



— — — — —
— — — — —
Πρώτη γεύση
από φθινόπωρο!
— — — — —
— — — — —



Πρώτη γεύση
από φθινόπωρο!

Η πιο ατμοσφαιρική εποχή του χρόνου κατέφθασε και φέρνει μαζί της την έμπνευση για φθινοπωρινά μαγειρέματα! Θέλετε να ανακαλύψετε υπέροχες προτάσεις, για να συνοδεύσετε ιδανικά τις φθινοπωρινές σας στιγμές;

Εδώ, θα βρείτε συνταγές για αφράτα κέικ και τραγανές μπάρες με πρωταγωνιστές την κανέλα, τα αποξηραμένα φρούτα και τις λαχταριστές κουβερτούρες της ΓΙΩΤΗΣ, που θα ντύσουν με ζέση και γλύκα τους απογευματινούς σας καφέδες. Επιπλέον, αρωματικά σουφλέ που λιώνουν στο στόμα, αχριστές πίτες και τραγανές προτάσεις για finger food που θα νοστιμίσουν κάθε σας γεύμα, ΠΑΝΤΑ με τη σφραγίδα ποιότητας της ΓΙΩΤΗΣ!

Για περισσότερες συνταγές ΓΙΩΤΗΣ,
επισκεφθείτε το:

www.sintages-jotis.gr





Κέικ γεμιστό



ΥΛΙΚΑ

- 250 γρ. (2 φλιτζ. τσαγιού) Φαρίνα ΓΙΩΤΗΣ • 110 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) Κακάο ΓΙΩΤΗΣ • 400 γρ. (2 φλιτζ. τσαγιού) ζάχαρη • 1 βανίλια • 1 κουτ. γλυκού αλάτι
- 2 αυγά (μεγάλα) • 200 ml (1 φλιτζ. τσαγιού) ξινή κρέμα • 100 ml (1/2 φλιτζ. τσαγιού) ηλιέλαιο • 1 κουτ. γλυκού ξίδι • 200 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) βούτυρο ή μαργαρίνη • 200 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) Μαρμελάδα Βατόμουρο Fytra • 200 γρ. (1 1/2 φλιτζ. τσαγιού) ζάχαρη άχνη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προθερμαίνετε τον φούρνο στους 180 βαθμούς. Αλευροβουτυρώνετε 2 στρογγυλές φόρμες για κέικ, διαμέτρου 24-26 εκατοστά, ή 2 μακρόστενες. Αναμιγνύετε τη Φαρίνα και το Κακάο ΓΙΩΤΗΣ, την κρυσταλλική ζάχαρη και το αλάτι. Προσθέτετε τα αυγά, το ξίδι, την ξινή κρέμα, το ηλιέλαιο, τη βανίλια και μία κούπα ζεστό νερό, ανακατεύοντας, ώσπου το μίγμα να γίνει λείο και μαλακό. Μοιράζετε το μίγμα στις φόρμες και ψήνετε στους 180 βαθμούς για 35-40 λεπτά, μέχρι να ψηθεί καλά και μέσα. Αφήνετε το μίγμα να κρυώσει για τουλάχιστον 30 λεπτά. Χτυπάτε στο μίξερ το βούτυρο με τη Μαρμελάδα Βατόμουρο Fytra, σε χαμηλή ταχύτητα, προσθέτετε τη ζάχαρη άχνη και περιμένετε, μέχρι να γίνει ένα ομοιόμορφο μίγμα. Τοποθετείτε το πρώτο κέικ σε πιατέλα, απλώνετε την κρέμα μαρμελάδας από πάνω και καλύπτετε με το άλλο κέικ.





Κέικ καρότου



ΥΛΙΚΑ

Υλικά για το κέικ

- 4 αυγά • 225 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) ζάχαρη • 300 ml (1 1/2 φλιτζ. τσαγιού) ελαιόλαδο ή ηλιέλαιο
- 500 γρ. (10 τεμάχια) καρότα τριμμένα • 300 γρ. (2 1/2 φλιτζ. τσαγιού) Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΓΙΩΤΗΣ κοσκινοσμένο • 1 κουτ. γλυκού Μπέικιν Πάουντερ ΓΙΩΤΗΣ • 1/2 κουτ. γλυκού σόδα μαγειρική
- 1 κουτ. γλυκού κανέλα • 1/2 κουτ. γλυκού αλάτι • 150 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) καρύδι ψιλοκομμένο

Υλικά για το γλάσο

- 100 γρ. (1/2 φλιτζ. τσαγιού) βούτυρο ή μαργαρίνη • 250 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) τυρί κρέμα • 50 γρ. (1/3 φλιτζ. τσαγιού) ζάχαρη άχνη • 1 βανίλια

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάτε τα αυγά με τη ζάχαρη, ώσπου να αφρατέψουν. Προσθέτετε το λάδι, συνεχίζοντας το χτύπημα για 2 λεπτά. Σταματάτε το χτύπημα και προσθέτετε τα καρότα, το Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΓΙΩΤΗΣ, το Μπέικιν Πάουντερ ΓΙΩΤΗΣ, την κανέλα, τη σόδα και το αλάτι. Ανακατεύετε απαλά και, στο τέλος, ρίχνετε τα καρύδια. Βουτυρώνετε και αλευρώνετε μια φόρμα για κέικ, αδειάζετε το μίγμα και ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς για 45-50 λεπτά. Αφήνετε να κρυώσει και ξεφορμάρετε. Ανακατεύετε το βούτυρο, το τυρί κρέμα και την άχνη ζάχαρη πολύ καλά και προσθέτετε λίγη βανίλια. Καλύψετε την επιφάνεια του κρούου κέικ.





Choco λεμοντσέλο



ΥΛΙΚΑ

- 1 συσκευασία Βάση για τούρτα με γεύση Σοκολάτα ΓΙΩΤΗΣ • 50 ml (1/4 φλιτζ. τσαγιού) κρέμα γάλακτος • 200 ml (1 φλιτζ. τσαγιού) λεμοντσέλο • 350 γρ. Κουβερτούρα 65% Κακάο ΓΙΩΤΗΣ
- Ξύσμα από 2 λεμόνια • 100 γρ. (1/2 φλιτζ. τσαγιού) βούτυρο ή μαργαρίνη • 1 συσκευασία ΓΙΩΤΗΣ Crème

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Λιώνετε το βούτυρο και 300 γραμμάρια Κουβερτούρα 65% Κακάο ΓΙΩΤΗΣ σε μπεν μαρί. Ζεσταίνετε το λεμοντσέλο. Ρίχνετε μέσα την κρέμα γάλακτος, το λιωμένο βούτυρο με την κουβερτούρα και το ξύσμα λεμονιού. Ανακατεύετε και αφήνετε το μίγμα να κρυώσει. Χτυπάτε το ΓΙΩΤΗΣ Crème, σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας, και προσθέτετε το μίγμα κουβερτούρας. Βάζετε τη μία Βάση για τούρτα με γεύση Σοκολάτα ΓΙΩΤΗΣ σε πιατέλα και απλώνετε το 1/3 της κρέμας. Επαναλαμβάνετε την ίδια διαδικασία άλλες 2 φορές. Λιώνετε την υπόλοιπη κουβερτούρα και γαρνίρετε με την υπόλοιπη κρέμα.





Μπάρες σοκολάτας



ΥΛΙΚΑ

- 200 ml (1 φλιτζ. τσαγιού) Ρόφημα Αμυγδάθλου Fytro • 100 γρ. (1/2 φλιτζ. τσαγιού) Καστανή Ζάχαρη Fytro • 600 γρ. Κουβερτούρα Γάλακτος ΓΙΩΤΗΣ • 100 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) αμύγδαλο σπασμένο και ψημένο • 100 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) κάσιους ανάλατα • 100 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) cranberries (χωρίς ζάχαρη) • 1 φάκελος Τρούφα ΓΙΩΤΗΣ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Λιώνετε μαζί το Ρόφημα Αμυγδάθλου Fytro, την Καστανή Ζάχαρη Fytro και την Κουβερτούρα Γάλακτος ΓΙΩΤΗΣ και προσθέτετε τα υπόλοιπα υλικά. Ανακατεύετε και αφήνετε το μίγμα να κρυώσει. Σε ταψί, με αντικολλητικό χαρτί, πασαλιζέτε με την Τρούφα ΓΙΩΤΗΣ, ρίχνετε το μίγμα και πασαλιζέτε ξανά με τρούφα.





Cookies γεμιστά

ΥΛΙΚΑ

Υλικά για τη ζύμη

• 250 γρ. (1 1/4 φλιτζ. τσαγιού) βούτυρο ή μαργαρίνη • 100 γρ. (2/3 φλιτζ. τσαγιού) ζάχαρη άχνη • 2 ασπράδια αυγού • 250 γρ. (2 φλιτζ. τσαγιού) Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΓΙΩΤΗΣ • 50 γρ. (1/2 φλιτζ. τσαγιού) Κακάο ΓΙΩΤΗΣ

Υλικά για τη γέμιση

• 150 γρ. (3/4 φλιτζ. τσαγιού) ζάχαρη • 150 ml (3/4 φλιτζ. τσαγιού) νερό • 150 ml (3/4 φλιτζ. τσαγιού) κρέμα γάλακτος • 100 γρ. (1/2 φλιτζ. τσαγιού) βούτυρο ή μαργαρίνη • 5 γρ. Ζελατίνη σε Σκόνη ΓΙΩΤΗΣ • 1 πλάκα Κουβερτούρα ΓΙΩΤΗΣ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε ένα μπολ χτυπάτε το βούτυρο με τη ζάχαρη άχνη. Ρίχνετε τα ασπράδια και συνεχίζετε το χτύπημα. Προσθέτετε το Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΓΙΩΤΗΣ και το Κακάο ΓΙΩΤΗΣ και ανακατεύετε σε σιγανή ταχύτητα. Με ένα κορνέ σχηματίζετε στρογγυλά cookies και ψήνετε για 20 λεπτά στους 150 βαθμούς αντιστάσεις. Αφήνεται να κρυώσουν.

Για την προετοιμασία της γέμισης

Ρίχνετε σε μια καθαρόηλη το νερό και τη ζάχαρη και ζεσταίνετε, μέχρι να σχηματιστεί σκούρα καραμέλα. Προσθέτετε την κρέμα γάλακτος, το βούτυρο και τη Ζελατίνη σε Σκόνη ΓΙΩΤΗΣ. Μόλις το μίγμα παγώσει, η γέμιση είναι έτοιμη. Απλώνετε στα μισά μπισκότα τη γέμιση και τοποθετείτε τα άλλα μισά από πάνω. Λιώνετε την Κουβερτούρα ΓΙΩΤΗΣ σε μπεν μαρί και βουτάτε τα μπισκότα κατά το ήμισυ.





Σοκολατάκια με βρώμη και αποξηραμένα φρούτα



ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. Νιφάδες Βρώμης Fytro • 150 γρ. (1 1/2 φάκελος)
Σοκολάτα Λευκή σε Σταγόνες ΓΙΩΤΗΣ • 100 γρ. (1/2 φλιτζ, τσαγιού)
βούτυρο ή μαργαρίνη • 50 γρ. βερίκοκα αποξηραμένα • 50 γρ.
δαμάσκηνα αποξηραμένα • 300 γρ. Κουβερτούρα ΓΙΩΤΗΣ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ψιλοκόβετε τα φρούτα και τα βάζετε σε ένα μπολ μαζί με τις Νιφάδες Βρώμης Fytro. Λιώνετε σε μπεν μαρί την Κουβερτούρα ΓΙΩΤΗΣ με το βούτυρο και τα προσθέτετε στο μπολ. Ανακατεύετε και βάζετε το μίγμα στο ψυγείο να παγώσει. Λιώνετε τη Λευκή Σοκολάτα σε Σταγόνες ΓΙΩΤΗΣ σε μπεν μαρί. Πλάθετε μικρά μπαλάκια και, με τη βοήθεια πιρουνιού ή οδοντογλυφίδας, ρίχνετε ένα-ένα τα σοκολατάκια στη λευκή κουβερτούρα, τα τοποθετείτε σε λαδόκολλα και, μετά, στο ψυγείο, για να παγώσει η σοκολάτα.





Πίτα με σπανάκι, ανθότυρο και σύγκλινο



ΥΛΙΚΑ

Υλικά για το φύλλο

- 1 Φαρίνα ΓΙΩΤΗΣ • 100 γρ. γιαούρτι • 4 γρ. (1/2 κουτ. γλυκού) αλάτι • 1 αυγό • 2 κουτ. σούπας ξίδι • 20 γρ. (1 φακελάκι) Μπέικιν Πάουντερ ΓΙΩΤΗΣ • 100 ml (1/2 φλιτζ. τσαγιού) ελαιόλαδο
- 100 ml (1/2 φλιτζ. τσαγιού) λευκό κρασί

Υλικά για τις γεμίσεις

- 1^ο Γέμιση:** • 150 ml (3/4 φλιτζ. τσαγιού) ελαιόλαδο • 250 γρ. (2-3 τεμάχια) κρεμμύδια ξερά • 350 γρ. κρεμμύδι φρέσκο • 3 σκελίδες σκόρδο • 1 κιλό σπανάκι (κατεψυγμένο) • 250 γρ. σύγκλινο (ψιλοκομμένο) • 1/2 ματσάκι άνηθος • 200 γρ. (2 φλιτζ. τσαγιού) τυρί τριμμένο
- 2^ο Γέμιση:** • 500 γρ. (2 1/2 φλιτζ. τσαγιού) ανθότυρο • 5 αυγά • 100 ml (1/2 φλιτζ. τσαγιού) γάλα • 250 γρ. (2 φλιτζ. τσαγιού) τυριά τριμμένα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ζυμώνετε μαζί όλα τα υλικά για το φύλλο και αφήνετε το μίγμα να ξεκουραστεί.

1^ο Γέμιση: Σοτάρете τα 2 ειδών κρεμμύδια και το σκόρδο με το ελαιόλαδο, ρίχνετε τα υπόλοιπα υλικά και προσθέτετε αλάτι και πιπέρι. Ανακατεύετε για λίγο, μέχρι το μίγμα να «πιει» τα υγρά του και, τέλος, ρίχνετε το τυρί της αρεσκείας σας.

2^ο Γέμιση: Χτυπάτε στο μίξερ το ανθότυρο, τα αυγά και το γάλα. Τέλος, προσθέτετε στο μίγμα τα τριμμένα τυριά της αρεσκείας σας. Αλείψετε με ελαιόλαδο ένα στρογγυλό ταψί με διάμετρο 40-42 εκατοστά. Χωρίζετε τη ζύμη στη μέση και την ανοίγετε σε 2 φύλλα. Στρώνετε το ένα φύλλο κάτω, απλώνετε την πρώτη γέμιση από πάνω, ρίχνετε τη δεύτερη γέμιση και στρώνετε το δεύτερο φύλλο από πάνω. Αλείψετε με χτυπημένο αυγό και ψήνετε στους 180 βαθμούς για 45-60 λεπτά.





Σουφλέ λαχανικών



ΥΛΙΚΑ

- 110 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) τυρί γκούντα τριμμένο • 110 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) κασέρι ημίσκληρο τριμμένο • 110 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) ένταμ τριμμένο • 240 γρ. (2 φλιτζ. τσαγιού) παρμεζάνα τριμμένη • Βούτυρο και αλεύρι (για τη φόρμα)
- 2 φακελάκια Μπασαμέλ ΓΙΩΤΗΣ • 1 L (5 φλιτζ. τσαγιού) γάλα • 100 γρ. Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΓΙΩΤΗΣ • 2 καρότα τριμμένα • 2 κολοκύθια τριμμένα • 1 πιπεριά πράσινη τριμμένη • 1 κρεμμύδι ξερό • 50 ml (1/4 φλιτζ. τσαγιού) ελαιόλαδο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ετοιμάζετε τη Μπασαμέλ ΓΙΩΤΗΣ, σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας. Ανακατεύετε πολύ καλά τα τυριά, προσθέτετε τη μπασαμέλ και συνεχίζετε το ανακάτεμα, μέχρι να ομογενοποιηθούν. Έπειτα, προσθέτετε το Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις ΓΙΩΤΗΣ. Σοτάρετε με λίγο ελαιόλαδο το καρότο, το κολοκύθι, την πιπεριά και τα κρεμμύδι και τα ρίχνετε στο μίγμα. Βουτυρώνετε και αλευρώνετε μια φόρμα με διάμετρο 20 εκατοστά και ρίχνετε μέσα το μίγμα. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς, χωρίς να ανοίξετε τον φούρνο, μέχρι να ψηθεί.





Κοτόπουλο finger food



ΥΛΙΚΑ

Υλικά για το κοτόπουλο

- 1 κιλό φιλέτο κοτόπουλο • 1 κουτ. γλυκού κόλιανδρο ξερό και σπασμένο • 1 κουτ. γλυκού πάπρικα καπνιστή • 1/2 κουτ. γλυκού βασιλικός • 1/2 κουτ. γλυκού ρίγανη • 2 σκελίδες σκόρδο τριμμένο
- 100 γρ. φρέσκο ginger τριμμένο • 1 κοφτό κουτ. ξύσμα λεμονιού • 40 γρ. πάπρικα καυτερή • 150 ml (3/4 φλιτζ. τσαγιού) ξινόγαλο • 3 αυγά • Αλάτι, πιπέρι • 1 πακέτο Νιφάδες Βρώμης Fytro

Υλικά για το dip

- 50 γρ. (1/4 φλιτζ. τσαγιού) μουστάρδα • 200 γρ. (1 φλιτζ. τσαγιού) τυρί κρέμα • 1/4 κουτ. γλυκού θυμάρι • 100 ml (1/2 φλιτζ. τσαγιού) γάλα • 40 γρ. (8 κουτ. σούπας) ελαιόλαδο • 1 σκελίδα σκόρδο • Αλάτι, πιπέρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Κόβετε το φιλέτο κοτόπουλο σε μικρά μπαστουνάκια. Ρίχνετε στα μπαστουνάκια όλα τα μπαχαρικά, το ξύσμα λεμονιού και το ξινόγαλο. Προσθέτετε αλάτι και πιπέρι και τα ανακατεύετε όλα μαζί. Τα αφήνετε να μαρινarisτούν για 3-4 ώρες. Χτυπάτε τα αυγά και τοποθετείτε σε ένα μπολ τις Νιφάδες Βρώμης Fytro. Βουτάτε τα μπαστουνάκια, αρχικά στο αυγό, και, μετά, στις νιφάδες βρώμης. Τα ψήνετε στον φούρνο, ραντίζοντας με λίγο λάδι στους 250 βαθμούς, μέχρι να ροδίσουν. Χτυπάτε στο μπλέντερ όλα τα υλικά για το dip και προσθέτετε αλάτι και πιπέρι. Σερβίρετε το κοτόπουλο, συνοδεύοντάς το με το dip.





Γεμιστά κερπάπ

ΥΛΙΚΑ

Υλικά για τα κερπάπ

- 200 γρ. Πηλιούρι Fytro • 700 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος • 1 αυγό
- 2 σκελίδες σκόρδο • 8 γρ. (1/2 κουτ. σούπας) αλάτι • 1/2 ματσάκι κόλιανδρο φρέσκο • 1 κουτ. σούπας μουστάρδα

Υλικά για τη γέμιση

- 50 ml (1/4 φλιτζ. τσαγιού) ελαιόλαδο • 150 γρ. (1 μέτριο) κρεμμύδι • 400 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος • 1 σκελίδα σκόρδο • 50 γρ. (1/3 φλιτζ. τσαγιού) κουκουνάρι • Λίγη κανέλα • Λίγο μοσχοκάρυδο

Υλικά για τη σάλτσα

- 250 γρ. (1 1/4 φλιτζ. τσαγιού) γιαούρτι στραγγιστό • 20 ml (2 κουτ. σούπας) χυμός από λεμόνι • 1 σκελίδα σκόρδο • 150 γρ. (3/4 φλιτζ. τσαγιού) ταχίνι • 50 ml (1/4 φλιτζ. τσαγιού) ελαιόλαδο • 100 ml (1 φλιτζ. τσαγιού) νερό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αναμιγνύετε στο μπλέντερ όλα τα υλικά για τη σάλτσα. Αν σας φανεί πηχτό, αραιώσετε με λίγο νερό.

Για την προετοιμασία του κερπάπ

Μουλιάζετε και στραγγίζετε καλά το Πηλιούρι Fytro. Ζυμώνετε μαζί όλα τα υλικά για το κερπάπ και, μετά, τα χτυπάτε στο μπλέντερ.

Για την προετοιμασία της γέμισης

Σοτάρετε στο ελαιόλαδο τα κρεμμύδια, τον κιμά, το σκόρδο και τα κουκουνάρι. Προσθέτετε την κανέλα και το μοσχοκάρυδο και σιγοβράζετε, μέχρι να «πιοει» ο κιμάς τα υγρά του και τα αφήνετε να κρυώσουν.

Γεμίζετε ως εξής

Πλάθετε τον κιμά με το πηλιούρι σε μπαλάκια, πιέζετε ελαφρά στη μέση, βάζετε περίπου 1 κουταλάκι του γλυκού γέμιση στο καθένα και σχηματίζετε μακρόστενα κερπάπ. Τα ψήνετε στον φούρνο, μέχρι να πάρουν χρώμα και από τις 2 πλευρές και, άμα θέλετε, περικύνετε με λίγο λευκό κρασί. Σερβίρετε, γαρνίροντας με τη σάλτσα.

