



Χρυσές Λυτταγές με...



ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΣΠ. ΔΑΚΟΣ Α.Β.Ε.Ε. ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ & ΤΡΟΦΙΜΩΝ
11ο χλμ. Εθνικής Οδού Αθηνών - Λαμίας, Τ.Κ. 144 51 ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ ΑΤΤΙΚΗΣ • ΑΘΗΝΑ
Τηλ.: 010 2840 140 - 7, Fax: 010 2816 787 • Telex: 226192 • e-mail: heliossa@hol.gr • www.heliospasta.gr

Χριστουγεννιάτικες Προτάσεις



- 200γρ. Αστράκι ΗΛΙΟΣ
1 φλυτζανάκι ελαιόλαδο
1 μελιτζάνα
1 κολοκυθάκι
4 σκελίδες σκόρδου
1 ντομάτα
1 κουταλιά φρέσκο δυόσμο
1 κουταλιά μαϊντανό
1 αλάτι, πιπέρι.

Λοτεράτση

Σωτάρουμε το σκόρδο στο ελαιόλαδο, κόβουμε τη μελιτζάνα και το κολοκυθάκι σε κυβάκια τα αλευρώνουμε ελαφρά και τα τηγανίζουμε λίγο στο ίδιο ελαιόλαδο. Προσθέτουμε 8 ποτήρια νερό, το δυόσμο και το μαϊντανό. Αφήνουμε να πάρει βράση, ρίχνουμε τη ντομάτα, το αλάτι, το πιπέρι και αφού περάσουν 5' ρίχνουμε το Αστράκι. Όταν περάσουν 12' απομακρύνουμε από τη φωτιά.

Απαραίτητος χρόνος: 20'



Μακαρονάδα

- 500γρ. Σπαγέτι 6 ΗΛΙΟΣ
500γρ. κρέας σε μεγάλα κομμάτια απο χοιρινό μπούτι
1 ποτηράκι ελαιόλαδο
2 κουταλάκια τζίντζερ
3 κουταλιές σελινόριζα ή σέλερυ κομμένο
2 πιπεριές (κόκκινη & πράσινη)
150γρ. μπέικον
2 ποτήρια τριμμένο ρεγγάτο
1/2 ποτηράκι κόκκινο κρασί
ελάχιστο αλάτι



Λιμυδαλάκια

- 500γρ. σιμιγδάλι χοντρό ΗΛΙΟΣ
1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
3 κουταλιές της σούπας ζάχαρη
1 ποτηράκι ρούμι
1 κουταλάκι μαστίχα Χίου σε σκόνη
1 1/2 ποτήρι αλεύρι
2 κουταλάκια μπέικιν πάουντερ
100γρ. ψίχα καρυδιού κομμένη στα δύο

- Σιρόπι:
1 ποτήρι μέλι
1 1/2 ποτήρι νερό

Ρίχνουμε ζεστό το ελαιόλαδο στο σιμιγδάλι και με ένα ξύλινο κουτάλι το πιέζουμε μέχρι να το απορροφήσει. Προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά και τα ενώνουμε με τον ίδιο τρόπο. Γεμίζουμε μικρά φορμάκια τάρτας, τα τοπεθετούμε σε ταψί και ψήνουμε για 30' στους 200° C. Βράζουμε το σιρόπι για 3' (αφαιρούμε τον αφρό του). Ρίχνουμε χλιαρά τα Λιμυδαλάκια. Σβήνουμε τη φωτιά και τ' αφήνουμε για 30' να μελώσουν. Σερβίρουμε τα Λιμυδαλάκια ακουμπώντας στο πάνω μέρος τους από ένα κομμάτι ψίχας καρυδιού.

Απαραίτητος χρόνος: 100'



Ροδίζουμε το ελαιόλαδο το κρέας και τις πιπεριές κομμένα σε κύβους. Ανακατεύουμε για 2-3', προσθέτουμε το τζίντζερ, τη σελινόριζα, το μπέικον και το σβήνουμε με το κρασί. Σιγοβράζουμε για 30' αφού πρώτα συμπληρώσουμε 6 ποτήρια νερό και το αλάτι. Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200° C. Αδειάζουμε το φαγητό σ' ένα πυρέξ και τ' αφήνουμε στο φούρνο. Μόλις πάρει βράση, ρίχνουμε το Σπαγέτι. Μετά από 12' πασπαλίζουμε στην επιφάνεια το ρεγγάτο και γυρνάμε το διακόπη στο γκριλ για να ροδίσει.

Απαραίτητος χρόνος: 50'