

ΕΙΝΑΙ

ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ 1996

№ 9 ■ ΔΡΧ. 700

Κουζίνα

α ποιότητα ζωής

ΣΠΙΤΙΚΑ ΛΙΚΕΡ

Αυγό: Το πιο μικρό
θαύμα ζωής

Μενού για αρχάριες

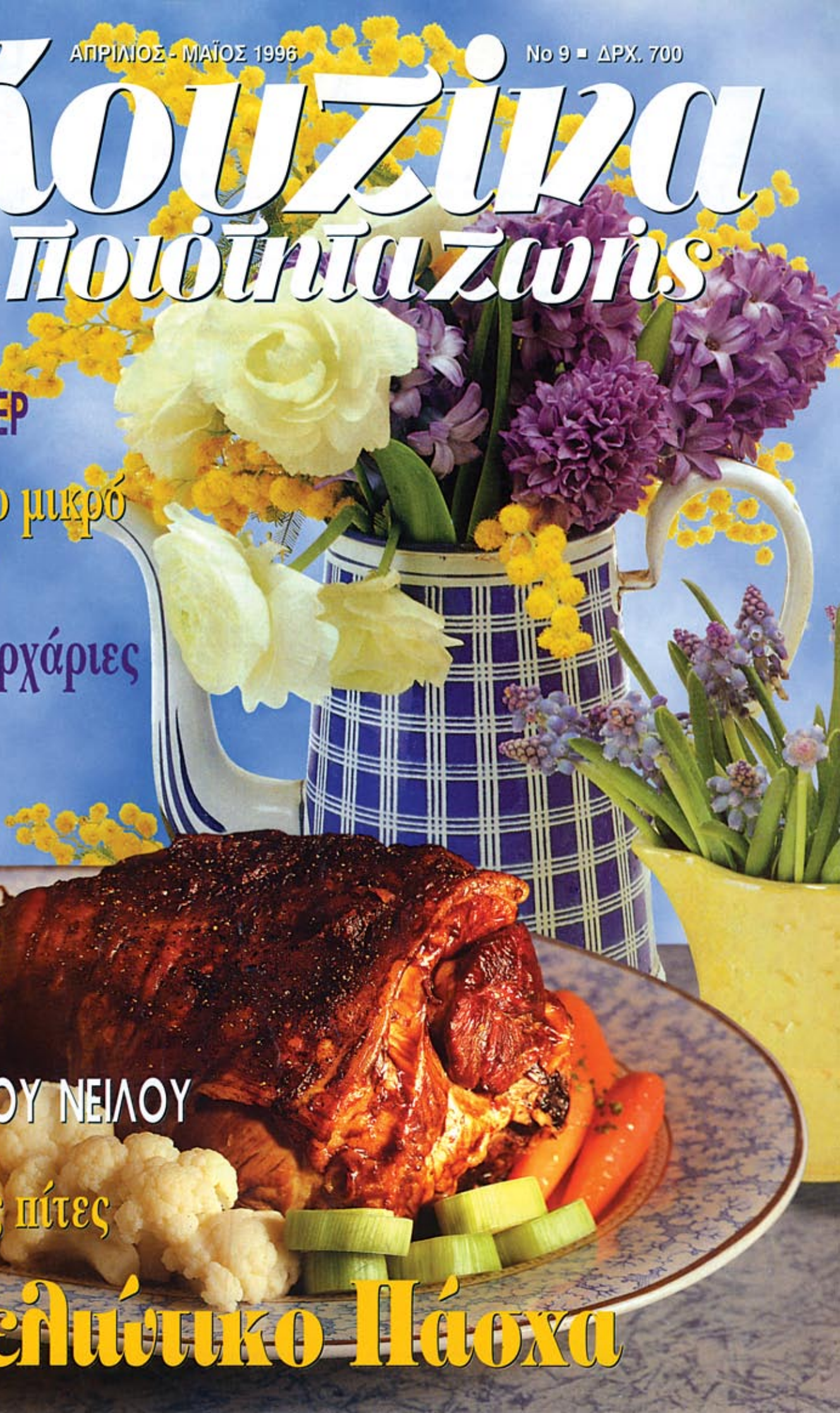


**ΜΑΘΗΜΑΤΑ
ΣΦΟΛΙΑΤΑΣ**

ΟΙ ΓΕΥΣΕΙΣ ΤΟΥ ΝΕΙΛΟΥ

Ανοιξιάτικες πίτες

Ρουμελιώτικο Πάσχα



Η νέα μόδα στα ζυμαρικά... λέγεται Τρομπέτες ΗΛΙΟΣ

Πρόκειται για ένα εκκεντρικό σχήμα, ιδανικό για φανατικούς μακαρονοφάγους. Γιατί είναι φτιαγμένο για να συγκρατεί στις κοιλότητες του τη σάλτσα και να κάνει το ζυμαρικό ακόμα πιο νόστιμο. Μια καινούργια ανακάλυψη από την ΗΛΙΟΣ, την εταιρεία που ξέρει τα ζυμαρικά όσο καμιά άλλη, που ξέρει να... υπερβάλλει σε γεύση και νοστιμιά. Δοκιμάστε τα και δώστε νέα διάσταση στις κλασικές συνταγές με κιμά, με σάλτσα ντομάτας, με κρέμα γάλακτος.



Τρομπέτες με κιμά, ροκφόρ και πιπεριές

Υλικά για 4 άτομα

- 500 γρ. τρομπέτες ΗΛΙΟΣ
- 4 κουταλιές της σούπας λάδι
- 2 κουταλιές της σούπας βούτυρο
- 400 γρ. κιμά
- 1 κρεμμύδι μεγάλο
- 1/2 κίτρινη, 1/2 κόκκινη και 1/2 πορτοκαλί πιπεριά
- 1 κύβο λαχανικών
- 400 γρ. ντοματάκια κονσέρβας
- 1/2 κουταλάκι του γλυκού ζάχαρη
- 80 γρ. ροκφόρ
- αλάτι
- πιπέρι

Για το γαρνίρισμα

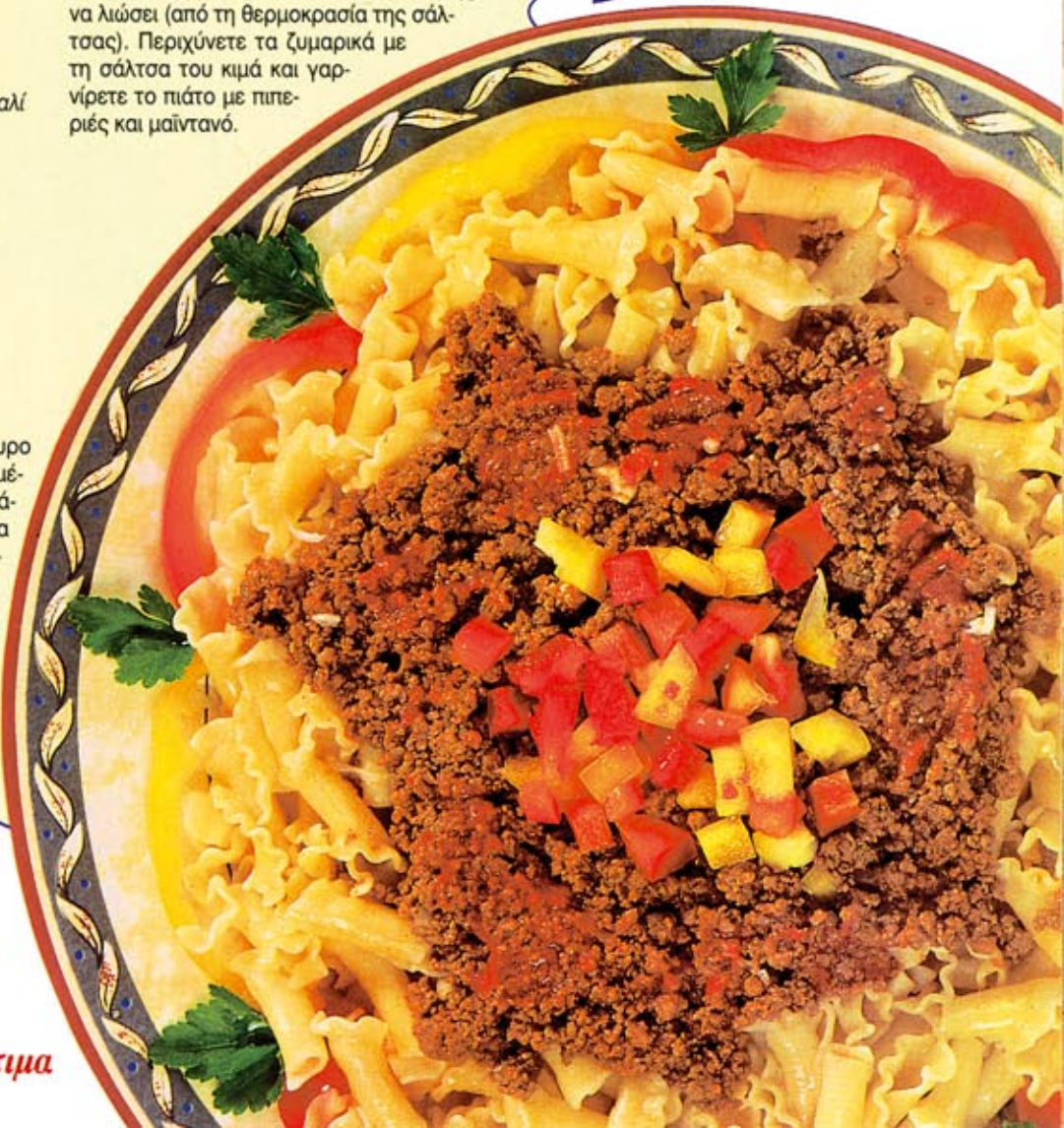
- ροδέλες πιπεριάς, φύλλα μαϊντανού

Εκτέλεση

1. Ζεσταίνετε το λάδι μαζί με το βούτυρο και σοτάρετε το κρεμμύδι και τον κιμά μέχρι να αλλάξει ο κιμάς χρώμα, κομματιάζοντας συνεχώς με ξύλινη σπάτουλα για να μη σβολιάσει. Προσθέτετε τις πιπεριές ψιλοκομμένες και συνεχίζετε το σοτάρισμα για 2'-3'. Ρίχνετε τα ντοματάκια, τη ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι, τον κύβο και λίγο νερό και σιγοβράζετε για 35'-40'.

2. Στο μεταξύ βράζετε τα ζυμαρικά σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας τους. Τα στραγγίζετε και τα βάζε-

τε σε πιατέλα ζεστή. Αποσύρετε τη σάλτσα του κιμά από τη φωτιά και προσθέτετε το ροκφόρ κομματιασμένο. Ανακατεύετε μέχρι να λιώσει (από τη θερμοκρασία της σάλτσας). Περιχύνετε τα ζυμαρικά με τη σάλτσα του κιμά και γαρνίρετε το πιάτο με πιπεριές και μαϊντανό.



Ηλιομαγειρέματα αγνά και νόστιμα