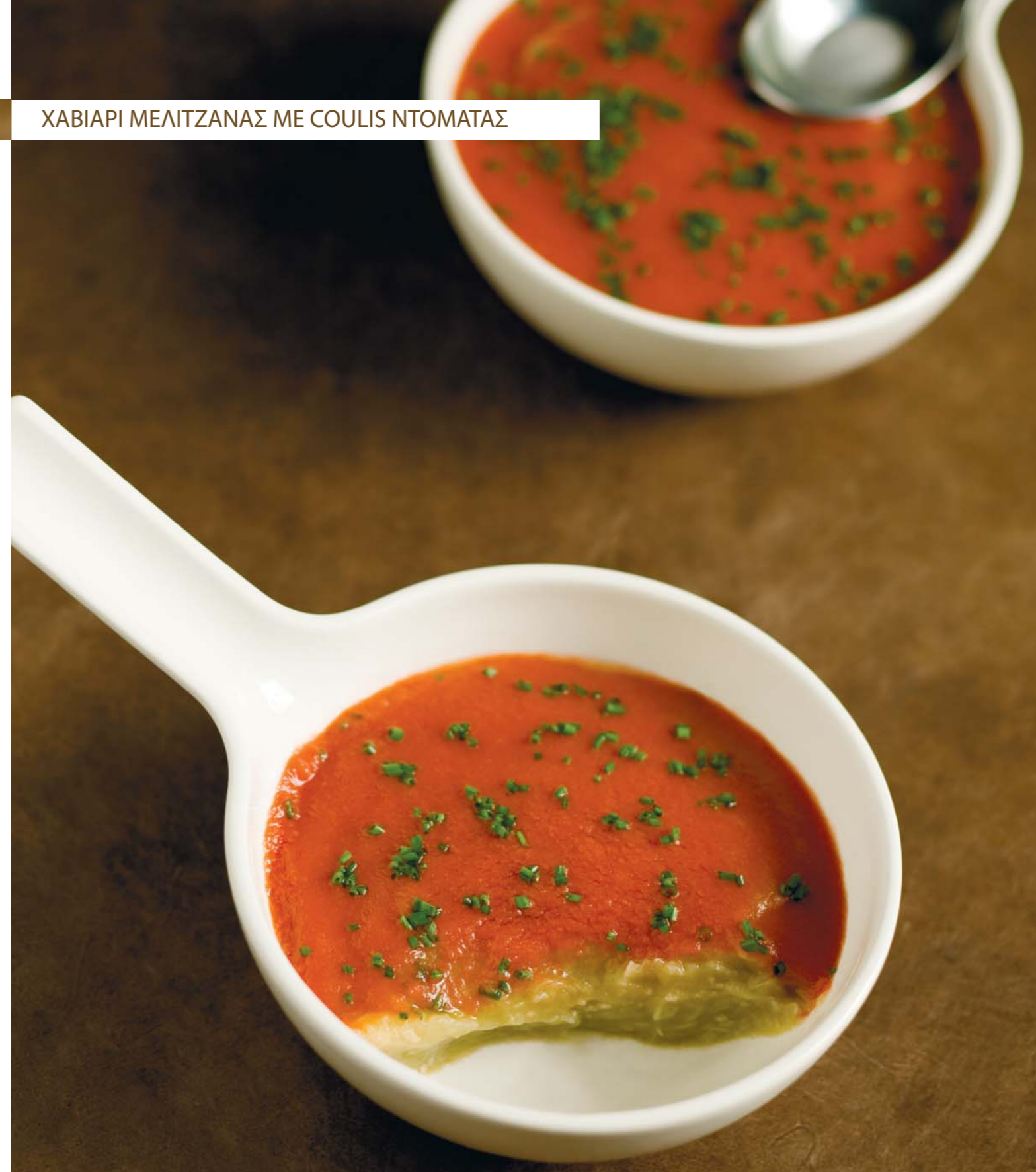
Coulis Ντομάτας

250 γρ. χωρίς τη φλούδα και τα σπόρια (Τεχνικές του Σεφ, σελ.84)
1 κουταλιά της σούπας ξύδι από σέρυ
2 κουταλιές της σούπας κέτσαπ
1 κουταλιά της σούπας χυμό ντομάτας
Ταμπάσκο, για να δώσετε γεύση
αλάτι, πιπέρι

Διακόσμηση

ψιλοκομμένο σχοινόπρασο (προαιρετικά)

1. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
2. **Χαβιάρι μελιτζάνας:** πλύνετε τις μελιτζάνες, χαράξτε τις μελιτζάνες σε διάφορα σημεία και τοποθετήστε σε κάθε σημείο από μια σκελίδα σκόρδο. Ραντίστε με ελαιόλαδο. Ψήστε για περίπου 1 ώρα και 30 λεπτά.
3. Βγάλτε τη σάρκα της μελιτζάνας και αφαιρέστε και πετάξτε τους σπόρους. Βάλτε τη σάρκα της μελιτζάνας σε μια κατσαρόλα για λίγα λεπτά, μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά. Τοποθετήστε την λεπίδα κοπής και κόψτε τις. Αφήστε να κρυώσουν.
4. Προσθέστε τη μαγιονέζα στον κρύο πουρέ μελιτζάνας και αλατοπιπερώστε.
5. **Coulis ντομάτας:** τοποθετήστε όλα τα υλικά εκτός από το αλάτι και το πιπέρι στο γυάλινο μπλέντερ και ανακατέψτε τα. Προσθέστε αλατοπίπερο. Σουρώστε. Αραιώστε με νερό αν χρειαστεί.
6. Για το σερβίρισμα: μοιράστε το χαβιάρι μελιτζάνας σε ατομικά πιάτα, καλύψτε με ένα στρώμα από coulis ντομάτας, και γαρνίρετε με ψιλοκομμένο σχοινόπρασο (προαιρετικά).



ΣΟΥΠΑ ΜΕ ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙΑ ΚΑΙ ΣΚΟΡΔΟ

Χρόνος προετοιμασίας: 35 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 40 λεπτά



400 γρ. πατάτες
60 ml ελαιόλαδο
1 κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
1 κεφάλι φρέσκο σκόρδο (εάν είναι δυνατόν), καθαρισμένο και ψιλοκομμένο
1,5 λίτρο ζωμό κοτόπουλου (Τεχνικές του Σεφ, σελ.82) ή νερό αλάτι, πιπέρι
2 μεσαία κολοκυθάκια
1 κουταλιά της σούπας ψιλοκομμένο βασιλικό φύλλα βασιλικού

1. Καθαρίστε και κόψτε τις πατάτες σε λεπτές φέτες, χρησιμοποιώντας τον λεπτό δίσκο κοπής.
2. Ζεστάνετε το ελαιόλαδο σε μια κασαρόλα με χοντρή βάση, σε μέτρια θερμοκρασία. Τσιγαρίστε ελαφρώς τα κρεμμύδια και το σκόρδο για 5 έως 10 λεπτά. Προσθέστε τις πατάτες και μαγειρέψτε για 2 λεπτά ακόμα, ανακατεύοντας συνεχώς. Προσθέστε το ζωμό κοτόπουλου ή το νερό και αλατοπιπερώστε. Σιγοβράστε για 15 λεπτά. Αφήστε να κρυώσει ελαφρώς.

3. Αφαιρέστε τις άκρες από τα κολοκυθάκια και κόψτε τα κατά μήκος, σε πάχος 3 έως 4 εκατοστών. Με το δίσκο κοπής ζυλιέν κόψτε κάθε κομμάτι (σταματήστε τη συσκευή κάθε φορά που κόβετε ένα κομμάτι) και βάλτε τα στην άκρη.
4. Τοποθετήστε τη σούπα στο γυάλινο μπλέντερ και ανακατέψτε. Μόλις γίνει ένα μείγμα παχύ και κρεμώδες, ρίξτε το στην κασαρόλα και αφήστε να πάρει βράση. Αφαιρέστε τους αφρούς που θα εμφανιστούν στην επιφάνεια, αν χρειαστεί, προσθέστε τα κομμάτια κολοκυθίου και βράστε για 10 έως 15 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν.
5. Για το σερβίρισμα: προσθέστε ψιλοκομμένο βασιλικό και αλατοπιπερώστε. Γαρνίρετε με φύλλα βασιλικού.



ΤΗΓΑΝΙΤΕΣ ΠΑΤΑΤΑΣ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΑΤΣΙΚΙΣΙΟ ΤΥΡΙ

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά + 15 λεπτά χρόνος για το μούσκεμα

Χρόνος μαγειρέματος: 20 λεπτά



3 τηγανίτες πατάτας ανά άτομο



250 γρ. πατάτες
60 γρ. φρέσκο κατσικίσιο τυρί
2 κρόκους αυγών
αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι
½ ματσάκι σχοινόπρασο, ψιλοκομμένο
2 ασπράδια αυγού

λάδι

1. Καθαρίστε τις πατάτες και τρίψτε τις με το λεπτό δίσκο κοπής και μεταφέρετε σε ένα μπολ. Καλύψτε τις με κρύο νερό και αφήστε τις να μουσκεψουν για 15 λεπτά. Σουρώστε και στεγνώστε με μια χαρτοπετσέτα ή χαρτί κουζίνας.
2. Ανακατέψτε το τυρί και τους κρόκους αυγών μέχρι να γίνει ένα μείγμα μαλακό και κρεμώδες, ρίξτε αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι. Προσθέστε το μείγμα στις τριμμένες πατάτες μαζί με το ψιλοκομμένο σχοινόπρασο.
3. Τοποθετήστε το διπλό χτυπητήρι, βάλτε τα ασπράδια σε ένα μπολ και χτυπήστε τα σε σφιχτή μαρέγκα. Προσθέστε τα απαλά στο μείγμα πατάτας.
4. Ζεστάνετε 2 κουταλιές της σούπας λάδι σε ένα τηγάνι, σε υψηλή θερμοκρασία. Με ένα κουτάλι της σούπας, ρίξε μικρές ποσότητες από το μείγμα στο τηγάνι, αφήνοντας αρκετό χώρο μεταξύ τους. Πατήστε ελαφρά κάθε τηγανίτα με το πίσω μέρος του κουταλιού. Τηγανίστε τις για 3 έως 4 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν και από τις δύο πλευρές. Τοποθετήστε τις πάνω σε χαρτί κουζίνας, βάλτε τις στην άκρη και διατηρήστε τις ζεστές. Επαναλάβετε με το υπόλοιπο μείγμα.
5. Για το σερβίρισμα: ιδανικό ως συνοδευτικό ή ως ορεκτικό.



Χρόνος προετοιμασίας για το αρωματικό λάδι + 3 έως 4 ημέρες

Χρόνος προετοιμασίας: 50 λεπτά + 2 ώρες χρόνος αναμονής



ΣΑΛΑΤΑ ΚΑΡΟΤΟΥ ΜΕ ΚΑΡΔΑΜΟ

Αρωματικό λάδι*

60 ml αραχιδέλαιο
8 σπόρους κάρδαμο, κοπανισμένους

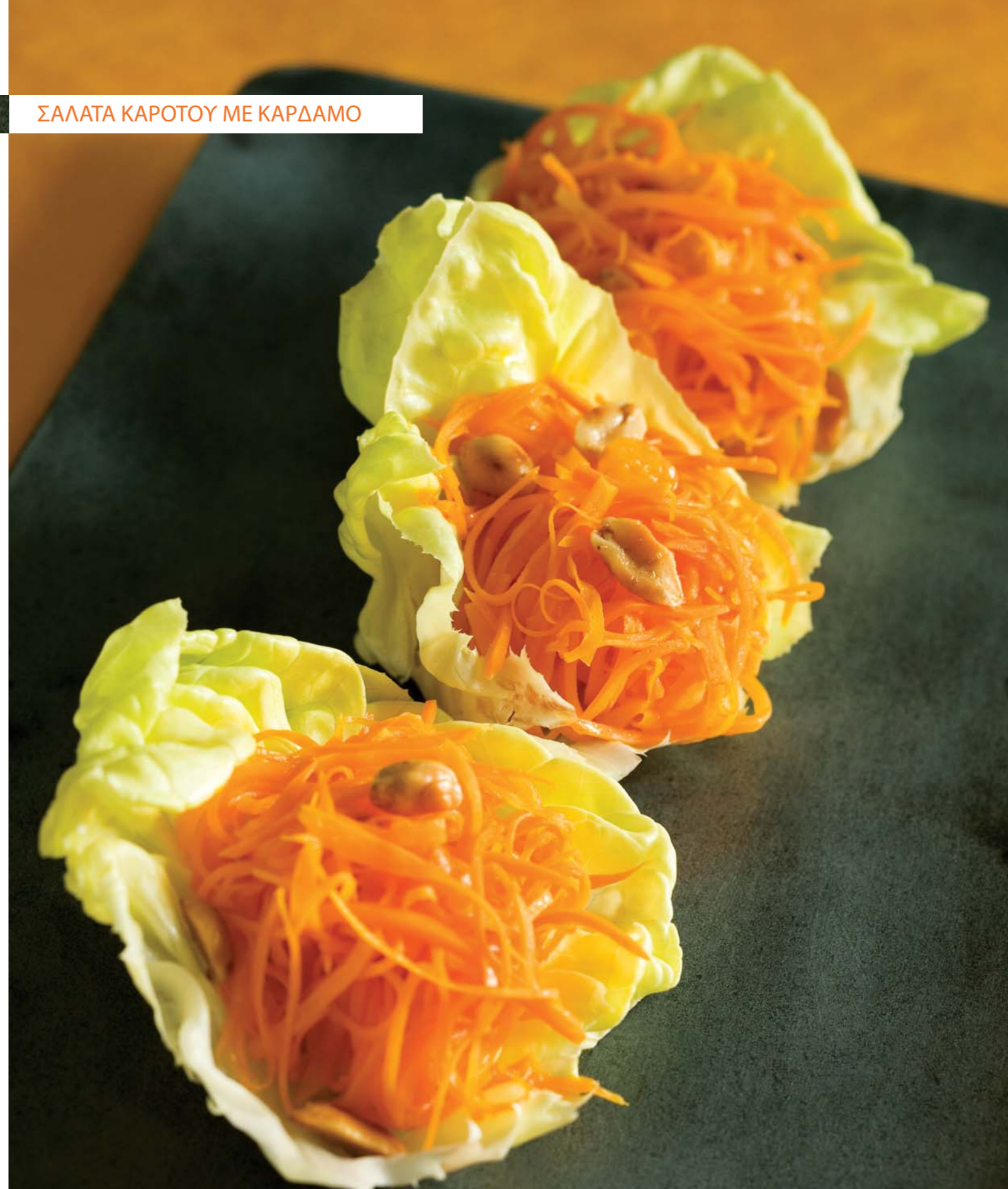
Σαλάτα

125 γρ. σταφίδα σουλτανίνα
3 πρέζες σαφράν σε ίνες
60 ml χυμό πορτοκαλιού
125 γρ. φυστίκια ανάλατα
750 γρ. καρότα
αλάτι, πιπέρι
χυμό ½ λεμονιού

φύλλα από καρδιά μαρουλιού

* Μια καλή ιδέα είναι να φτιάξετε περισσότερο λάδι από αυτό που χρειάζεται και να το φυλάξετε στο ψυγείο.

- 1. Αρωματικό λάδι:** 3 με 4 ημέρες πριν να σερβίρετε τη σαλάτα, ζεστάνετε το λάδι σε μια μικρή κατσαρόλα σε χαμηλή θερμοκρασία, μαζί με τους σπόρους του κάρδαμου που θα έχετε θρυμματίσει. Το αρωματικό λάδι μπορείτε να το ετοιμάσετε λίγο πριν σερβίρετε τη σαλάτα, αλλά η γεύση δεν θα είναι έντονη.
- 2. Σαλάτα:** πριν σερβίρετε, τοποθετείστε τις σουλτανίνες, τις ίνες του σαφράν και το χυμό πορτοκαλιού σε μια κατσαρόλα και αφήστε τα να πάρουν βράση σε μέτρια θερμοκρασία. Αποσύρατε από τη φωτιά μόλις πάρουν βράση και αφήστε το να σταθεί για 30 λεπτά. Φυλάξτε το στην άκρη.
- 3.** Σουρώστε το αρωματικό λάδι σε ένα μικρό σουρωτήρι. Τοποθετήστε το μισό σε ένα τηγάνι και ζεστάνετε το. Σωτάρετε τα φυστίκια για περίπου 1 λεπτό, μέχρι να πάρουν ένα χρυσό χρώμα και τοποθετήστε τα σε χαρτί κουζίνας.
- 4.** Καθαρίστε τα καρότα και τρίψτε τα με τον δίσκο λεπτής κοπής. Τοποθετήστε τα σε ένα μπολ μαζί με το υπόλοιπο αρωματικό λάδι, τις σταφίδες που έχετε ετοιμάσει και το πιπέρι. Προσθέστε τα φυστίκια και το χυμό λεμονιού. Ανακατέψτε, σκεπάστε και αφήστε τα να σταθούν για 2 ώρες, αν είναι δυνατόν, πριν το σερβίρισμα.
- 5.** Για το σερβίρισμα: τοποθετήστε σε φύλλα από καρδιά μαρουλιού και σερβίρετε αμέσως.



ΣΑΛΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΙΣΑΡΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 35 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 15 λεπτά



Ψημένο τυρί

140 γρ. παρμεζάνα
φρεσκοτριμμένο πιπέρι
½ κουταλάκι του γλυκού σπόρους παπαρούνας

Ντρέσινγκ

2 μικρές σκελίδες σκόρδο
1 κρόκο αυγού
αλάτι, πιπέρι
90 ml ελαιόλαδο
1 κουταλάκι του γλυκού γούστερ σως
1 κουταλιά της σούπας χυμό λεμονιού

Σαλάτα

3 καρδιές μαρουλιού
8 φέτες άσπρο ψωμί
90 ml ελαιόλαδο (ή βούτυρο)
8 φιλέτα αντσούγιας
φρεσκοτριμμένο πιπέρι

1. Προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C.
2. **Ψημένο τυρί:** χρησιμοποιήστε το δίσκο κοπής για παρμεζάνα, φυλάξτε 40 γρ. για τη σως. Στρώστε ένα ταψί με αντικολλητικό χαρτί. Με την τριμμένη παρμεζάνα, φτιάξτε 8 κύκλους από τυρί, πάνω στο ταψί. Ρίξτε πιπέρι και πασπαλίστε με τους σπόρους παπαρούνας. Ψήστε για 8 έως 10 λεπτά μέχρι να λιώσει το τυρί και να πάρει ένα χρυσαφί χρώμα. Βγάλτε το τυρί από το φούρνο και αφήστε το να κρυώσει. Μόλις το τυρί σκληρύνει, τοποθετήστε το πάνω σε χαρτί κουζίνας.
3. **Ντρέσινγκ:** τοποθετήστε όλα τα υλικά στο μίνι μπλντ επεξεργασίας και προσθέστε τα 40 γρ. παρμεζάνας που έχετε φυλάξει. Ανακατέψτε μέχρι να γίνει ένα μείγμα αφράτο και κρεμώδες. Αν γίνει πολύ πηχτό, προσθέστε λίγο νερό. Τοποθετήστε τη μισή ποσότητα από το ντρέσινγκ στη βάση των ποτηριών σερβιρίσματος.
4. Πλύνετε και ξεχωρίστε τις καρδιές μαρουλιού, τοποθετήστε τα κάθετα μέσα στα ποτήρια.
5. Κόψτε το άσπρο ψωμί σε κύβους του 1 εκ. Ζεστάνετε το λάδι (ή το βούτυρο) σε ένα τηγάνι και σωτάρτε τα κρουτόν μέχρι να πάρουν ένα χρυσό χρώμα. Τοποθετήστε τα πάνω σε χαρτί κουζίνας.
6. Για το σερβίρισμα: ρίξτε το υπόλοιπο ντρέσινγκ πάνω από τη σαλάτα (προαιρετικά), προσθέστε τις αντσούγιες και τα κρουτόν και γαρνίρετε με το ψημένο τυρί. Προσθέστε φρεσκοτριμμένο πιπέρι και σερβίρετε.



CROSTINI ΜΕ ΤΑΠΕΝΑΝΤ

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 25 λεπτά

Για 40 crostini περίπου



Crostini

1 μπαγκέτα
ελaiόλαδο

Ταπενάντ

200 γρ. μαύρες ελιές, χωρίς κουκούτσι
1 μικρή σκελίδα σκόρδο
8 φιλέτα αντσούγιας
ελaiόλαδο
φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ντοματάκια τσέρι

1. Για τα crostini: Κόψτε την μπαγκέτα σε λεπτές φέτες. Ζεστάνετε λίγο ελαιόλαδο σε ένα αντικολλητικό τηγάνι, σε χαμηλή θερμοκρασία και τηγανίστε τις φέτες του ψωμιού και από τις δύο πλευρές. Τοποθετήστε τις πάνω σε χαρτί κουζίνας.

2. Τάπεναντ: τοποθετήστε τις ελιές, το σκόρδο και τα φιλέτα αντσούγιας στο μίνι μπλ επεξεργασίας, και ανακατέψτε μέχρι να γίνουν ένα ρευστό μείγμα. Προσθέστε λίγο ελαιόλαδο, εάν είναι πολύ στεγνό. Προσθέστε πιπέρι, αλλά μη βάλετε αλάτι γιατί οι αντσούγιες είναι αλατισμένες.

3. Για το σερβίρισμα: την σάλτσα ταπενάντ μπορείτε να την τοποθετήσετε πάνω από τα crostini ή να την σερβίρετε χωριστά.



ΤΕΡΙΝΑ ΚΑΠΝΙΣΤΗΣ ΠΕΣΤΡΟΦΑΣ

Χρόνος προετοιμασίας: 30 λεπτά + χρόνος για να ρυώσει
+ 1 ώρα στο ψυγείο

Χρόνος μαγειρέματος: 5 λεπτά



2 κουταλιές της σούπας ξύδι από λευκό κρασί
1 φύλλο δάφνης
4 κόκκους άσπρο άτριφτο πιπέρι
500 ml νερό
175 γρ. φρέσκο φιλέτο πέστροφας, με την πέτσα (1 πέστροφα των 250 γρ.)
250 γρ. καπνιστό φιλέτο πέστροφας, χωρίς τα κόκκαλα και την πέτσα
200 ml κρέμα γάλακτος
100 γρ. βούτυρο, εκτός ψυγείου
1 κουταλιά της σούπας χυμό λεμονιού
αλάτι, πιπέρι
ψωμί ολικής αλέσεως

1. Τοποθετήστε το ξύδι, το φύλλο δάφνης, το πιπέρι και το νερό σε μια κασαρόλα και αφήστε τα να σιγοβράσουν. Τοποθετήστε τα φρέσκα φιλέτα πέστροφας μέσα στο ζωμό, με την πέτσα προς τα κάτω και αφήστε σε χαμηλή θερμοκρασία για περίπου 1 λεπτό. Αποσύρατε την κασαρόλα από τη φωτιά και αφήστε τη να κρυώσει. Με μια τρυπητή κουτάλα, βγάλτε το ψάρι από το ζωμό. Αφαιρέστε την πέτσα και τα κόκκαλα.

2. Βάλτε την λεπίδα κοπής. Τοποθετήστε τη βρασμένη πέστροφα και την καπνιστή πέστροφα σε ένα μπλ και κάντε τις πουρέ. Προσθέστε την κρέμα γάλακτος, το βούτυρο, το χυμό λεμονιού, αλάτι και πιπέρι και ανακατέψτε και πάλι. Τοποθετήστε τον πουρέ από την καπνιστή πέστροφα σε μια τερίνα και βάλτε τον στο ψυγείο.
3. Για το σερβίρισμα: μπορείτε να σερβίρετε μέσα στην τερίνα ή πάνω σε φέτες ψωμιού ολικής αλέσεως.

Χρόνος προετοιμασίας: **30 λεπτά**

Χρόνος μαγειρέματος: **15 λεπτά**

Για 26 έως 30 κροκέτες



Σως με λάιμ και γιαούρτι

125 γρ. γιαούρτι
1 κουταλιά της σούπας χυμό λάιμ
1 κουταλιά του γλυκού ξύσμα από λάιμ
1 ματσάκι σχοινόπρασο, ψιλοκομμένο
αλάτι, πιπέρι

Κροκέτες με καβούρι

400 γρ. άσπρο ψωμί μαγαίτικο
250 γρ. φιλέτο από άσπρο ψάρι (μπακαλιάρο ή γλώσσα)
1 ασπράδι αυγού
αλάτι, πιπέρι
250 γρ. βρασμένη καβουρόψυχα που θα έχετε σουρώσει καλά
(400 γρ. εάν είναι κατεψυγμένη)
100 ml κρέμα γάλακτος
2 κουταλιές της σούπας διάφορα αρωματικά, ψιλοκομμένα
(άνηθο, σχοινόπρασο, μαιντανό και εστραγκόν)

λάδι για το τηγάνισμα
ξύσμα από λάιμ

- 1. Σως από λάιμ και γιαούρτι:** ανακατέψτε όλα τα υλικά μαζί. Σκεπάστε τη με διάφανη μεμβράνη και βάλτε τη στο ψυγείο.
- 2. Κροκέτες με καβούρι:** αφαιρέστε και πετάξτε την κόρα από το ψωμί. Τοποθετήστε την λεπίδα κοπής. Βάλτε το ψωμί στο μπολ και τρίψτε το. Φυλάξτε το στην άκρη. Στη συνέχεια, τοποθετήστε τα φιλέτα ψαριού στο μπολ και κόψτε τα. Προσθέστε το ασπράδι αυγού, το αλάτι και το πιπέρι και δουλέψτε τα και πάλι. Προσθέστε και την καβουρόψυχα και δουλέψτε το μείγμα ξανά. Ρίξτε σιγά σιγά την κρέμα (χρησιμοποιώντας την στιγμιαία λειτουργία (P)) και στη συνέχεια τα μυρωδικά. Προσέξτε να μην χτυπήσετε το μείγμα υπερβολικά, γιατί η κρέμα θα κόψει. Φτιάξτε μικρές μπάλες 3 εκατοστών, χρησιμοποιώντας 2 κουτάλια ή τα χέρια σας.
- 3.** Τοποθετήστε τα τρίμματα ψωμιού σε ένα αντικολλητικό χαρτί και κυλήστε επάνω τις κροκέτες καβουριού να καλυφθούν καλά με τα τρίμματα.
- 4.** Ζεστάνετε το λάδι στους 180°C. Τηγανίστε σε πολύ και καυτό λάδι τις κροκέτες, λίγες λίγες, για 2 έως 3 λεπτά. Τοποθετήστε τις σε χαρτί κουζίνας και αλατίστε.
- 5.** Για το σερβίρισμα: τοποθετήστε τις καυτές κροκέτες καβουριού σε μια πιατέλα. Συνοδέψτε με την σως από λάιμ και γιαούρτι και με το ξύσμα από λάιμ.



ΒΙΕΤΝΑΜΕΖΙΚΗ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΛΑΧΑΝΟ

Χρόνος προετοιμασίας: 35 λεπτά + 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 10 λεπτά



500 ml ζωμός κοτόπουλου (Τεχνική του Σεφ σελ. 82)

500 γρ. στήθος κοτόπουλου

350 γρ. κινέζικο λάχανο

1 αγγουράκι, κομμένο κατά μήκος και χωρίς τους σπόρους

1 καρότο, καθαρισμένο

½ ματσάκι δυόσμο

½ ματσάκι κορίανδρο

Βιετναμέζικο ντρέσινγκ

1 κόκκινο κρεμμύδι

60 ml ξύδι από γαπωνέζικο ρύζι (αν βρείτε)

2 κουταλιές της σούπας ζάχαρη

1 κουταλιά της σούπας βιετναμέζικη σως ψαριού (pouc mam)

1 κουταλιά της σούπας χυμό από λάιμ

1 κόκκινο τσίλι, ψιλοκομμένο

1. Βάλτε το ζωμό κοτόπουλου σε μια σωτέζα να σιγοβράσει. Προσθέστε το στήθος κοτόπουλου και σιγοβράστε για περίπου 8 λεπτά. Μην αφήσετε το ζωμό να βράσει. Στραγγίξτε το στήθος κοτόπουλου, αφήστε το να κρυσώσει, κόψτε το σε λεπτές φετές και βάλτε τις στο ψυγείο.
2. **Βιετναμέζικο ντρέσινγκ:** Κόψτε σε φέτες το κόκκινο κρεμμύδι με το λεπτό δίσκο κοπής και μεταφέρετε το σε ένα μπολ. Προσθέστε το υπόλοιπο ντρέσινγκ και αφήστε να μαριναριστούν για 20 λεπτά.
3. Κόψτε το κινέζικο λάχανο σε κομμάτια, χρησιμοποιώντας το δίσκο λεπτής κοπής. Κόψτε σε φέτες το αγγούρι. Γυρίστε το δίσκο από την άλλη και ψιλοκόψτε το καρότο. Τοποθετήστε όλα τα υλικά σε ένα μεγάλο μπολ, προσθέστε το ντρέσινγκ και ανακατέψτε.
4. Πάρτε τα φύλλα από όλα τα μυρωδικά, διπλώστε τα στα δύο και κόψτε με ένα μαχαίρι στα 3 ή στα 4, ανάλογα με το μέγεθος τους. Προσθέστε τα στη σαλάτα.
5. Για το σερβίρισμα: μοιράστε τη σαλάτα σε δύο μπολ, τυλίξτε κάθε φέτα κοτόπουλου σε σχήμα τριαντάφυλλου και προσθέστε τις στη σαλάτα.



ΠΑΤΕ ΑΠΟ ΣΥΚΩΤΑΚΙΑ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟΥ

Χρόνος προετοιμασίας: 15 λεπτά + 15 λεπτά στο ψυγείο
(προετοιμασία από την προηγούμενη ημέρα εάν είναι δυνατό)

Χρόνος μαγειρέματος: 10 λεπτά



80 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
1 κρεμμυδάκι φρέσκο, ψιλοκομμένο
2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
225 γρ. συκωτάκια κοτόπουλου, σε κομμάτια
1 κλωναράκι θυμάρι
1 φύλλο δάφνης
1 πρέζα μοσχοκάρυδο
1 πρέζα γαρύφαλλο
1 πρέζα κανέλλα
αλάτι, πιπέρι
1 κουταλάκι του τσαγιού Κονιάκ ή κρασί Πόρτο
2 κουταλιές της σούπας κρέμα γάλακτος

1. Ζεστάνετε 30 γρ. βούτρο σε ένα τηγάνι. Προσθέστε το φρέσκο κρεμμυδάκι και το σκόρδο, και βράστε σε χαμηλή θερμοκρασία μέχρι να πάρουν ένα σχεδόν διάφανο χρώμα.
2. Αυξήστε σε μέτρια θερμοκρασία και προσθέστε τα συκωτάκια, το θυμάρι, το φύλλο δάφνης, τα μπαχαρικά, το αλάτι και το πιπέρι και μαγειρέψτε για 3 λεπτά περίπου. Το συκώτι πρέπει να είναι ροζ στη μέση. Προσθέστε το Κονιάκ (ή το κρασί Πόρτο), μεταφέρετε το μείγμα σε ένα μπολ και αφήστε το να κρυώσει τελείως.

3. Αφαιρέστε και πετάξτε το θυμάρι και το φύλλο δάφνης. Τοποθετήστε τα συκωτάκια στο μίνι μπολ επεξεργασίας και φτιάξτε ένα μαλακό, ομοιόμορφο μείγμα. Προσθέστε το υπόλοιπο βούτυρο και την κρέμα, και δουλέψτε τα γρήγορα. Ελέγξτε αν έχει αλατοπίπερο.
4. Στρώστε μια μικρή τερίνα με διάφανη μεμβράνη, ρίξτε το μείγμα με ένα κουτάλι και βάλτε το στο ψυγείο.
5. Για το σερβίρισμα: βγάλτε το πατέ από την τερίνα, κόψτε το σε φέτες και σερβίρετε με φρυγανισμένο ψωμί (προαιρετικά).





ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ

Κανελόνια με σαφράν και γέμιση από σπανάκι και ρικότα

Μίνι λαχανικά γεμιστά

Ταλιατέλες με διάφορα μυρωδικά καιμανιτάρια

Θαλασσινά «à la page» τυλιγμένα σε φύλλο

Σαλάτα με ζυμαρικά, γαρίδες και πέστο με εστραγκόν

Τόνος αλά βάσκα

Κενέλ ψαριού

Ψάρι με κάρυ αλά ταϊλανδεζικά

Κοτόπουλο ελευθέρας βοσκής με σάλτσα μουστάρδας Dijon

Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι, σάλτσα Bordelaise

και πατάτες ογκρατέν



ΕΥΚΟΛΟ



ΜΕΣΑΙΑΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ



ΥΣΚΟΛΟ

ΚΑΝΕΛΟΝΙΑ ΜΕ ΣΑΦΡΑΝ ΚΑΙ ΓΕΜΙΣΗ ΑΠΟ ΣΠΑΝΑΚΙ ΚΑΙ ΡΙΚΟΤΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 50 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 20 λεπτά



Ζυμαρικά με σαφράν

3 μικρές πρέζες σαφράν σε σκόνη
3 αυγά
300 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
10ml ελαιόλαδο

100 γρ. παρμεζάνα

Γέμιση από σπανάκι και ρικότα

1 κιλό φρέσκο σπανάκι
50 γρ. βούτυρο
1 σκελίδα σκόρδο, ψιλοκομμένη
250γρ. τυρί ρικότα
2 κουταλιές κρέμα γάλακτος
100γρ. λιαστές ντομάτες, κομμένες σε κύβους
αλάτι και φρεσκοκομμένο μαύρο πιπέρι
1 πρέζα μοσχοκάρυδο

Σάλτσα

αλάτι, πιπέρι
100ml σαντιγί

- 1. Ζυμαρικά με σαφράν:** ανακατέψτε τη σκόνη σαφράν με τα αυγά. Ετοιμάστε τη ζύμη για τα ζυμαρικά ακολουθώντας τις παρεχόμενες οδηγίες (Τεχνικές του Σεφ σελ. 88). Πλάστε τη ζύμη σε μπάλα και χωρίστε τη στα δύο. Βάλτε το ένα κομμάτι στο ψυγείο ή στην κατάψυξη για να το χρησιμοποιήσετε την επόμενη φορά. Κόψτε τη ζύμη στη μέση και ανοίξτε κάθε κομμάτι σε μακρύ, πολύ λεπτό φύλλο. Κόψτε το φύλλο σε ορθογώνια κομμάτια 9εκ x 8εκ. Ρίξτε τα σε βραστό, αλατισμένο νερό, βράστε τα για 30 δευτερόλεπτα και στραγγίστε τα (μην τα ξεβγάλετε). Απλώστε τα ορθογώνια κομμάτια σε ένα ελαφρώς λαδωμένο ταψί. Βάλτε τα στο ψυγείο.
- 2.** Χρησιμοποιήστε το δίσκο τριψίματος παρμεζάνας για να τρίψετε την παρμεζάνα. Αφήστε την.
- 3. Γέμιση από σπανάκι και ρικότα:** πλύντε και καθαρίστε το σπανάκι και ζεματίστε τα φύλλα. Τοποθετήστε το μαχαίρι, βάλτε το σπανάκι στο μπολ και δουλέψτε το. Λιώστε το βούτυρο σε ένα μεγάλο τηγάνι σε μέτρια φωτιά και προσθέστε το σκόρδο.

Προσθέστε το ψιλοκομμένο σπανάκι και τσιγαρίστε για περίπου 3 λεπτά. Βάλτε το σε ένα μπολ και αφήστε το να κρυώσει. Προσθέστε το ρικότα, την κρέμα γάλακτος, τη μισή τριμμένη παρμεζάνα και τις λιαστές ντομάτες σε κύβους. Ρίξτε αλάτι, πιπέρι και μοσχοκάρυδο. Βάλτε το μίγμα στο ψυγείο.

- 4.** Προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C.
- 5.** Βάλτε τα βρασμένα ζυμαρικά σε μια επίπεδη επιφάνεια. Γεμίστε με ένα κουτάλι λίγη γέμιση από σπανάκι και ρικότα μέσα σε κάθε ορθογώνιο κομμάτι και τυλίξτε το ώστε να σχηματίσετε 12 κανελόνια. Τοποθετήστε τα ζυμαρικά το ένα δίπλα στο άλλο σε ένα σκεύος για σουφλέ. Προσθέστε στη σαντιγί αλάτι και πιπέρι, ρίξτε την στα κανελόνια και πασπαλίστε από πάνω την υπόλοιπη παρμεζάνα. Ψήστε τα ζυμαρικά για περίπου 15 λεπτά.
- 6.** Για το σερβίρισμα: βάλτε τα στο γκριλ για να λιώσει και να σκουρύνει το τυρί.

ΜΙΝΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΓΕΜΙΣΤΑ

Χρόνος προετοιμασίας : 40 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 30 λεπτά



12 ντομάτες, διαμέτρου περίπου 4εκ
12 μεγάλα μανιτάρια, διαμέτρου περίπου 4εκ
12 στρογγυλά κολοκυθάκια, διαμέτρου περίπου 4εκ

Γέμιση

½ κρεμμύδι
2 κουταλιές ελαιόλαδο
αλάτι και φρεσκοκομμένο μαύρο πιπέρι
100γρ. μπαγιάτικο άσπρο ψωμί
1 κουταλιά ψιλοκομμένο μαϊντανό
1 κουταλιά κουκουνάρι

Για το σερβίρισμα:

ελαιόλαδο
άγρια ρόκα ή φύλλα ρόκας

1. Κόψτε το πάνω μέρος από τις ντομάτες και φυλάξτε τα καπάκια. Χρησιμοποιήστε ένα ειδικό εργαλείο για να αφαιρέσετε τη σάρκα, προσέχοντας να μην τρυπήσετε τη βάση και φυλάξτε τη για τη σάλτσα. Αφαιρέστε και πετάξτε το τραχύ μέρος από το κοτσάνι τους, ξεπλύντε και στεγνώστε τα. Τραβήξτε μαλακά τα κοτσάνια από το καπέλο τους και φυλάξτε τα για τη γέμιση. Ξεβγάλτε και σκουπίστε τα κολοκυθάκια και ετοιμάστε τα με τον ίδιο τρόπο όπως και τις ντομάτες, ξεχωρίζοντας τη σάρκα για να την χρησιμοποιήσετε στη γέμιση.

2. **Γέμιση:** Ψιλοκόψτε το κρεμμύδι στο μπλ του μίνι επεξεργαστή. Ζεστάνετε το λάδι σε ένα μεγάλο τηγάνι, σε χαμηλή φωτιά, προσθέστε το κρεμμύδι και τσιγαρίστε το για λίγα λεπτά. Βάλτε τα κοτσάνια από τα μανιτάρια και τη σάρκα από τα κολοκύθια στο μπλ του μίνι επεξεργαστή και δουλέψτε τα. Ρίξτε το μίγμα στο τηγάνι και προσθέστε αλάτι και πιπέρι. Τσιγαρίστε το μέχρι να εξατμιστούν όλα τα υγρά. Αφήστε το να κρυώσει. Αφαιρέστε και πετάξτε την κόρα από το ψωμί. Τοποθετήστε το μαχαίρι, βάλτε το ψωμί στο μπλ και δουλέψτε το μέχρι να γίνει ψίχουλα. Μόλις κρυώσει το μίγμα με τα μανιτάρια και τα κολοκυθάκια, προσθέστε το τριμμένο ψωμί, ψιλοκομμένο μαϊντανό και τα κουκουνάρια.

3. Προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C.

4. Ζεματίστε τα κολοκυθάκια σε βραστό νερό για 30 δευτερόλεπτα, βάλτε τα κάτω από κρύο νερό και στραγγίστε τα.

5. Γεμίστε με ένα κουτάλι τις ντομάτες, τα μανιτάρια και τα κολοκυθάκια με τη γέμιση. Σκεπάστε τις ντομάτες και τα κολοκυθάκια με τα καπάκια τους. Τοποθετήστε τα λαχανικά σε ένα πυρίμαχο σκεύος, περιχύστε τα με ελαιόλαδο και ψήστε τα για περίπου 20 λεπτά, ρίχνοντας ζουμί πάνω τους ανά διαστήματα.

6. **Σάλτσα:** βάλτε τη σάρκα από τις ντομάτες στο γυάλινο μπλέντερ, χτυπήστε τη και στραγγίστε τη σε ένα σουρωτήρι. Βάλτε την σε ένα μικρό τηγάνι, τσιγαρίστε την μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά και προσθέστε λίγο ελαιόλαδο.

7. Για το σερβίρισμα: τοποθετήστε τα μίνι γεμιστά λαχανικά σε πιάτα με τη σάλτσα και λίγη άγρια ρόκα ή φύλλα ρόκας.

ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 30 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 15 λεπτά



Μίγμα μυρωδικών

¼ ματσάκι εστραγκόν

¼ ματσάκι μαϊντανό

¼ ματσάκι βασιλικό

Ταλιατέλες

300γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις

30ml ελαιόλαδο

3 αυγά

3 εσαλότ

20γρ. βούτυρο

400γρ. άσπρα μανιτάρια

45ml κρασί Πόρτο

αλάτι και φρεσκοκομμένο μαύρο πιπέρι

100ml ελαιόλαδο

5 μεγάλες ντομάτες, ξεφλουδισμένες, ξεσποριασμένες και κομμένες σε κύβους (Τεχνικές του Σεφ σελ. 84)

Γαρνίρισμα

φύλλα βασιλικού

ξύσμα παρμεζάνας

ψιλοκομμένα σχοινόπρασα

1. Βάλτε τα διάφορα μυρωδικά στο μύλο και δουλέψτε τα. Χωρίστε τα σε δύο ίσα μέρη.
2. **Ταλιατέλες:** ετοιμάστε τη ζύμη για τα ζυμαρικά ακολουθώντας τις παρεχόμενες οδηγίες (Τεχνικές του Σεφ σελ. 88), προσθέτοντας τα μισά μυρωδικά μαζί με τα αυγά. Πλάστε τη ζύμη σε μπάλα και χωρίστε την σε τέσσερα κομμάτια, ανοίξτε την σε φύλλα και κόψτε την σε λωρίδες.
3. Βάλτε τα εσαλότ στο μπλ του μίνι επεξεργαστή και δουλέψτε τα. Λιώστε το βούτυρο σε ένα τηγάνι σε μέτρια φωτιά, προσθέστε τα εσαλότ και τσιγαρίστε τα μέχρι να ξανθύνουν. Κατεβάστε τα από τη φωτιά και αφήστε τα.
4. Καθαρίστε τα άσπρα μανιτάρια και κόψτε τα σε φέτες με το χοντρό δίσκο κοπής. Ξαναβάλτε το τηγάνι σε δυνατή φωτιά, προσθέστε τα μανιτάρια στα εσαλότ και τσιγαρίστε τα μέχρι

να αρχίσουν να παίρνουν χρώμα. Χαμηλώστε τη φωτιά και τσιγαρίστε τα για ακόμα 1 με 2 λεπτά, μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά τους. Προσθέστε το Πόρτο και αφήστε τα για 30 δευτερόλεπτα. Ρίξτε αλάτι και πιπέρι και κατεβάστε τα. .

5. Γεμίστε μια μεγάλη κατσαρόλα με αλατισμένο νερό, αφήστε το να κοχλάσει και βράστε τις ταλιατέλες για 2 με 3 λεπτά, μέχρι να γίνουν al dente. Σουρώστε τα και αφήστε τα στην άκρη.
6. Ζεστάνετε το ελαιόλαδο σε ένα μεγάλο τηγάνι, σε μέτρια φωτιά, προσθέστε το μίγμα με τα μανιτάρια, τις ταλιατέλες με τα μυρωδικά, τις ντομάτες σε κύβους και το υπόλοιπο μίγμα μυρωδικών. Αφήστε τα να ζεσταθούν καλά και προσθέστε αλάτι και πιπέρι, αν χρειαστεί.
7. Για το σερβίρισμα: προσθέστε το βασιλικό, το ξύσμα παρμεζάνας και τα ψιλοκομμένα σχοινόπρασα.



ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ «A LA NAGE» ΤΥΛΙΓΜΕΝΑ ΣΕ ΦΥΛΛΟ

Χρόνος προετοιμασίας: **1 ώρα**

Χρόνος μαγειρέματος: **40 λεπτά**



αλεύρι για όλες τις χρήσεις
250γρ. σφολιάτα (Τεχνικές του Σεφ σελ. 89)
1 αυγό, ελαφρώς χτυπημένο (για επάλειψη)

Θαλασσινά

6 πίνες
6 μεγάλες караβίδες
350γρ. σολομό
1 κιλό καθαρισμένα μύδια (Τεχνικές του Σεφ σελ. 86)
2 εσαλότ, ψιλοκομμένα
100ml λευκό κρασί

υγρά για το μαγείρεμα των μυδιών
400ml σαντιγί
σχοινόπρασα, ψιλοκομμένα

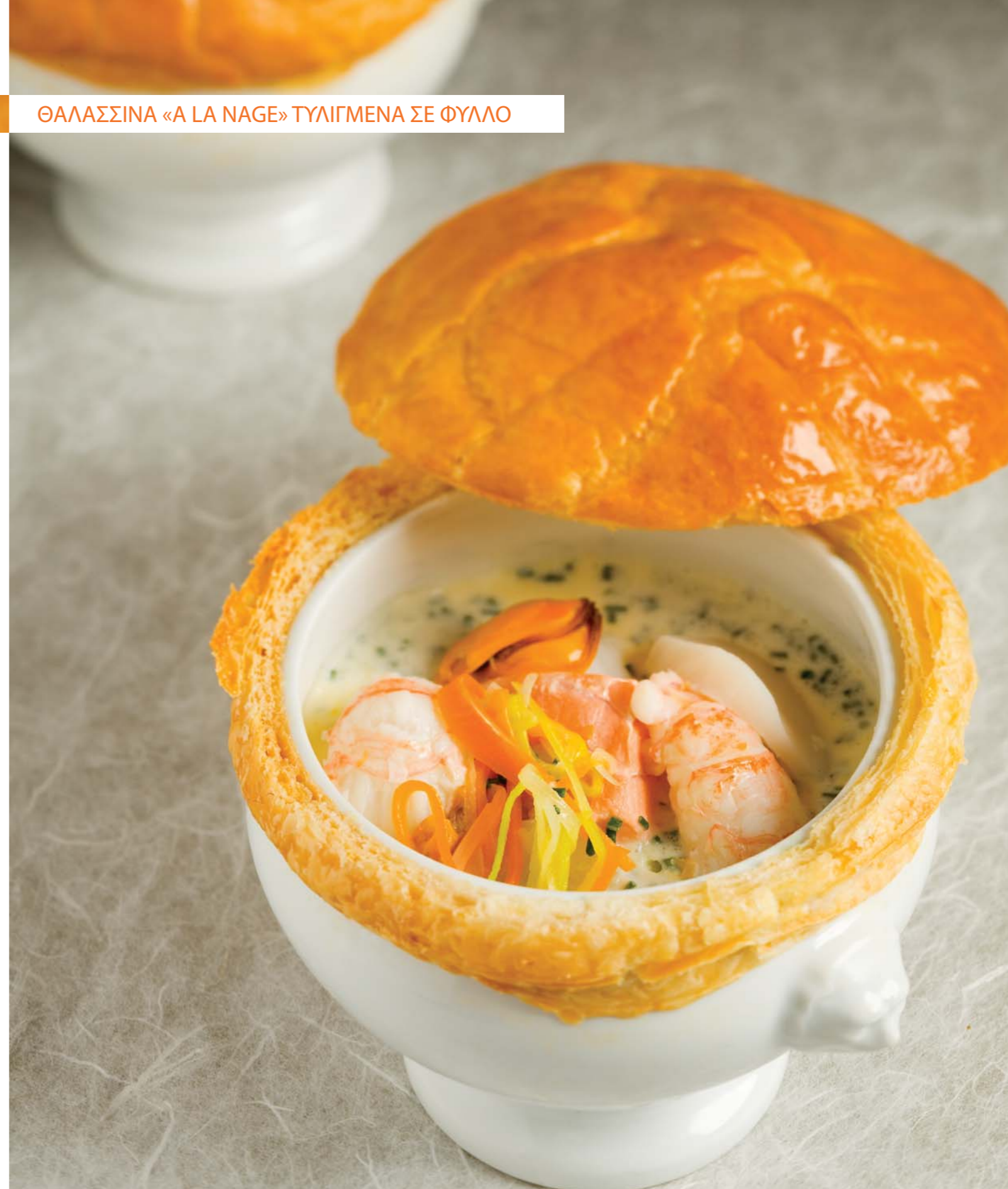
Λαχανικά για το γαρνίρισμα

200γρ. πράσα, μόνο το άσπρο μέρος
200γρ. καρότα, ξεφλουδισμένα
15γρ. βούτυρο
2 κουταλιές νερό
200γρ. άσπρα μανιτάρια
χυμό από ½ λεμόνι
αλάτι, πιπέρι

1. Ανοίξετε τη σφολιάτα πάνω σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια σε φύλλο πάχους 2 με 3mm. Βάλτε την στο ψυγείο για 30 λεπτά. Κόψτε την σε 6 στρογγυλά κομμάτια που θα είναι κατά 3εκ μεγαλύτερα σε διάμετρο από τα πιάτα που θα χρησιμοποιήσετε για το σερβίρισμα. Βάλτε τα στο ψυγείο.
2. **Θαλασσινά:** καθαρίστε τις πίνες, αφαιρέστε το κέλυφος από τις караβίδες, κόψτε το σολομό σε 6 κομμάτια βάρους περίπου 50γρ. και βάλτε τα στο ψυγείο. Βάλτε τα μύδια, τα εσαλότ και το λευκό κρασί σε ένα τηγάνι, σκεπάστε και μαγειρέψτε τα σε δυνατή φωτιά για 2 έως 3 λεπτά μέχρι να ανοίξουν τα μύδια. Στραγγίστε τα και φυλάξτε το ζουμί. Αφαιρέστε το κέλυφος από τα μύδια και βάλτε τα στο ψυγείο. Σουρώστε το ζουμί με ένα σουρωτήρι, προσθέστε την κρέμα και μαγειρέψτε τα σε δυνατή φωτιά για 2 με 3 λεπτά. Ρίξτε τα στο γυάλινο μπλέντερ και χτυπήστε τα μέχρι να ομογενοποιηθούν. Βάλτε τα να κρυώσουν σε πάγο και προσθέστε τα ψιλοκομμένα σχοινόπρασα. Αφήστε τα.
3. **Λαχανικά για το γαρνίρισμα:** χρησιμοποιήστε τον χοντρό δίσκο κοπής για να κόψετε σε φέτες το άσπρο μέρος των πράσων και τα καρότα. Λιώστε το βούτυρο σε ένα μεγάλο τηγάνι, προσθέστε το νερό και ύστερα τσιγαρίστε τα λαχανικά σε

χαμηλή φωτιά για περίπου 5 λεπτά. Προσθέστε τα ξεπλυμένα άσπρα μανιτάρια και το χυμό λεμόνι. Αφήστε να σιγοβράσουν για ένα ακόμα λεπτό και προσθέστε αλάτι και πιπέρι. Βγάλτε τα λαχανικά από το τηγάνι και αφήστε τα να κρυώσουν.

4. Χωρίστε τα υλικά στα πιάτα που θα χρησιμοποιήσετε για το σερβίρισμα: αρχίστε με τα λαχανικά και ύστερα προσθέστε τα θαλασσινά και το σολομό. Περιχύστε την κρύα σάλτσα από πάνω, φροντίζοντας ώστε κάθε πιάτο να είναι μέχρι τα δύο τρίτα γεμάτο.
5. Αλείψτε τα στρογγυλά κομμάτια σφολιάτας με αυγό και βάλτε ένα κομμάτι πάνω από κάθε πιάτο, σχηματίζοντας ένα καπάκι (με την πλευρά αλειμμένη με αυγό προς τα κάτω), σφραγίζοντας καλά τις άκρες. Αλείψτε με αυγό τα καπάκια και βάλτε τα στο ψυγείο για 30 λεπτά.
6. Προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C.
7. Ψήστε για 25 λεπτά.
8. Για το σερβίρισμα: βγάλτε τα από το φούρνο και σερβίρετε αμέσως.



ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΖΥΜΑΡΙΚΑ, ΓΑΡΙΔΕΣ ΚΑΙ ΠΕΣΤΟ ΜΕ ΕΣΤΡΑΓΚΟΝ

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 20 λεπτά



Πέστο με εστραγκόν* (για περίπου 250γρ.)

30γρ. πλατύφυλλο μαϊντανό
10γρ. φύλλα εστραγκόν
50γρ. παρμεζάνα, τριμμένη
1 σκελίδα σκόρδο
25γρ. κουκουνάρι
125ml ελαιόλαδο
αλάτι, πιπέρι

250γρ. ζυμαρικά (για παράδειγμα, πένες)
12 μεγάλες ωμές γαρίδες, χωρίς το κέλυφος
ελαιόλαδο
χυμό και ξύσμα από μισό λεμόνι
1 ματσάκι πράσινα σπαράγγια

* μπορείτε να φυλάξετε το πέστο σε ένα βάζο στο ψυγείο ή την κατάψυξη.

- 1. Πέστο με εστραγκόν:** βάλτε όλα τα συστατικά στο γυάλινο μπλέντερ και χτυπήστε τα μέχρι να ομογενοποιηθούν. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι και βάλτε το μίγμα στο ψυγείο.
- 2.** Γεμίστε μια μεγάλη κατσαρόλα με αλατισμένο νερό, αφήστε το να κοχλάσει και βράστε τα ζυμαρικά σύμφωνα με τις οδηγίες στη συσκευασία.
- 3.** Ζεστάνετε ένα τηγάνι σε δυνατή φωτιά. Αλείψτε τις γαρίδες με ελαιόλαδο και τσιγαρίστε τις γρήγορα για περίπου 2 λεπτά. Βάλτε τις σε ένα μπολ με το μισό ξύσμα και χυμό λεμόνι και ανακατέψτε να ενωθούν τα υλικά. Διατηρήστε τις ζεστές.
- 4.** Καθαρίστε τα σπαράγγια και ξεβγάλτε τα σε κρύο νερό. Βράστε τα για 3 με 4 λεπτά σε μπόλικο βραστό αλατισμένο νερό. Αφαιρέστε τα με μια τρυπητή κουτάλα και προσθέστε τα στις γαρίδες.
- 5.** Στραγγίστε τα ζυμαρικά καλά, και ενώ είναι ακόμα ζεστά, ρίξτε τα σε ένα μεγάλο μπολ με το υπόλοιπο ξύσμα και χυμό λεμόνι. Προσθέστε 4 κουταλιές πέστο με εστραγκόν. Ανακατέψτε τα καλά και προσθέστε αλάτι και πιπέρι, αν χρειάζεται.
- 6.** Για το σερβίρισμα: ανακατέψτε όλα τα συστατικά, σερβίρετε ζεστό ή σε θερμοκρασία δωματίου.



ΤΟΝΟΣ ΑΛΑ ΒΑΣΚΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα
Χρόνος μαγειρέματος: 20 λεπτά



2 κρεμμύδια, κομμένα στα δύο
1 μικρή κόκκινη πιπεριά, κομμένη στα τέσσερα και ξεποριασμένη
1 μικρή κίτρινη πιπεριά, κομμένη στα τέσσερα και ξεποριασμένη
1 μικρή πράσινη πιπεριά, κομμένη στα τέσσερα και ξεποριασμένη
45ml ελαιόλαδο
φιλέτα ή φέτες τόνου πάχους 4 x 185γρ., κομμένα σε μακρόστενα κομμάτια*
3 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
3 ντομάτες, ξεφλουδισμένες, ξεποριασμένες και κομμένες σε κύβους (Τεχνικές του Σεφ σελ. 84)
150ml λευκό ξηρό κρασί
«bouquet garni» (φρέσκο δενδρολίβανο, δάφνη, θυμάρι, ρίγανη, εστραγκόν δεμένα σε μπουκέτο)
αλάτι και φρεσκοκομμένο μαύρο πιπέρι
150γρ. ζαμπόν Bayonne ή Serrano, κομμένο σε λεπτές φέτες

Γαρνίρισμα

μαϊντανός

* Εναλλακτικά, χρησιμοποιήστε κοιλιακά τεμάχια τόνου

1. Χρησιμοποιήστε το χοντρό δίσκο κοπής σε φέτες για να κόψετε τα κρεμμύδια. Χρησιμοποιήστε τον ίδιο δίσκο για να κόψετε σε φέτες την κόκκινη, την κίτρινη και την πράσινη πιπεριά.
2. Ζεστάνετε 30ml ελαιόλαδο σε ένα τηγάνι σε δυνατή φωτιά. Προσθέστε τον τόνο και τσιγαρίστε τον για 1 λεπτό σε κάθε πλευρά μέχρι να ροδίσει. Βγάλτε τον τόνο από το τηγάνι. Προσθέστε το κρεμμύδι, σκεπάστε το τηγάνι και τσιγαρίστε το σε χαμηλή φωτιά για 3 έως 4 λεπτά, ανακατεύοντας διαρκώς για να μην μαυρίσει. Προσθέστε τις ψιλοκομμένες πιπεριές και το σκόρδο και τσιγαρίστε για άλλο ένα λεπτό. Ξαναβάλτε τον τόνο στο τηγάνι, προσθέστε τις ντομάτες, το κρασί, το bouquet garni και μια πρέζα αλάτι. Σκεπάστε και αφήστε τα να σιγοβράσουν για 5 λεπτά.
3. Βγάλτε τον τόνο και σκεπάστε τον με αλουμινόχαρτο, για να διατηρηθεί ζεστός. Αφήστε τα υπόλοιπα συστατικά να βράσουν για 5 λεπτά ή μέχρι η σάλτσα να αρχίσει να πήζει. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι, αν χρειαστεί. Ζεστάνετε το υπόλοιπο λάδι σε ένα τηγάνι, προσθέστε το ζαμπόν και τσιγαρίστε το λίγο για 10 δευτερόλεπτα σε κάθε πλευρά (λίγες φέτες κάθε φορά, προσθέτοντας και άλλο λάδι, αν χρειάζεται).
4. Για το σερβίρισμα: βάλτε το ψάρι σε πιάτα και γαρνίρετε με λίγες κουταλιές λαχανικά. Σκορπίστε το ζαμπόν πάνω στα λαχανικά και γαρνίρετε με μαϊντανό.



Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα και 30 λεπτά

+ χρόνο ψύξης

Χρόνος μαγειρέματος : 2 ώρες



Για περίπου 16 κενέλ



1. Κενέλ ψαριού: βάλτε το μαχαίρι στο μπολ και βάλτε το στο ψυγείο. Βάλτε το ψάρι και αλάτι στο παγωμένο μπολ και δουλέψτε το για περίπου 1 λεπτό, μέχρι να ενωθεί το μίγμα. Προσθέστε τα ασπράδια και δουλέψτε τα για ακόμα 20 δευτερόλεπτα. Προσέξτε να μην χτυπήσετε υπερβολικά το μίγμα, γιατί αντί για κρεμώδη θα έχει ελαστική υφή. Προσθέστε σταδιακά την κρέμα, τη μισή ή το ένα τρίτο κάθε φορά, ανακατεύοντας καλά κάθε φορά. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι, βάλτε τα σε ένα μπολ και αφήστε τα στο ψυγείο.

2. Σάλτσα караβίδας: βάλτε τα εσαλότ, το κρεμμύδι και το σέλερι στο μπολ του μίνι επεξεργαστή και ψιλοκόψτε τα. Ζεστάνετε το λάδι σε ένα μεγάλο τηγάνι, σε δυνατή φωτιά, προσθέστε τις караβίδες και τηγανίστε τις μέχρι να κοκκινίσουν. Λιανίστε ελαφρώς τις караβίδες με ένα γουδί, προσθέστε τα ψιλοκομμένα λαχανικά και συνεχίστε το τηγάνισμα σε μέτρια θερμοκρασία για 5 λεπτά. Σβήστε με το κονιάκ. Προσθέστε το συμπυκνωμένο χυμό ντομάτας και μαγειρέψτε τα για περίπου 1 λεπτό, ανακατεύοντας συνεχώς. Προσθέστε το ζωμό ψαριού ή το νερό και το «bouquet garni». Σιγοβράστε σε μέτρια φωτιά για 30 λεπτά, ξαφρίζοντας ανά διαστήματα. Περάστε τα από σουρωτήρι, ξαναβάλτε τα στη φωτιά και σιγοβράστε τα μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά κατά τα δύο τρίτα.

Κενέλ ψαριού

400γρ. φιλέτο σφυρίδας, χωρίς την πέτσα και τα κόκαλα, κομμένη σε κομμάτια (καθαρό βάρος)

1 κουταλάκι αλάτι
2 ασπράδια αυγών
350ml σαντιγί

Σάλτσα караβίδας

3 εσαλότ
1 κρεμμύδι
½ κοτσάνι σέλερι
45ml λάδι
16 ολόκληρες ωμές караβίδες
2 κουταλιές κονιάκ
2 κουταλιές συμπυκνωμένο χυμό ντομάτας
1 λίτρο ζωμό ψαριού ή νερό
1 «bouquet garni» (φρέσκο δενδρολίβανο, δάφνη, θυμάρι, ρίγανη, εστραγκόν δεμένα σε μπουκέτο)

Σάλτσα μπεσαμέλ

40γρ. βούτυρο
40γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
500ml γάλα
1 πρέζα μοσχοκάρυδο
αλάτι, πιπέρι

βούτυρο

3. Σάλτσα μπεσαμέλ: λιώστε το βούτυρο σε ένα μεγάλο τηγάνι, προσθέστε το αλεύρι και ανακατεύετε συνεχώς. Αφήστε το σε χαμηλή θερμοκρασία για 2 λεπτά, προσέχοντας να μην μαυρίσει, ρίξτε το κρύα γάλα και το μοσχοκάρυδο. Αφήστε το να βράσει, ανακατεύοντας συνεχώς. Χαμηλώστε την θερμοκρασία και σιγοβράστε για 10 λεπτά, ανακατεύοντας και πάλι συνεχώς. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι. Προσθέστε σιγά-σιγά τη σάλτσα караβίδας στη μπεσαμέλ και σιγοβράστε για 5 λεπτά. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι, αν χρειάζεται, και διατηρήστε τη σάλτσα ζεστή.

4. Προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C.

5. Γεμίστε μια μεγάλη κατσαρόλα με αλατισμένο νερό και αφήστε το να σιγοβράσει. Πλάστε τα κενέλ ακολουθώντας τις παρεχόμενες οδηγίες (Τεχνικές του Σεφ σελ. 86). Σιγοβράστε τα (το νερό δεν πρέπει να κοχλάζει) για 6 με 8 λεπτά, γυρίζοντάς τα μία φορά. Αφού δέσουν, βγάλτε τα από την κατσαρόλα, στραγγίστε τα καλά και βάλτε τα σε ένα βουτυρωμένο σκεύος.

6. Ρίξτε τη σάλτσα πάνω στα κενέλ και ψήστε τα για 20 λεπτά, μέχρι να ροδίσουν.

7. Για το σερβίρισμα: βγάλτε τα από το φούρνο και σερβίρετε αμέσως από το σκεύος που τα ψήσατε.



ΨΑΡΙ ΜΕ ΚΑΡΥ ΑΛΑ ΤΑΪΛΑΝΔΕΖΙΚΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 15 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 20 λεπτά



Πάστα με πράσινο κάρυ

4 μικρά πράσινα τσίλι, κομμένα στα δύο και ξεσποριασμένα
1 μίσχο λεμονόχορτου (lemongrass)
2 κουταλιές χυμό λάιμ (1½ λάιμ)
20g galangal ή τζίντζερ, ξεφλουδισμένο
1 κουταλάκι τριμμένο κορίανδρο
½ κουταλάκι τριμμένο κύμινο
3 μικρά εσαλότ ή 5 φρέσκα κρεμμυδάκια
3 φύλλα λάιμ
50ml γάλα καρύδας

1 κουταλιά ηλιέλαιο
½ κόκκινο ή πράσινο τσίλι, όχι πολύ καυτερό, ξεσποριασμένο και κομμένο σε φέτες
10gr. κόκκους πράσινο πιπέρι σε άλμη, στραγγισμένους (φυλάξτε 1 κουταλάκι άλμη)
1 κουταλάκι αλάτι
400ml γάλα καρύδας
5 φύλλα λάιμ
750gr. λευκό φιλέτο ψαριού (χωρίς την πέτσα), κομμένο σε κομμάτια
αλάτι, πιπέρι
1 κουταλιά ταϊλανδέζικη σάλτσα ψαριού (nam pla)

Γαρνίρισμα

φύλλα ταϊλανδέζικου βασιλικού

- 1. Πάστα με πράσινο κάρυ:** βάλτε όλα τα συστατικά, εκτός από το γάλα καρύδας στο μύλο και χτυπήστε τα μέχρι να γίνουν πάστα. Ρίξτε την πάστα σε ένα μπολ και προσθέστε το γάλα καρύδας, σιγά-σιγά. Εάν το μίγμα είναι πολύ πηχτό, προσθέστε λίγο ακόμα γάλα καρύδας ή μερικές σταγόνες ηλιέλαιο. Βάλτε το σε ένα αεροστεγές δοχείο και φυλάξτε το στο ψυγείο*.
- 2.** Ζεστάνετε το ελαιόλαδο σε ένα wok ή σε ένα μεγάλο τηγάνι, προσθέστε το τσίλι και τσιγαρίστε για περίπου 4 λεπτά, μέχρι να ξανθύνει. Προσθέστε το πράσινο πιπέρι, την άλμη, τη ζάχαρη και το γάλα καρύδας και σιγοβράστε τα για περίπου 3 λεπτά.

- 3.** Προσθέστε 2 κουταλιές από την πάστα του κάρυ, τα φύλλα λάιμ και το ψάρι στο wok ή στο τηγάνι. Σιγοβράστε τα για 5 λεπτά ή μέχρι να ψηθεί το ψάρι. Βγάλτε τα φύλλα του λάιμ και συμπληρώστε αλάτι, πιπέρι και τη σάλτσα ψαριού.
- 4.** Για το σερβίρισμα: Τοποθετήστε το ψάρι σε πιάτα και περιχύστε τη σάλτσα. Πασπαλίστε με ταϊλανδέζικο βασιλικό. Συνοδεύστε με ρύζι jasmine μαγειρεμένο στον ατμό (προαιρετικά).

* μπορείτε να φυλάξετε την πάστα από πράσινο κάρυ σε ένα βάζο στο ψυγείο ή την κατάψυξη.



ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΕΛΕΥΘΕΡΑΣ ΒΟΣΚΗΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΜΟΥΣΤΑΡΔΑΣ ΔΙJON

Χρόνος προετοιμασίας: **20 λεπτά**

Χρόνος μαγειρέματος: **1 ώρα**



1 x 1,8 κιλό κοτόπουλο ελευθέρως βοσκής, κομμένο σε 8 κομμάτια*
αλάτι και φρεσκοκομμένο μαύρο πιπέρι
30γρ. βούτυρο, λιωμένο

Σάλτσα

2 εσαλότ
1 σκελίδα σκόρδο
20γρ. βούτυρο
200ml λευκό κρασί Chablis
150ml κρέμα γάλακτος
1 μικρή πρέζα πάπρικα
3 κουταλιές μουστάρδα Dijon
125γρ. τυρί comté ή τσένταρ
200γρ. μπαγιάτικο άσπρο ψωμί

* Αυτή η συνταγή μπορεί να παρασκευαστεί και με 8 μπούτια κοτόπουλο

1. Προθερμάνετε το φούρνο στους 190°C.
2. Αλατοπιπερώστε τα κομμάτια κοτόπουλου, αλείψτε τα με το λιωμένο βούτυρο και ψήστε τα για 35 με 40 λεπτά, αλείφοντας τα με το ζουμί τους ανά διαστήματα.
3. **Σάλτσα:** Βάλτε τα εσαλότ και το σκόρδο στο μύλο και ψιλοκόψτε τα. Ζεστάνετε το βούτυρο σε ένα μικρό τηγάνι και τσιγαρίστε τα εσαλότ και το σκόρδο. Σβήστε με το λευκό κρασί, και αφήστε να εξατμιστούν τα υγρά κατά το ένα τρίτο. Προσθέστε την κρέμα και την πάπρικα και αφήστε τα να βράσουν. Κατεβάστε από τη φωτιά και προσθέστε τη μουστάρδα Dijon. Ανακατέψτε με το χτυπητήρι αυτών και συμπληρώστε αλάτι και πιπέρι, αν χρειαστεί.
4. Τρίψτε το τυρί με τον χοντρό δίσκο τριψίματος.
5. Αφαιρέστε και πετάξτε την κόρα από το ψωμί. Τοποθετήστε το μαχαίρι. Βάλτε το ψωμί στο μπολ και δουλέψτε το μέχρι να γίνει ψίχουλα.
6. Βάλτε το ψημένο κοτόπουλο σε ένα καθαρό σκεύος για σουφλέ και πασπαλίστε το με το τριμμένο τυρί. Καλύψτε το με τη σάλτσα και με τα ψίχουλα. Ψήστε το για 15 με 20 λεπτά.



Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 60 λεπτά



Πατάτες ογκρατέν Dauphinois

300γρ. πατάτες
400ml κρέμα γάλακτος
αλάτι, πιπέρι
2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
80γρ. τυρί comté ή τσένταρ

Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι

1 κουταλιά κόκκους μαύρο πιπέρι
4 φιλέτα βοδινού (160 με 180γρ. το καθένα)
50ml ηλιέλαιο

Σάλτσα Bordelaise

5 εσαλότ
400ml κόκκινο κρασί
200ml ζωμό βοδινού (Τεχνικές του Σεφ σελ. 83)
20γρ. βούτυρο

1. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
2. **Πατάτες ογκρατέν Dauphinois:** Ξεφλουδίστε τις πατάτες και κόψτε τις σε φέτες με το χοντρό δίσκο κοπής (μην τις ξεπλύνετε). Τοποθετήστε τις φέτες σε ένα ορθογώνιο σκεύος, προσθέστε την κρέμα, αλάτι, πιπέρι και σκόρδο. Στρώστε ένα αλουμινόχαρτο πάνω στο σκεύος και ψήστε για 1 ώρα (οι πατάτες έχουν ψηθεί όταν μπορούν να τρυπηθούν εύκολα με τη μύτη ενός μαχαιριού). Μην σβήσετε το φούρνο.
3. **Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι:** βάλτε τους κόκκους μαύρου πιπεριού στο μύλο και ψιλοκόψτε τους. Τυλίξτε τα φιλέτα μέσα στο τριμμένο πιπέρι, χωρίς να προσθέσετε αλάτι. Ζεστάνετε το λάδι σε ένα τηγάνι σε δυνατή φωτιά, ψήστε τα φιλέτα για 5 με 6 λεπτά, ή όσο προτιμάτε. Βγάλτε τα από το τηγάνι και αφήστε τα να ξεκουραστούν, κατά προτίμηση σε ζεστό μέρος. Φυλάξτε το τηγάνι για να ετοιμάσετε τη σάλτσα.
4. **Σάλτσα Bordelaise:** βάλτε τα εσαλότ στο μπολ του μίνι επεξεργαστή και δουλέψτε τα. Πετάξτε το λάδι από το τηγάνι και προσθέστε τα εσαλότ και το κόκκινο κρασί. Περιμένετε να εξατμιστούν τελείως τα υγρά πριν προσθέσετε το ζωμό βοδινού. Περιμένετε πάλι να εξατμιστούν τα υγρά και να πήξει η σάλτσα. Προσθέστε το βούτυρο λίγο-λίγο, χωρίς να το αφήσετε να βράσει. Βάλτε τα φιλέτα βοδινού στη σάλτσα για περίπου 1 λεπτό, αλείφοντας τα ανά διαστήματα.
5. Τρίψτε το τυρί με τον χοντρό δίσκο τριψίματος. Βγάλτε το αλουμινόχαρτο από το ογκρατέν και πασπαλίστε το με τυρί. Βάλτε το στο γκριλ για να λιώσει και να σκουρύνει το τυρί.
6. Για το σερβίρισμα: κόψτε σε φέτες το φιλέτο και βάλτε το σε ένα πιάτο με μια γραμμή σάλτσας στη μία πλευρά και μια φέτα πατάτες ογκρατέν Dauphinois στην άλλη.





ΕΠΙΔΟΡΓΙΑ

Cheesecake

Μπισκότα με κομματάκια σοκολάτας και κανέλα

Ζελέ καρπούζι και πεπόνι με μέντα

Μπισκότα βουτύρου με φρούτα του δάσους και κρέμα mascarpone

Μους σοκολάτας με tuiles πορτοκαλιού

Σφολιάτα με βερίκοκα

Τιραμισού με βατόμουρα

Τραγανή σφολιάτα με ραβέντι

Κέικ με σοκολάτα και φουντούκια

Τάρτα με κορόμηλα



ΕΥΚΟΛΟ



ΜΕΣΑΙΑΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ



ΥΣΚΟΛΟ

CHEESECAKE

Χρόνος προετοιμασίας: 20 με 35 λεπτά

+ όλη τη νύχτα στο ψυγείο + 1 ώρα στο ψυγείο



Βάση

150γρ. μπισκότα digestive
90γρ. βούτυρο, λιωμένο

Γέμιση

150ml σαντιγί
50γρ. ζάχαρη
χυμό και ξύσμα από 1 λεμόνι
200γρ. πλήρες τυρί κρέμα
2 φύλλα ζελατίνη (4γρ.)

Επικάλυψη

Ζελέ:
1 φύλλο ζελατίνη (2γρ.)
100ml παστεριωμένο χυμό από μαύρα σταφύλια

500γρ. φράουλες

Γαρνίρισμα (προαιρετικά)

φλούδα από 1 λεμόνι, κομμένο σε μακρόστενες λωρίδες
100ml νερό
100γρ. ζάχαρη

- 1. Βάση:** τοποθετήστε το μαχαίρι. Βάλτε τα μπισκότα digestive στο μπολ και χτυπήστε τα μέχρι να γίνουν ψίχουλα. Προσθέστε το λιωμένο βούτυρο και χτυπήστε τα ξανά.
- 2.** Βάλτε μια στρογγυλή φόρμα σε ένα ταψί διαστάσεων 16εκ x 5εκ καλυμμένο με αντικολλητικό χαρτί. Ρίξτε τη βάση από μπισκότα μέσα στη φόρμα και πιέστε την καλά να γίνει συμπαγής. Βάλτε την στο ψυγείο για 15 λεπτά.
- 3. Γέμιση:** τοποθετήστε το διπλό χτυπητήρι. Ρίξτε την κρέμα στο μπολ και χτυπήστε την μέχρι να σφίξει καλά. Προσθέστε τη ζάχαρη, το τριμμένο ξύσμα, το χυμό λεμόνι και το τυρί κρέμα και ανακατέψτε τα γρήγορα. Μαλακώστε τη ζελατίνη σε παγωμένο νερό, στραγγίστε και λιώστε την σε μπεν μαρί πριν την προσθέσετε στη γέμιση λεμονιού. Ρίξτε το μίγμα στο φόρμα, αφήνοντας αρκετό χώρο από πάνω για τις φράουλες. Αφήστε το όλη νύχτα στο ψυγείο να πήξει.
- 4. Επικάλυψη:** βάλτε τη ζελατίνη να μαλακώσει σε παγωμένο νερό. Βράστε το χυμό σταφυλιών, προσθέστε τη στραγγισμένη ζελατίνη, ανακατέψτε καλά και στραγγίστε με ένα σουρωτήρι. Βάλτε το ζελέ να κρυώσει σε πάγο. Γαρνίρετε την επιφάνεια του cheesecake με τις φράουλες. Μόλις το ζελέ αρχίζει να πήζει, περιχύστε τα φρούτα και βάλτε το cheesecake στο ψυγείο για 1 ώρα.
- 5. Γαρνίρισμα (προαιρετικά):** Βάλτε τη φλούδα λεμονιού, νερό και ζάχαρη σε ένα κατσαρολάκι και βράστε τα μέχρι να λιώσει η ζάχαρη. Σιγοβράστε τα για 10 με 15 λεπτά μέχρι να καραμελώσει η φλούδα. Στραγγίστε την και αφήστε την να κρυώσει.
- 6.** Για το σερβίρισμα: αφαιρέστε τη στρογγυλή φόρμα χρησιμοποιώντας τη μύτη ενός μαχαιριού. Γαρνίρετε με την καραμελωμένη φλούδα λεμονιού (προαιρετικά).



ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΜΕ ΚΟΜΜΑΤΑΚΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 15 λεπτά + 1 ώρα στο ψυγείο

Χρόνος μαγειρέματος: 10 λεπτά

Για περίπου 40 μπισκότα



2 κρόκους αυγών
1 κουταλάκι εκχύλισμα βανίλιας
2 κουταλιές νερό
150γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
100γρ. ζάχαρη άχνη
300γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
½ κουταλάκι baking powder
1 μεγάλη πρέζα αλάτι
1½ κουταλάκι κανέλα
120γρ. κομματάκια σοκολάτας (chocolate chips)

ζάχαρη άχνη
κακάο σε σκόνη (χωρίς προσθήκη ζάχαρης)

1. Ανακατέψτε τους κρόκους, τη βανίλια και το νερό. Τοποθετήστε το εργαλείο για ζύμωμα. Βάλτε το βούτυρο και την άχνη στο μπολ και ανακατέψτε τα μέχρι η ζύμη να γίνει αφράτη. Προσθέστε σιγά-σιγά το μίγμα με τους κρόκους. Ανακατέψτε το αλεύρι με το baking powder, το αλάτι και την κανέλα. Ρίξτε το στο μίγμα με τα αυγά και το βούτυρο και ανακατέψτε τα ξανά, μέχρι να απορροφηθεί τελείως το αλεύρι. Προσθέστε τα κομματάκια σοκολάτας, προσέχοντας να μην δουλέψετε υπερβολικά τη ζύμη. Πλάστε τη ζύμη σε ρολό πάνω σε μια καθαρή επιφάνεια. Κυλήστε την σε άχνη ή σε κακάο ή και στα δύο σε ίσες ποσότητες και τυλίξτε την σε διαφανή μεμβράνη. Βάλτε την στο ψυγείο για τουλάχιστον 1 ώρα.

2. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
3. Κόψτε το ρολό σε φέτες 1εκ σχηματίζοντας μπισκότα και βάλτε τα σε ένα αντικολητικό ταψί. Ψήστε τα μπισκότα για περίπου 10 λεπτά ή μέχρι να πάρουν χρώμα. Βάλτε τα σε μια σχάρα και αφήστε τα να κρυώσουν..



ΖΕΛΕ ΚΑΡΠΟΥΖΙ ΚΑΙ ΠΕΠΟΝΙ ΜΕ ΜΕΝΤΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 30 λεπτά + 1 ώρα στο ψυγείο

x 6



Πεπόνι με μέντα

6 μικρά πεπόνια τύπου Charentais
100ml γλυκό λευκό κρασί (όπως Sauternes)
½ ματσάκι μέντα, ψιλοκομμένη

Ζελέ καρπούζι

600γρ. καρπούζι (περίπου)
40γρ. ζάχαρη
1 βανίλια
χυμό από ¼ λεμόνι
3 φύλλα ζελατίνη (6γρ.)

Γαρνίρισμα

φύλλα μέντας

- 1. Πεπόνι με μέντα:** κόψτε τις άκρες των πεπονιών (φυλάξτε τα καπάκια), βγάλτε και πετάξτε τα σπόρια. Χρησιμοποιήστε το ειδικό εργαλείο κοπής του πεπονιού σε μπαλάκια για να αφαιρέσετε τη σάρκα, προσέχοντας να μην τρυπήσετε τη φλούδα (φυλάξτε το εξωτερικό περίβλημα). Μουλιάστε τα μπαλάκια από πεπόνι στο κρασί και στην ψιλοκομμένη μέντα και βάλτε τα στο ψυγείο.
- 2. Ζελέ καρπούζι:** χρησιμοποιήστε τον φυγοκεντρικό αποχυμωτή για να αποχυμώσετε την σάρκα του καρπουζιού (χρειάζεστε 500ml). Βράστε ¼ του χυμού καρπουζιού με τη ζάχαρη, τη βανίλια και το χυμό λεμόνι. Κατεβάστε από τη φωτιά και προσθέστε τη ζελατίνη, αφού προηγουμένως τη μαλακώσετε σε παγωμένο νερό. Αφήστε το ζελέ να κρυώσει και ρίξτε το στον υπόλοιπο χυμό. Σουρώστε το με ένα σουρωτήρι και αφήστε το σε πάγο.

- 3.** Γεμίστε το εξωτερικό περίβλημα των πεπονιών με τα εμποτισμένα μπαλάκια πεπονιού. Μόλις το ζελέ αρχίσει να πήζει, ρίξτε το πάνω στα μπαλάκια πεπονιού. Βάλτε τα για 1 ώρα στο ψυγείο πριν τα σερβίρετε.
- 4.** Για το σερβίρισμα: Σκεπάστε τα πεπόνια με το καπάκι τους. Γαρνίρετε με φύλλα μέντας.



Χρόνος προετοιμασίας: 45 λεπτά + 30 λεπτά στο ψυγείο

Χρόνος μαγειρέματος: 10 λεπτά



βούτυρο

Ζύμη για κουλουράκια βουτύρου

150γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου

90γρ. ζάχαρη

ξύσμα από 1 λεμόνι

εκχύλισμα βανίλιας

1 αυγό, ελαφρώς χτυπημένο

250γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις, κοσκινισμένο

Κρέμα mascarpone

250γρ. mascarpone

125ml σαντιγί

2 κουταλάκια ζάχαρη άχνη

4 σταγόνες εκχύλισμα βανίλιας

4 σταγόνες Cointreau

400γρ. ανάμικτα φρούτα του δάσους

(μούρα, βατόμουρα, φραγκοστάφυλα, μύρτιλα)

40γρ. ζάχαρη άχνη

μέντα

1. Βουτυρώστε ένα ταψί και βάλτε το για λίγο στο ψυγείο.
2. **Ζύμη για κουλουράκια βουτύρου:** τοποθετήστε το εργαλείο για ζύμωμα. Βάλτε το βούτυρο και τη ζάχαρη στο μπολ και ανακατέψτε τα μέχρι η ζύμη να γίνει αφράτη. Προσθέστε το ξύσμα λεμονιού, λίγες σταγόνες εκχύλισμα βανίλιας, το αυγό και το αλεύρι και ανακατέψτε τα. Η ζύμη πρέπει να είναι κολλώδης και μαλακή.
3. Χωρίστε τη ζύμη στα δύο. Βάλτε κάθε κομμάτι ανάμεσα σε δύο φύλλα αντικολλητικού χαρτιού και ανοίξτε τα σε φύλλο πάχους περίπου 2mm. Αφήστε τη ζύμη ανάμεσα στα φύλλα αντικολλητικού χαρτιού και βάλτε την μέσα στο ταψί που έχετε στο ψυγείο. Αφήστε την να παγώσει για περίπου 30 λεπτά.
4. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
5. Βγάλτε τη ζύμη από το ταψί και βάλτε την σε μια επιφάνεια εργασίας. Πετάξτε το πάνω φύλλο αντικολλητικού χαρτιού, κόψτε τη ζύμη σε στρογγυλά μπισκότα με έναν αυλακωτό κόφτη 8.5εκ. Σηκώστε τα μπισκότα από το αντικολλητικό χαρτί και βάλτε τα στο βουτυρωμένο ταψί. Ψήστε τα για 10 λεπτά ή μέχρι να πάρουν χρώμα. Αφήστε τα να κρυώσουν στο ταψί για λίγα λεπτά και βάλτε τα σε μια σχάρα.
6. **Κρέμα mascarpone:** χρησιμοποιώντας πάλι το εργαλείο ζυμώματος, βάλτε όλα τα συστατικά στο μπολ και χτυπήστε τα μέχρι το μίγμα να γίνει λείο και πηχτό. Βάλτε το σε ένα κορνέ με μεγάλο στόμιο σε σχήμα αστεριού.
7. Για το σερβίρισμα: Γαρνίρετε το κέντρο των μπισκότων βουτύρου με κρέμα mascarpone και τοποθετήστε γύρω-γύρω τα φρούτα. Βάλτε άλλο ένα μπισκότο βουτύρου πάνω από την κρέμα. Γαρνίρετε με άχνη ζάχαρη και ένα κλαδάκι μέντας.



ΜΟΥΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΜΕ TUILES ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ

Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα + 1 ώρα στο ψυγείο

Χρόνος μαγειρέματος: 5 με 10 λεπτά



Μους σοκολάτας

150ml σαντιγί
180γρ. σοκολάτα
60γρ. βούτυρο
4 ασπράδια αυγών
40γρ. ζάχαρη
4 κρόκους αυγών

Tuiles πορτοκαλιού

60γρ. ζάχαρη άχνη
1 κουταλιά αλεύρι για όλες τις χρήσεις
2 κουταλιές χυμό πορτοκάλι
ξύσμα από ½ πορτοκάλι
25γρ. βούτυρο, λιωμένο
10γρ. ψιλοκομμένα αμύγδαλα

20γρ. αμύγδαλα φιλέ

1. Μους σοκολάτας: τοποθετήστε το διπλό χτυπητήρι. Ρίξτε την κρέμα στο μπολ και χτυπήστε την μέχρι να σφίξει. Ρίξτε την σε ένα μπολ και βάλτε την στο ψυγείο. Λιώστε τη σοκολάτα και το βούτυρο σε ένα μπεν μαρί (να λιώσει, όχι να κάψει). Χρησιμοποιώντας ξανά το διπλό χτυπητήρι, χτυπήστε τα ασπράδια μέχρι να γίνουν σκληρή μαρέγκα και ρίξτε σιγά-σιγά τη ζάχαρη, κατά το ένα τρίτο ή τέταρτο κάθε φορά. Ρίξτε σιγά-σιγά τους κρόκους των αυγών στην κρέμα, ύστερα ρίξτε τα ασπράδια και τέλος ρίξτε και τη λιωμένη σοκολάτα. Γεμίστε με την κρέμα μικρά ατομικά ποτήρια και βάλτε τα στο ψυγείο 1 ώρα πριν τα σερβίρετε.

- 2. Tuiles πορτοκαλιού:** προθερμάνετε το φούρνο στους 180°C. Βάλτε όλα τα συστατικά, εκτός από τα αμύγδαλα φιλέ, μέσα στο μπολ του μίνι επεξεργαστή και δουλέψτε τα γρήγορα. Βάλτε κουταλιές από το μίγμα πάνω σε ένα αντικολλητικό χαρτί και απλώστε το πρόχειρα σχηματίζοντας κύκλους διαμέτρου 5 με 6εκ. Πασπαλίστε με τα αμύγδαλα φιλέ και ψήστε τα για 5 με 6 λεπτά μέχρι να πάρουν ελαφρώς χρώμα. Πλάστε τα tuiles όσο είναι ακόμα ελαφρώς ζεστά, τυλίγοντας τα γύρω από έναν πλάστη. Βάλτε τα σε μια σχάρα και αφήστε τα να κρυώσουν.
- 3. Για το σερβίρισμα:** βγάλτε τη μους από το ψυγείο και σερβίρετε αμέσως με τα τραγανά tuiles πορτοκαλιού.



ΣΦΟΛΙΑΤΑ ΜΕ ΒΕΡΙΚΟΚΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 25 λεπτά + 30 λεπτά στο ψυγείο

Χρόνος μαγειρέματος: 1 ώρα

✎ x 6-8 | 



250γρ. σφολιάτα (Τεχνικές του Σεφ σελ. 89)
αλεύρι για όλες τις χρήσεις
1 αυγό, ελαφρώς χτυπημένο (για επάλειψη)

Κρέμα αμυγδάλου

50γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
50γρ. ζάχαρη
1 αυγό, ελαφρώς χτυπημένο
50γρ. τριμμένο αμύγδαλο
1 ή 2 κουταλάκια ρούμι

Επικάλυψη

500γρ. βερίκοκα, χωρίς κουκούτσι και κομμένα στα τέσσερα

Γλάσο

50γρ. μαρμελάδα βερίκοκο
1 κουταλιά νερό

1. Ανοίξτε τη σφολιάτα πάνω σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια ώστε να σχηματιστεί ένα μακρόστενο φύλλο πάχους 4 με 5mm και διαστάσεων περίπου 40 x 13εκ. Κόψτε δύο λωρίδες 40 x 1.5εκ από την άκρη της ζύμης. Βάλτε τη μεγαλύτερη λωρίδα (πλάτους 10εκ) σε ένα ταψί, αλείψτε τις άκρες με αυγό και τοποθετήστε προσεκτικά τις δύο μικρότερες λωρίδες από πάνω, ώστε να υπερυψωθούν οι άκρες. Βάλτε τη ζύμη στο ψυγείο για 30 λεπτά.
2. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
3. Τρυπήστε την κεντρική λωρίδα της ζύμης με ένα πιρούνι, καλύψτε με αντικολλητικό χαρτί και γεμίστε τη με φασόλια ή ρύζι (Τεχνικές τους Σεφ σελ. 93). Ψήστε την για 10 λεπτά, βγάλτε το αντικολλητικό χαρτί και τα φασόλια (ή το ρύζι) και ξαναψήστε την για περίπου 8 λεπτά. Βγάλτε την από το φούρνο, χωρίς να τον σβήσετε.

4. **Κρέμα αμυγδάλου:** τοποθετήστε το εργαλείο για ζύμωμα. Βάλτε το βούτυρο και τη ζάχαρη στο μπολ και ανακατέψτε τα. Προσθέστε το αυγό, τα τριμμένα αμύγδαλα και το ρούμι και δουλέψτε τα γρήγορα.
5. Απλώστε την κρέμα αμυγδάλου στη βάση της ψημένης σφολιάτας, ισιώνοντας την με την πλάτη ενός μουσκεμένου κουταλιού. Προσθέστε τα βερίκοκα, τοποθετώντας το ένα πίσω από το άλλο πάνω στην κρέμα.
6. Ψήστε για περίπου 20 λεπτά, μέχρι η κρέμα αμυγδάλου να αρχίσει να κοχλάζει και να ροδίσει. Βάλτε την προσεκτικά σε μια σχάρα και αφήστε την να κρυώσει.
7. **Γλάσο:** ζεστάνετε τη μαρμελάδα βερίκοκο και το νερό σε ένα κατσαρολάκι. Αφήστε τα να βράσουν, σουρώστε τα με ένα σουρωτήρι και αλείψτε με το γλάσο τα βερίκοκα.

ΤΙΡΑΜΙΣΟΥ ΜΕ ΒΑΤΟΜΟΥΡΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά + 1 ώρα στο ψυγείο



Κρέμα Mascarpone

300γρ. mascarpone
100γρ. ζάχαρη
2 αυγά

Στρώσεις μπισκότου

2 κουταλάκια στιγμιαίο καφέ
90ml ζεστό νερό
2 κουταλιές γλυκό κρασί Marsala
12 μπισκότα σαβουαγιάρ
κακάο σε σκόνη (χωρίς προσθήκη ζάχαρης)

Γαρνίρισμα

125 γρ. βατόμουρα

- 1. Κρέμα mascarpone:** τοποθετήστε το διπλό χτυπητήρι. Βάλτε όλα τα συστατικά στο μπολ. Ανακατέψτε τα αργά στην αρχή, και ύστερα αυξήστε την ταχύτητα μέχρι να πήξει το μίγμα (περίπου 5 λεπτά). Βάλτε το μίγμα στο ψυγείο για 1 ώρα.
- 2. Στρώσεις μπισκότου:** διαλύστε το στιγμιαίο καφέ στο ζεστό νερό, προσθέστε το Marsala και αφήστε τα μπισκότα σαβουαγιάρ να ποτίσουν.

- 3. Για το σερβίρισμα:** στρώστε διαδοχικές στρώσεις από τα μπισκότα σαβουαγιάρ, την κρέμα mascarpone και το κακάο σε ένα κολωνάτο ποτήρι ή ένα μικρό πιάτο. Στο τέλος, βάλτε μια στρώση κακάο ή/και βατόμουρα. Σερβίρετε αμέσως.



ΤΡΑΓΑΝΗ ΣΦΟΛΙΑΤΑ ΜΕ ΡΑΒΕΝΤΙ

Χρόνος προετοιμασίας: 30 λεπτά + 30 λεπτά στο ψυγείο

Χρόνος μαγειρέματος: 1 ώρα και 20 λεπτά



250γρ. σφολιάτα (Τεχνικές του Σεφ σελ. 89)
αλεύρι για όλες τις χρήσεις
1 αυγό, ελαφρώς χτυπημένο (για επάλειψη)

300γρ. ραβέντι (rhubarb), ξεφλουδισμένο
2 κουταλιές ζάχαρη
1 κουταλιά μέλι
1 πρέζα κανέλα

Επικάλυψη Streusel

55γρ. κρύο βούτυρο
80γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
2 κουταλιές ζάχαρη

Κρέμα αμυγδάλου

50γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
50γρ. ζάχαρη
1 αυγό, ελαφρώς χτυπημένο
50γρ. τριμμένο αμύγδαλο
ξύσμα από ½ λεμόνι

Γαρνίρισμα

ζάχαρη άχνη

ή ρύζι (Τεχνικές τους Σεφ σελ. 93). Ψήστε την για 10 λεπτά, βγάλτε το αντικολητικό χαρτί και τα φασόλια (ή το ρύζι) και ξαναψήστε την για περίπου 8 λεπτά. Βγάλτε την από το φούρνο, χωρίς να τον σβήσετε.

1. Ανοίξτε τα δύο τρίτα της σφολιάτας πάνω σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια σχηματίζοντας τετράγωνο φύλλο 24εκ και βάλτε το σε ένα ταψί. Ανοίξτε την υπόλοιπη ζύμη σε ορθογώνιο φύλλο πάχους 4 με 5mm, διαστάσεων 23 x 9εκ. Κόψτε τέσσερις λωρίδες 22 x 2εκ από το ορθογώνιο φύλλο. Αλείψτε την επιφάνεια του τετράγωνου φύλλου με αυγό και βάλτε προσεκτικά μία λωρίδα κατά μήκος κάθε πλευράς για να υπερυψωθούν οι άκρες. Χαράξτε το φύλλο σταυρωτά με ένα μαχαίρι κατά μήκος των υπερυψωμένων άκρων. Βάλτε τη ζύμη στο ψυγείο για 30 λεπτά.
2. Κόψτε σε φέτες το ραβέντι με τον χοντρό δίσκο κοπής. Βάλτε το ραβέντι, τη ζάχαρη, το μέλι και την κανέλα σε ένα κατσαρολάκι (μην το σκεπάσετε). Βράστε το σε μέτρια φωτιά μέχρι το ραβέντι να μαλακώσει (5 με 10 λεπτά), ανακατεύοντας συχνά για να μην κολλήσει το φρούτο. Αφήστε το να κρυώσει μέσα στο κατσαρολάκι. Το ραβέντι πρέπει να έχει ελαφρώς όξινη γεύση, γι' αυτό αν χρειαστεί, προσθέστε λίγη ζάχαρη.
3. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
4. Τρυπήστε το κεντρικό τετράγωνο φύλλο της σφολιάτας με ένα πιρούνι, καλύψτε με αντικολητικό χαρτί και γεμίστε τη με φασόλια

5. **Επικάλυψη Streusel:** τοποθετήστε το μαχαίρι. Βάλτε το κρύο βούτυρο και το αλεύρι στο μπολ και ανακατέψτε τα μέχρι να γίνουν χοντρά ψίχουλα. Προσθέστε και τη ζάχαρη, φροντίζοντας ώστε το τελικό μίγμα να μοιάζει με χοντρά ψίχουλα. Αφήστε το.
6. **Κρέμα αμυγδάλου:** τοποθετήστε το εργαλείο για ζύμωμα. Βάλτε το βούτυρο και τη ζάχαρη στο μπολ και ανακατέψτε τα. Προσθέστε το αυγό, τα τριμμένα αμύγδαλα και το ξύσμα λεμονιού και δουλέψτε τα γρήγορα.
7. Απλώστε την κρέμα αμυγδάλου στη βάση της ψημένης σφολιάτας, ισιώνοντας την με την πλάτη ενός μουσκεμένου κουταλιού. Γεμίστε με το ραβέντι, πασπαλίστε την επικάλυψη streusel και ψήστε για 40 λεπτά. Βάλτε την προσεκτικά σε μια σχάρα και αφήστε την να κρυώσει.
8. Για το σερβίρισμα: πασπαλίστε με άχνη ζάχαρη λίγο πριν το σερβίρισμα.

ΚΕΙΚ ΜΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΚΑΙ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΑ

Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 25 με 30 λεπτά



βούτυρο και αλεύρι για τη φόρμα

75γρ. καβουρδισμένα φουντούκια

150γρ. κουβερτούρα

150γρ. βούτυρο

2 αυγά

150γρ. ζάχαρη

1 κουταλάκι εκχύλισμα βανίλιας

100γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις

½ κουταλάκι baking powder

60ml γάλα

Γλάσο

100ml σαντιγί

100γρ. κουβερτούρα, σε κομματάκια

40γρ. βούτυρο, κομμένο σε μικρά κομμάτια

1. Προθερμάνετε το φούρνο στους 170°C. Βουτυρώστε και πασπαλίστε με αλεύρι μια στρογγυλή φόρμα για κέικ 20εκ και καλύψτε τη βάση με αντικολλητικό χαρτί.
2. Ψιλοκόψτε τα καβουρδισμένα φουντούκια στο μύλο και αφήστε τα.
3. Λιώστε τη σοκολάτα και το βούτυρο σε μπεν μαρί. Αφήστε τα να κρυσώσουν.
4. Τοποθετήστε το διπλό χτυπητήρι. Βάλτε τα αυγά στο μπολ και χτυπήστε τα. Όταν τα αυγά αρχίσουν να σφίγγουν, προσθέστε σιγά-σιγά τη ζάχαρη και συνεχίστε να ανακατεύετε μέχρι το μίγμα να γίνει ελαφρύ, σαν μους. Προσθέστε τη βανίλια και τη λιωμένη σοκολάτα και βάλτε τα σε ένα μεγάλο μπολ.
5. Ανακατέψτε το αλεύρι με το baking powder, και ρίξτε το μισό στο μίγμα με τη σοκολάτα. Προσθέστε το μισό γάλα και ανακατέψτε ξανά πριν ρίξετε και το υπόλοιπο αλεύρι και γάλα. Προσθέστε τα ψιλοκομμένα φουντούκια και ρίξτε το μίγμα στη φόρμα. Ψήστε για 25 με 30 λεπτά ή μέχρι το κέικ να γίνει σφικτό και ελαστικό. Αφήστε το κέικ στη φόρμα να κρυσώσει πριν το γυρίσετε σε πιατέλα.
6. **Γλάσο:** βράστε την κρέμα και χύστε την στα κομματάκια σοκολάτας. Ανακατέψτε τα με σπάτουλα. Αφού ανακατευτούν, προσθέστε το βούτυρο και συνεχίστε να ανακατεύετε με την σπάτουλα. Μόλις πήξει το γλάσο, περιχύστε το κέικ.
7. Για το σερβίρισμα: παρουσιάστε το ολόκληρο ή κομμένο σε ίσα κομμάτια. Συνοδεύστε το με crème anglaise ή παγωτό βανίλια (προαιρετικά).

ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΚΟΡΟΜΗΛΑ

Χρόνος προετοιμασίας: **45 λεπτά + 20 λεπτά στο ψυγείο**

Χρόνος μαγειρέματος: **1 ώρα και 10 λεπτά**



βούτυρο

Γλυκιά ζύμη για τάρτα

200γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
100γρ. κρύο βούτυρο, κομμένο σε μικρά κομμάτια
1 κουταλιά ζάχαρη
1 αυγό
1 πρέζα βανίλια
1 πρέζα αλάτι
1 κουταλάκι νερό

Κρέμα ζαχαροπλαστικής

250ml γάλα
½ κλωναράκι βανίλιας, κομμένο κάθετα στα δύο
3 κρόκους αυγών
60γρ. ζάχαρη
1 κουταλιά αλεύρι για όλες τις χρήσεις
1 κουταλιά κορν φλάουρ

Επικάλυψη

300γρ. κορόμηλα, κομμένα στα δύο και χωρίς κουκούτσια

Γλάσο

50γρ. μαρμελάδα βερίκοκο
1 κουταλιά νερό

1. Βουτυρώστε μια ταρτιέρα διαμέτρου 20εκ και βάθους 2.5εκ.
2. **Γλυκιά ζύμη για τάρτα:** ετοιμάστε τη ζύμη ακολουθώντας τις παρεχόμενες οδηγίες (Τεχνικές του Σεφ σελ. 92). Ανοίξτε τη ζύμη σε στρογγυλό φύλλο πάχους 3 με 4mm. Καλύψτε την ταρτιέρα με τη ζύμη και βάλτε την στο ψυγείο για 20 λεπτά.
3. Προθερμάνετε το φούρνο στους 160°C.
4. Ψήστε τη ζύμη χωρίς γέμιση για 20 λεπτά (Τεχνικές του Σεφ σελ. 93). Βγάλτε το αντικολλητικό χαρτί και τα φασόλια (ή το ρύζι) και ξαναψήστε την για περίπου 8 λεπτά.
5. **Κρέμα ζαχαροπλαστικής:** Βάλτε το γάλα και τη βανίλια σε μια μικρή κατσαρόλα και αφήστε τα να βράσουν. Τοποθετήστε το διπλό χτυπητήρι. Βάλτε τους κρόκους και τη ζάχαρη στο μπολ και ανακατέψτε τα μέχρι το μίγμα να γίνει σχεδόν άσπρο. Ανακατέψτε το αλεύρι με το κορν φλάουρ και ρίξτε τα στο μίγμα με τα αυγά και τη ζάχαρη, φροντίζοντας να ενωθούν

καλά όλα τα συστατικά. Βγάλτε τη βανίλια από το γάλα και ρίξτε το μισό στο μίγμα. Ανακατέψτε τα και ύστερα ρίξτε όλο το μίγμα πάλι στην κατσαρόλα με το υπόλοιπο γάλα. Βράστε το για 1 λεπτό, ανακατεύοντας διαρκώς, και ύστερα ρίξτε το σε ένα σκεύος με ψηλά τοιχώματα. Σκεπάστε το με διαφανή μεμβράνη για να μην σχηματιστεί πέτσα. Αφήστε το να κρυώσει. Ανακατέψτε την κρέμα ζαχαροπλαστικής πριν τη χρησιμοποιήσετε. .

6. **Επικάλυψη:** απλώστε την κρέμα ζαχαροπλαστικής πάνω στη βάση της ψημένης ζύμης. Γεμίστε την τάρτα με τα κομμένα κορόμηλα, τοποθετώντας τα σε ομόκεντρους κύκλους, με τη στρογγυλεμένη πλευρά προς τα πάνω. Ψήστε την για 40 λεπτά ή μέχρι η ζύμη να γίνει τραγανή και να πάρει χρώμα. Βάλτε την σε μια σχάρα και αφήστε την να κρυώσει. Βγάλτε την από την ταρτιέρα.
7. **Γλάσο:** ζεστάνετε τη μαρμελάδα βερίκοκο και το νερό σε ένα κατσαρολάκι. Αφήστε την να βράσει, σουρώστε την με ένα σουρωτήρι και περιχύστε τα κορόμηλα.





ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΤΟΥ ΣΕΦ

Ζυμός από κοτόπουλο

Ζυμός από μοσχάρι

Ξεφλούδισμα και ξεσπόριασμα ντομάτας

Μαγιονέζα

Κενέλις

Πώς να καθαρίσετε τα μύδια

Πώς να κόψετε φιλέτα ψαριού

Ζύμη για ζυμαρικά

Φύλλο σφολιάτας

Γλυκιά σφολιάτα βουτύρου



ΖΩΜΟΣ ΑΠΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ

Για να φτιάξετε 1,5 έως 2 λίτρα ζωμό

- 750 γρ. κόκκαλα από κοτόπουλο
- 1 κρεμμύδι, κομμένο στη μέση
- 2 γαρούφαλλα
- 1 carrot, halved 1 καρότο, κομμένο στη μέση
- 1 κλωναράκι σέλερι, κομμένο στη μέση

- 6 σπόρους άτριφτο πιπέρι
- 1 bouquet garni (φρέσκο δενδρολίβανο, δάφνη, θυμάρι, ρίγανη, εστραγκόν δεμένα σε μπουκέτο)
- 2 με 3 λίτρα νερό (αρκετό ώστε να καλύπτει τα κόκκαλα)



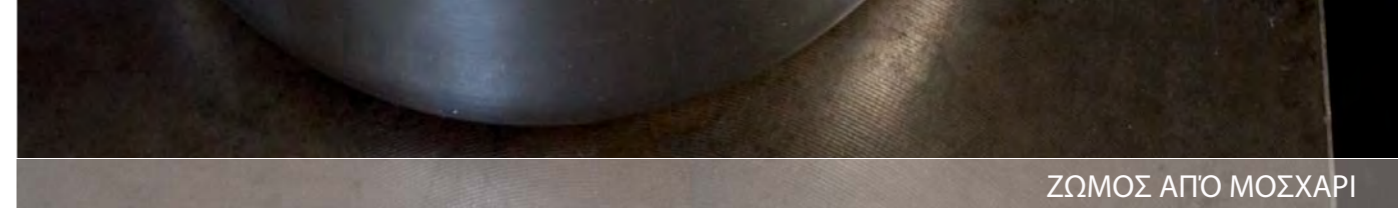
1 Τοποθετήστε τα κόκκαλα σε μια μεγάλη κασαρόλα. Καρφώστε τα γαρούφαλλα στο ένα κομμάτι κρεμμυδιού, προσθέστε το στην κασαρόλα μαζί με το καρότο, το σέλερι, το πιπέρι, το bouquet garni (φρέσκο δενδρολίβανο, δάφνη, θυμάρι, ρίγανη, εστραγκόν δεμένα σε μπουκέτο) και το νερό.



2 Αφήστε το ζωμό να πάρει βράση, σιγοβράστε τον για μια ώρα και ξαφρίζετε όποτε είναι απαραίτητο.



3 Σουρώστε το ζωμό και αφήστε τον να κρυώσει. Βάλτε τον στο ψυγείο για ένα βράδυ (εάν είναι δυνατό) και μετά αφαιρέστε το λίπος που έχει σχηματιστεί στην επιφάνεια. Εναλλακτικά, μπορείτε να αφαιρέσετε το λίπος με απορροφητικό χαρτί κουζίνας. Ο ζωμός από κοτόπουλο παγώνει καλά.



ΖΩΜΟΣ ΑΠΟ ΜΟΣΧΑΡΙ

Για να φτιάξετε 1,5 έως 2 λίτρα ζωμό

- 1,5 κιλό κόκκαλα από βοδινό ή μοσχάρι
- 1 κρεμμύδο χοντροκομμένο
- 2 καρότα, χοντροκομμένα
- 1 πράσο, χοντροκομμένο
- 1 κλωναράκι σέλερι, χοντροκομμένο

- 4 έως 5 λίτρα νερό (αρκετό ώστε να καλύπτει τα κόκκαλα)
- 1 ματσάκι από διάφορα μυρωδικά
- 6 κόκκους άτριφτο πιπέρι
- 2 κουταλιές της σούπας χυμό ντομάτας



1 Προθερμάνετε το φούρνο στους 200°C. Τοποθετήστε τα κόκκαλα από το βοδινό ή το μοσχάρι σε ένα πυρίμαχο ταψί, και ψήστε τα για 20 έως 30 λεπτά μέχρι να ψηθούν αρκετά και να ροδοκοκκινίσουν.



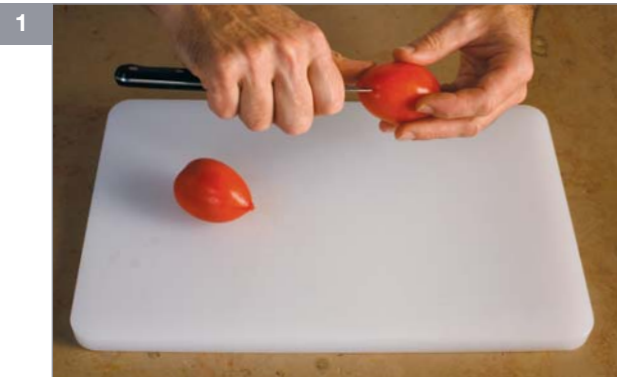
2 Προσθέστε το κρεμμύδι, το πράσο και το σέλερι και βάλτε και πάλι στο φούρνο για περίπου 20 με 30 λεπτά.



3 Τοποθετήστε όλα τα υλικά σε μια μεγάλη κασαρόλα. Προσθέστε το νερό, τα μυρωδικά, το πιπέρι και τον χυμό ντομάτας. Σιγοβράστε για 6 έως 8 ώρες. Ξαφρίστε συχνά για να αφαιρέσετε τον αφρό ή το λίπος. Προσθέτετε συνεχώς νερό έτσι ώστε η στάθμη του νερού να παραμένει στο ίδιο σημείο.



4 Σουρώστε το ζωμό. Αφαιρέστε το λίπος, βράστε μέχρι να μείνει η μισή ποσότητα και ξαφρίστε σε τακτά διαστήματα. Τοποθετήστε σε δοχείο από ανοξείδωτο ασάλι και βάλτε το ζωμό στο ψυγείο. Ο ζωμός βοδινού παγώνει καλά.



1 Κάντε ένα σταυρό στη βάση κάθε ντομάτας.



2 Αφαιρέστε την καρδιά.



3 Βυθίστε τις ντομάτες σε βραστό νερό για 10 δευτερόλεπτα, βγάλτε τις με μια τρυπητή κουτάλα και μεταφέρετε τις σε ένα μπολ με παγωμένο νερό για να σταματήσετε την διαδικασία βρασμού. Βγάλτε τις ντομάτες από το νερό.



4 Ξεφλουδίστε τις, ξεκινώντας από το σημείο που έχετε χαραξίσει το σταυρό.

Υλικά

1 κρόκο αυγού
 1 κουταλιά της σούπας μουστάρδα Ντιζόν
 αλάτι
 φρεσκοτριμμένο άσπρο πιπέρι
 1 κουταλιά της σούπας ξύδι από λευκό κρασί
 275 ml φυτικό λάδι (όπως ηλιέλαιο)

.....



1 Τοποθετήστε όλα τα υλικά εκτός από το λάδι στο μίνι μπολ επεξεργασίας.



2 Ανακατέψτε τα υλικά και ταυτόχρονα ρίξτε το λάδι, λίγο λίγο και με σταθερό ρυθμό.



3 Δουλέψτε το μείγμα λίγα δευτερόλεπτα ακόμα για να επιτύχετε ένα λείο και ομοιόμορφο μείγμα.

ΚΕΝΕΛΣ



1 Φτιάξτε κενέλς, παίρνοντας από το μείγμα με ένα κουτάλι και μεταφέροντας το σε ένα κουτάλι. Συνεχίστε τοποθετώντας την μια κουταλιά πάνω στην άλλη, μέχρι να γίνει ένα ομοιόμορφο οβάλ σχήμα.



2 Ρίξτε τα κενέλς σε ζεστό νερό (όχι να βράζει) και αφήστε τα να σιγοβράσουν για 6 έως 8 λεπτά, γυρνώντας τα και από την άλλη. Όταν σφίξουν, βγάλτε από την κατσαρόλα με μια τρυπή κουτάλα. Στραγγίξτε τα καλά και τοποθετήστε τα σε ένα βουτυρωμένο δίσκο.

ΠΩΣ ΝΑ ΚΟΨΕΤΕ ΦΙΛΕΤΑ ΨΑΡΙΟΥ

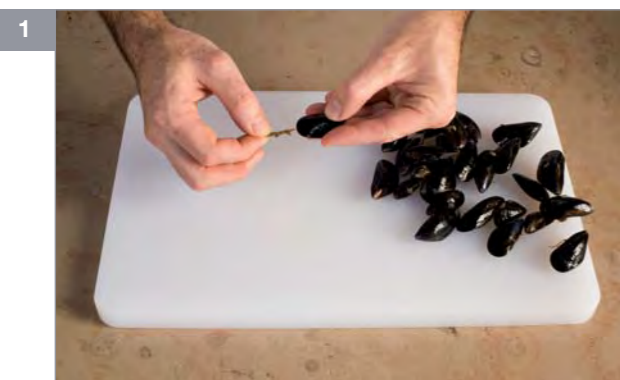


1 Τοποθετήστε το ψάρι από το οποίο έχετε αφαιρέσει τα εντόσθια, σε μια επιφάνεια με το στομάχι του να βλέπει προς εσάς. Κάνετε μια τομή πίσω από το κεφάλι του.



2 Ακολουθώντας την ραχοκοκκαλιά, κάντε μια τομή κατά μήκος της ράχης του ψαριού, από το κεφάλι μέχρι την ουρά. Κρατήστε το μαχαίρι πλαγιώς και σύρτε το κατά μήκος του ψαριού για να χωρίσετε το φιλέτο από το κόκκαλο. Γυρίστε το ψάρι από την άλλη και επαναλάβετε την ίδια διαδικασία για να αφαιρέσετε και το δεύτερο φιλέτο.

ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΘΑΡΙΣΕΤΕ ΤΑ ΜΥΔΙΑ



1 Καθαρίστε τα μύδια εξωτερικά.



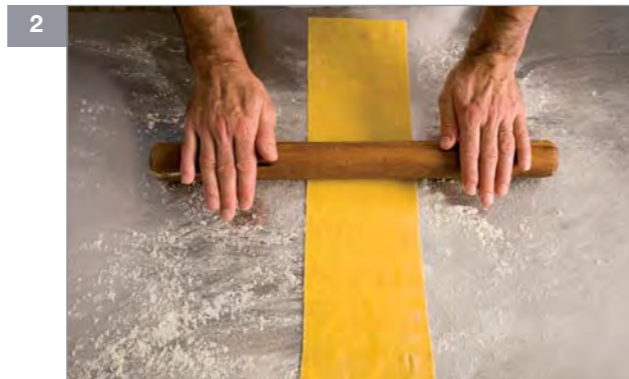
2 Χρησιμοποιείτε μια βούρτσα και ένα μαχαίρι για να αφαιρέσετε την άμμο και τις πεταλίδες. Πετάξτε τα μύδια που είναι σπασμένα ή έχουν ανοίξει.



3 Τοποθετήστε το φιλέτο με το δέρμα προς τα πάνω και κάντε ένα μικρό κόψιμο στο τέλος της ουράς για να ξεχωρίσετε το δέρμα από το ψάρι. Βουτήξτε τα δάχτυλά σας στο αλάτι, κρατήστε το δέρμα της ουράς σταθερά και τεντωμένο. Πριονίζοντας με το μαχαίρι από κάτω προς τα πάνω, αφαιρέστε το δέρμα τραβώντας το ελαφρώς προς το πλάι.

ΠΩΣ ΝΑ ΦΤΙΑΞΕΤΕ ΖΥΜΗ ΓΙΑ ΦΥΛΛΟ

ΠΩΣ ΝΑ ΑΝΟΙΞΕΤΕ ΦΥΛΛΟ



1 Τοποθετήστε τη λεπίδα κοπής. Βάλτε το αλεύρι, το λάδι και τα αυγά στο μπολ. Χτυπήστε το μείγμα μέχρι να σχηματιστούν κομμάτια, σαν μεγάλα ψίχουλα. Μεταφέρετε σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια και ζυμώστε για 2 λεπτά μέχρι να γίνει μια μαλακή και ομοιόμορφη ζύμη. Τυλίξτε την σε διάφανη μεμβράνη και βάλτε την για 20 λεπτά στο ψυγείο.

2 Ανοίξτε τη ζύμη σε όσο πιο λεπτό φύλλο μπορείτε, διπλώστε το στη μέση και ανοίξτε το και πάλι, τοποθετώντας τον πλάστη στο φαρδύτερο άκρο και τραβώντας απαλά τη ζύμη. Ανοίξτε και διπλώστε δέκα φορές μέχρι να ανοίξετε ένα φύλλο όσο το δυνατό πιο λεπτό.

Για 570 γρ. φύλλο

Χρόνος προετοιμασίας: 4 ώρες

Βασική Ζύμη
250 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις, κοσκινισμένο
1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι
40 γρ. βούτυρο
125 ml νερό

150 γρ. παγωμένο βούτυρο



1 Détrempe (βασική ζύμη): Τοποθετήστε το εξάρτημα ζύμης. Βάλτε το αλεύρι και το αλάτι σε ένα μπολ. Λιώστε τα 40 γρ. βούτυρο και προσθέστε το στο νερό.

ΠΩΣ ΝΑ ΦΤΙΑΞΕΤΕ ΚΑΝΕΛΛΟΝΙΑ

ΠΩΣ ΝΑ ΦΤΙΑΞΕΤΕ ΤΑΛΙΑΤΕΛΕΣ



3 Ανοίξτε τη ζύμη σε φύλλο. Κόψτε το σε ορθογώνια κομμάτια με ένα μαχαίρι.

4 Ανοίξτε τη ζύμη σε φύλλο. Κόψτε το σε λωρίδες με ένα μαχαίρι. Βράστε αμέσως ή αφήστε τα να ξεραθούν.



2 Ρίξτε το μείγμα βούτυρου / νερού στο αλεύρι και δουλέψτε το, για να φτιάξετε μια ζύμη μαλακή (αυτή είναι η ζύμη Détrempe). Βγάλτε τη ζύμη από το μπολ και φτιάξτε μια μπάλα.

3 Χαράξτε ένα σταυρό στο πάνω μέρος της ζύμης για να μην μαζέψει. Τυλίξτε σε διάφανη μεμβράνη ή σε αντικολλητικό χαρτί. Τοποθετήστε τη στο ψυγείο για 1 ώρα, για να μπορείτε να ανοίξετε τη ζύμη ευκολότερα.

4



Αφαιρέστε τη μεμβράνη ή το αντικολλητικό χαρτί από τη ζύμη και τοποθετήστε τη σε μια στεγνή, επίπεδη και αλευρωμένη επιφάνεια (παραδείγματος χάρη, μάρμαρο). Ανοίξτε τη ζύμη, δουλεύοντας από το κέντρο προς τα έξω, για να την ανοίξετε σε σχήμα σταυρού με ένα ελαφρύ εξόγκωμα στην μέση της.

5



Τοποθετήστε το παγωμένο βούτυρο ανάμεσα σε δύο αντικολλητικά χαρτιά ή σε δύο κομμάτια διάφανης μεμβράνης. Πατήστε το με τον πλάστη μέχρι να σχηματιστεί ένα τετράγωνο πάχους 2 εκατοστών. Τοποθετήστε το βούτυρο επάνω στο μικρό εξόγκωμα στο κέντρο του σταυρού και διπλώστε τα τέσσερα άκρα του σταυρού, έτσι ώστε το βούτυρο να είναι καλυμμένο από όλες τις πλευρές.

8



Διπλώστε τη ζύμη στα τρία (σαν βεντάλια).

9



Διπλώστε τη ζύμη κατά το ένα τέταρτο (να μοιάζει σαν κλειστό βιβλίο). Ισιώστε την με τον πλάστη, πιέζοντας ελαφρά στις άκρες έτσι ώστε να κολλήσουν. Ανοίξτε ένα ορθογώνιο διαστάσεων 12 x 35 εκατοστά. Διπλώστε τη ζύμη στα τρία (σαν βεντάλια). Τυλίξτε σε διάφανη μεμβράνη και βάλτε στο ψυγείο για 30 λεπτά.

6



Πατήστε τη ζύμη με ένα πλάστη για να γίνει επίπεδη, πιέζοντας προς τα κάτω τα άκρα της ζύμης.

7



Ανοίξτε τη ζύμη πάνω σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια για να φτιάξετε ένα ορθογώνιο διαστάσεων 12 x 35 εκατοστά. Τινάξτε το επιπλέον αλεύρι από την επιφάνεια της ζύμης που έχετε ανοίξει.

10

Επαναλάβετε τα βήματα 7,8 και 9 δύο φορές. Μόλις τελειώσετε, μπορείτε να χωρίσετε την ζύμη σε κομμάτια και να την καταψύξετε.

Υλικά

- 200 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 100 γρ. παγωμένο βούτυρο, κομμένο σε μικρούς κύβους
- 20 γρ. ζάχαρη
- 1 αυγό
- 1 βανίλια
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κουταλάκι του γλυκού νερό



1 Τοποθετήστε τη λεπίδα κοπής. Βάλτε όλα τα υλικά στο μπλ.



4 Χρησιμοποιήστε ένα μικρό κομμάτι ζύμης που περισσεύει, για να πιέσετε τη ζύμη πάνω στη βάση του ταψιού και στις ραβδώσεις στα πλαϊνά του ταψιού.



5 Πιέστε με τον πλάστη τις άκρες του ταψιού για να κόψετε και να αφαιρέσετε το φύλλο που περισσεύει. Τοποθετήστε στο ψυγείο για 20 λεπτά.

ΠΩΣ ΝΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΤΕ ΤΗ ΖΥΜΗ ΣΕ ΈΝΑ ΤΑΨΙ ΤΑΡΤΑΣ



3 Τυλίξτε τη ζύμη σε ένα πλάστη και απλώστε τη σε ένα ταψί, αφήνοντας τις άκρες του φύλλου να πέφτουν έξω από τα πλαϊνά του ταψιού.



6 Τρυπήστε την βάση της ζύμης με ένα πηρούνι.



7 Κόψτε ένα κομμάτι αντικολλητικό χαρτί, λίγο μεγαλύτερο από την ταρτιέρα, τοποθετήστε το πάνω από τη ζύμη και βάλτε πάνω σε αυτό φασόλια ή ρύζι. Πατήστε απαλά στις άκρες για να βεβαιωθείτε ότι το χαρτί θα παραμείνει στη θέση του στα πλαϊνά της ταρτιέρας. Ψήστε σύμφωνα με τις οδηγίες της συνταγής ή μέχρι να ψηθεί η ζύμη. Αφαιρέστε το αντικολλητικό χαρτί και τα φασόλια (ή το ρύζι). Σε μερικές συνταγές αναφέρεται ότι η ζύμη πρέπει να είναι ξερή και ομοιόμορφα ψημένη. Σε αυτή την περίπτωση, αφού αφαιρέσετε το αντικολλητικό χαρτί και τα όσπρια ή το ρύζι, πρέπει να βάλετε τη ζύμη και πάλι στο φούρνο για λίγα λεπτά ακόμα.



2 Δουλέψτε σε μεγάλη ταχύτητα. Μόλις τα υλικά αρχίσουν να σχηματίζουν μια σφιχτή μπάλα, συνεχίστε να δουλεύετε τη ζύμη για ακόμη 10 δευτερόλεπτα. Μεταφέρετε τη ζύμη σε μια επιφάνεια εργασίας και φτιάξτε μια μπάλα, την οποία θα ισιώσετε, θα τυλίξετε σε διάφανη μεμβράνη και θα την βάλετε στο ψυγείο για 1 ώρα περίπου. Αφαιρέστε την μεμβράνη, ζυμώστε γρήγορα και φτιάξτε μια μπάλα. Ανοίξτε μια επίπεδη ζύμη, σε μια ελαφρώς αλευρωμένη επιφάνεια.

Το πολυμίξερ Multipro

Παρουσίαση	8
Ο δίσκος τεμαχισμού/ κοπής / Ο δίσκος κοπής Ζυλιέν / Ο δίσκος για τρίψιμο	10
Ο λεμονοστύφτης / Η λεπίδα κοπής / Ο Γάντζος ζυμώματος	11
Ο μύλος / Το μίνι μπλ επεξεργασίας / Ο αποχυμωτής	12
Το διπλό χτυπητήρι / Το γυάλινο μπλέντερ / Η χοάνη του μπλέντερ	13

Ορεκτικά

Χαβιάρι μελιτζάνας με coulis ντομάτας	16
Σούπα με κολοκυθάκια και σκόρδο	18
Τηγανίτες πατάτας με φρέσκο κατσικίσιο τυρί.....	20
Σαλάτα καρότου με κάρδαμο	22
Σαλάτα του Καίσαρα	24
Crostini με ταπενάντ.....	26
Τερίνα καπνιστής πέστροφας	28
Κροκέτες με καβούρι και σως με λάιμ και γιαούρτι	30
Βιετναμέζικη σαλάτα με λάχανο	32
Πατέ από συκωτάκια κοτόπουλου	34

Κυρίως πιάτα

Κανελόνια με σαφράν και γέμιση από σπανάκι και ρικότα.....	38
Μίνι λαχανικά γεμιστά.....	40
Ταλιατέλες με διάφορα μυρωδικά και μανιτάρια.....	42
Θαλασσινά «à la page» τυλιγμένα σε φύλλο.....	44
Σαλάτα με ζυμαρικά, γαρίδες και πέστο με εστραγκόν.....	46
Τόνος αλά Βάσκα.....	48
Κενέλ ψαριού.....	50
Ψάρι με κάρυ αλά Ταϊλανδέζικα.....	52
Κοτόπουλο ελευθέρας βοσκής με σάλτσα μουστάρδας Dijon.....	54
Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι, σάλτσα Bordelaise και πατάτες ογκρατέν	56

Επιδόρπια

Cheesecake	60
Μπισκότα με κομματάκια σοκολάτας και κανέλα.....	62
Ζελέ καρπούζι και πεπόνι με μέντα.....	64
Μπισκότα βουτύρου με φρούτα του δάσους και κρέμα mascarpone	66
Μους σοκολάτας με tuiles πορτοκαλιού.....	68
Σφολιάτα με βερίκοκα.....	70
Τιραμισού με βατόμουρα.....	72
Τραγανή σφολιάτα με ραβέντι.....	74
Κέικ με σοκολάτα και φουντούκια.....	76
Τάρτα με κορόμηλα.....	78

Τενικές του Σεφ

Ζωμός από κοτόπουλο	82
Ζωμός από μοσχάρι	83
Ξεφλούδισμα και ξεσπόρισμα ντομάτας	84
Μαγιονέζα	85
ψαριού.....	86
Πώς να καθαρίσετε τα μύδια	86
Πώς να κόψετε φιλέτα ψαριού.....	87
Ζύμη για ζυμαρικά	88
Φύλλο σφολιάτας	89
Γλυκιά σφολιάτα βουτύρου	92



Θαλασσινά «à la page» τυλιγμένα σε φύλλο
Μπισκότα με κομματάκια σοκολάτα και κανέλλα
Μπισκότα βουτύρου με φρούτα του δάσους και κρέμα mascarpone
Σφολιάτα με βερίκοκα
Τραγανή σφολιάτα με ραβέντι



Σούπα με κολοκυθάκια και σκόρδο
Τηγανίτες πατάτας με φρέσκο κατσικίσιο τυρί
Σαλάτα καρότου με κάρδαμο
Βιετναμέζικη σαλάτα με λάχανο
Ταλιατέλες με διάφορα μυρωδικά και μανιτάρια

Θαλασσινά «à la page» τυλιγμένα σε φύλλο
Τόνος αλά Βάσκα
Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι, σάλτσα Bordelaise και πατάτες ογκρατέν
Κοτόπουλο ελευθέρας βοσκής με σάλτσα μουστάρδας Dijon

Τραγανή σφολιάτα με ραβέντι



Χαβιάρι μελιτζάνας με coulis ντομάτας
Crostini με ταπενάντ
Πατέ από συκωτάκια κοτόπουλου
Σαλάτα του Καίσαρα

Μίνι λαχανικά γεμιστά
Ταλιατέλες με διάφορα μυρωδικά και μανιτάρια
Κενέλ ψαριού
Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι, σάλτσα Bordelaise και πατάτες ογκρατέν

Μους σοκολάτας με tuiles πορτοκαλιού



Ταλιατέλες με διάφορα μυρωδικά και μανιτάρια
Ψάρι με κάρυ αλά Ταϊλανδέζικα
Κοτόπουλο ελευθέρας βοσκής με σάλτσα μουστάρδας Dijon
Φιλέτο βοδινού με μαύρο πιπέρι, σάλτσα Bordelaise και πατάτες ογκρατέν

Κέικ με σοκολάτα και φουντούκια



Σούπα με κολοκυθάκια και σκόρδο



Χαβιάρι μελιτζάνας με coulis ντομάτας
Τερίνα καπνιστής πέστροφας
Κροκέτες με καβούρι και σως με λάιμ και γιαούρτι

Κανελόνια με σαφράν και γέμιση από σπανάκι και ρικότα
Μίνι λαχανικά γεμιστά
Ταλιατέλες με διάφορα μυρωδικά και μανιτάρια
Κενέλ ψαριού
Κοτόπουλο ελευθέρας βοσκής με σάλτσα μουστάρδας Dijon

Cheesecake
Τραγανή σφολιάτα με ραβέντι
Τάρτα με κορόμηλα



Τηγανίτες πατάτας με φρέσκο κατσικίσιο τυρί

Cheesecake
Μους σοκολάτας με tuiles πορτοκαλιού
Τιραμισού με βατόμουρα
Κέικ με σοκολάτα και φουντούκια
Τάρτα με κορόμηλα



Ζελέ καρπούζι και πεπόνι με μέντα



Χαβιάρι μελιτζάνας με coulis ντομάτας
Σούπα με κολοκυθάκια και σκόρδο

Μίνι λαχανικά γεμιστά
Θαλασσινά «à la page» τυλιγμένα σε φύλλο
Σαλάτα με ζυμαρικά, γαρίδες και πέστο με εστραγκόν



Σαλάτα του Καίσαρα

Κανελόνια με σαφράν και γέμιση από σπανάκι και ρικότα

Η KENWOOD και η Le Cordon Bleu, θα ήθελαν να εκφράσουν την ευγνωμοσύνη τους στους Σεφ της Le Cordon Bleu σε όλο τον κόσμο, που χάρη στο ταλέντο και την εμπειρία τους, υπάρχει ένα βιβλίο σαν αυτό.

Ευχαριστούμε όλους τους Σεφ της Le Cordon Bleu, στο Παρίσι:

Nicolas Bernardé, Didier Chantefort, Xavier Cotte, Jean-François Deguignet, Patrick Lebouc, Bruno Stril, Patrick Terrien, Marc Thivet, Jean-Jacques Tranchant, και ιδιαιτέρως τους Marc Chalopin και Philippe Clergue.

Πολλά ευχαριστήρια στην διοικητική ομάδα της Le Cordon Bleu, της οποίας η βοήθεια υπήρξε πολύτιμη για την συγγραφή αυτού του βιβλίου. Ευχαριστούμε επίσης και την ομάδα της Kenwood.

Συνδεθείτε στο Διαδίκτυο για να μάθετε περισσότερα σχετικά με την KENWOOD και την Le Cordon Bleu.

www.kenwoodworld.com www.cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Paris

8 Rue Léon Delhomme
75015 Paris, France
T : +33 (0)1 53 68 22 50
F : +33(0)1 48 56 03 96
paris@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu London

114 Marylebone Lane
London, W1U 2HH, U.K.
T : +44 207 935 3503
F : +44 207 935 7621
london@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Ottawa

453 Laurier Avenue East
Ottawa, Ontario, K1N 6R4, Canada
T : +1 613 236 CHEF(2433)
Toll free +1-888-289-6302
F : +1 613 236 2460
Restaurant line +1 613 236 2499
ottawa@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Tokyo

Roob-1, 28-13 Sarugaku-Cho,
Daikanyama, Shibuya-Ku, Tokyo 150-
0033, Japan
T : +81 3 5489 0141
F : +81 3 5489 0145
tokyo@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Kobe

The 45th 6F, 45 Harima-machi,
Chuo-Ku, Kobe-shi, Hyogo
650-0036, Japan
T : +81 78 393 8221
F : +81 78 393 8222
kobe@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Inc.

40 Enterprise Avenue
Secaucus, NJ 07094-2517 USA
T : +1 201 617 5221
F : +1 201 617 1914
Toll Free Number +1 800 457 CHEF
(2433)
info@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Australia

Days Road
Regency Park, South Australia, 5010
Australia
T: +61 8 8346 3700
F: +61 8 8346 3755
australia@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Sydney

250 Blaxland Road, Ryde
Sydney NSW 2112, Australia
T : +61 8 8346 3700
F : +61 8 8346 3755
australia@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Peru

Av. Nuñez de Balboa 530
Miraflores, Lima 18, Peru
T : +51 1 242 8222
F : +51 1 242 9209
informes@cordonbleuperu.edu.pe

Le Cordon Bleu Korea

53-12 Chungpa-dong 2Ka,
Yongsan-Ku,
Seoul, 140 742 Korea
T : +82 2 719 69 61
F : +82 2 719 75 69
korea@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Liban

Rectorat B.P. 446
USEK University – Kaslik
Jounieh – Lebanon
T : +961 9640 664/665
F : +961 9642 333
liban@cordonbleu.edu

Le Cordon Bleu Mexico

Universidad Anahuac
Av. Lomas Anahuac s/n.,
Lomas Anahuac
Mexico C.P. 52786, Mexico
T : +52 55 5627 0210 ext. 7132 / 7813
F : +52 55 5627 0210 ext.8724
cordonbleu@anahuac.mx

Le Cordon Bleu – Dusit Academy of the World Cuisines

Dusit Thani Building
946 Rama IV Road, Bangkok 10500
Thailand
T: + 662 2009000 ext. 2993
F: + 662 6363539