

2° Γυμνάσιο Λαυρίου

Βιβλίο Συνταγών

Παραδοσιακές πίτες ...

Πρόγραμμα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης:

**“Τοπικά Προϊόντα και Παραδοσιακές Πίτες στη
Λαυρεωτική”**

2016-17

Περιεχόμενα

A. Ηπειρωτική Ελλάδα	2
A.1. Συνταγές από την Ήπειρο	2
Ηπειρώτικη Σπανακόπιτα	2
Μακαρονόπιτα	3
Τυρόπιτα παραδοσιακή Ηπειρώτικη	4
Ζυμαρόπιτα ή Κασόπιτα ή Πίτα της τεμπέλας	5
A.2 Συνταγές από την Θεσσαλία	6
Μπατζίνα (Καρδίτσα).....	6
Πλαστό (Περτούλι)	7
Καλαμποκόπιτα	8
Κρεατόπιτα πρωτοχρονιάτικη από το Φανάρι Καρδίτσας	8
A.3 Συνταγές από την Πελοπόννησο	10
Γαλατόπιτα Αρκαδίας.....	10
Μανιάτικα Λαλάγγια.....	11
B. Νησιωτική Ελλάδα	12
B.1 Συνταγές από τη Σαντορίνη	12
Ντοματοκεφτέδες	12
Μελιτίνια	13
B.2 Συνταγές από τη Κρήτη	14
Σφακιανόπιτες	14
Καλτσουνάκια	15
Γ. Η Ελλάδα της Μικράς Ασίας	16
B.1 Συνταγές από τον Πόντο	16
Ποντιακή πίτα με κιντέατα- Τσουκνιδόπιτα	16
Ζαχαρόπιτα	18
Περέκ στο φούρνο	19
B.2 Συνταγές από Μικρασία – Κωνσταντινούπολη	20
Παστουρμαδόπιτα (Πίτα Καισαρείας)	20
Μικρασιάτικη Βασιλόπιτα	21

A. Ηπειρωτική Ελλάδα

A1. Συνταγές από την Ήπειρο...

Ηπειρώτικη Σπανακόπιτα

Υλικά για τη ζύμη:

- ½ κιλό αλεύρι
- 2 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- Λίγο αλάτι
- Λίγο ξύδι

Εκτέλεση:

Βάζω σε μπολ όλα τα υλικά και ζυμώνω μέχρι να γίνει μια αφράτη ζύμη.

Υλικά για τη γέμιση:

- 1 κιλό σπανάκι
- 1 ματσάκι άνηθο
- 1 ματσάκι μαιντανό
- 1 ματσάκι κρεμμυδάκια
- 2 πράσα
- 2 κρεμμύδια ξερά ψιλοκομμένα
- ½ κιλό φέτα
- 1 αυγό
- 1 φλυτζανάκι ρύζι ή τραχανά
- Λάδι
- Αλάτι- πιπέρι

εκτέλεση γέμισης:

Πλένουμε όλα τα λαχανικά καλά, τα ψιλοκόβουμε, τα στίβουμε, προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά και τα ανακατεύουμε καλά.
Έπειτα:

Α' τρόπος:

Ανοίγουμε φύλλα, βάζουμε γέμιση, τυλίγουμε σε ρολά, κάνουμε την ίδια διαδικασία μέχρι να τελειώσει η γέμιση όσα ρολά μας βγάλει.

Β' τρόπος:

Ανοίγουμε δύο φύλλα, τα λαδώνουμε, βάζουμε όλη τη γέμιση μέσα, ανοίγουμε άλλα δύο φύλλα, τα λαδώνουμε και σκεπάζουμε τη γέμιση, βρέχουμε με λίγο νεράκι και λαδάκι το τελευταίο φύλλο.

Τέλος, ψήνουμε στους 180 βαθμούς για περίπου 50-60 λεπτά μέχρι να ροδοκοκκινήσει.

Μακαρονόπιτα

Υλικά για τη γέμιση:

- 300 γραμμάρια νερό
- 1 λίτρο γάλα
- 500 γραμμάρια μακαρόνι Νο 5
- 800 γραμμάρια φέτα
- 8 αυγά
- Λίγο λάδι
- Μαύρο πιπέρι

Υλικά για το φύλλο:

- 500 γραμμάρια αλεύρι
- Λίγο νερό
- 1 κουτάλι σουπας λάδι
- 1 κουταλάκι γλυκού ξύδι

Εκτέλεση:

Βάζουμε τα μακαρόνια σε κατσαρόλα όπου βράζουν τα 300γρ. νερό. Προσθέτουμε σιγά-σιγά το 1 λίτρο γάλα ανακατεύοντας συνέχεια για να μην κολλήσουν τα μακαρόνια. Όταν έχει αποροφηθεί όλο το γάλα τα μακαρόνια είναι έτοιμα. Σ' ένα μπωλ βάζουμε τα υλικά της γέμισης, δηλαδή τα αυγά και το τυρί φέτα και ρίχνουμε πιπέρι. Στρώνουμε ένα φύλλο στο ταψί, λαδώνουμε και βάζουμε δεύτερο φύλλο.

Ρίχνουμε τη μισή γέμιση, βάζουμε τρίτο φύλλο, ξανά γέμιση και άλλα δύο φύλλα από πάνω. Αλείφουμε τη πίτα με λάδι και γάλα, χαράζουμε και την ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180-190 βαθμούς για λιγότερο από 1 ώρα.

Τυρόπιτα παραδοσιακή Ηπειρώτικη

Υλικά:

- ½ κιλό περίπου αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κιλό γάλα φρέσκο
- ½ κιλό περίπου φέτα
- 3-4 αυγά
- 2 κουταλιές βούτυρο
- Λίγο αλάτι
- Λίγο πιπέρι

- Λίγο ξύδι
- Νερό χλιαρό
- Λάδι για τα φύλλα
- Αλεύρι για τα φύλλα

Εκτέλεση:

Σε μια λεκάνη βάζουμε το αλεύρι, κάνουμε μια γουβίτσα, ρίχνουμε το αλάτι, το ξύδι, το λάδι και το χλιαρό νερό. Το ζυμώνουμε με τα χέρια μας καλά μέχρι να γίνει μια ζύμη απαλή. Αφήνουμε τη ζύμη σκεπασμένη με μια πετσέτα περίπου 1 ώρα να ξεκουραστεί. Στη συνέχεια κάνουμε τη ζύμη 7-8 μπαλίτσες και μία-μία με τη βέργα την ανοίγουμε σε φύλλο ρίχνοντας αλεύρι για να μην κολλήσει το ζυμάρι. Σε ένα ταψί αφού το λαδώσουμε, βάζουμε ένα φύλλο, αλείφουμε το φύλλο με λάδι, βάζουμε και δεύτερο φύλλο. Σε ένα μπολ βάζουμε το γάλα, την τρυμμένη φέτα, τα αυγά, το βούτυρο, λίγο αλάτι, λίγο πιπέρι και τα ανακατεύουμε καλά.

Από αυτό το μείγμα ρίχνουμε λίγο πάνω από το δεύτερο φύλλο να σκεπαστεί καλά. Μετά βάζουμε άλλο φύλλο, πάλι μείγμα από το μπολ, μετά άλλο φύλλο, πάλι μείγμα και μετά τα δύο τελευταία φύλλα αφού λαδώσουμε το καθένα ξεχωριστά. Το περίσσευμα του φύλλου που είναι έξω από το ταψί το γυρίζουμε προς τα μέσα να γίνει η πίτα μας με ωραίες γωνίες. Ραντίζουμε με λίγο νερό και ψήνουμε την πίτα στους 200 βαθμούς για περίπου 1 ώρα.

Ζυμαρόπιτα ή Κασόπιτα ή Πίτα της τεμπέλας

Υλικά:

- 4 κούπες αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- ½ κιλό φρέσκο γάλα
- 3 αυγά
- 300-400 γραμμάρια περίπου φέτα

- 2 κουταλιές βούτηρο
- Λίγο αλάτι
- Λίγο πιπέρι

Εκτέλεση:

Σε ένα μεγάλο μπολ βάζουμε το γάλα, τρίβουμε τη φέτα σε κομμάτια και τα ρίχνουμε στο μπολ. Χτυπάμε τα αυγά, τα ρίχνουμε και αυτά, ρίχνουμε το βούτηρο, το αλάτι, το πιπέρι, το αλεύρι και τα ανακατεύουμε καλά μέχρι να γίνει ένας χυλός. Αλείφουμε το ταψί με λάδι, ρίχνουμε τον χυλό και από πάνω ρίχνουμε λίγη τρυμμένη φέτα. Το ψήνουμε στο φούρνο στους 200 βαθμούς περίπου $\frac{3}{4}$ της ώρας.

A.2 Συνταγές από την Θεσσαλία...

Μπατζίνα (Καρδίτσα)

Υλικά:

- $\frac{1}{2}$ αλεύρι απ
- 1 κολοκύθα (μεγάλη, παίρνουμε την ψίχα την οποία την ξύνουμε στον τρίφτη και την στραγγίζουμε)
- 1 φλιτζάνι γάλα
- Τυρί φέτα
- Λίγο λάδι
- 2 αυγά
- Λίγο βιτάμ (για να αλείψουμε το ταψί)

Εκτέλεση:

Ανακατεύουμε το αλεύρι την κολοκύθα το γάλα και την φέτα δημιουργώντας ένα μίγμα. Στρώνουμε στο ταψί το μίγμα αφού το αλείψουμε με το βιτάμ. Από πάνω ρίχνουμε λίγο λάδι και λίγο βιτάμ. Στην συνέχεια χτυπάμε 2 αυγά και περιχύνουμε την πίτα. Την ψήνουμε στους 180 βαθμούς για 30- 40 λεπτά περίπου.

Πλαστό (Περτούλι)

Υλικά:

- Διάφορα χόρτα (κυρίως τσουκνίδες και χόρτα του βουνού δηλαδή γλυκά χόρτα και σπανάκι)
- 1 κιλό καλαμποκάλευρο
- 2 ποτήρια γάλα

Εκτέλεση:

Ανακατεύουμε το γάλα με το καλαμποκάλευρο(πείρου τα $\frac{3}{4}$ του ενός κιλού) σχηματίζοντας μια σκληρή στρώση. Την τοποθετούμε στο ταψί. Από πάνω βάζουμε τα χόρτα που έχουμε κόψει φιλά φιλά και τα έχουμε αλατίσει. Έπειτα πάνω από τα χόρτα κάνουμε ένα χυλό από καλαμποκάλευρο(περίπου το $\frac{1}{4}$ του ενός κιλού), βιτάμ, γάλα και νερό (όπως αυτού του μπακαλιάρου). Τέλος ψήνουμε την πίτα στους 180 βαθμούς για 30-40 λεπτά περίπου.

Καλαμποκόπιτα

Υλικά:

- 1 κιλό αλεύρι καλαμποκιού
- 1 κιλό σπανάκι
- 2-3 ξερά κρεμμύδια
- 300γρ. τυρί φέτα
- Αλάτι
- Πιπέρι
- Βούτυρο
- Νερό

Εκτέλεση:

Σε ένα μπολ βάζουμε το αλεύρι και λίγο νερό. Ανακατεύουμε το μείγμα. Το αδειάζουμε σε βουτυρωμένο ταψί κρατώντας όμως λίγο από αυτό για το τέλος. Ρίχνουμε το σπανάκι που το έχουμε καβουρδίσει με κρεμμύδι και λάδι για να μαραθεί. Αφού στρώσουμε ομοιόμορφα το σπανάκι, ρίχνουμε στο μπολ με το αλεύρι λίγο ακόμα νερό για να γίνει ο χυλός πιο νερουλός και έπειτα περιχύνουμε τα υλικά στο ταψί. Ρίχνουμε πάνω από τον χυλό μικρά κομματάκια βουτύρου. Ψήνουμε στους 180 βαθμούς για 1 ώρα περίπου.

Κρεατόπιτα πρωτοχρονιάτικη από το Φανάρι **Καρδίτσας**

Υλικά:

Για τη γέμιση:

- 1 κιλό χοιρινό ή αρνί
- 4-5 πράσα ψιλοκομμένα
- Αλάτι
- Πιπέρι

Για το φύλλο:

- 1 κιλό αλεύρι
- 1/2 φλιτζανάκι λάδι
- Λίγο αλάτι
- Νερό όσο πάρει

Για την επάλειψη των φύλλων:

- 2 κουταλιές βούτυρο λιωμένο
- 2 κουταλιές λάδι

Εκτέλεση:

Για τη γέμιση: Βράζουμε το κρέας, φροντίζοντας το νερό στη κατσαρόλα να το σκεπάζει. Πλένουμε και ψιλοκόβουμε τα πράσα. Μόλις βράσει και μαλακώσει το κρέας, το κόβουμε σε πολύ μικρά κομμάτια, τα ανακατεύουμε με τα πράσα και το αλατοπιπερώνουμε.

Για το φύλλο: Σε λεκάνη ζυμώνουμε το αλεύρι με το αλάτι και το λάδι προσθέτοντας όσο νερό πάρει μέχρι να σχηματιστεί μια μαλακή ομοιόμορφη ζύμη. Αφήνουμε τη ζύμη να «σταθεί» για 1 ώρα. Στη συνέχεια τη χωρίζουμε σε 12 μικρές μπάλες και τις ανοίγουμε με τον πλάστη σε αλευρωμένη επιφάνεια σε πολύ λεπτά φύλλα λίγο μεγαλύτερα από το μέγεθος του ταψιού.

Απλώνουμε 3 φύλλα σε λαδωμένο ταψί λαδώνοντας τα ένα-ένα. Ρίχνουμε από πάνω το 1/3 της γέμισης και στρώνουμε άλλα 3 φύλλα λαδώνοντάς τα. Επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία μέχρι να τελειώσουν τα υλικά μας. Καλύπτουμε με τα τελευταία 3 φύλλα λαδώνοντας τα ένα-ένα και γυρνάμε τις άκρες από τα φύλλα προς τα μέσα. Ψήνουμε την κρεατόπιτα στους 200°C για 50-60 λεπτά.

Πέντε λεπτά πριν ολοκληρωθεί το ψήσιμο, ραντίζουμε την πίτα με ½ κούπα γάλα.

A.3 Συνταγές από την Πελοπόννησο...

Γαλατόπιτα Αρκαδίας

Υλικά:

Για την κρέμα:

- 2 λίτρα γάλα φρέσκο
- ½ κιλό σιμιγδάλι ψιλό
- 2 φλυτζάνια ζάχαρη
- 4 βανίλιες
- 4 αυγά
- ελάχιστο αλάτι

Για το πασπάλισμα:

- Λίγο σιμιγδάλι
- Λίγη κανέλλα

Εκτέλεση:

Χτυπάμε τα αυγά πολύ καλά.

Ζεσταίνουμε το γάλα.

Ρίχνουμε όλα τα υλικά και ανακατεύουμε καλά.

Αν η κρέμα σφίξει πολύ ρίχνουμε ακόμα λίγο γάλα.

Λαδώνουμε ένα ταψί, το πασπαλίζουμε με λίγο σιμιγδάλι και αδειάζουμε μέσα την κρέμα. Το πάχος πρέπει να είναι δύο το πολύ τρία δάχτυλα.

Το ψήνουμε στους 180°C μέχρι να ροδίσει η κρέμα καλά.

Όταν κρυώσει την πασπαλίζουμε με σιμιγδάλι και κανέλλα.

Μανιάτικα Λαλάγγια

Υλικά:

- 1 κιλό αλεύρι
- 1 κουτ. γλυκού αλάτι
- 1 φακελάκι μαγιά ξηρή
- 3/4 φλιτζανιού ελαιόλαδο
- 2 φλιτζάνια νερό χλιαρό
- αρκετό ελαιόλαδο για τηγάνισμα

Εκτέλεση:

Βάζουμε σε μια λεκάνη το αλεύρι μαζί με το ελαιόλαδο και το τρίβουμε αρκετά με τις παλάμες μας. Αφήνουμε περίπου 2 ώρες μέχρι να απορροφηθεί όλο το αλεύρι. Προσθέτουμε τη μαγιά, που έχουμε ανακατέψει με λίγο νερό, το αλάτι και ανακατεύουμε καλά, ρίχνοντας σιγά σιγά το χλιαρό νερό. Ζυμώνουμε, λαδώνοντας κάθε τόσο τα χέρια μας, μέχρι να γίνει μια ελαστική ζύμη. Σκεπάζουμε τη λεκάνη και αφήνουμε τη ζύμη για περίπου 2 ώρες μέχρι να φουσκώσει.

Κατόπιν, κόβουμε μικρές ποσότητες από το ζυμάρι και πλάθουμε μικρά λεπτά κορδόνια, τα οποία τα ρίχνουμε διπλωμένα σε «θηλιές» μέσα σε κατσαρόλα με αρκετό καυτό λάδι. Τηγανίζουμε τα λαλάγγια μέχρι να πάρουν χρυσό χρώμα. Τα βγάζουμε με τρυπητή κουτάλα

και τα τοποθετούμε σε απορροφητικό χαρτί. Τρώγονται ζεστά ή κρύα.

B. Νησιωτική Ελλάδα

B.1 Συνταγές από τη Σαντορίνη...

Ντοματοκεφτέδες

Υλικά:

- 2 κρεμμύδια μεγάλα
- 2 κιλά ντοματίνια Σαντορίνης (ή ντομάτες)
- 1 κουταλάκι του γλυκού αλάτι
- 1 κουταλάκι του γλυκού πιπέρι
- 3 κουταλάκια του γλυκού δυόσμο
- 500 γρ. Αλεύρι που φουσκώνει μόνο (Ίσως και λίγο παραπάνω μέχρι να γίνει ένας σφιχτός χυλός)
- 1\2 κούπα νερό
- Λάδι καλαμποκέλαιο

Εκτέλεση:

Ψιλοκόβουμε τα ντοματίνια Σαντορίνης και τα δυο κρεμμύδια σε ένα μπολ. Προσθέτουμε τον δυόσμο, το αλάτι, το πιπέρι και το νερό. Στη συνέχεια βάζουμε σιγά σιγά το αλεύρι ανακατεύοντας συνέχεια μέχρι να γίνει ένας σφιχτός χυλός. Βάζουμε λάδι σ' ένα τηγάνι και το ζεσταίνουμε. Με ένα κουτάλι της σούπας παίρνουμε

μια δόση και την βάζουμε στο τηγάνι. Μόλις πάρουν ένα ροδαλό χρώμα τα βγάζουμε και τα βάζουμε σε ένα πιάτο με χαρτί για να απορροφήσει το πολύ λάδι και είναι έτοιμα.

Μελιτίνια

Υλικά:

- 2 κιλά μιτζίθρα ανάλατη
- 2 κιλά ζάχαρη
- αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 6 αυγά
- 20 βανίλιες
- Μισό κουταλάκι του γλυκού μαστίχα Χίου

για το φύλλο:

- 2 κιλά αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 4 κουταλιές της σούπας λάδι
- Όσο νερό πάρει

Εκτέλεση:

Αλέθουμε το τυρί με χειρόμυλο.

Προσθέτουμε ζάχαρη, αυγά, βανίλιες και μαστίχα.

Ανακατεύουμε καλά μέχρι να λιώσουν (και με μίξερ-χειρός).

Μετά προσθέτουμε λίγο λίγο το αλεύρι και τις βανίλιες τόσο ώστε να στέκεται η ζύμη στο κουτάλι (πιο πιχτή από το κέικ).

Μετά έχει σειρά το φύλλο και κόβουμε στρογγυλά φυλλαράκια με ένα πιάτο μιας μεγάλης κονσέρβας.

Μια κουταλιά του γλυκού γεμάτη με γέμιση και την αδειάζουμε πάνω σε κάθε φύλλο.

Βουτάμε δύο δάχτυλα μέσα σε ούζο και πιέζουμε την γέμιση λίγο να απλωθεί.

Με μια οδοντογλυφίδα ανασηκώνουμε το φύλλο και το κλείνουμε με μικρά τσιμπήματα.

Ψήνουμε στον αέρα στους 170°C μέχρι να ροδίσουν.

B.2 Συνταγές από τη Κρήτη...

Σφακιανόπιτες

- Γίνονται: 10 πίτες
- Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα
- Χρόνος τηγανίσματος: 30'

Υλικά:

- ½ κιλό αλεύρι
- 2 κουταλιές λάδι
- ¼ κούπας ρακή
- 1 κούπα νερό
- 2 κουταλιές λάδι
- Λίγο αλάτι
- ½ κιλό μυζήθρα μαλακή

Εκτέλεση:

Ζυμώνουμε το αλεύρι με το αλάτι, το λάδι, τη ρακή και όσο νερό χρειασθεί να γίνει ζύμη μαλακιά έτσι ώστε να μην κολλάει στα δάχτυλα. Σκεπάστε κ' αφήστε να ξεκουραστεί για 30 λεπτά.

Χωρίστε τη ζύμη σε 10 μέρη και ανοίξτε τα σε φύλλα με διάμετρο 20 εκ. Πλάστε τη μυζήθρα σε 10 μπάλες στο μέγεθος μεγάλου αυγού. Τοποθετήστε τις μπάλες της μυζήθρας στο κέντρο των φύλλων που ανοίξατε. Σηκώστε το φύλλο τριγύρω, επάνω από τη μυζήθρα και κολλήστε το κλείνοντας τη στο κέντρο. Με την ένωση προς τα κάτω, πατήστε τις μπάλες πρώτα με την παλάμη για να πλατύνουν και κατόπιν ανοίξτε τις με τον πλάστη σε στρογγυλές πίτες στο μέγεθος ενός πιάτου.

Τηγανίστε τις σε αντικολητικό τηγάνι που θα λαδώνετε ελαφρά κάθε φορά και γυρίζοντας τις πολύ συχνά για να μην καούν.

Σερβίρετε τις ζεστές, περιχύνοντας με μέλι.

Καλτσουνάκια

Υλικά:

- Λάδι
- Ξύδι
- Μισό κιλό αλεύρι
- Ανθότυρο
- Δυόσμος (προαιρετικά)

Εκτέλεση:

Ανακατεύουμε λίγο νερό με το λάδι, το ξύδι και το αλάτι. Προσθέτουμε λίγο ακόμα λάδι και το αλεύρι. Ζυμώνουμε μέχρι να

στεγνώσει το νερό και να μαλακώσει η ζύμη. Αφήνουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί. Λιώνουμε το ανθότυρο. Προσθέτουμε δυόσμο. Κάνουμε το μίγμα μπαλάκια. Λαδώνουμε ένα ταψί. Ανοίγουμε το φύλλο. Τσακίζουμε το φύλλο, δημιουργούμε τα καλτσούνια και βάζουμε το ανθότυρο ανάμεσα.

Γ. Η Ελλάδα της Μικράς Ασίας

B.1 Συνταγές από τον Πόντο...

Ποντιακή πίτα με κιντέατα- Τσουκνιδόπιτα

Υλικά:

Για το φύλλο

- 3 φλ. Αλεύρι για πίτες
- Αλάτι και νερό
- Λίγες σταγόνες ξίδι
- 2 κ.σ. λάδι

(εναλλακτικά μπορείτε να προμηθευτείτε έτοιμο χωριάτικο φύλλο από το εμπόριο)

Για τη γέμιση:

- 1 $\frac{1}{2}$ κιλό κορυφές από τσουκνίδες (αν θέλετε μπορείτε να προσθέσετε και σπανάκι ή χόρτα του βουνού)
- 5-6 φρέσκα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα
- 2-3 σκελίδες σκόρδο
- Μισό ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο

- Μισό ματσάκι άνηθο ψιλοκομμένο
- 3-4 αυγά
- 400 γρ. τυρί φέτα
- 1 κούπα ελαιόλαδο
- Πιπέρι

Εκτέλεση:

Ζύμη:

1. Φτιάχνουμε τη ζύμη και την αφήνουμε μία ώρα στο ψυγείο να ξεκουραστεί.
2. Στη συνέχεια ανοίγουμε φύλλα, όσο πιο λεπτά μπορούμε.

Γέμιση:

1. Πλένουμε καλά τις τσουκνίδες και τις ζεματίζουμε σε βραστό νερό.
2. Τις στραγγίζουμε σε σουρωτήρι για να φύγουν όλα τα υγρά.
3. Στη συνέχεια, αφού στραγγίσουν καλά, βάζουμε το ελαιόλαδο σε κατσαρόλα και ροδίζουμε τα κρεμμυδάκια και το σκόρδο.
4. Μόλις ροδίσουν, προσθέτουμε και τις τσουκνίδες και μαζί το πιπέρι, το μαϊντανό και τον άνηθο. Αλάτι προσθέτουμε μόνο αν δεν βάλουμε το τυρί.
5. Ανακατεύουμε τα αυγά με τη φέτα που έχουμε θρυμματίσει (αυτά μπορούμε να τα παραλείψουμε και γίνεται νηστίσιμη)
6. Λαδώνουμε ένα ταψί και τοποθετούμε τα μισά φύλλα λαδωμένα, το ένα πάνω στο άλλο.
7. Από πάνω ρίχνουμε το μίγμα της γέμισης και σκεπάζουμε τα υπόλοιπα φύλλα και αυτά λαδωμένα.
8. Χαράζουμε με μαχαίρι όλη την επιφάνεια της πίτας και αλείφουμε με λάδι.

9. Ψήνουμε σε μέτριο προθερμασμένο φούρνο μέχρι να ροδίσει.

Ζαχαρόπιτα

Υλικά:

Για τη ζύμη:

- 5 φλ. Αλεύρι
- Νερό όσο χρειάζεται για να μη γίνει η ζύμη σφιχτή
- 1/2 φλ. Του καφέ λάδι
- 1/2 κ.γ. αλάτι
- 2 κ.γ. ζάχαρη

Για τη γέμιση:

- Ζάχαρη

Εκτέλεση:

1. Δουλεύουμε τα υλικά και προετοιμάζουμε τη ζύμη καλά.
2. Τη διαιρούμε σε 5-6 κομμάτια και χρησιμοποιώντας τον πλάστη πλάθουμε ένα-ένα τα κομμάτια της πίτας, αλείφουμε με λίγο λάδι γύρω-γύρω το φύλλο και προσθέτουμε ζάχαρη.
3. Μετά τυλίγουμε το κάθε φύλλο σε σχήμα ρολού.
4. Αλείφουμε το ταψάκι με ελαιόλαδο και τοποθετούμε κυκλικά το πρώτο ρολό.
5. Έτσι συνεχίζουμε κατά τον ίδιο τρόπο τοποθετώντας κυκλικά ένα μετά το άλλο τα υπόλοιπα ρολά.
6. Πασπαλίζουμε τα φύλλα με πολλή ζάχαρη και ψήνουμε την πίτα σε 200 βαθμούς μέχρι να ροδίσει. Τότε είναι έτοιμη η πίτα.

Περέκ στο φούρνο

Υλικά:

- 6 ή 8 φύλλα περέκ
- Ελαιόλαδο ή αγνό βούτυρο
- 3 φλ. Γάλα
- 2 αυγά
- 1 κοφτό κ.γ. αλάτι

Για τη γέμιση:

Τυρί φέτα, κασέρι ή χόρτα ή αυγά (και οτιδήποτε άλλο τις αρεσκείας σας)

Εκτέλεση:

1. Λαδώνουμε το ταψί.
2. Σε ένα άλλο σκεύος προσθέτουμε το γάλα, τα αυγά, το λάτι και το λάδι και τα χτυπάμε ώστε να γίνει ομοιογενές μίγμα.
3. Βουτάμε ένα-ένα στο μίγμα συνολικά 3 φύλλα ώστε να βραχούν καλά και τα τοποθετούμε στο λαδωμένο ταψί.
4. Απλώνουμε τη γέμιση σε όλη την επιφάνεια του τρίτου φύλλου και καλύπτουμε με άλλα 3 φύλλα επίσης βρεγμένα, επαναλαμβάνοντας τη διαδικασία. Τέλος ρίχνουμε το μίγμα που έχει περισσέψει από πάνω.
5. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς.

B.2 Συνταγές από Μικρασία – Κωνσταντινούπολη...

Παστουρμαδόπιτα (Πίτα Καισαρείας)

Υλικά:

- 1 πακέτο φύλλο κρούστας 8-10 φύλλα
- 20 φέτες παστουρμά λεπτοκομμένες καλής ποιότητας χωρίς λίπος
- 500 γρ. Κασέρι μαλακό κομμένο σε λεπτές φέτες
- 2-3 ντομάτες κομμένες σε λεπτές φέτες
- 2 πιπεριές Φλωρίνης ψημένες και καθαρισμένες σε λεπτές φέτες
- Μαύρο σουσάμι
- Λίγο κύμινο, λίγο πιπέρι [προαιρετικά]
- 1 αυγό για το άλειμμα του τελευταίου φύλλου
- 200 γρ. Βούτυρο φρέσκο αγελαδινό για το άλειμμα των φύλλων.

Εκτέλεση:

Βουτυρώνουμε ένα ταψί και στρώνουμε τα μισά φύλλα κρούστας, λίγο ζαρωμένα, αφού τα βουτυρώσουμε όλα, ένα-ένα.

Βάζουμε πάνω το μίσο κασέρι σε λεπτοκομμένες φέτες, κατόπιν τις φέτες του παστουρμά, μετά τις ντομάτες το κύμινο, το πιπέρι & τις ψητές πιπεριές και τέλος τις υπόλοιπες φέτες κασέρι.

Σκεπάζουμε την πίτα με τα υπόλοιπα φύλλα κρούστας βουτυρωμένα και ζαρωμένα όλα για να γίνει η πίτα μας πιο αφράτη.

Τυλίγουμε τις άκρες των φύλλων που περισσεύουν γύρω-γύρω στρίβοντάς τις ελαφρά περιμετρικά του ταψιού. Βουτυρώνουμε το τελευταίο φύλλο και το πασπαλίζουμε με μαύρο σουσάμι.

Χαράζουμε προσεκτικά με ένα μαχαίρι την πίτα μας, χτυπάμε το αυγό και αλείφουμε το τελευταίο φύλλο και την ψήνουμε πρώτα στην κάτω σχάρα στην κάτω αντίσταση του φούρνου μας τα πρώτα 15 λεπτά και μετά πάνω-κάτω αντίσταση στους 180 βαθμούς, μέχρι να ροδοκοκκινίσουν καλά όλα τα φύλλα.

Σερβίρεται ζεστή.

Συμβουλή: Επειδή η γεύση του παστουρμά είναι έντονη και πικάντικη και δεν αρέσει σε όλους, αφαιρέστε το τσιμένι τη φλούδα δηλαδή με τα καρυκεύματα, που έχει γύρω-γύρω. Η πίτα γίνεται πιο ελαφριά.

Σερβίρεται με παγωμένο ούζο ή τσίπουρο και με κρύο γιαούρτι.

Μικρασιάτικη Βασιλόπιτα

Υλικά:

- 1 γρ. Αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 180 γρ. Βούτυρο λιωμένο
- 5 αυγά
- 200 γρ. Γάλα χλιαρό
- 350 γρ. ζάχαρη
- 90 γρ. μαγιά από το φούρνο ή 3 φακελάκια (στο αλεύρι) μαστίχα και μαχλέπι

Εκτέλεση:

Βάζουμε το αλεύρι σε λεκάνη, ρίχνουμε μέσα και ανακατεύουμε. Προσθέτουμε τα αυγά χτυπημένα με τη ζάχαρη και με όλα τα άλλα υλικά και ζυμώνουμε βουτώντας τα χέρια στο λιωμένο βούτυρο. Σταματάμε το ζύμωμα όταν η ζύμη ξεκολλάει από τα χέρια. Σκεπάζουμε τη ζύμη με μια βρεγμένη ζεστή πετσέτα και τη βάζουμε στο φούρνο στους 50 βαθμούς. Όταν ζεσταθεί ο φούρνος τον σβήνουμε και περιμένουμε να φουσκώσει. Στη συνέχεια την τοποθετούμε σε ταψί, αφού βάλουμε από κάτω λαδόκολλα ή αλουμινόχαρτο. Αλείφουμε με αυγό, διακοσμούμε με αμύγδαλα ασπρισμένα και ψήνουμε.