

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΚΕΦΑΛΑΙΩΝ

ΒΑΣΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Αλάτι	8
Αλεύρι	9
Ανθότυρο	10
Βούτυρο	11
Πελτές ντομάτας	12
Χωριάτικο φύλλο, για πίτες	13

ΟΡΕΚΤΙΚΑ ΚΑΙ ΣΑΛΑΤΕΣ

Μελιτζανοσαλάτα	16
Πολίτικη σαλάτα	18
Σαλάτα λάχανο-καρότο	20
Τουρσί λαχανικά	22
Σκορδαλιά	24
Τζατζίκι	26
Τηγανίτες πατάτας	28
Πουρές μελιτζάνας	30
Χόρτα στον ατμό	32

ΠΙΤΕΣ ΚΑΙ ΖΥΜΕΣ

Ελιόψωμα	36
Κουλούρια Θεσσαλονίκης	38
Μαργαρίτα	40
Πείνιρλί	42
Σπανακόπιτα	44
Τσουρεκάκια με σοκολάτα	46
Τυρόπιτα	48
Χωριάτικο ψωμί	50

ΣΟΥΠΕΣ ΚΑΙ ΟΣΠΡΙΑ

Γίγαντες στο φούρνο	54
Κοτόσουπα	56
Φακές	58
Ψαρόσουπα	60

ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΚΑΙ ΡΥΖΙ

Κριθαράκι με κοτόπουλο	64
Κριθαρότο με λιαστές ντομάτες και φέτα	66
Μακαρόνια με κιμά	68
Παστίσιο	70
Σπανακόρυζο	72

ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ – ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Αγκινάρες αλά πολίτα	76
Αρακάς λαδερός	78
Γεμιστά	80
Φασολάκια	82

ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ – ΚΡΕΑΤΙΚΑ

Γουβαρλάκια	86
Κοτόπουλο λεμονάτο	88
Λαχανοντολμάδες	90
Μελιτζάνες παπουτσάκια	92
Μοσχάρι κοκκινιστό	94
Μοσχάρι στιφάδο	96
Μουσακάς	98
Ντολμαδάκια	100
Σουτζουκάκια	102
Σπετζοφάι	104
Χοιρινό με σέλινο	106

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΚΑΙ ΨΑΡΙΑ

Καλαμαράκια κοκκινιστά	110
Μπακαλιάρος με πατάτες και σάλτσα ταρτάρ	112
Μυδοπίλαφο	114
Χταπόδι με κοφτό μακαρονάκι	116

ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ ΚΑΙ ΓΛΥΚΑ

Βύσσινο, σάλτσα	120
Γαλακτομπούρεκο	122
Καρυδόπιτα	124
Κέικ πορτοκάλι με γλάσο σοκολάτας	126
Κομπόστα μήλο	128
Μαρμελάδα βερίκοκο	130
Παγωτό καίμακι	132
Πάστα Φλώρα	134
Πορτοκαλόπιτα	136
Ρυζόγαλο	138

ΡΟΦΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΟΤΑ

Γρανίτα καρπούζι	142
Μαργαρίτα με λικέρ μαστίχας	144
Κρύο τσάι με λεμόνι (σιρόπι)	146
Smoothie με μήλο και φράουλα	148