ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ

3η έκδοση

ΔΕΝ ΤΟΥ λείπει ΤΙΠΟΤΑ

ΕΚΤΟΣ ΑΠΟ τη γλουτένη

Οι **Μύλοι Αγίου Γεωργίου** ανανεώνουν με πολύ αγάπη αυτό το βιβλιαράκι **συνταγών χωρίς γλουτένη,** ελπίζοντας να γίνει πηγή **έμπνευσης** και **δημιουργίας** στη κουζίνα σας. Με κύριο μέλημά μας, να είμαστε πάντα δίπλα σας, θέλουμε να δίνουμε ιδέες και λύσεις που θα σας διευκολύνουν να χρησιμοποιήσετε με τον σωστό τρόπο τα προϊόντα χωρίς γλουτένη, είτε γιατί κρίνεται απαραίτητο για την διατροφή σας είτε επειδή το έχετε επιλέξει! Οι συνταγές έχουν δημιουργηθεί με **ιδιαίτερη φροντίδα** και **μεράκι,** με επιλεγμένα υλικά χωρίς γλουτένη, ώστε να απολαμβάνετε άφοβα με τα αγαπημένα σας πρόσωπα **νόστιμες συνταγές!** Επιπλέον, είναι **δοκιμασμένες από «εξειδικευμένους», στη χρήση προϊόντων χωρίς γλουτένη, σεφ.**
Και να θυμάστε: στις συνταγές που θα βρείτε στο βιβλιαράκι, δεν λείπει τίποτα… εκτός από την γλουτένη!

ΑΛΕΥΡΑ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΤΩΝ ΜΥΛΩΝ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

Οι Μύλοι Αγίου Γεωργίου αναγνωρίζοντας την ανάγκη που υπάρχει για νόστιμα και ποιοτικά προϊόντα χωρίς γλουτένη έχουν στη γκάμα τους εδώ και χρόνια, δύο άλευρα χωρίς γλουτένη, το αλεύρι για όλες τις χρήσεις και την φαρίνα.
Τα άλευρα χωρίς γλουτένη των Μύλων Αγίου Γεωργίου αποτελούνται από ένα εξαιρετικό μείγμα ρυζάλευρου, καλαμποκάλευρου και άμυλου πατάτας, τα οποία εγγυώνται σίγουρο αποτέλεσμα σε κάθε σας δημιουργία, χωρίς ίχνος γλουτένης. Δοκιμάστε το **Αλεύρι για όλες τις χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** σε ψωμί, κουλουράκια και άλλες λαχταριστές συνταγές. Για γλυκές απολαύσεις όπως το αγαπημένο μας κέικ και άλλα αρτοσκευάσματα που χρειάζονται διόγκωση χρησιμοποιείστε τη **Φαρίνα χωρίς Γλουτένη.** Δίνει μια βελούδινη υφή και ένα εξαιρετικά νόστιμο αποτέλεσμα.

ΜΕΙΓΜΑΤΑ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΤΩΝ ΜΥΛΩΝ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

Ανταποκρινόμενοι στις ανάγκες σας για πιο απαιτητικές χρήσεις και παρασκευές, οι Μύλοι Αγίου Γεωργίου έχουν στη γκάμα τους δύο μείγματα χωρίς γλουτένη, το **Μείγμα Αρτοποιίας (Baking Mix) Χωρίς Γλουτένη** για φύλλο πίτας, ζύμη πίτσας, ψωμί και άλλες λαχταριστές συνταγές και το **Μείγμα Ζαχαροπλαστικής (Pastry Mix) Χωρίς Γλουτένη** για γλυκές δημιουργίες όπως muffins, τάρτες, cookies και παντεσπάνι. Με τα μείγματα χωρίς γλουτένη έχετε εύκολα, ακολουθώντας τα βήματα της κάθε συνταγής, ένα σίγουρο αρτοποιητικά αποτέλεσμα που θα ικανοποιήσει εσάς και τους αγαπημένους σας.

Βρείτε έμπνευση
για μοναδικές συνταγές εδώ:

Επιμέλεια συνταγών:
Νίκος Λιόγγαρης, *Chef / Chef Consultant, @nicklioggaris_chef*
Δάκης Δουβλετής, *Gluten Free Blogger, @adaywithoutgluten*

Φωτογραφίες:
Βικτώρια Γιανναρά

ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

ΨΩΜΑΚΙΑ ΠΡΩΙΝΟΥ

Χωρίς γλουτένη

5′ | 15′ | 8 | μπολ ανάμειξης, ταψί | Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

- 260 γρ. **Φαρίνα Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 20-30 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου (για το ζύμωμα)
- 150 ml γάλα
- 1 αυγό
- 60 γρ. βούτυρο σε κυβάκια
- 1 κ.σ. ζάχαρη
- 1/2 κ.γ. αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 200°C. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη και το αλάτι.

2. Προσθέτουμε το βούτυρο σε κυβάκια και με ένα πιρούνι το αναμιγνύουμε με το αλεύρι, φέρνοντάς το σε μια μορφή άμμου. Προσθέτουμε το γάλα και το αυγό και δημιουργούμε τη ζύμη μας.

3. Σε αλευρωμένο πάγκο ζυμώνουμε ελαφριά για λίγο (2-3 λεπτά), κάνοντας κάποια διπλώματα.

4. Τη μεταφέρουμε πάνω σε χαρτί ψησίματος, τη φέρνουμε σε μορφή ενός ορθογωνίου (διπλώνοντας ανά πλευρά τη ζύμη με το χαρτί ψησίματος και ξανανοίγοντας), με ύψος λίγο πάνω από 1 εκ. και την κόβουμε σε 8 τετράγωνα (2x4).

5. Τα αλείφουμε με πινέλο, με μείγμα από λίγο λιωμένο βούτυρο μαζί με γάλα. Τα τοποθετούμε σε απόσταση μεταξύ τους και τα ψήνουμε για 15 λεπτά, ή ανάλογα με το φούρνο μέχρι να πάρουν ελαφρύ χρώμα. Τα αφήνουμε να κρυώσουν ελάχιστα και τα απολαμβάνουμε ζεστά.

ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

VEGGIE PIZZA

Χωρίς γλουτένη

15′ | 30′ | 8 | μπολ ανάμειξης, ταψί | Εύκολο

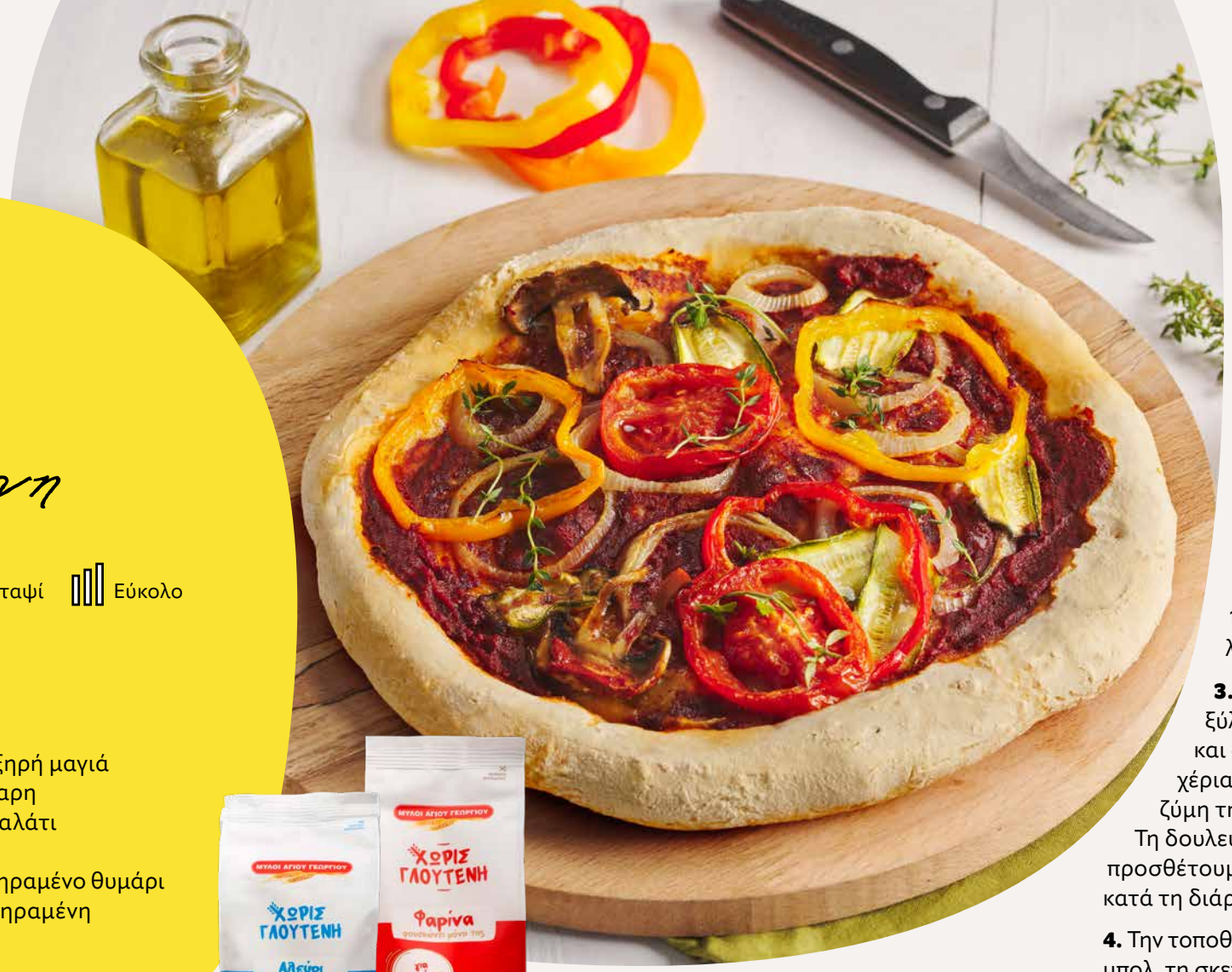
ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη

- 200 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 40 γρ. **Φαρίνα Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 230 ml χλιαρό νερό
- 1 φακελάκι ξηρή μαγιά
- 1 1/2 κ.γ. ζάχαρη
- 1 κ.γ. κοφτό αλάτι
- 2 κ.σ. λάδι
- 1/2 κ.γ. αποξηραμένο θυμάρι
- 1/2 κ.γ. αποξηραμένη ρίγανη

Για τη γέμιση

σάλτσας τομάτας, κολοκύθι, μανιτάρια, πιπεριές, τοματίνια, κρεμμύδι, ελιές



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Δημιουργούμε ένα «ψευτοπροζύμι». Σε ένα ποτήρι βάζουμε 100 ml νερό και τη ζάχαρη, ανακατεύουμε, προσθέτουμε 1 κ.σ. αλεύρι και τη μαγιά και ανακατεύουμε πολύ καλά. Περιμένουμε 10 λεπτά, να φουσκώσει ενεργοποιηθεί καλά.

2. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι με το αλάτι και τα μυρωδικά. Ρίχνουμε το προζύμι, το υπόλοιπο νερό και 1 κουταλιά σούπας λάδι.

3. Ανακατεύουμε με ξύλινη κουτάλα αρχικά και στη συνέχεια με τα χέρια μας, δίνοντας στη ζύμη τη μορφή μπάλας. Τη δουλεύουμε 1-2 λεπτά και προσθέτουμε λίγο ακόμα λάδι κατά τη διάρκεια του ζυμώματος.

4. Την τοποθετούμε σε λαδωμένο μπολ, τη σκεπάζουμε με μεμβράνη και την αφήνουμε να διπλασιαστεί σε όγκο σε κλειστό φούρνο στους 50 βαθμούς για 45 λεπτά.

5. Πάνω σε αλευρωμένο χαρτί ψησίματος την ανοίγουμε σε όλη την επιφάνειά του, σιγά σιγά με τα χέρια πασπαλίζοντας ενίοτε με αλεύρι. Αναδιπλώνοντας το χαρτί ψησίματος, ρίχνουμε τη μισή ζύμη πάνω στην υπόλοιπη και την ανασηκώνουμε ελαφριά περιφερειακά.

6. Σκεπάζουμε με χαρτί ψησίματος και από πάνω με πετσέτα και περιμένουμε άλλα 30 λεπτά.

7. Σε ένα μπολάκι ανακατεύουμε μισό κουταλάκι πάστα ντομάτας, 4 κ.σ. χυμό τομάτας, λίγο λάδι, αλάτι, πιπέρι, αποξηραμένο βασιλικό, ρίγανη και λίγο λάδι σκόρδου.

8. Μόλις φουσκώσει ξανά, με τα δάκτυλά μας πιέζουμε σε διάσπαρτα σημεία, την ψωμένια ζύμη μας.

9. Απλώνουμε τη σάλτσα πάνω στη ζύμη, βάζουμε από πάνω τα υλικά της επιλογής μας, φέτες από κολοκύθι, μανιτάρια, ψιλοκομμένες πολύχρωμες πιπεριές, τοματίνια και ροδέλες κρεμμυδιού.

10. Πασπαλίζουμε από πάνω με λάδι, αλατοπιπερώνουμε ελαφριά και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 210°C στις αντιστάσεις, στην κάτω θέση για 30 λεπτά, μέχρι να δούμε ότι έχει ψηθεί.

ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

VEGAN CRACKERS

με δενδρολίβανο & παρμεζάνα

10′ 20′ 50 μπολ ανάμειξης, ταψί, μπλέντερ Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

- 170 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 70 γρ. τρίμμα από ξηρούς καρπούς/σπόρους
- 2/3 κ.γ. αποξηραμένο κρεμμύδι
- 1/2 κ.γ. αλάτι
- 2-3 κ.γ. ψιλοκομμένο δενδρολίβανο
- 2 κ.σ. vegan παρμεζάνα
- 5 κ.σ. αραβοσιτέλαιο
- 5-7 κ.σ. νερό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Σε ένα μικρό blender χτυπάμε τους ξηρούς καρπούς και τους σπόρους σχεδόν σε σκόνη. Σε ένα μπολ προσθέτουμε το αλεύρι, το τρίμμα καρπών που δημιουργήσαμε και όλα τα υπόλοιπα ξηρά υλικά μας εκτός από το νερό και το λάδι.

2. Τα ανακατεύουμε πολύ καλά και στη συνέχεια προσθέτουμε το λάδι. Με ένα πιρούνι αρχίζουμε να σχηματοποιούμε μια μορφή ζύμης προσθέτοντας λίγο, λίγο το νερό μας. Όταν φτάσουμε σε μια μορφή ζύμης που μπορεί να δουλευτεί, σταματάμε την προσθήκη νερού.

3. Μεταφέρουμε τη ζύμη σε ένα χαρτί ψησίματος, τοποθετούμε άλλο ένα χαρτί από πάνω και με ένα πλάστη ανοίγουμε τη ζύμη πάρα πολύ καλά σε πάχος γύρω στα 3 χιλιοστά περίπου.

4. Έτσι όπως έχει ανοίξει σε κυκλική μορφή, διπλώνουμε κάθε μία από τις πλευρές με το χαρτί ψησίματος και ξαναπατάμε με τον πλάστη, φέρνοντας τη ζύμη σε μια μορφή ορθογώνιου παραλληλόγραμμου, ίσου πάχους σε όλη την επιφάνειά του.

5. Με ένα κόφτη πίτσας κόβουμε πολύ καλά την απλωμένη ζύμη μας σε κομμάτια (8*8 =64 ή 7*8 =56).

6. Τοποθετούμε το χαρτί ψησίματος σε ένα ταψί και ψήνουμε τα crackers μας σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C στις αντιστάσεις για 20 με 25 λεπτά.

ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

BLUEBERRY PANCAKES

Χωρίς γλουτένη

10′ | 20′ | 10 | μπολ ανάμειξης, ραβδομπλέντερ ή multi | Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. **Φαρίνα Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 250 ml γάλα αμυγδάλου ή καρύδας
- 1 κ.σ. κατεψυγμένα blueberries
- 1 κ.σ. κατεψυγμένα raspberries
- 2 κ.σ. ζάχαρη καρύδας ή μαύρη
- 1 κ.σ. ελαιόλαδο ή λάδι καρύδας
- 1/4 κ.γ. αλάτι
- 1/2 κ.γ. μαγειρική σόδα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Στο σκεύος ανάμιξης, ρίχνουμε το γάλα και τα παγωμένα φρούτα. Τα χτυπάμε με το ραβδομπλέντερ μέχρι τα διαλυθούν εξ' ολοκλήρου και το γάλα μας να αλλάξει χρώμα από τα φρούτα.

2. Αδειάζουμε το περιεχόμενο σε ένα μπολ και προσθέτουμε τη ζάχαρη, το αλάτι, το λάδι και σιγά-σιγά το αλεύρι, δημιουργώντας ένα πηχτό σχετικά, χυλό για τα pancakes. Αν χρειαστεί προσθέτουμε μια δυο κουταλιές αλεύρι ακόμη.

3. Αφήνουμε το χυλό στο ψυγείο για μισή ώρα.

4. Σε αντικολλητικό τηγάνι (που το έχουμε ελαφρώς λαδώσει) σε θερμοκρασία μέτρια προς υψηλή, ψήνουμε τα pancakes, γυρνώντας τα προσεκτικά μόλις εμφανιστούν οι φουσκάλες στην επιφάνεια της μιας πλευράς και ψήνοντάς τα μέχρι να πάρουν το επιθυμητό χρώμα.

5. Τα σερβίρουμε ζεστά με μέλι ή σιρόπι σφενδάμου, ψιλοκομμένα φρούτα και πασπαλισμένα με σπασμένους ξηρούς καρπούς.

ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

ΕΥΚΟΛΟ AVOCADO BROWNIE

Χωρίς γλουτένη

10′ | 35′ | 9 | επεξεργαστής φαγητού (μπλέντερ), τετράγωνο ταψί 20x20εκ ή μακρόστενη μικρή φόρμα | Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

- 60 γρ. **Μείγμα Ζαχαροπλαστικής (Pastry Mix) Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 1 μεγάλο ώριμο avocado
- 40 γρ. σκόνη κακάο
- 2 αυγά
- 6 κ.σ. γεμάτες βούτυρο καρπών (αμυγδαλοβούτυρο ή φυστικοβούτυρο)
- 40 γρ. κομμάτια μαύρης κουβερτούρας
- 40 γρ. ζάχαρη
- 1 κ.γ. baking powder
- 1/4 κ.γ. αλάτι
- 1 κ.γ. βανίλια σκόνη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Σε έναν επεξεργαστή φαγητού (μπλέντερ) προσθέτουμε το κομμένο σε κομμάτια avocado, τα αυγά, τη ζάχαρη, το βούτυρο, το baking powder, τη βανίλια, το αλάτι και τα χτυπάμε καλά όλα μαζί.

2. Προσθέτουμε το κακάο και το αλεύρι και τα ξαναχτυπάμε όλα μαζί στο μπλέντερ μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα μας.

3. Βγάζουμε το μαχαίρι από το μπλέντερ, ρίχνουμε μέσα και τα μισά κομμάτια κουβερτούρας ενσωματώνοντας τα, στο μείγμα μας.

4. Ρίχνουμε το μείγμα μας με τη βοήθεια μιας μαρίζ στο σκεύος μας, στο οποίο έχουμε βάλει ένα χαρτί ψησίματος, το απλώνουμε και πασπαλίζουμε την επιφάνειά του με τα υπόλοιπα κομμάτια κουβερτούρας.

5. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 35 λεπτά. Το αφήνουμε να κρυώσει προτού το κόψουμε.

ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

CINNAMON ROLLS

Χωρίς γλουτένη

15′ | 30′ | 16 | μπολ ανάμειξης, πλάστης, ταψί | Μέτριο

ΥΛΙΚΑ

Για τη ζύμη

- 250 γρ. **Φαρίνα Χωρίς Γλουτένη Μύλοι Αγίου Γεωργίου**
- 350 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 200 ml χλιαρό γάλα
- 100 γρ. κρυσταλλική ζάχαρη
- 80 γρ. λιωμένο βούτυρο
- 2 μέτρια αυγά
- 1 φακελάκι ξηρή μαγιά
- λίγο σπορέλαιο
- 1 πρέζα αλάτι

Για τη γέμιση

- 100 γρ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 120 γρ. καστανή ζάχαρη
- 2 κ.γ. κανέλα
- γλάσο της επιλογής μας ή λιωμένη σοκολάτα/κουβερτούρα (για επικάλυψη)

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το αλεύρι με τη μαγιά. Σε ένα άλλο μπολ ρίχνουμε το χλιαρό γάλα, το λιωμένο βούτυρο και τη ζάχαρη. Τα ανακατεύουμε και τα ρίχνουμε στο αλεύρι μας.

2. Χτυπάμε τα 2 αυγά ελαφριά και τα προσθέτουμε και αυτά στο μίγμα μας. Ανακατεύουμε καλά τη ζύμη με ένα πιρούνι και μετά την δουλεύουμε για λίγα λεπτά με τα χέρια μας.

3. Προσθέτουμε 1-2 κουταλιές σπορέλαιο και τη φέρνουμε σε μια μορφή ζύμης που κολλάει στα χέρια.

4. Γυρνάμε τη μπάλα ζύμης γύρω γύρω μέσα στο μπολ για να λαδώσει τα τοιχώματα, την σκεπάζουμε με διαφάνεια και τη αφήνουμε σε κλειστό φούρνο στους 40-50 βαθμούς για 1 ώρα μέχρι τουλάχιστον να διπλασιαστεί σε όγκο.

5. Αφήνουμε το βούτυρο για τη γέμιση σε θερμοκρασία δωματίου.

6. Απλώνουμε ένα χαρτί ψησίματος, το αλευρώνουμε ελαφριά και ανοίγουμε τη ζύμη σε όλη την επιφάνεια του χαρτιού μας με τον πλάστη, σε ένα μεγάλο ορθογώνιο (tip: αναδιπλώνουμε το χαρτί ψησίματος στα άκρα και ξαναδουλεύουμε με τον πλάστη).

7. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου μαζί με την κανέλα και την ζάχαρη. Απλώνουμε προσεχτικά τη γέμιση μας σε όλη την επιφάνεια της ζύμης.

8. Ρολάρουμε στη μεγάλη διάσταση της ζύμης δημιουργώντας το ρολό με τη γέμιση στο εσωτερικό. Κόβουμε στη μέση. Κάθε μισό στα 2, ξανά στα 2 και ξανά στη μέση καταλήγοντας έτσι σε 16 ίσα σε μέγεθος ρολάκια. Προσέχουμε να έχουν όλα το ίδιο ύψος.

9. Τα τοποθετούμε σε ταψί με χαρτί ψησίματος και ψήνουμε στις αντιστάσεις στους 180°C για 30 λεπτά περίπου μέχρι να δούμε ότι είναι έτοιμα.

10. Τα απολαμβάνουμε λίγα λεπτά αφού βγουν από το φούρνο ζεστά, κάνοντας ένα γρήγορο γλάσο με αχνή ζάχαρη, βανίλια και νερό ή λίγο λεμόνι, εναλλακτικά λιώνοντας λευκή σοκολάτα ή κουβερτούρα υγείας και πασπαλίζοντας τα διάσπαρτα με ένα κουταλάκι!

ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ

ΤΣΟΥΡΕΚΙΑ

Χωρίς γλουτένη

10′ | 30′ | 2 | κατσαρολάκι, αυγοδαρτης, μπολ ανάμιξης, ταψί | Μέτριο

ΥΛΙΚΑ

- 200 γρ. **Μείγμα Αρτοποιίας (Baking Mix) Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 200 γρ. **Φαρίνα Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 200 ml γάλα
- 100 γρ. ζάχαρη
- 2 αυγά
- 1 ασπράδι αυγού
- 30 γρ. λιωμένο βούτυρο
- 2 φακελάκια ξηρή μαγιά
- 1 δόση σκόνη βανίλια
- 1 κ.γ. baking powder (χωρίς γλουτένη)
- 1/2 κ.γ. μαχλέπι
- 1/2 κ.γ. κακουλέ
- 1 κρόκο αυγού (για επάλειψη)
- αλάτι στη μύτη του κουταλιού
- σουσάμι για επάλειψη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Ζεσταίνουμε το γάλα μας μαζί με το βούτυρο και τη ζάχαρη μέχρι να λιώσει σε χαμηλή θερμοκρασία.

2. Αποσύρουμε από το μάτι, χτυπάμε τα αυγά (κρατάμε ένα κρόκο για επάλειψη) με τον αυγοδάρτη ελαφριά και τα ενσωματώνουμε στο προηγούμενο μίγμα μαζί με το μαχλέπι και το κακουλέ και ανακατεύουμε.

3. Σε ένα μπολ βάζουμε τα 300 γρ. αλεύρι, με την μαγιά, τη βανίλια, το baking powder, λίγο αλάτι και τα ανακατεύουμε. Προσθέτουμε τα υγρά μας και δημιουργούμε τη ζύμη μας.

4. Προσθέτουμε σιγά σιγά και τα υπόλοιπα 100 γρ. αλεύρι, ζυμώνουμε για 5 λεπτά με τα χέρια μας και στο τέλος κάνουμε μερικά διπλώματα στη ζύμη μας πολύ απαλά.

5. Την τοποθετούμε σε μεγάλο λαδωμένο μπολ την καλύπτουμε καλά με μεμβράνη και την αφήνουμε σε κλειστό φούρνο στους 45°C για 60-90 λεπτά μέχρι να φουσκώσει καλά.

6. Μόλις φουσκώσει καλά, την χωρίζουμε σε δυο κομμάτια και το κάθε κομμάτι σε 3 κορδόνια. Σχηματίζουμε με πλεξούδες 2 τσουρέκια (εναλλακτικά ένα μεγάλο μακρόστενο τσουρεκι).

7. Τα τοποθετούμε σε ταψί πάνω σε χαρτί ψησίματος με απόσταση μεταξύ τους και τα σκεπάζουμε με χαρτί ψησίματος και πετσέτα από πάνω αφήνοντάς τα, τουλάχιστον άλλα 60-90 λεπτά να πολλαπλασιαστούν σε όγκο.

8. Αλείφουμε τα τσουρέκια μας με χτυπημένο κρόκο με νερό με το πινέλο και πασπαλίζουμε με σουσάμι. Ψήνουμε στις αντιστάσεις σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 25 με 30 λεπτά μέχρι να δούμε ότι είναι έτοιμα.

ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ

ΠΑΣΧΑΛΙΝΑ ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ

Χωρίς γλουτένη

5′ | 25′ | 35 | κατσαρολάκι, κουζινομηχανή/μίξερ, μπολ ανάμιξης | Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

- 620-650 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 200 γρ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- 2 αυγά σε θερμοκρασία δωματίου
- 200 γρ. ζάχαρη
- 2 βανίλιες
- 100 ml στυμμένος χυμός πορτοκαλιού
- ξύσμα από1 ακέρωτο πορτοκάλι
- 1 κ.γ. κοφτό σόδα μαγειρική
- 1 κ.γ. baking powder
- αλάτι στην άκρη του κουταλιού
- 1 κρόκο αυγού (για επάλειψη)
- 1 κ.σ. ζάχαρη και νερό (για την επάλειψη)

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Σε ένα μπολ κοσκινίζουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε το baking powder. Βάζουμε στον κάδο της κουζινομηχανής με το σύρμα, το βούτυρο με τη ζάχαρη (εναλλακτικά σε μπολ με μίξερ χειρός αν δεν έχετε) για 5-6 λεπτά μέχρι να πάρουμε μια «κρέμα».

2. Βγάζουμε το φρέσκο χυμό από τα πορτοκάλια μας και ρίχνουμε τη σόδα.

3. Προσθέτουμε στον κάδο ένα-ένα τα αυγά μας, το ξύσμα, τη βανίλια, και λίγο αλάτι. Προσθέτουμε στο μίγμα και το χυμό με τη σόδα και με χαμηλή ταχύτητα ενσωματώνουμε σιγά σιγά το αλεύρι μας.

4. Δεν το ρίχνουμε όλο, κρατάμε στη άκρη λίγο και μόλις δούμε ότι η ζύμη παίρνει την επιθυμητή μας αφράτη μορφή, σταματάμε. Την αφήνουμε για μισή ώρα να ξεκουραστεί σκεπασμένη.

5. Προθερμαίνουμε το φούρνο μας στους 170°C στον αέρα. Πλάθουμε γύρω στα 35 κουλούρια (γύρω στα 35-40 γρ. το κάθε ένα)στο σχήμα που θέλουμε.

6. Αλείφουμε εξωτερικά με πινέλο με μίγμα κρόκο αυγού, ζάχαρης και λίγου νερού. Ψήνουμε για 20–25 λεπτά μέχρι να δούμε να παίρνουν το γνωστό υπέροχο χρώμα.

ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ

ΜΕΛΟΜΑΚΑΡΟΝΑ

Χωρίς γλουτένη

15′ 25′ 40-50 κατσαρολάκι, ταψί Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

Για το σιρόπι

- 250 γρ. μέλι
- 160 γρ. ζάχαρη
- 720 γρ. νερό

Για τα μελομακάρονα

- 1.000 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 440 γρ. ηλιέλαιο
- 125 γρ. ζάχαρη
- 120 γρ. χυμό πορτοκάλι
- 40 γρ. κονιάκ
- 3 κ.γ. baking powder
- 1 κ.γ. σόδα
- ξύσμα από ένα πορτοκάλι
- 1 κ.γ. κανέλα σκόνη
- 1/4 κ.γ. γαρύφαλλο σκόνη
- 70 γρ. καρύδι ψιλοκομμένο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Για το σιρόπι: Τοποθετούμε όλα τα υλικά σε μια κατσαρόλα και δίνουμε μία καλή βράση. Αποσύρουμε από τη φωτιά και αφήνουμε να κρυώσει.

2. Τοποθετούμε στον κάδο του μίξερ το ηλιέλαιο, τη ζάχαρη, το κονιάκ, το baking powder, το ξύσμα, την κανέλα, το γαρύφαλλο και τα καρύδια και χτυπάμε με το φτερό σε γρήγορη ταχύτητα.

3. Έπειτα, ρίχνουμε το αλεύρι και ζυμώνουμε μέχρι να έχουμε μία μαλακή ζύμη.

4. Μορφοποιούμε στο σχήμα που θέλουμε και τοποθετούμε σε ταψί με λαδόκολλα.

5. Ψήνουμε στους 185°C, σε αέρα για 20-25 λεπτά και αμέσως μόλις τα βγάλουμε από τον φούρνο τα μελώνουμε, βουτώντας τα για 20 δευτερόλεπτα στο σιρόπι.

6. Πασπαλίζουμε με τα καρύδια και σερβίρουμε

ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ

ΚΟΥΡΑΜΠΙΕΔΕΣ

Χωρίς γλουτένη

20′ 35′ 40-50 μίξερ, ταψί Εύκολο

ΥΛΙΚΑ

- 500 γρ. **αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου
- 370 γρ. βούτυρο αγελαδινό
- 50 γρ. άχνη ζάχαρη & επιπλέον για το πασπάλισμα
- 2 κρόκους αυγών
- 2 βανιλίνες
- 1 κ.γ. σόδα σκόνη διαλυμένη σε νερό
- 125 γρ. αμύγδαλα καβουρντισμένα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Τοποθετούμε στον κάδο του μίξερ το βούτυρο και χτυπάμε σε δυνατή ταχύτητα μέχρι να ασπρίσει.

2. Προσθέτουμε τη ζάχαρη άχνη και συνεχίζουμε το χτύπημα, έπειτα ρίχνουμε τους κρόκους, τη σόδα και τις βανιλίνες. Τέλος, τα αμύγδαλα και το αλεύρι, ανακατεύοντας απαλά. Αν χρειαστεί, προσθέτουμε αλεύρι μέχρι να ξεκολλάει από τα δάχτυλά μας.

3. Ζυμώνουμε το μείγμα και πλάθουμε το σχήμα που θέλουμε.

4. Τοποθετούμε σε ταψί με λαδόκολλα και ψήνουμε στους 180-200°C σε αέρα για 35 λεπτά περίπου.

5. Πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη και σερβίρουμε.

ΕΟΡΤΑΣΤΙΚΕΣ

ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑ ΤΣΟΥΡΕΚΙ

Χωρίς γλουτένη

30′ | 55′ | 8 | στρογγυλό ταψί, κατσαρολάκι, μπολ ανάμιξης | Μέτριο

ΥΛΙΚΑ

- 250 γρ. **Φαρίνα Χωρίς Γλουτένη Μύλοι Αγίου Γεωργίου**
- 150 γρ. **Μείγμα Αρτοποιίας (Baking Mix) Χωρίς Γλουτένη** Μύλοι Αγίου Γεωργίου (& 20-50 γρ. για το ζύμωμα)
- 300 ml χλιαρό γάλα
- 70 γρ. βούτυρο
- 120 γρ. ζάχαρη
- 2 αυγά
- 1 δόση βανίλια
- 1 κ.γ. μαχλέπι σκόνη
- 1/2 κ.γ. μαστίχα κοπανισμένη
- 1 φακελάκι ξηρή μαγιά
- ξύσμα πορτοκαλιού
- 1/2 κ.γ. αλάτι
- 1 αυγό χτυπημένο με λίγο γάλα & φιλέ αμυγδάλου (για την επάλειψη)

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Σε ένα μπολάκι ρίχνουμε το 1/3 με 1/4 της κούπας από το γάλα μας (αν είναι κρύο το ζεσταίνουμε ελαφριά προς χλιαρό - λίγα δευτερόλεπτα στο microwave), μια κουταλιά από τη ζάχαρη και την μαγιά.

2. Ανακατεύουμε και την αφήνουμε να ενεργοποιηθεί καλά για 10-15 λεπτά. Στο ενδιάμεσο ζυγίζουμε και προετοιμάζουμε τα υπόλοιπα υλικά μας.

3. Σε μεγάλο μπολ ανάμιξης προσθέτουμε όλη τη φαρίνα και τα 100γρ. baking mix. Προσθέτουμε και ανακατεύουμε όλα τα μπαχαρικά, τη βανίλια, το αλάτι.

4. Σε ένα κατσαρολάκι ζεσταίνουμε προσεχτικά το υπόλοιπο γάλα με το βούτυρο και την υπόλοιπη ζάχαρη και την ανακατεύουμε για να λιώσει. Το αφήνουμε στην άκρη να μην είναι ζεστό. Σε ένα μπολ χτυπάμε τα αυγά μας με αυγοδάρτη.

5. Ρίχνουμε την ενεργοποιημένη μαγιά στο μεγάλο μπολ με το αλεύρι, το μίγμα γάλα-βούτυρο, τα αυγά και δημιουργούμε (ανακατεύοντας τα καλά) αρχικά ένα πηχτό χυλό.

6. Προσθέτουμε σιγά σιγά και τα υπόλοιπα 50γρ. baking mix δημιουργώντας μια ιδιαίτερα εύπλαστη ζύμη. Αν χρειαστεί προσθέτουμε λίγο ακόμη.

7. Είτε σε αλευρωμένο πάγκο ή ακόμη και μέσα στο μπολ αν είναι μεγάλο δουλεύουμε την ζύμη μας για 4-5 λεπτά με τη συνεχή βοήθεια επιπλέον αλευριού, ρίχνοντας λίγο λίγο και μόνο όσο χρειάζεται για να μην κολλάει.

8. Την φέρνουμε σε μορφή μπάλας, τη σκεπάζουμε και την αφήνουμε σε ζεστό σημείο να διπλασιαστεί για 1,5-2 ώρες (σε κλειστό φούρνο στους 40-50°C απαιτείται λιγότερος χρόνος).

9. Μόλις διπλασιαστεί, την ξεφουσκώνουμε σε αλευρωμένο πάγκο και στη συνέχεια την απλώνουμε να πιάσει όλη την επιφάνεια ενός στρόγγυλου ταψιού. Την αφήνουμε για ένα δεύτερο φούσκωμα σε ζεστό σημείο (ή στον από πριν ζεστό φούρνο μας) για 45 με 60 λεπτά.

10. Μόλις φουσκώσει, προθερμαίνουμε το φούρνο μας στους 180°C βαθμούς την περνάμε με ένα πινέλο με μίγμα αυγού με γάλα (ή λίγο λιωμένο βούτυρο) και πασπαλίζουμε διάσπαρτα με φιλέ αμυγδάλου.

TIPS

ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΑΛΕΥΡΩΝ
χωρίς γλουτένη

Ενίοτε είναι καλό η προσθήκη της συνολικής ποσότητας αλεύρου στη συνταγή να μην γίνεται από την αρχή, αλλά τα τελευταία 50-100 γρ. να μπαίνουν σταδιακά, για να μπορούμε να ελέγχουμε πως συμπεριφέρεται η ζύμη και αν είναι απαραίτητη όλη η ποσότητα.

ΖΥΜΕΣ
χωρίς γλουτένη

• Η χρήση των αλεύρων χωρίς γλουτένη σε συμβατικές συνταγές, δεν οδηγεί πάντα σε επιτυχημένα αποτελέσματα. Τα άλευρα χωρίς γλουτένη έχουν διαφορετική συμπεριφορά, οπότε προτείνεται να ακολουθούνται συνταγές που έχουν παραχθεί με ειδικά άλευρα χωρίς γλουτένη και όχι με συμβατικά. Δεν βαραίνουμε τη ζύμη μας με πολύ επιπλέον αλεύρι κατά τη διάρκεια που την δουλεύουμε και έχουμε υπόψιν πως οι ζύμες χωρίς γλουτένη απορροφούν περισσότερο νερό, απ΄ότι οι συμβατικές ζύμες.

• Τη ζύμη στα διπλώματα και στο γενικότερο χειρισμό της, την μεταχειριζόμαστε πολύ απαλά, χωρίς απότομες κινήσεις που μπορούν να οδηγήσουν σε «σπασίματα».

ΦΟΥΣΚΩΜΑ ΖΥΜΗΣ
χωρίς γλουτένη

Οι χρόνοι αναμονής για το απαραίτητο φούσκωμα της ζύμης είναι ενδεικτικοί, άλλοτε μπορεί να επιτευχθεί πιο σύντομα, άλλοτε πιο αργά, οπότε πάντα παρακολουθούμε την πρόοδο του φουσκώματος, ειδικά στις συνταγές με άλευρα χωρίς γλουτένη.

ΓΛΥΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
χωρίς γλουτένη

• Στις γλυκές συνταγές χωρίς γλουτένη, αν υπάρχει αυγό, μπορούμε να χτυπήσουμε πρώτα τα ασπράδια και να φτιάξουμε μια μαρέγκα και μετά να προσθέσουμε και τους κρόκους, για να βοηθήσουμε να αυξηθεί ο όγκος του γλυκού.
• Τα γλυκά χωρίς γλουτένη, για παράδειγμα τα κέικ, για να μπορέσουν να φουσκώσουν όπως με ένα κοινό αυτοδιογκούμενο αλεύρι, χρειάζονται Φαρίνα χωρίς γλουτένη και δεν πρέπει να ανακατεύουμε τα υλικά πολύ ώρα, για να μην ξεφουσκώσει η ζύμη.

ΨΩΜΙ
χωρίς γλουτένη

Αν θέλουμε να πετύχουμε ωραίο χάραγμα στο ψωμί μας αυτό γίνεται με κοφτερό μαχαίρι και γρήγορη απότομη κίνηση. Τα ψωμιά με τα άλευρα χωρίς γλουτένη, έχουν την ίδια συμπεριφορά με τα κοινά άλευρα αρτοποιίας.

ΥΦΗ ΖΥΜΗΣ
χωρίς γλουτένη

Οι ζύμες χωρίς γλουτένη κολλάνε περισσότερο στα χέρια και στα σκεύη, σε σχέση με τις ζύμες που έχουν άλευρα με γλουτένη. Για να το αποφύγουμε, χρησιμοποιούμε πάντα αντικολλητικό χαρτί στα σκεύη και κατά το ζύμωμα λαδώνουμε και αλευρώνουμε τα χέρια μας.

ΥΛΙΚΑ ΣΕ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
χωρίς γλουτένη

Αν έχουμε δυσανεξία στη γλουτένη χρησιμοποιούμε πάντα υλικά χωρίς γλουτένη, ακόμα και αν δεν αναγράφεται στην συνταγή.

ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ

www.alevri.com/glutenfree
ⓕ/alevri.com.gr

Proudly developed by LOULIS Food Ingredients