

ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ



Η φροντίδα είναι η συνταγή.

Συνταγές
**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.aleuri.com/glutenfree

[f/aleuri.com.gr](https://www.facebook.com/aleuri.com.gr)

ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ



Η φροντίδα είναι η συνταγή.

Συνταγές χωρίς γλουτένη

.....

Οι **Μύλοι Αγίου Γεωργίου** δημιούργησαν με πολύ αγάπη αυτό το βιβλιαράκι **συνταγών χωρίς γλουτένη** ελπίζοντας να γίνει πηγή **έμπνευσης** και **δημιουργίας** στη κουζίνα σας. 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!**

Αλεύρι χωρίς γλουτένη των Μύλων Αγίου Γεωργίου

Οι Μύλοι Αγίου Γεωργίου αναγνωρίζοντας την ανάγκη που υπάρχει για νόστιμα και ποιοτικά προϊόντα χωρίς γλουτένη έχουν στη γκάμα τους εδώ και χρόνια δύο προϊόντα αλεύρου χωρίς γλουτένη, την αυτοδιογκούμενη φαρίνα και το αλεύρι για όλες τις χρήσεις. 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 χρησιμοποιείτε τη **Φαρίνα χωρίς Γλουτένη**. Δίνει μια βελούδινη υφή και ένα εξαιρετικά νόστιμο αποτέλεσμα. Και τώρα, η αγαπημένη σας σειρά αλεύρων αποκτά πλήρως ανανεωμένη εικόνα και φρέσκια εμφάνιση. Διατηρώντας τα βασικά της χαρακτηριστικά όπως τους χρωματικούς κώδικες, η σειρά αποκτά νέο λογότυπο Χωρίς Γλουτένη και μοντέρνες συσκευασίες.

Δύο νέα προϊόντα!

Ανταποκρινόμενοι στις ανάγκες σας, οι Μύλοι Αγίου Γεωργίου προσθέτουν στη γκάμα τους δύο νέα προϊόντα 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 νέα μείγματα χωρίς γλουτένη έχετε εύκολα, ακολουθώντας τα βήματα της κάθε συνταγής, ένα σίγουρο αρτοποιητικό αποτέλεσμα που θα ικανοποιήσει την οικογένεια. Θα βρείτε αναλυτικά περισσότερες συνταγές στο www.alevri.com/glutenfree!

Οι φωτογραφίες των τελικών προϊόντων είναι ενδεικτικές



ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

Σπιτικό Ψωμί



Υλικά

- » 500 γρ. **αλεύρι για όλες τις χρήσεις χωρίς γλουτένη**
- » 20 γρ. νωπή μαγιά (ή 7 γρ. ξηρή)
- » 10 γρ. ζάχαρη
- » 5 γρ. αλάτι
- » 20 γρ. λιωμένη μαργαρίνη
- » 400 ml χλιαρό νερό

Εκτέλεση

- 1.** Βάζουμε στον κάδο του μίξερ το αλεύρι, τη μαγιά, τη ζάχαρη και το αλάτι και τα αναμειγνύουμε με μία σπάτουλα.
- 2.** Προσθέτουμε το νερό και τη λιωμένη μαργαρίνη και ζυμώνουμε στο μίξερ με το γάντζο για 3 λεπτά περίπου έως ότου να έχουμε μια κρεμώδη ζύμη.
- 3.** Βάζουμε τη ζύμη σε βουτυρωμένη φόρμα ψωμιού με τη βοήθεια μίας σπάτουλας και την αφήνουμε σε ζεστό μέρος, σκεπασμένη, για περίπου 45 λεπτά.
- 4.** Αλείφουμε με προσοχή τη φουσκωμένη ζύμη με λιωμένη μαργαρίνη και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο, με αντιστάσεις, στους 200°C για περίπου 1 ώρα.
- 5.** Μετά το ψήσιμο, βγάζουμε το ψωμί από τη φόρμα και το αφήνουμε να κρυώσει για περίπου 2 ώρες πριν το κόψουμε.

**ΧΟΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Τσουρέκι



Υλικά

- » 250 γρ. **αλεύρι για όλες τις χρήσεις χωρίς γλουτένη**
- » 7 γρ. ξερή μαγιά
- » 100 γρ. ζάχαρη άχνη
- » 2 κρόκους αυγού
- » 50 γρ. βούτυρο φρέσκο λιωμένο
- » 180 ml γάλα
- » ½ κ.γ. αλάτι
- » ½ κ.γ.μαστίχα σε σκόνη
- » ½ κ.γ. μαχλέπι σε σκόνη
- » 1 βανίλια
- » 1 αυγό
- » 100 γρ. αμύγδαλο φιλέ για το ψήσιμο

Εκτέλεση

- 1.** Λιώνουμε το βούτυρο και το βάζουμε στον κάδο του μίξερ. Αφήνουμε να κρυώσει ελαφρώς και βάζουμε τη μαγιά και τη ζάχαρη. Χτυπάμε με τον γάντζο για 4-5 λεπτά.
- 2.** Προσθέτουμε, το αυγό το γάλα, το αλάτι και τα αρωματικά και συνεχίζουμε το χτύπημα για 2-3 λεπτά.
- 3.** Προσθέτουμε σταδιακά το αλεύρι και χτυπάμε μέχρι να γίνει μια ελαστική ζύμη.
- 4.** Αφήνουμε τη ζύμη να φουσκώσει για περίπου 1 ώρα σε ζεστό σημείο του σπιτιού.
- 5.** Τη μεταφέρουμε σε αλευρωμένη επιφάνεια και τη χωρίζουμε σε 3 μπάλες ίδιου βάρους. Ανοίγουμε τις μπάλες με τα χέρια μας σε τρία κορδόνια και πλέκουμε το τσουρέκι.
- 6.** Το τοποθετούμε σε ταψί φούρνου όπου έχουμε στρώσει λαδόκολλα. Το αφήνουμε να φουσκώσει για περίπου 1 ώρα, σκεπασμένο και σε ζεστό σημείο του σπιτιού.
- 7.** Το αλείφουμε με αυγό και πασπαλίζουμε με το αμύγδαλο φιλέ.
- 8.** Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C για περίπου 25 λεπτά ή μέχρι να ροδοκοκκινίσει.

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Κέικ (Χωρίς μίξερ)



Υλικά

- » 500 γρ. **φαρίνα χωρίς γλουτένη**
- » 300 γρ. βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου
- » 200 γρ. γάλα
- » Βανίλια ή ξύσμα λεμονιού
- » 350 γρ. ζάχαρη
- » 6 αυγά

Εκτέλεση

- 1.** Βάζουμε σε μία λεκάνη το βούτυρο, τη ζάχαρη και τη βανίλια και τα ανακατεύουμε καλά με το χέρι.
- 2.** Στην συνέχεια ρίχνουμε διαδοχικά ένα – ένα τα αυγά και συνεχίζουμε το ανακάτεμα.
- 3.** Προσθέτουμε το γάλα και στην συνέχεια τη φαρίνα χωρίς γλουτένη και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.
- 4.** Ρίχνουμε το μείγμα σε στρογγυλή φόρμα βουτυρωμένη και πασπαλισμένη με φαρίνα χωρίς γλουτένη.
- 5.** Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο με αέρα στους 160°C για 55 λεπτά περίπου.
- 6.** Αφήνουμε το κέικ να κρυώσει για 10 λεπτά, ξεφορμάρουμε και το αφήνουμε σε σχάρα να κρυώσει τελείως.

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

Αλμυρό κέικ με φέτα & δεντρολίβανο



Υλικά

- » 250 γρ. **φαρίνα χωρίς γλουτένη**
- » 4 αυγά
- » 1 κ.σ. ζάχαρη
- » 1 κ.σ. baking powder
- » 200 γρ. φέτα
- » 50 γρ. κρεμμύδι
- » 200 ml γάλα φρέσκο
- » 80 γρ. βούτυρο αγελαδινό
- » Αλάτι & Φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- » 1 κ.σ. φρέσκο δεντρολίβανο ψιλοκομμένο

Εκτέλεση

- 1.** Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι. Σε ένα τηγάνι, βάζουμε το βούτυρο και μόλις λιώσει και κάψει, σοτάρουμε το κρεμμύδι μέχρι να γίνει διάφανο.
- 2.** Ανακατεύουμε σε ένα μπολ το αλεύρι, το baking powder, τη ζάχαρη το αλάτι. Κόβουμε τη φέτα σε κύβους και την ρίχνουμε στο αλεύρι μαζί με το δεντρολίβανο.
- 3.** Σε ένα άλλο μπολ, ανακατεύουμε τα αυγά, το γάλα, το σοταρισμένο κρεμμύδι. Προσθέτουμε το μείγμα του αλευριού στο μείγμα των αυγών και ανακατεύουμε.
- 4.** Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μια ορθογώνια φόρμα του κέικ και βάζουμε το μείγμα του κέικ.
- 5.** Ψήνουμε για 40 λεπτά στους 175°C και αφήνουμε να κρυώσει για να σερβίρουμε.

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

Πίτσα



Υλικά

- » 200 γρ. **Baking Mix** (μείγμα Αρτοποιίας χωρίς γλουτένη)
- » 5 γρ. ξηρή μαγιά
- » 10 γρ. ζάχαρη
- » 4 γρ. αλάτι
- » 11 ml λάδι
- » 200 ml χλιαρό νερό (περίπου 30°C)

Εκτέλεση

1. Βάζουμε το μείγμα αρτοποιίας μαζί με τη ζάχαρη και το αλάτι σε ένα μπολ και τα αναμειγνύουμε με μία σπάτουλα.
2. Κάνουμε μία μικρή λακκούβα στο κέντρο του μείγματος και ρίχνουμε μέσα τη μαγιά μαζί με λίγο νερό και περιμένουμε 5-10' ώστε να ενεργοποιηθεί.
3. Ρίχνουμε το υπόλοιπο νερό και το λάδι και ζυμώνουμε καλά με το χέρι σε αλευρωμένο πάγκο.
4. Μορφοποιούμε το ζυμάρι σε ένα μπαλάκι και ανοίγουμε με τον πλάστη, σε αλευρωμένη επιφάνεια, μία πίτσα.
5. Τοποθετούμε την πίτσα σε βουτυρωμένο ταψί (26cm) και τη σκεπάζουμε, αφήνοντας την σε ζεστό μέρος για 40-45' περίπου, για να φουσκώσει.
6. Τρυπάμε την επιφάνεια της πίτσας με ένα πιρούνι και την προψήνουμε (χωρίς γέμιση) για 10' περίπου σε προθερμασμένο φούρνο, με αέρα, στους 220°C.
7. Τέλος, βγάζουμε την πίτσα από τον φούρνο, γεμίζουμε με υλικά της αρεσκείας μας και στην συνέχεια ξαναψήνουμε για ακόμη 10' περίπου (ανάλογα με τα υλικά).

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Chocolate cookies



Υλικά

- » 180 γρ. **Pastry Mix (μείγμα Ζαχαροπλαστικής χωρίς γλουτένη)**
- » 35 γρ. ζάχαρη
- » 100 γρ. δάκρυα σοκολάτας
- » 1 αυγό
- » 50 γρ. βούτυρο
- » 50 γρ. σπασμένο φουντούκι ή αμύγδαλο
- » 10 γρ. κακάο
- » 5 γρ. baking powder
- » λίγο αλάτι

Εκτέλεση

1. Χτυπάμε στο μίξερ τη μαργαρίνη, το αυγό, τη ζάχαρη και μία κουταλιά από το μείγμα ζαχαροπλαστικής μέχρι να αφρατέψουν.
2. Ανακατεύουμε σε ένα άλλο μπολ το υπόλοιπο μείγμα αλεύρου, το κακάο, το αλάτι και το baking powder.
3. Προσθέτουμε το παραπάνω μείγμα σταδιακά στο μίξερ μέχρι να ενσωματωθεί με τα υπόλοιπα υλικά. Στην συνέχεια ρίχνουμε τα δάκρυα σοκολάτας και το σπασμένο φουντούκι ή αμύγδαλο.
4. Κατόπιν βγάζουμε τη ζύμη από το μίξερ και τη μορφοποιούμε σε σχήμα κυλινδρικού μπιστουιού με διάμετρο περίπου 4cm και κόβουμε με τα δάχτυλά μας το μπιστούνι ανά 3cm περίπου φτιάχνοντας μικρά μπαλάκια.
5. Τοποθετούμε τα μπαλάκια σε λαμαρίνα με χαρτί ψησίματος και τα πιέζουμε ελαφρά στο κέντρο (ώστε να απλώσουν λίγο).
6. Τέλος, ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C με αέρα για 10-12' περίπου.

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Choco muffins



Υλικά

- » 200 γρ. **Pastry Mix**
(μείγμα Ζαχαροπλαστικής
χωρίς γλουτένη)
- » 40 γρ. ζάχαρη
- » 75 γρ. ηλιέλαιο
- » 50 γρ. δάκρυ
σοκολάτας
- » 25 γρ. αμύγδαλο
σπασμένο ή φουντούκι
- » 5 γρ. κακάο
- » 5 γρ. baking powder
- » 2 αυγά
- » λίγο αλάτι

Εκτέλεση

1. Βάζουμε όλα τα υλικά σε ένα μπολ και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν.
2. Γεμίζουμε φορμάκια για muffins κατά τα $\frac{3}{4}$ αυτών.
3. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C με αέρα, για περίπου 17 λεπτά.

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Ζύμη για τάρτα



Υλικά

- » 250 γρ. **Pastry Mix**
(μείγμα Ζαχαροπλαστικής
χωρίς γλουτένη)
- » 100 γρ. μαργαρίνη
- » 1 αυγό
- » 3 γρ. baking powder
- » βανίλια

Εκτέλεση

1. Τοποθετούμε το μείγμα ζαχαροπλαστικής σε ένα μπολ.
2. Κόβουμε τη μαργαρίνη σε μικρά κομμάτια και την προσθέτουμε μαζί με το αυγό και τα άλλα υλικά στο μπολ με το μείγμα ζαχαροπλαστικής.
3. Ζυμώνουμε μέχρι να έχουμε μία ομογενοποιημένη ζύμη.
4. Στη συνέχεια βάζουμε τη ζύμη σε βουτυρωμένη φόρμα τάρτας και την τρυπάμε με πιρούνι.
5. Προψήνουμε για περίπου 8 λεπτά στους 220°C με αέρα έχοντας έτοιμη τη βάση για γέμισμα.
6. Στη συνέχεια, γεμίζουμε με υλικά της αρεσκείας μας και ψήνουμε για λίγο ακόμα (ανάλογα με τα υλικά).

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΑ

Παντεσπάνι



Υλικά

- » 250 γρ. **Pastry Mix**
(μείγμα Ζαχαροπλαστικής
χωρίς γλουτένη)
- » 200 γρ. ζάχαρη
- » 1 γρ. βανίλια
- » 5 αυγά

Εκτέλεση

1. Χτυπάμε στο μίξερ με το σύρμα τα αυγά, τη ζάχαρη και τη βανίλια για περίπου 15 λεπτά σε δυνατή ταχύτητα.
2. Στη συνέχεια χαμηλώνουμε τη ταχύτητα και ρίχνουμε λίγο-λίγο το μείγμα ζαχαροπλαστικής μέσα στο μίξερ μέχρι να ομογενοποιηθεί με τα υπόλοιπα υλικά (βοηθώντας με μία σπάτουλα αν χρειαστεί).
3. Τοποθετούμε σε βουτυρωμένο τσέρκι (διαστάσεων 26cm διάμετρος x 5cm ύψος) και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο με αέρα στους 180°C για περίπου 20 - 25 λεπτά (έως ότου αποκτήσει έντονο χρυσό χρώμα).

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree



ΑΡΤΟΛΙΧΟΥΔΙΕΣ

Ψωμί



Υλικά

- » 250 γρ. **Baking Mix (μείγμα αρτοποιίας χωρίς γλουτένη)**
- » 5,5 γρ. ξηρή μαγιά
- » 8 γρ. ζάχαρη
- » 5 γρ. αλάτι
- » 13 ml λάδι
- » 250 ml χλιαρό νερό (περίπου 30°C)

Εκτέλεση

1. Βάζουμε το μείγμα αρτοποιίας μαζί με την ζάχαρη και το αλάτι σε ένα μπολ και τα αναμιγνύουμε με μία σπάτουλα.
2. Κάνουμε μία μικρή λακκούβα στο κέντρο του μίγματος και ρίχνουμε μέσα την μαγιά μαζί με λίγο νερό και περιμένουμε 5-10 λεπτά ώστε να ενεργοποιηθεί η μαγιά.
3. Μετέπειτα ρίχνουμε το υπόλοιπο νερό και το λάδι και ζυμώνουμε καλά με το χέρι ή με μηχανή ζυμώνματος. Αν ζυμώσουμε με το χέρι ξεκινάμε το ανακάτεμα με μία σπάτουλα μέσα στο μπολ και συνεχίζουμε σε ένα αλευρωμένο πάγκο (με μείγμα αρτοποιίας χωρίς γλουτένη).
4. Μορφοποιούμε το ζυμάρι σε ένα στρογγυλό καρβέλι ή μια φρατζόλα και τοποθετούμε σε ένα ταψί με χαρτί ψησίματος.
5. Σκεπάζουμε και αφήνουμε σε ζεστό μέρος για 60 λεπτά περίπου για να φουσκώσει.
6. Χαράσσουμε την ζύμη με ένα κοφτερό μαχαίρι και ψήνουμε στην χαμηλή σχάρα, σε προθερμασμένο φούρνο, με αέρα στους 180°C για 1 ώρα περίπου.
7. Μετά το ψήσιμο, βγάζουμε το ψωμί από το φούρνο και το αφήνουμε να κρυώσει για περίπου 2 ώρες πριν το κόψουμε.

**ΧΩΡΙΣ
ΓΛΟΥΤΕΝΗ**

www.alevri.com/glutenfree

ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ



Η φροντίδα είναι η συνταγή.

ΧΟΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ



www.aleuri.com/glutenfree

f/aleuri.com.gr