

ΝΙΚΟΛ. Σ. ΓΚΙΝΟΠΟΥΛΟΥ

ΟΙΚΙΑΚΗ

ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ



ΕΚΔΟΣΙΣ ΜΙΧΑΗΛ Ι. ΣΑΛΙΒΕΡΟΥ ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ

ΚΙ
76





ΝΙΚΟΛ. Σ. ΓΚΙΝΟΠΟΥΛΟΥ

ΟΙΚΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

ΗΤΟΙ

ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΣ ΟΔΗΓΙΑΙ ΠΡΟΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΝ

ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΦΑΓΗΤΩΝ

ΕΚΔΟΤΗΣ

ΜΙΧΑΗΛ Ι. ΣΑΛΙΒΕΡΟΣ

« Οὐκ ἐν τῷ πολλῷ τὸ εὖ,
ἀλλ' ἐν τῷ εὖ τὸ πολὺ. »



ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ

ΕΚ ΤΟΥ ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟΥ ΤΩΝ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΩΝ

ΜΙΧΑΗΛ Ι. ΣΑΛΙΒΕΡΟΥ

1899



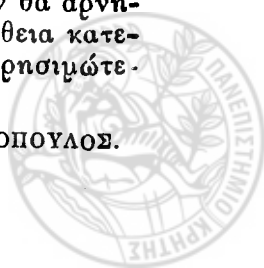
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΚΡΗΤΗΣ
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ
54004



ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Κανείς δὲν δύναται ν' ἀρνηθῆ ὅτι ἡ Μαγειρικὴ εἶνε βιβλίον ἀναγκαιότατον διὰ πᾶσαν οἰκοδόσποιαν, ἀλλὰ καὶ κανείς δὲν δύναται ν' ἀρνηθῆ, ὅτι τὰ μέχρι τοῦδε ἐκδοθέντα ἔργα δὲν δύνανται ν' ἀξιῶσιν δικαίως, ὅτι εἶνε χρήσιμα εἰς τὰς οἰκογενεῖας λόγῳ μεγέθους, τιμῆς, ἀκριβείας καὶ ἀναλυτικότητος περὶ τὴν περιγραφὴν. Διὰ μαγείρους μάλιστα, ἀλλὰ δι' οἰκογενεῖας οὐδαμῶς, ἢ τὸ πολὺ-πολὺ ἐλάχιστα. Καὶ τοῦτο δὲν εἶνε ἐξ ὀλοκλήρου γνώμη ἰδική μας, ἀλλὰ καὶ πολλῶν οἰκοδοσποινῶν, μετὰ τῶν ὁποίων ἤλθομεν εἰς συζητήσεις ἐπὶ τοῦ θέματος τούτου. Ἐκ τῶν λόγων τούτων ὀρμηθέντες καὶ ὑπὸ τῆς ιδέης, ὅτι τὸ βιβλίον πρέπει νὰ εἶνε εὐεργέτημα, ἐμπνεόμενοι, συνετάξαμεν τὸ παρὸν ἔργον, τὸ ὁποῖον, καὶ τοι μικρόν, δυνάμεθα νὰ καυχηθῶμεν, ὅτι περιέχει πλείωτερα ἐπιφέλη τῶν ὀγκωδῶν καὶ πολυσελίδων ὁμοίων. Καὶ ὁ λόγος δὲν εἶνε ὑπερφυσικός τις, ἀλλὰ κοινότατος, πρακτικώτατος, ἀπλούστατος. Διότι ἡμεῖς περιορίσθημεν εἰς τὰ ἐκλεκτότερα τῆς μαγειρικῆς ζητήματα—ἀφοῦ τὰ κοινὰ εἶνε ἄλλως τε κοινὰ εἰς ὅλους — καὶ ἐπιμελῶς ἀπεφύγομεν, τὰ ἔξω τοῦ κύκλου τῆς ἀναγόμενα. Μετὰ τὰ ὀλίγα ταῦτα κολακευόμεθα νὰ πιστεύωμεν ὅτι αἱ οἰκογενεῖαι θέλουσιν εὐμενῶς ὑποδεχθῆ τὸ μικρόν μας ἔργον, ἐν τῷ ὁποίῳ ἂν δὲν διδῶσι τὴν πλήρη ἐπιτυχίαν τοῦ δι' ὃν προώρισται σκοποῦ, δὲν θὰ ἀρνηθῶσιν ὅμως, ὅτι πᾶσα δυνατὴ προσπάθεια κατεβλήθη, ὅπως καταστῆ ὅσον τὸ δυνατόν χρησιμώτερον καὶ ὠφελιμώτερον.

ΝΙΚΟΛ. Σ. ΓΚΙΝΟΠΟΥΛΟΣ.



9

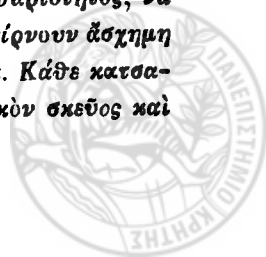


ΠΡΟΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑΙ ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

Καθήκοντα οίκοδεσποίνης.—'Επίπλωσις μαγειρείου, ἑστιατορίου.
Στολισμὸς τῆς τραπέζης.—Πῶς γίνονται αἱ προσκλήσεις, κλπ.

Ἡ οἰκοδέσποινα εἶνε ἡ ψυχὴ τοῦ μαγειρείου. Αὐτὴ πρέ-
πει νὰ διοικῆ, ὀδηγῆ, ἐπιστατῆ καὶ ἐπιβλέπη τὰ ἐν αὐτῷ
γινόμενα, διότι αἱ μαγειρῆσαι πολλάκις κρέας, μὲ τὸ ὅποιον
θὰ ἠδύνατό τις νὰ διατηρήσῃ οἰκογένειαν ἐπὶ 2—3 ἡμέ-
ρας ἀφθόνως καὶ μὲ ποικιλίαν τροφῆς, αὐταὶ τὸ ἐξο-
δεύουσιν εἰς μίαν μόνην, καὶ πάλιν νηστικούς εἶνε ἱκαναὶ
νὰ μᾶς ἀφήσωσι. Καὶ τοῦτο ἢ διότι δὲν ἠξέφρουσι,—καὶ
δὲν εἶνε ὀλίγαι τοιαῦται,—ἢ διότι δὲν τὰς τόσῳ ἐνδιαφέρει
τὸ συμφέρον τῆς οἰκίας. Καὶ ὅμως πληρώνονται καλά,
τρέφονται καλά. Διὰ τοῦτο, ἐπαναλαμβάνομεν, εὐτυχεῖς
εἶνε αἱ οἰκοδέσποιναὶ ἐκεῖναι, αἵτινες δύνανται νὰ ὑπη-
ρετῶσι μόναι τὸν οἶκόν των, χωρὶς τὰς παρασίτους καὶ
τὰς βδέλλας αὐτάς.

Ἡ οἰκοδέσποινα πρέπει νὰ φροντίζῃ, ὥστε τὸ μαγει-
ρεῖον νὰ διατηρῆται ἐν ζηλευτῇ τάξει καὶ καθαριότητι καὶ
νὰ δεικνύῃ δι' αὐτὸ τοιαύτην στοργὴν καὶ ἐπιμέλειαν,
ὁποῖαν καὶ διὰ τὸ κομμωτήριόν της. Νὰ διακοσμῇ αὐτὸ
φιλοκάλως οὕτως, ὥστε ὄχι μόνον ὁ εἰσερχόμενος νὰ μὴ
διατρέξῃ τὸν κίνδυνον νὰ λερώσῃ τὰ ρούχᾳ του, ἀλλὰ καὶ
μετ' εὐχαριστήσεως νὰ τὸ ἐπισκέπτεται καὶ νὰ παραμένῃ
ἐν αὐτῷ. Τὰ ἄγγελα ν' ἀστράπτουν ἐκ καθαριότητος, νὰ
γανόνωνται συχνά, διότι ἄλλως τὰ φαγητὰ παίρνουν ἄσχημη
μυρωδιὰν καὶ πολλὰ δηλητηριώδη στοιχεῖα. Κάθε κατασα-
ρόλα, κάθε τηγάνι καὶ ἐν γένει πᾶν μαγειρικὸν σκεῦος καὶ

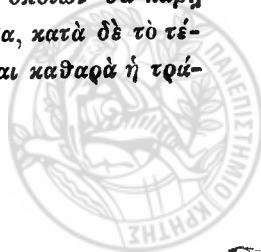


έργαλειον, πρέπει νά κατέχη τήν ἀρμόζουσαν θέσιν.

Ἡ ἐπίπλωσις τοῦ μαγειρείου ἄς εἶνε ὄσῳ τὸ δυνατόν ἀπλή, ἀλλὰ μὲ καλαισθησίαν. Μία μεγάλη ἐστία μὲ τὰ ἀναγκαιοῦντα φουρνέλα ἀπὸ τὸ ἓν μέρος αὐτῆς καὶ ἀπὸ τὸ ἄλλο τὰ μαγειρικά σκευῆ τοποθετημένα κατὰ σειράν, ὀλίγον ἀπωτέρω μία βρῦσι, εἰς σάπων καὶ πλησίον αὐτῶν μία πετσεῖτα, ἵνα καθαρίζονται, ὁπόταν τύχη ἀνάγκη, οἱ ἐν τῷ μαγειρείῳ ἐργαζόμενοι, εἶνε τὰ ἀπυλῦτως ἀναγκαῖα διὰ τὰ μαγε ρεῖα.

Ἡ πινακοθήκη πρέπει νά εἶνε γεμάτη ἀπὸ διαφόρου εἶδους πιάτα, τὰ δὲ φατνώματά της νά σκεπάζονται ἀπὸ φρεστόνι λευκοῦ χάρτου. Ἐνωθεν αὐτῆς μία μεγάλη σανίς, ἐπὶ τῆς ὁποίας τοποθετοῦνται αἱ κατασρόλαι. Εἰς ἓν μέρος τοποθετεῖται ἓν ἐρμάριον, ἐντὸς τοῦ ὁποίου ἡ μαγειρῖσσα τοποθετεῖ τὸ ἀναγκαῖον τῆς ἡμέρας βούτυρον, καφέν, ζάχαριν, κρόμμου, κλπ. τὰ ὅποια τὴν πρῶταν χωρίζει ἡ οἰκοδέσποινα. Ἐν ἡ οἰκοδέσποινα ἔνεκα ἄλλης τινὸς ἀσχολίας ἀδυνατῆ νά πράττη τοῦτο καὶ νά ἐπιβλέπη τὰ ἐν τῷ μαγειρείῳ, τότε ἄς ἀποφεύγη τὴν χουδρικὴν ἀγορὰν τῶν καθ' ὄλον τὸ ἔτος ἀναγκαιοῦντων τροφίμων, διότι αἱ κλοπαὶ καὶ αἱ καταχρήσεις τῶν μαγειρῖσσῶν καὶ ὑπηρεριῶν ἀποβαίνουσι δυσεξέλεγκτοι, πράγμα τὸ ὅποῖον ἔχει οὐχὶ τόσον εὐάρεστα ἀποτελέσματα διὰ τὰ συμφέροντα τοῦ οἴκου.

Ἐν τῷ μέσῳ τοῦ μαγειρείου τοποθετεῖται τράπεζά τις μαρμαρίνος, ἢν εἶνε δυνατόν, διὰ νά τοποθετῶνται ἐπάνω τὰ μαγειρικά σκευῆ, ἐργαλεῖα, κλπ. τῶν ὁποίων θὰ λάβῃ ἀνάγκην κατὰ τὸ μαγείρευμα ἢ μαγειρῖσσα, κατὰ δὲ τὸ τέλος τῆς ἐν τῷ μαγειρείῳ ἐργασίας πλύνεται καθαρά ἡ τρά-

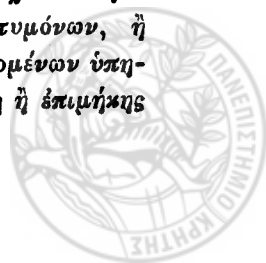


πεξα αὐτή, τὸ ἔδαφος τοῦ μαγειρείου καὶ ἐν γένει τὰ μαγειρικὰ ἔργαλεῖα καὶ σκεύη, τῶν ὁποίων ἔγεινε χρῆσις τὴν ἡμέραν ἐκείνην. Ἀπὸ καιροῦ δ' εἰς καιρὸν καθαρίζεται ἡ καπνοδόχη καὶ ἀσπρίζεται διὰ νὰ σκεπάξηται ἡ μαυρίλα ἀπὸ τοὺς καπνοὺς.

Ἡ μαγείρισσα πρέπει νὰ ἀκτινοβολῇ ἐκ τῆς καθαριότητος, μὲ τὴν ἄσπρην ποδιά της, μὲ χέρια καθαρώτατα. Δὲν πιάνει τίποτε μὲ τὸ χέρι, ἀλλὰ πάντοτε μὲ τὸ μαχαίρι καὶ περοῦνι.

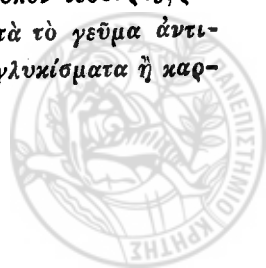
Τὸ ἐστιατόριον καλὸν εἶνε νὰ εὐρίσκηται πλησίον τοῦ μαγειρείου, ἀλλ' ὄχι καὶ τόσον πλησίον, ὥστε ὁ καπνός, ἡ κνίσσα τῶν φαγητῶν ἢ ἄλλο τι νὰ ἐνοχλῇ τοὺς συντροφώοντας. Ἡ διακόσμησις του πρέπει νὰ εἶνε ἀνάλογος τοῦ ὄγκου τοῦ βαλαντίου τῆς οἰκογενείας.

Ἄς ἀπαγορευῆται ἡ ἐν τῷ ἐστιατορίῳ τοποθέτησις ὀγκωδῶν ἐπίπλων ἢ σκευοθηκῶν. Δὲν εἶνε καλὴ ἡ συνήθεια νὰ τοποθετῆται ἐπιπλὸν τι μεταξὺ δύο παραθύρων· καλαισθητικώτερον εἶνε νὰ τοποθετῆται μία μικρὰ τράπεζα ἢ ἄλλο τι ἐπιπλὸν εὐκίνητον. Ἡ συνήθεια τοῦ νὰ κοσμῶσι τὰ ἐστιατόρια δι' εἰκόνων, ἢ ἄλλου τινὸς ἔργου τέχνης, δὲν εἶνε καλὴ· οἱ τοῖχοι ἄς σκεπάζωνται μὲ χαρτίον χρωματιστὸν καὶ τὰ παραπετάσματα τῶν παραθύρων ἄς μὴ εἶνε βαρέα, ἢ δὲ καλαισθησία τῆς οἰκοδοσποίτης ἄς ἐπιφέρῃ ἀρμονίαν μεταξὺ αὐτῶν καὶ τοῦ χρωματισμοῦ τοῦ τοίχου. Τὸ ἔδαφος τοῦ ἐστιατορίου σκεπάζεται μὲ παχὺν τάπητα διὰ νὰ μὴ κρυώνωσιν οἱ πόδες τῶν συνδαιτυμόνων, ἢ ἀκούηται ὁ θόρυβος τῶν εἰσερχομένων ἢ ἐξερχομένων ὑπηρέτων. Εἰς τὸ μέσον τοποθετεῖται στρογγύλη ἢ ἐπιμήκης



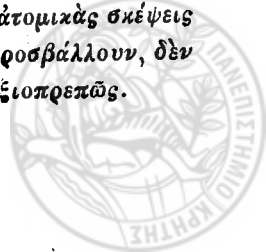
τραπέζα, σκεπαζομένη διὰ τραπεζομανδήλου μὲ κεντήματα ἀνατολικῶν σχεδίων. Ἀπὸ τοῦ μέσου τῆς ὀροφῆς ἀναρτάται λυχνία. Διὰ κάθε συνδαιτυμόνα τίθεται ἕν πιάτο καὶ ἕν μαχαιροπήρουνον, τὰ ὁποῖα ἀλλάσσονται εἰς ἕκαστον φαγητόν. Πλησίον τοῦ σερβισίου τοποθετεῖται ἀνὰ μία μικρὰ ἀνθοδέσμη· ἔμπροσθεν τοῦ πιάτου τίθενται δύο ποτήρια, ἐκ τῶν ὁποίων τὸ ἕν διὰ τὸ ὕδωρ, ὕπερ θὰ εἶνε καὶ μεγαλύτερον, τὸ δὲ ἄλλο διὰ τὸν οἶνον. Καλὸν νὰ τίθηνται καὶ δύο φιάλαι, ἢ μία περιέχουσα οἶνον, ἢ δὲ ἄλλη ὕδωρ, διὰ νὰ ὑπηρετῆται καθεὶς μόνος του καὶ κατ' ἀρέσκειαν.

Τὰ ἀλατοδοχεῖα ἐπίσης πρέπει νὰ εἶνε ἀρκετά, ἕν τοῦλάχιστον διὰ δύο συνδείπνους. Εἰς τὸ μέσον τῆς τραπέζης τοποθετοῦσι συνήθως μίαν μεγάλην ἀπλάδα ἢ σουπιέραν ἐπιμήκη χρησιμεύουσαν διὰ τὴν παράθεσιν τῶν φαγητῶν, ἢ σερβίρουσι τὸ φαγητόν εἰς τὰ πιάτα καὶ τοποθετοῦσιν εἰς τὴν θέσιν τῆς ἀπλάδος ἢ τῆς σουπιέρας, κανιστριδίον μὲ ἄνθη. Ἐκατέρωθεν τῆς σουπιέρας καὶ ἀπὸ τὸ στενωτέρον μέρος αὐτῆς τοποθετοῦνται δύο τοῦρται, ἀπὸ δε τὸ μακρύτερον δύο σαλατιέραι. Εἰς τὸ ἕν μέρος τῆς τραπέζης καὶ εἰς τὸ ἄλλο καὶ ἔμπροσθεν τῶν πιάτων τῶν συνδαιτυμόνων ἀνὰ μία σουπιέρα, ὅπου τίθενται τὰ μετὰ τὸν ζωμὸν φαγητά. Εἰς τὸ ἔμπροσθεν μέρος ἐκάστης σουπιέρας τοποθετοῦνται ἀνὰ δύο φρουτιέραι μὲ κομπόστας καὶ καρπούς, ἔμπροσθεν δὲ αὐτῶν πάλιν καὶ εἰς τὴν αὐτὴν γραμμὴν τίθενται ἀνὰ δύο, ἦτοι τὸ ὅλον τέσσαρες, ραβιέραι μὲ ὀρεκτικά, αἱ ὁποῖαι ὁμως μετὰ τὸ γεῦμα ἀντικαθιστῶνται ὑπὸ μικρῶν π. νακίων μὲ γλυκίσματα ἢ καρποὺς ζακχαροπήκτους.



Αἱ προσκλήσεις πρὸς δεῖπνον πρέπει νὰ γίνωνται μετὰ τινος σεβασμοῦ πρὸ τῆς ἐπιμοτυπίας, ἰδίως, ὅταν τὸ πρόσωπον, τὸ ὁποῖον προσκαλεῖται, εἶνε ὑψηλῆς περιωπῆς. Ἡ πρόσκλησις πρέπει νὰ γίνηται πολλὰς ἡμέρας πρότερον καὶ ὁ προσκαλούμενος ὀφείλει ν' ἀπαντήσῃ, ὅσῳ τὸ δυνατόν ταχύτερον, ἂν δὲν δύναται νὰ δεχθῇ ἢ δέχηται τὴν φιλόφρονα πρόσκλησιν, διὰ νὰ γνωρίξῃ τοῦτο ὁ προσκαλῶν καὶ προσπαθήσῃ νὰ τὸν ὑποδεχθῇ, ὅσον τὸ δυνατόν εὐπρεπέστερον. Ὁ προσκαλούμενος δὲν πρέπει νὰ ὑπάγῃ πρὸ τῆς ὠρισμένης ὥρας ἢ μετ' αὐτήν, διότι γίνεται ἐμπόδιον εἰς τοὺς ἀνθρώπους τῆς οἰκίας ἢ κάμνει αὐτοὺς νὰ περιμένωσι, πράγμα ἐλάχιστα ἀρμόζον εἰς κύριον. Μόνον εἰς κυρίαν δύναται νὰ συγχωρηθῇ τοῦτο. Ὅταν τὰ πάντα εἶνε ἔτοιμα, ὁ ὑπηρέτης ἀναγγέλλει εἰς τὴν οἰκοδέσποιαν, ὅτι ἢ τράπεζα εἶνε ἔτοιμος. Περνοῦν τότε οἱ προσκεκλημένοι εἰς τὸ ἐστιατόριον καὶ κάθηται εἰς τὴν δι' ἕκαστον ὠρισμένην θέσιν. Πρὸς τοῦτο ἔχει προηγουμένως ἡ οἰκοδέσποινα διατάξει νὰ θέσωσιν ἄνωθεν ἕκαστου σερβιτσίου ἓν ἄνθος καὶ εἰς τὴν οὐράν του ἓνα χαρτάκι, ἐπὶ τοῦ ὁποίου νὰ εἶνε γεγραμμένον τὸ ὄνομα ἐκείνου, ὅστις θὰ καταλάβῃ τὴν θέσιν ἐκείνην. Ἄλλοι συνειθίζουσι νὰ κάμνωσι τὸ ἔξης: Ὁ οἰκοδεσπότης λέγει εἰς ἕκαστον τῶν προσκεκλημένων· ὁ κ. Α. θὰ δώσῃ τὸν βραχίονά του εἰς τὴν κυρίαν (τῆς οἰκίας), ὁ κ. Β. θὰ δώσῃ τὸν βραχίονά του εἰς τὴν κυρίαν Μ. καὶ οὕτω καθ' ἕξης. Ἄν ὁ οἰκοδεσπότης θέλῃ νὰ δείξῃ εἰς κυρίαν τινὰ πλειοτέραν τιμὴν, τὴν καθίζει εἰς τὰ δεξιὰ του. Περιττὸν νὰ εἰπώμεν ὅτι εἰς τὴν τοποθέτησιν πρέπει νὰ καταβάλληται μεγάλη προσοχὴ καὶ προσπάθεια, ὅπως

γείνη καταλλήλως, διότι ἐξ αὐτῆς πολλάκις ἐξαρθᾶται ἡ ἐκ τοῦ δείπνου καὶ τῆς συναναστροφῆς εὐχαρίστησις. Ἡ οἰκοδέσποινα δὲν πρέπει νὰ ζητῇ συγγνώμην διὰ τὰ φαγητά της, ἂν δὲν εἶνε καλὰ ἢ ἀρκετὰ. Δὲν ἐπιμένει, ὅπως οἱ προσκεκλημένοι τρώγωσι περισσότερον τοῦ ὅσον ἐπιθυμοῦσιν. Ὅταν τῇ προσφέρηται τι, δὲν ἀρνεῖται. Ἐν τῇ συνομιλίᾳ κρατεῖ τὸ νῆμα τῆς ὁμιλίας μὲ ὕφος θελκτικὸν καὶ ἐπαγωγόν, ἀποφεύγουσα πᾶσαν ματαιότητα. Δὲν ἐπιμένει εἰς τὴν ιδέαν της, μηδὲ ἐναντιώνεται εἰς ὅ,τι λέγουν οἱ ἄλλοι. Δὲν ἐπαινεῖ τοὺς παρόντας, οὐδὲ κακολογεῖ τινα, διότι μεταξὺ τῶν τῆς συναναστροφῆς δυνατὸν νὰ ἀριθμῇ φίλους ὁ κακολογούμενος καὶ διὰ τὸ πρῶτον ἴσως θεωρηθῇ κόλαξ. Ὅταν τις ὁμιλῶν κάμνη λάθος, δὲν πρέπει νὰ τὸν διορθώῃ ἢ νὰ δεικνύῃ ὅτι ἐνόησε τὸ λάθος του. Οὐδεὶς ἐκ τῶν συνδαιτυμόνων διαψεύδει ἄλλον καί, ὅταν ἐξη ἄδικον, τῷ παρατηρεῖ μόνον ἀπλῶς, ὅτι αἱ πληροφορίες του δυνατὸν νὰ μὴ εἶνε ἀσφαλεῖς καὶ ἡ ιδέα του ἀκριβής. Ἐὰν ὅμως ἐπιμένῃ, ὑποχωρεῖ, προσθέτων ὅτι ἴσως ἔχει δίκαιον ἢ ἀλλάσσει ἐπιτηδεῖως θέμα ὁμιλίας. Ποτὲ μὴ ὁμιλεῖτε ἀξιωματικῶς καὶ κομπορημόνως, διότι τοῦτο εἶνε ξυνομιλίᾳ κακῆς ἀνατροφῆς. Μὴ ὁμιλεῖτε περὶ ἐλευθερίων ζητημάτων, ὅταν μεταξὺ τῆς συναναστροφῆς ὑπάρχωσι νέοι καὶ νεάνιδες. Δὲν πρέπει νὰ κάμνητε παρατηρήσεις εἰς τὰ παιδιά ἐνώπιον τῶν γονέων των, οὔτε νὰ ὁμιλῆτε περὶ τῆς ὑγείας σας ἢ τῶν ἄλλων. Ἀποφεύγετε πάσῃ δυνάμει τὸ λεπτὸν τῆς ἡλικίας θέμα, τὰς πολιτικὰς συζητήσεις καὶ τὰς ἀτομικὰς σκέψεις σας περὶ προσώπου τινός. Ὅταν σὰς προσβάλλουν, δὲν πρέπει νὰ ὀργίζησθε, ἀλλὰ νὰ ἀπαντᾶτε ὀξιοπρεπῶς.



ΠΕΡΙ ΤΩΝ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΤΡΟΦΩΝ

Εἶνε γνωστόν, ὅτι αἱ διάφοροι τροφαὶ δὲν ἔχουσι τὰς ἰδίας φυσικὰς καὶ θρεπτικὰς ιδιότητας, διὰ τοῦτο κάθε οἰκοδέσποινα πρέπει νὰ γνωρίζῃ ταύτας, ἵνα κατασκευάζῃ τροφήν καλήν, ὠφέλιμον καὶ θρεπτικὴν. Καὶ ὄχι μόνον τοῦτο, ἀλλὰ καὶ νὰ διακρίνῃ, ἐὰν κρέας τι π. χ. εἶνε φρέσκον ἢ προέρχεται ἀπὸ ἀρρωστον ζῷον καὶ ποία ἐποχὴ εἶνε καταλληλοτέρα διὰ κάθε εἶδος κρέατος, ἢ ἄλλο εἶδος τροφῆς.

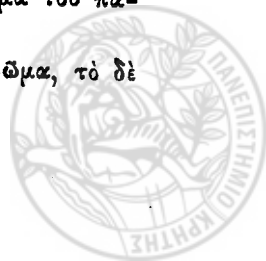
ΚΡΕΑΤΑ

Τὸ κρέας θεωρεῖται, ἂν καὶ ὄχι πολὺ ὀρθῶς κατὰ τὰ νεώτερα πορίσματα τῆς ἐπιστήμης, ὡς ἡ καλλιτέρα καὶ ὑγιεινότερα τροφή τοῦ ἀνθρώπου, διὰ τοῦτο προτάσσομεν τὸ περὶ αὐτῶν κεφάλαιον.

Βωδινὸν κρέας

Τὸ βωδινὸν κρέας εἶνε ἡ ψυχὴ τοῦ μαγειρείου. Ὁ ζωμὸς του εἶνε τονωτικώτατος καὶ ἀπαραίτητος εἰς τὴν κατασκευὴν τῶν διαφόρων φαγητῶν. Τὸ κρέας εἶνε ὑγιεινὸν καὶ θρεπτικώτατον. Διὰ νὰ εἶνε καλόν, πρέπει νὰ εἶνε κόκκινον, τὰ κόκκαλά του χονδρὰ καὶ στρογγύλα καὶ τὸ χρῶμα τοῦ πάχους του νὰ εἶνε ἄσπρον κιτρινωπόν.

Τὸ κρέας τῆς ἀγελάδος ἔχει ἀνοικτώτερον χρῶμα, τὸ δὲ πάχος κιτρινωπότερον.



Μοσχαρίσιον κρέας

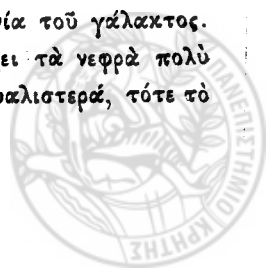
Τὸ μοσχαρίσιον κρέας εἶνε μετρίως θρεπτικόν, ἀλλὰ τρυφερώτερον καὶ εὐκολοχώνευτότερον τῶν ἄλλων κρεάτων. Διὰ τοῦτο εἶνε καταλληλότατον διὰ τοὺς ἀδυνάτους, ἢ διὰ τοὺς ἔχοντας ἀδύνατον στόμαχον. Πρέπει ὅμως νὰ εἶνε μεγαλείτερον τῶν ἕξ μηνῶν, διότι τὰ μικρότερα εἶνε ἀδύνατα καὶ ἀνοστα. Ὅταν τὸ κρέας τοῦ εἶνε σκληρὸν καὶ ἄσπρον, εἶνε φρέσκον, ἐὰν δ' ἀποκλίνη ὀλίγον πρὸς τὸ κίτρινον, ἢ ἔχη κηλίδας κιτρίνους, τότε τὸ ζῶον δὲν εἶνε φρέσκον, ἢ ἦτο ἀρρωστον καὶ λάβετε τὰ μέτρα σας.

Πρόθειον κρέας

Τὸ πρόθειον κρέας εἶνε τὸ σχετικῶς καλλίτερον ἀπὸ τὰ ἄλλα κρέατα, ὡς τρυφερώτερον καὶ νοστιμώτερον. Ὡς ψητὸν μάλιστα εἶνε πολὺ εὐκολοχώνευτον καὶ ὑπερβολικὰ θρεπτικόν. Κατ' ἄλλους τρόπους παρασκευαζόμενον χάνει πολλὰς θρεπτικὰς τοῦ ἰδιότητος. Προτιμᾶται τὸ ἀρσενικὸν πρόβατον παρὰ τὸ θηλυκόν. Νοστιμώτερα καὶ ὑγιεινότερα εἶνε τὰ τρεφόμενα εἰς τόπους παραθαλασσίους. Ἀπογεύγετε τὸ κρέας, ὅταν εἶνε σκληρὸν καὶ ἔχη γλοίνας. Τὸ πρόθειον κρέας εἶνε καλλίτερον καὶ παχύτερον τὸν χειμῶνα ἢ τὸ καλοκαίρι.

Ἄρνισιον κρέας

Τὸ νοστιμώτερον κρέας ἔχουν τὰ ἄρνια τοῦ γάλακτος. Τὸ καλὸν κρέας εἶνε πολὺ ἄσπρο καὶ ἔχει τὰ νεφρὰ πολὺ παχέα. Ἄν τὰ μάτια τοῦ ἄρنيοῦ εἶνε γυαλιστερά, τότε τὸ



ζῶον εἶνε φρέσκον, ἀλλ' ὅταν εἶνε θαμβὰ καὶ βουλιαγμένα, τὸ κρέας δὲν εἶνε φρέσκον.

Χοιρινὸν κρέας

Τὸ χοιρινὸν κρέας εἶνε νοστιμώτερον καὶ θρεπτικώτατον, ἀλλ' εἶνε βαρὺ καὶ δυσκολοχώνευτον. Νοστιμώτερον κρέας καὶ πλέον εὐκολοχώνευτον ἔχει τὸ ἀγριογούρουνον.

Τὰ γουруνόπουλα τοῦ γάλακτος ἔχουν κρέας νόστιμον, τρυφερὸν καὶ θρεπτικόν. Προτιμᾶτε τὰ κοντόχονδρα,

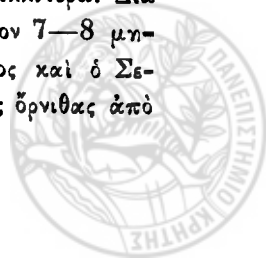
Τὸ κρέας τοῦ λαγοῦ

Ὁ λαγὸς ἔχει κρέας νόστιμον, ἀλλὰ καὶ δυσκολοχώνευτον. Δυνάμεθα νὰ διακρίνωμεν τοὺς φρέσκους λαγοὺς ἀπὸ τοὺς πολυκαιρινούς, ἂν παρατηρήσωμεν τὸ κρέας των. Καὶ ὅταν μὲν εἶνε σκληρὸν ἢ κοκκαλιασμένον, εἶνε φρέσκος ὁ λαγὸς· ὅταν ὅμως εἶνε μαλακὸν καὶ μαυρειδερόν, δὲν εἶνε φρέσκος καὶ μὴ χαλάτε τὰ λεπτά σας καὶ τὸν στόμαχόν σας.

ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Τὸ κρέας τῶν ὀρνίθων

Αἱ ὀρνίθες ἔχουσι κρέας εὐκολοχώνευτον καὶ θρεπτικόν, ἀλλ' ὅταν εἶνε νέαι. Τὰ ὀρνίθια εἶνε ἀκόμη καλλίτερα. Διὰ νὰ εἶνε ὅμως καλὰ, πρέπει νὰ εἶνε τυλλάχιστον 7—8 μηνῶν. Οἱ καταλληλότεροι μῆνες εἶνε ὁ Μάρτιος καὶ ὁ Σεπτέμβριος. Ἐμπορεῖτε νὰ διακρίνετε τὰς νέας ὀρνίθας ἀπὸ



τὰς παλαιὰς ἀπὸ τὸ κόκκαλον, τὸ ὅποιον ἔχει ἐπὶ τοῦ στήθους τῆς· καὶ ὁπότε μὲν εἶνε μαλακόν, εἶνε σημεῖον, ὅτι εἶνε νέα· ὅταν ὁμως εἶνε σκληρόν, τότε εἶνε παλαιά.

Τὸ κρέας τῆς πάπιας

Ἡ πάπια δὲν ἔχει κρέας πολὺ νόστιμον, ἐκτὸς ἐὰν εἶνε πολὺ νέα. Τὸ κρέας τῆς θεωρεῖται, ὡς τὸ δυσκολοχωνευτότερον ὄλων τῶν ἄλλων πουλερικῶν καὶ ἐπιβλαβὲς εἰς τὴν παιδικὴν καὶ γεροντικὴν ἡλικίαν. Ὅταν συχνάζη εἰς ἀκάθαρτα νερά, ἔχει καὶ μίαν μυρωδιὰν ὄχι καλὴν.

Τὸ κρέας τῆς χήνας

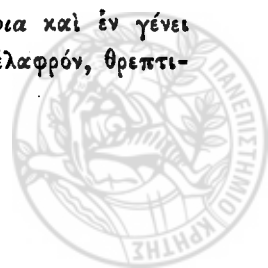
Τὸ κρέας τῆς χήνας εἶνε νόστιμον, ὑγιεινόν, ἀλλ' ἀρκετὰ δυσκολοχώνευτον. Ὅταν λούζηται καὶ συχνάζη εἰς καθαρὸ νερό, ἔχει κρέας νοστιμώτερον καὶ ἐλαφρότερον.

Τὸ κρέας τῶν κυνηγιῶν

Ἡ πέρδικα, ὅταν εἶνε νέα, ἔχει κρέας νόστιμον καὶ εὐκολοχώνευτον, εἶνε δὲ περιζήτητος. Ἡμπορεῖτε νὰ διακρίνητε τὴν νέαν πέρδικαν ἀπὸ τὴν παλαιὰν ἀπὸ τὰ ἑξῆς σημεῖα. Ἡ νέα πέρδικα ἔχει πόδια κίτρινα καὶ μύτη σκούρα· ἐνῶ ἡ παλαιὰ ἔχει πόδια γαλάζια καὶ μύτη ἄσπρη.

Τὰ περιστέρια ἔχουν κρέας τρυφερόν καὶ χωνευτικώτερον, ἀλλ' ὅταν εἶνε νέα.

Τὰ μεκατσίνια, τὰ ὀρτύκια, τὰ κοτσύφια καὶ ἐν γένει ὅλα τὰ πουλιὰ τοῦ κυνηγίου, ἔχουν κρέας ἐλαφρόν, θρεπτικόν, νόστιμον καὶ ὑγιεινόν.



ΨΑΡΙΑ

Ἐν γένει τὰ ψάρια εἶνε τροφή νόστιμος, ἀλλ' ὄχι καὶ τόσοσιν θρεπτικὴ, ὅπως τὸ κρέας. Ὅσῳ περισσότερον ἀπαχον εἶνε τὸ ψάρι, τόσοσιν νοστιμώτερον, εὐκολοχωνευτότερον καὶ ὑγιεινότερον εἶνε. Ἀποφεύγετε τὰ ψάρια τῶν λιμνῶν καὶ τῶν διβαριῶν καὶ προτιμάτε τὰ ψάρια τῆς θαλάσσης, τὰ ὅποια ἔχουσι κρέας ὑγιεινότερον καὶ θρεπτικώτερον.

Τὰ μπαρμπούνα

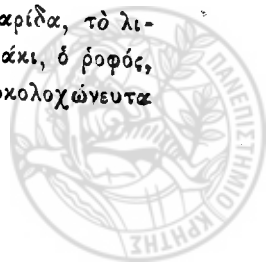
Εἶνε τὰ νοστιμώτερα ψάρια καὶ τὰ μάλλον περιζήτητα. Γλυκύτερα εἶνε, ὅταν τρώγωνται τηγανιστά.

Τὰ χέλια

Τὸ χέλι εἶνε τὸ παχύτερον ψάρι, διὰ τοῦτο καὶ ἡ πλέον δυσκολοχωνευτος τροφή. Καλλίτερα εἶνε τὰ εὐρισκόμενα εἰς νερά τρεχούμενα, παρὰ εἰς νερά λιμναζόντα καὶ ἀκάθαρτα. Τὸ χέλι ἠμποροῦμεν νὰ τὸ διακρίνωμεν, ἂν εἶνε ἀπὸ νερὸ τρεχούμενον ἢ λιμναζόν, ἀπὸ τὴν ράχιν καὶ τὴν κοιλίαν. Καὶ ὅταν μὲν ἔχη κοιλίαν ἄσπρην καὶ ράχιν χλωροκίτρινον, εἶνε ἀπὸ τρεχούμενο νερό, ἂν δὲ ἔχη κοιλίαν στακτερὴν καὶ ράχιν μαύρην, προέρχεται ἀπὸ νερὸ λιμναζόν. Νοστιμώτερα εἶνε τὸν Μάρτιον καὶ τὸν Ἀπρίλιον.

Τὰ διάφορα ἄλλα ψάρια

Ἡ συναγρίδα, ἡ γλῶσσα, ἡ φρίσσα, ἡ μαρίδα, τὸ λιθρίνι, τὸ πετρόψαρο, τὸ μελανοῦρι, τὸ λαβράκι, ὁ ῥοφός, εἶνε ψάρια ἄσπρα, μὲ κρέας σφικτό, ἐλαφρά, εὐκολοχωνευτα



καὶ ὑγιεινά. Ὁ κέφαλος εἶνε νόστιμος καὶ θρεπτικός, ἀλλ' ὀλίγον δυσκολοχώνευτος.

Ἡ συναγρίδα, τὸ πετρόψαρον, τὸ λαβράκι καὶ ὁ ρόφος, ὅταν γίνωνται βραστά, εἶνε νοστιμώτερα.

Ἄστακοὶ

Ἐχουσι κρέας δυσκολοχώνευτον. Προτιμᾶτε τοὺς μικροὺς ἀστακοὺς, οἱ ὅποιοι ἔχουν κρέας νοστιμώτερον.

Στρείδια—μῆδια

Ἀμφότερα ἔχουν κρέας βαρὺ καὶ δυσκολοχώνευτον. Ἡ καλλιτέρα ἐποχὴ διὰ τὰ στρείδια εἶνε ἡ ἀνοιξίς. Ὅταν τὰ μῆδια εἶνε καλὰ κλεισμένα καὶ βαρυὰ, εἶνε σημεῖον, ὅτι εἶνε καλά.

ΧΟΡΤΑΡΙΚΑ ΚΑΙ ΟΣΠΡΙΑ

Τὰ χορταρικά, τὰ ὄσπρια καὶ οἱ καρποί, εἶνε ἡ φυσικὴ τροφή τοῦ ἀνθρώπου. Τὸ δεικνύει ἡ ἀνατομικὴ του κατασκευὴ, τὸ ἐκύρωσαν τὰ πορίσματα τῶν ἐξοχωτέρων ἐπιστημόνων. Ἡ εἰς τὰς πεποιθήσεις πάντων ἐρριζωμένη πρόληψη, ὅτι τὸ κρέας εἶνε ἡ καταλληλοτέρα τροφή διὰ τὸν ἀνθρώπον, ἤρχισε νὰ κλονίζεται καὶ δὲν εἶνε ἴσως πολὺ μακρὰν ἡ ἐποχὴ, κατὰ τὴν ὁποίαν τελῶς θὰ ἐκριζωθῆ. Τὸ κρέας ποτὲ δὲν εἶνε ἀπηλλαγμένον ἀκαθαρσίας, μεταδίδει διαφόρους παρασιτικὰς ἀσθενείας, ἐκ τῶν ὁποίων ἔπασχε τυχὸν τὸ ζῷον, καὶ προκαλεῖ τὰς ἀποστεώσεις ἐκείνας, ἐκ τῶν ὁποίων προέρχεται τὸ πύρωρον γῆρας. Ἐνῶ τὰ χόρτα καὶ

οἱ καρποὶ ἀποτελοῦσι τὴν ὑγιεινότεραν, νοστιμωτέραν καὶ εὐθηνότεραν τροφήν. Δροσίζουσι καὶ καθαρίζουσι τὸ αἷμα καὶ εἰς τὸ πρόσωπον δίδουσι μορφὴν ὠραιότεραν καὶ νεανικωτέραν. Ἡ λειτουργία τῆς χωνεύσεως καὶ τῆς ἀφομοιώσεως γίνεται φυσικώτατα χωρὶς κάμμίαν διατάραξιν, ἰσχυρὰ δὲ ὄστα, μυῶνες ἰσχυροί, ζωὴ ἀνετωτέρα, ἡρεμωτέρα, εἶνε τὰποτελέσματα τῆς φυτοφαγίας.

Μανιτάρια

Τὰ μανιτάρια εἶνε καλὴ καὶ νόστιμος τροφή. Ἄλλ' εἶνε ἐπικίνδυνα, διότι μεταξὺ αὐτῶν ὑπάρχουν καὶ δηλητηριώδη. Ἡμποροῦμεν ὅμως νὰ διακρίνωμεν τὰ καλὰ ἀπὸ τὰ δηλητηριώδη ἂν ρίψωμεν εἰς τὴν κατσαρόλαν, ποῦ θὰ τὰ βράσωμεν, μισὸ κρομμύδι ἄσπρο. Καὶ ἂν μὲν τὸ κρομμύδι μελανιάσῃ, σημεῖον ὅτι ὑπάρχουν καὶ φαρμακερά, ἂν ὅμως διατηρήσῃ τὸ χρῶμά του, τότε εἶνε καλὰ.

Καρότα

Ἡ ρίζα αὕτη—μία ἐκ τῶν ὑγιεινοτέρων—εἶνε ὀρεκτικὴ, ἐνδυναμώνει δὲ τὸν στόμαχον καὶ καθαρίζει τὸ αἷμα. Εἰς τὴν μαγειρικὴν τὰ καρότα εἶνε χρήσιμα καὶ ὡς τροφή καὶ ὡς ἄρτυμα, ἔνεκα τοῦ χρώματος, τὸ ὁποῖον ἔχει ὁ χυμὸς των. Τὰ καλὰ καρότα εἶνε μικρά, τρυφερά, καὶ ἔχουν χρῶμα κόκκινον ἢ ὑποκίτρινον.

Πατάται

Αἱ πατάται περιέχουν ἄμυλον καὶ σάκχαρον, διὰ τοῦτο εἶνε τροφή θρεπτικὴ, ὠφέλιμος καὶ ὑγιεινὴ. Ὁ Ἀδάμ Σμιθ ἐν τῷ περισπουδάστῳ συγγράμματί του· «Ὁ πλοῦτος τῶν



έθνων λέγει ότι αι ωραιότεραι γυναίκες της 'Αγγλίας είνε αι 'Ιρλανδοί εργατίδες, αι όποται τρέφονται κυρίως με πατάτας.

Τας πατάτας μή τας ξεφλουδίσετε, αλλά ξύνετέ τας ελαφρά, διότι ή φλουδά των περιέχει θρεπτικά στοιχεία.

Σπαράγγια

Είνε εν άπό τὰ καλλίτερα και ώφελιμώτερα χορταρικά, διότι ώφελούν τόν στόμαχον, δροσίζουν και καθαρίζουν τò αίμα και ή τροφή των είνε πολύ νόστιμος.

Διάφορα άλλα χόρτα

Τὰ ραδίκια, ιδίως τὰ άγρια και πικρά, έχουσι πολύ υγιεινήν τροφήν. δυναμώνουν τόν στόμαχον και δροσίζουν τò αίμα.

Αι άγκινάραι έχουν πτωχήν τροφήν και είνε όλίγον δυσκολοχώνευτοι.

Τò κουνουπίδι είνε υγιεινόν και θρεπτικόν.

Αι μπάμαι είνε θρεπτικαι και χωνεύονται εύκόλως.

Τὰ φρέσκα πιζέλια, κουκιά και φασόλια έχουν τροφήν πολύ ώφέλιμον.

Αι μελιτζάναι είνε δυναμωτικαι, αλλά βαρύνουν τόν στόμαχον.

Τὰ πράσα είνε άρκετά καλή τροφή, ιδίως όταν μαγειρεύονται με ρύζι.



ΟΣΠΡΙΑ

Τὰ φασόλια εἶνε δυναμωτικά καὶ θρεπτικά, ἀλλὰ γεννοῦν πολλὰ ἀέρια, ἰδίως εἰς πολὺ ἀδύνατους στομάχους. Καὶ ἡ αἰτία ὄλου τοῦ κακοῦ εἶνε ἡ φλοῦδα, διὰ τοῦτο ὁ πουργὸς ἀπὸ φασόλια εἶνε θρεπτικωτάτη τροφή καὶ δυναμωτικωτάτη.

Αἱ φακὰὶ παρέχουσι τροφήν νόστιμον, δυναμωτικὴν καὶ πλέον εὐκολοχώνευτον ἀπὸ τὰ ἄλλα ὄσπρια. Πρέπει ὁμως νὰ μὴ εἶνε παλαιά.

Τὰ κουκιά εἶνε ἀρκετὰ καλὴ τροφή, ἀλλ' ὅταν τρώγωνται χωρὶς τὴν φλοῦδάν των, διότι ἄλλως εἶνε πολὺ βαρυστόμαχα.

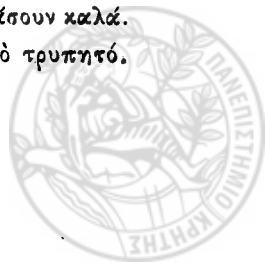
Τὸ ρύζι εἶνε θρεπτικὴ, ὑγιεινὴ καὶ εὐπεπτος τροφή, καταλληλοτάτη διὰ τοὺς ἔχοντας στόμαχον ἀδύνατον.

Ἐν γένει τὰ ὄσπρια παρέχουσι τροφήν ὑγιεινὴν καὶ θρεπτικὴν, ἀλλ' ὅταν τρώγωνται ἐν μέτρῳ καὶ ὡς πουργέδες.

ΖΩΜΟΙ ΚΑΙ ΣΟΥΠΑΙ

Ζωμός

Εἰς μίαν κατσαρόλαν βάζετε ἓνα κομμάτι κρέας βωδινό, ρίπτετε ἀρκετὸ νερὸ καὶ τὸ ἀπαιτούμενον ἄλας καὶ τοποθετεῖτε αὐτὴν ἐπὶ σιγανῆς φωτιᾶς καί, ὅταν πάρῃ βράσιν, ἐξαφρίζετε. Κατόπιν προσθέτετε ὀλίγον νερὸ, ὀλίγον πράσο, μίαν τομάταν, δύο γαρύφαλα, δύο— τρεῖς κόκκους πιπέρι, ἓν καρτόνον, μίαν ρίζαν σελίνου καὶ τὰ φίνετε νὰ βράσουν καλά. Ὅταν ὁ ζωμὸς εἶνε ἕτοιμος, τὸν περνᾶτε ἀπὸ ψιλὸ τρυπητό.



Ὁ ζωμός εἶνε χρησιμώτατος εἰς ὅλας σχεδὸν τὰς μαγειρικὰς ἀνάγκας, διὰ τοῦτο πρέπει νὰ παρασκευάζεται μὲ πολλὴν προσοχὴν καὶ τὸ κρέας νὰ εἶνε τρυφερόν καὶ ὑγιές.

Ζωμός τῆς στιγμῆς

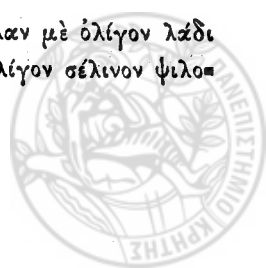
Ὅταν σὰς χρειασθῇ ζωμός, τὸν ὁποῖον δὲν ἐπρονοήσατε νὰ ἔχητε ἕτοιμον, ἠμπόρετε νὰ παρασκευάσετε τοιοῦτον προχειρῶς ὡς ἑξῆς: Κτυπάτε εἰς κιμᾶν ὀλίγον βωδινὸν κρέας ψαχνόν, τὸ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ἀνάλογον νερόν, σπάζετε μέσα ἐν αὐτὸν καὶ τὸ κτυπάτε, ἕως νὰ πάρῃ βράσιν. Ἀφίνετε ἀκόμη ἐπὶ 5 λεπτὰ τῆς ὥρας εἰς σιγανὴν φωτιάν, τὸν στραγγίζετε καὶ τὸν μεταχειρίζεσθε.

Ζωμός ἐκ μυελῶν

Παίρνετε 100 δράμια βωδινοῦ μυελοῦ, τὸν ζεματίζετε καὶ τὸν καθαρίζετε ἀπὸ τὰς φλούδας καὶ τὰ νεῦρα. Κατόπιν τὸν βράζετε, τὸν περνᾶτε ἀπὸ τρυπητὸν καὶ τὸν ζυμώνετε μὲ πέντε αὐγά, ἀνάλογον πιπέρι, ἄλας, μαϊδανὸν καὶ ὀλίγον ψωμί μουσκευμένον εἰς ζωμὸν κρέατος. Προσθέτετε τὴν φαρίναν, ὅση ἀρκεῖ νὰ γείνη μίγμα ὄχι πολὺ ἀπκλόν, τὸν ὁποῖον πλάττετε εἰς κεφτέδες καὶ βράζετε ἐπὶ 5 λεπτὰ μὲ ὀλίγον ζωμὸν κρέατος. Ἐπειτα τοὺς τοποθετεῖτε εἰς τὴν σουπιέραν, χύνετε ἐπάνω των τὸν ζωμὸν σας καὶ σερβίρετε.

Ζωμός ἰχθύων

Θέτετε ἐπὶ τῆς πυρᾶς μίαν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγον λάδι καὶ λεμόνι καί, ὅταν βράσῃ, προσθέτετε ὀλίγον σέλινον ψιλο-



κομμένον, δύο καρότα, ὀλίγον θυμάρι, ἓν φύλλον δάφνης, ὀλίγα κρομμύδια κομμένα εἰς τὸ μέσον καὶ 2—3 σκελίδας σκόρδο, μὲ δύο γαρύφαλα καὶ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον. Ὅταν βράσουν, τὰ βγάζετε νὰ κρυώσουν. Κατόπιν ρίπτετε τὸ ψάρι καὶ, ὅταν βράσῃ, τὸ βγάζετε, τοῦ ἀφαιρεῖτε προσεκτικὰ τὰ κόκκαλα, προσθέτετε ἄλας, πιπέρι καὶ λάδι, στραγγίζετε καὶ σερβίρετε.

Ζωμός γαρίδων

Παίρνετε 50 γαρίδας ἢ περισσότερας, ἀναλόγως τῶν ἀτόμων, πλύνετε πολλές φορές, στραγγίζετε καὶ βράζετε μὲ ζωμὸν ἰχθύος. Ὅταν βράσουν, τὰς καταιθάξετε ἀπὸ τῆ φωτιά καὶ τὰς ἀφίνετε σκεπασμένας ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν. Κατόπιν βγάζετε τὰς γαρίδας καὶ φυλάσσετε ἰδιαίτερος τὸν ζωμόν των. Ὅταν κρυώσουν αἱ γαρίδες, τὰς κοπανίζετε εἰς γουδίον, μαρμαρίνον ἂν ἔχητε, ἕως ὅτου πῆξουν. Ῥίπτετε κατόπιν, εἰς τὸν ζωμόν των ψίχα, ψωμί, ψήνετε ἐπὶ δυνατῆς φωτιάς. Ῥίπτετε εἰς τὸ γουδίον καὶ ἀνακατώνετε, ἕως οὐ πῆξουν, ἀναλύετε μὲ καθαρὸν ζωμόν καὶ σερβίρετε.

Ζωμός ἀπὸ κάστανα

Ψήνετε ἓν ὄρνιθιον. Ἰδιαίτερος βράζετε κάστανα Κρητικὰ καὶ ξεφλουδίζετε μὲ ἐπιμέλειαν. Κατόπιν κοπανίζετε τὸ κρέας τοῦ ποιλιοῦ εἰς ἓν γουδίον μαρμαρίνον, προσθέτετε τὰ κάστανα μικρὸν κατὰ μικρὸν καὶ ἐξακολουθεῖτε τὸ δούλευμα ἀκόμη ὀλίγην ὥραν. Περνατε τὸ ὅλον ἀπὸ κρησάραν (σήταν), ἀναλύετε μὲ ζωμόν, προσθέτετε ὀλίγα ψωμάκια τηγανισμένα μὲ βούτυρον καὶ σερβίρετε.



Ζωμός κρομμύων

Ὁ ζωμός τῶν κρομμύων (soupe à l'oignon), εἰς τὸν ὁποῖον οἱ Γάλλοι δεικνύουν ἰδιαιτέραν ἀδυναμίαν, παρασκευάζεται ὡς ἐξῆς: Παίρνετε ἀριθμὸν τινα κρομμύων, τὰ καθαρίζετε καὶ χωρίζετε εἰς τεμάχια μέσα εἰς μίαν κατσαρόλαν, εἰς τὴν ἧποίαν ρίπτετε καὶ ἀπὸ μίαν μεγάλην κουταλιὰν βούτυρο καὶ ζάχαρι. Θέτετε ἐπὶ τῆς πυρᾶς καὶ ἀνακατώνετε, μέχρις ὅτου τὰ κρόμμουα κοκκινίσουν. Κατόπιν προσθέτετε ἀνάλογον ζωμὸν κρέατος, ὀλίγας λεπτὰς φέτας ψωμί καί, ὅταν εἶνε ἔτοιμος, δύο ποτηράκια κονιάκ.

Ζωμός ἀπὸ φασόλια

Διὰ 10 πιάτα σούπας παίρνετε 150 δράμια ξηρὰ φασόλια, τὰ ὁποῖα βράζετε μὲ ἀρκετὸ νερὸ ἐπὶ 3 ὥρας. Κατόπιν τὰ ρίπτετε εἰς τρυπητὸν καί, ὅταν στραγγίσουν καλῶς, τὰ ζυμώνετε, μέχρις ὅτου περάσουν ἀπὸ τὸ τρυπητὸν. Τὰ ἀλατίζετε καὶ τὰ ἀναλύετε εἰς ζωμὸν βράζοντος ἰχθύος.

Ζωμός ἀμυλώδης

Εἰς ἀνάλογον ὕδωρ βράζετε ἀπὸ μίαν φοῦχταν πράσινα φασόλια καὶ πίσσα, τρεῖς καρότα καὶ 3—5 πατάτες. Ὅταν λυώσουν, τὰ ρίπτετε εἰς τρυπητὸν καί, ὅταν στραγγίσουν, τὰ περνᾶτε δι' αὐτοῦ, ὅπως τὰ φασόλια ἀνωτέρω. Κατόπιν τὰ χύνετε εἰς βράζοντα ζωμὸν κρέατος καὶ σερβίρετε. Ὁ ζωμός οὗτος εἶνε εὐπεπτος, γευστικὴ καὶ ὑγιεινὴ τροφή.

Σούπα από μοσχάρι

Κόψτετε εις μικρά τεμάχια 100 δραμ. κρέας μοσχάρισιο και κοκκινίζετε με βούτυρον προσθέτουςαι και μίαν κουταλιάν φαρίνας. Ίδιαitéρωσ βράζετε τὰ κόκκαλα τοῦ μοσχάριου και τὸν ζωμὸν προσθέτετε εις τὸ κοκκινισμένον κρέας. Χύνετε κατόπιν εις σουπιέραν με ἀυγολέμονο και τήγανισμέναισ φέταισ ψωμί και σερβίρετε.

Σούπα ἰταλική

Εις μίαν κατσαρόλαν βάζεισ δύο φούχταισ ψίχα ψωμί τριμμένην, ἀναμιγνύεισ με αὐτάσ δύο χούφταισ τυρὶ τριμμένο, τρία αὐγά, ἀνάλογον ἄλασ, πιπέρι και ὀλίγο μοσχοκάρυδο, τὰ ἀνακατόνεισ ὅλα μαζί, τὰ ρίπτεισ εις νερόν βράζον και κτυπᾶσ τὴν σούπαν με περοῦνι. Ὅταν ἀρχίτη πάλιν τὸ βράσιμο, ὀλιγοστεύεισ τὴν φωτιάν και ἀφίνεισ νὰ σιγοβράζη ἐπὶ 15 λεπτά τῆσ ὥρασ. Ἐπειτα τὴν κτυπᾶσ ὀλίγον ἀκόμη με τὸ περοῦνι και τὴν κενόνεισ.

Σούπα βουτύρου

Ζεματίζετε δύο-τρία καρότα. Βράζετε ἰδιαitéρωσ τρεὶσ κουταλιαὶσ ρύζι εις νερόν ἀρκετόν δι' ἕξ ἕωσ ὀκτὼ άτομα. Ὅταν βράση τὸ ρύζι, προσθέτετε δύο κουταλιαὶσ βούτυρο και τὰ καρότα σας περασμένα ἀπὸ τρυπητόν. Δένετε τὴν σούπαν σας με δύο κρόκουσ αὐγῶν, τοὺσ ὁποίουσ ἔχετε κτυπήσει με μιὰ καλὴ κουταλιὰ βούτυρο και σερβίρετε.



Σοῦπα ρωσσική

Ἄφ' ἐσπέρας βάζετε ἓνα κομμάτι προζύμι ξινὸ εἰς νερόν. Βράζετε εἰς τὸ νερὸ αὐτὸ κρέας βωδινὸ μὲ διάφορα χόρτα φιλοκομμένα. Ὄταν βράσῃ, στραγγίζετε καὶ τὰ μὲν χόρτα ρίπτετε εἰς κομμάτια ψωμι τηγανισμένα, ἐπάνω δὲ εἰς αὐτὰ τὸν ζωμόν.

Σοῦπα ποδαράκια

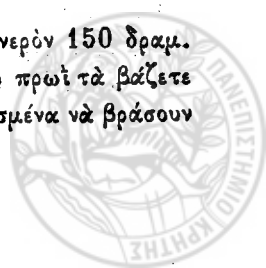
Βράζετε 2-3 ποδαράκια μοσχαρίσια, τὰ ξεκοκκαλίζετε καὶ τὰ φίνετε νὰ κρυσώσουν. Κατόπιν τὰ κόπτετε εἰς μικρὰ κομμάτια, τὰ τοποθετεῖτε εἰς μίαν ἀπλάδα καὶ χύνετε ἐπάνω αὐτῶν τὸν ζωμόν των.

Σοῦπα Σαιν-Ζερμαίν

Καθαρίζετε ἀπὸ τὸν λοβὸν των φρέσκα πιζέλια καὶ τὰ βράζετε εἰς ἀλατισμένον νερόν. Κατόπιν τὰ περνάτε ἀπὸ τὴν κρησάραν μαζὶ μὲ ὀλίγον σπανάκι, τὸ ὅποσον ἔχετε προηγουμένως λυώσει μὲ βούτυρον, ἀναλύετε εἰς ἀρκετὸν νερόν, ὥστε νὰ παρασκευασθῇ σοῦπα καὶ, ὅταν ἀρχίσῃ νὰ βράζῃ, προσθέτετε ὀλίγον βούτυρον. Περνάτε τὴν σοῦπαν ἀπὸ τὴν κρησάραν καὶ σερβίρετε μὲ ψωμάκια τηγανισμένα εἰς βούτυρον.

Σοῦπα φασόλια

Βάζετε ἀφ' ἐσπέρας νὰ μουςκεύσουν εἰς νερόν 150 δραμ. φασόλια ἄσπρα καὶ 50 δράμια κόκκινα. Τὸ πρῶτ' αὐτὰ βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν πλυμένα καὶ στραγγισμένα νὰ βράσουν



ἐπὶ 8 ὥρας μὲ δυόμιση ὀκάδες νερὸ καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι ἀκοπάνιστο. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν τὰνακατόνετε καὶ συμπληρόνετε τὸ ἐξατμιζόμενον νερόν. Κατόπιν τὰ περναῖτε ἀπὸ μεταλλίνο τρυπητὸ καὶ σερβίρετε.

Σοῦπα ἄσπρη

Βάζετε εἰς τὴν φωτιάν μίαν κατσαρόλαν μὲ δύο ποτήρια νερό, ὅταν δὲ πλησιασῇ νὰ βράσῃ, ρίπτετε ἕνα φλυτζάνι φειδὲ κομματάκια καὶ ἀνακατόνετε, μὲχρις οὐ βράσῃ δυνατά. Κατόπιν προσθέτετε ἕνα μικρὸ κουτάλι βούτυρο φρέσκον, ἕν αὐγόν, τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν, ἀνακατόνοντες ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν. Ὅταν εἶνε ἐτοίμη, δέρνετε δύο αὐγά, τὰναμιγνύετε μὲ τὴν σοῦπαν καὶ σερβίρετε.

Σοῦπα πράσινη

Παίρνετε 15-20 τρυφερὰ ραπανάκια, τὰ πλύνετε καὶ τὰ λιανίζετε. Τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ μίαν κουτάλιαν βούτυρο καὶ τὰναλύετε ἐπὶ τῆς πυρᾶς, ἀνακατόνουςαι μὲ ξύλινον κουτάλι. Κατόπιν ρίπτετε ὅσο νερό χρειάζεται διὰ τὴν σοῦπαν καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν. Ὅταν πλησιασῇ νὰ εἶνε ἐτοίμη, ρίπτετε εἰς τὴν σοῦπαν 4 κρόκους αὐγῶν, τοὺς ὁποίους ἔχετε προηγουμένως κτυπήσει ἐντὸς ποτηρίου μὲ ὀλίγον γάλα, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, τὸν ζυμὸν ἐνὸς λεμονίου καὶ κενόνετε εἰς τὴν ἀπλάδα, ὅπου πρότερον ἔχετε βάλει ψωμάκια ξηραμμένα εἰς τὸ τηγάνι ἢ τὸν φουῦρνον.



Σουπα τομάτα

Διαιρείτε 10 τομάτας ψημένες, αφαιρείτε τούς σπόρους και τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν. Προσθέτετε ἕνα κρομμύδι, δύο ποτήρια νερό και τοποθετεῖτε ἐπὶ τῆς πυρᾶς. Ὅταν ἀρχίσουν νὰ βράζουν, προσθέτετε ὀλίγον ἀλάτι και κόκκινο πιπέρι. Κατόπιν τὰς περνᾶτε ἀπὸ τὸ τρυπητό, τὰς βάζετε πάλιν εἰς τὴν κατσαρόλαν και τοποθετεῖτε ἐπὶ τῆς πυρᾶς. Ἰδιαιτέρως βράζετε εἰς δύο φλυτζάνια γάλα μιὰ κουταλιὰ ἀλευρι ἐπὶ πέντε λεπτὰ τῆς ὥρας και τὰναμιγνύετε μὲ τὰς τομάτας.

Σουπα σέλινο

Κόπτετε ὀκτὼ ρίζας σέλινο, δύο πατάτας μικρὰς, δύο κρομμύδια, και τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν. Προσθέτετε τὸ ἀνάλογον νερό, ἀλάτι και 50 δραμ. ψωμί ψίχα. Ὅταν δὲ βράσουν μέχρι διαλύσεως, τὰ περνᾶτε ἀπὸ τὸ τρυπητό και τὰ ξαναβάζετε νὰ βράσουν μὲ 10 δράμια βούτυρο. Ῥίπτετε ὀλίγον πιπέρι και τὰνακατώνετε ἐπὶ 15 λεπτὰ τῆς ὥρας. Τὰ καταιβάζετε, προσθέτετε ἕνα φλυτζάνι γάλα και τὰνακατώνετε ἐπὶ τινὰ λεπτὰ τῆς ὥρας.

Σουπα σαλιγκάρια

Παίρνετε 20 σαλιγκάρια, σπάζετε και τὰ ἐξάγετε μετὰ προσοχῆς. Κατόπιν τὰ βάζετε νὰ βράσουν μὲ 300 δράμια νερό, ἕνα μαρούλι χωρισμένο εἰς τέσσαρα, ὀλίγα φύλλα ἀνδράκλας και δύο χουρμάδες. Ἐξαφρίζετε και μετὰ τὸ πρῶτο

βράσιμο, σκεπάζετε με ὀλίγη στάχτη τὴ φωτιά καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν ἐπὶ 3 ὥρας, ὥστε νὰ μείνη τὸ τρίτον τοῦ ἀρχικοῦ νεροῦ. Διαλύετε ὀλίγην γόμαν εἰς χλιαρὸν νερὸν καὶ τὴν χύνετε εἰς τὰ σαλιγκάρια σας.

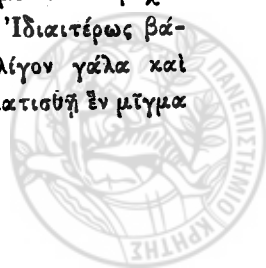
ΠΟΥΡΕΔΕΣ

Πουρές ἀπὸ ὄρνιθα

Σφάζετε τὴν ὄρνιθα — ἀφοῦ προηγουμένως ἔχετε ἀφήσει αὐτὴν ἐπὶ 12 τοῦλάχιστον ὥρας χωρὶς κάμμιαν τροφήν — τὴν κρεμάτε ἀπὸ τὰ πόδια, ἵνα στραγγίση ὅλον τὸ αἷμα, καὶ μαδάτε, ἐν ὄσῳ ἀκόμη εἶνε ζεστή. Τὴν βράζετε καλῶς, φυλάσσετε τὸν ζωμὸν καὶ ἀφαιρεῖτε τὴν ἐπιδερμίδα καὶ τὰ ὀστάρια τῆς ὄρνιθος. Κατόπιν κοπανίζετε αὐτὴν καλῶς εἰς λίθινον γουδι μαζὶ μὲ 4 κρόκους αὐγῶν, ὀλίγην ψίχα ψωμι βρεγμένην εἰς γάλα καὶ ὀλίγα καθαρισμένα ἀμύγδαλα. Ὅταν λάβῃ σύστασιν πολτοῦ, βράζετε μὲ τὸν ζωμὸν τῆς καὶ ἀνακατεύετε συνεχῶς μὲ ξύλινο κουτάλι, μέχρις οὗ λάβῃ τύστασιν κρέμας. Τέλος περνᾶτε ἀπὸ τρυπητὸν καὶ καλὴν ὄρεξιν..

Πουρές ἀπὸ μπεκάτσα

Τὴν σουβλίζομεν, τὴν τυλίγομεν μὲ μικραῖς φέταις λαρδί καὶ, ὅταν ψηθῇ, τὴν ξεκοκκαλίζομεν, κοπανίζομεν δὲ τὰ ψαχνὰ καὶ τὰ ἐντόσθια αὐτῆς εἰς λίθινον γουδίον. Ἰδιαιτέρως βάζομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν ψίχα ψωμί, ὀλίγον γάλα καὶ τὰ φινόμεν εἰς τὴν φωτιάν, μέχρις ὅτου σχηματισθῇ ἕν μίγμα



σκληρόν. Κατόπιν ἐνόνομεν δύο κιτρινάδια αὐγοῦ καὶ ῥίπτομεν τὸ παρασκευάσμα τοῦτο μὲ 20 δράμ. βούτυρο εἰς τὸ γουδίον. Προσθέτομεν ὀλίγον μαϊδανόν, ἄλας, πιπέρι καὶ ἓνα κρόκον αὐγοῦ. Τὰ περνῶμεν ἀπὸ τρυπητὸ καὶ μεταχειρίζομεθα.

Πουρές ἀπὸ σπανάκια

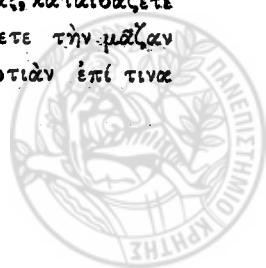
Τὰ καθαρίζετε καλῶς, βράζετε εἰς ἀλατισμένον νερὸ καὶ στραγγίζετε εἰς τρυπητόν. Κατόπιν καθουρδίζετε αὐτὰ μὲ βούτυρο καὶ τὰ σερβίρετε μὲ φέταις ψωμί τηγανισμέναις μὲ βούτυρο καὶ σφικτοβρασμένα αὐγά, κομμένα εἰς τεμάχια.

Πουρές ἀπὸ σέλινο

Παίρνετε χονδρὰς ρίζας σέλινο, τὰς ὁποίας καθαρίζετε καὶ βράζετε ἐπὶ πολλὴν ὥραν, μέχρις ὅτου λυώσουν. Τότε τὰς ζυμώνετε καὶ περνᾶτε ἀπὸ τρυπητόν. Χύνετε κατόπιν τὴν μάζαν εἰς κατσαρόλαν μὲ ἀνάλογον βούτυρον καὶ ἄλας καί, ἀφοῦ σιγοψηθῇ, καταιβάζετε καὶ ἀραιώνετε μὲ ἀρκετὸν γάλα.

Πουρές ἀπὸ γεώμηλα

Τὰ καθαρίζετε, βράζετε μὲ ὕδωρ ἀλατισμένον καὶ περνᾶτε διὰ τρυπητοῦ. Κατόπιν θέτετε τὴν πολτώδη μάζαν τῶν γεωμηλῶν μέσα εἰς κατσαρόλαν μὲ ὀλίγον νωπὸν βούτυρο, καθουρδίζετε ὀλίγον ἐπὶ σιγανῆς φωτιάς, καταιβάζετε καὶ ἀφίνετε νὰ κρυσθῇ. Μετὰ τοῦτο ἀναλύετε τὴν μάζαν μὲ ἀρκετὸν γάλα, θέτετε πάλιν εἰς τὴν φωτιὰν ἐπὶ τινὰ λεπτὰ τῆς ὥρας καὶ σερβίρετε.



Πουρές από νωπά κουκία

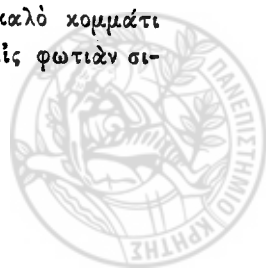
Καθαρίζετε τὰ κουκία ἀπὸ τοὺς φλοιούς των, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν περιέχουσαν νερόν με ἀνάλογον ἄλας καὶ ἀφίνετε ἐπὶ σιγανῆς φωτιᾶς 20 λεπτὰ τῆς ὥρας. Μετὰ τοῦτο στραγγίζετε καὶ βυθίζετε αὐτὰ εἰς κρύο νερόν, ὅπως διατηρήσωσι τὸ πράσινον χρῶμά των. Κατόπιν ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν καθαρὰν ἕνα κουτάλι φαρίνας, δύο κουτάλια βουτύρου, ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, τὰ κουκία, τὰ ἵποια προηγουμένως ἀποσταλάζετε, καὶ ἀνακατόνετε ὅλα μαζί. Προσθέτετε ὀλίγον ζῶμὸν κρέατος, πετροσέλινον, φρέσκο κρομμύδι ψιλοκομμένο, καὶ θέτετε ἐπὶ τῆς πυρᾶς. Ὄταν βράσωσιν ὅλα καλῶς, περνᾶτε ἀπὸ τρυπητόν, καίετε τεμάχιον βουτύρου, χύνετε ἐπὶ τοῦ πουρὲ καὶ περβίρετε.

Πουρές φακῆς

Πλύνετε ἡμίσειαν ὁκᾶν φακῆς καὶ τὴν βράζετε με ἀνάλογον ζῶμὸν κρέατος, ἄλας, ἕνα κρομμύδι καὶ ὀλίγα γαρύφαλα. Ἀνακατώνετε συνεχῶς. Ὄταν λυώσῃ, χύνετε εἰς ἕν γουδίον μαρμάρινον, προσθέτετε ὀλίγαις φέταις ψωμί τηγανισμένας με βούτυρο καὶ ἀνακατώνετε ζωηρῶς. Τέλος περνᾶτε ἀπὸ τρυπητόν καὶ ἀραιώνετε με τόσον ζῶμὸν κρέατος, ὅσος ἀρκεῖ ἕνα σχηματ.οθῆ μᾶζα μετρίας πήξεως.

Πουρές ἀπὸ μανιτάρια

Βράζομεν μίαν ὁκᾶν μανιτάρια με ἕνα καλὸ κομμάτι βούτυρο φρέσκο καὶ ὀλίγον ζῶμὸν λεμονίου εἰς φωτιὰν σι-



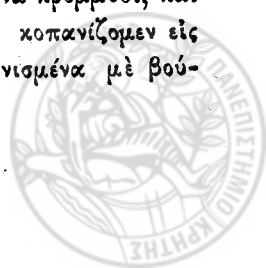
γανήν. Ἰδιαιτέρως βράζομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν 15 δράμια ψωμί ψίχα μὲ ὀλίγον γάλα καὶ ἀφίνομεν εἰς τὴν φωτιάν, μέχρις ὅτου σχηματισθῇ ἕν μίγμα σκληρόν. Ἐνόνομεν κατόπιν δύο κρόκους αὐγῶν καὶ φυλάσσομεν. Εἰς τὴν κατσαρόλαν τῶν μανιταρίων προσθέτομεν ὀλίγον βούτυρο, ὀλίγον πιπέρι καὶ ἐξακολουθοῦμεν ν' ἀνακατεύωμεν εἰς τὴν φωτιάν, μέχρις ὅτου πῆξῃ. Τότε περνῶμεν τὰ μανιτάρια ἀπὸ τρυπητὸν καὶ τὴν μάζαν τῶν ἐνόνωμεν μὲ τὸ ἄνω παρασκευασθὲν μίγμα.

Πουρές ἀπὸ κρομμύδια

Ρίπτομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν κρομμύδια ψιλοκομμένα, ἕνα κομμάτι βούτυρο, καὶ ἀφίνομεν νὰ κοκκινίσουν εἰς φωτιάν ζωηράν. Τὰ δροσίζομεν μὲ ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ὀλιγοστεύομεν τὴν φωτιάν καὶ ἀφίνομεν νὰ σιγοψηθῶσιν. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν τ' ἀνακατεύομεν μὲ ξύλινο κουτάλι. Κατόπιν τὰ περνῶμεν ἀπὸ τρυπητὸν, βάζομεν πάλιν ἐπὶ τῆς πυρᾶς μὲ ὀλίγον ζωμὸν, πιπέρι, ἀλάτι, ὀλίγο μοσχοκάρυδο τριμμένο καί, ὅταν πῆξῃ, ὁ πουρές εἶνε ἕτοιμος.

Πουρές ἀπὸ πιζέλια

Πλύομεν τὰ πιζέλια, τὰ ρίπτομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ζωμὸν κρέατος καὶ διάφορα χορταρικά ψιλοκομμένα, ὀλίγο μοσχοκάρυδο τριμμένο, ὀλίγα γαρύφαλα, ἕνα κρομμύδι, καὶ ἀφίνομεν νὰ βράσουν καλῶς. Κατόπιν τὰ κοπανίζομεν εἰς ἕνα ξύλινο γουδι μὲ ὀλίγα ψωμάκια τηγανισμένα μὲ βού-



τυρο, τὰ περνῶμεν ἀπὸ τρυπητὸ καὶ προσθέτομεν τόσον ζωμόν, ὅσος θὰ εἶνε ἀρκετὸς νὰ ἔλθῃ εἰς μετρίαν πῆξιν.

Πουρές ἀπὸ κάστανα

Ῥίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν 150 δραμ. κάστανα, τῶν ὁποίων ἔχετε κόψει ὀλίγον τὸ κέλυφος, ἀρκετὸ νερό, ὀλίγον ἄλας καὶ βράζετε, μέχρις ὅτου γείνουν τρυφερά. Ἀμέσως τότε χωρὶς νὰ ξεσκεπάσητε τὴν κατσαρόλαν, τὰ στραγγίζετε. Ἰδιαιτέρως βάζετε εἰς τὴν φωτιὰν μίαν καθαρὰν κατσαρόλαν μὲ μιὰ κουταλιὰ βούτυρο, ρίπτετε εἰς αὐτὴν τὰ κάστανα, τὰ ὅποια ἀπὸ ὀλίγα-ὀλίγια παίρνετε ἀπὸ τὴν ἄλλην κατσαρόλαν καὶ καθαρίζετε, καὶ τὰ ζυμώνετε καλά. Προσθέτετε καὶ τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον.

Πουρές ἀπὸ γάλα

Βράζετε εἰς μίαν καθαρὰν κατσαρόλαν μίαν ὁκᾶν γάλα, μὲ 15 δράμια βούτυρο καὶ 8 κρόκους αὐγῶν, προηγουμένως κτυπηθέντας μὲ ὀλίγην φαρίναν. Κατόπιν προσθέτετε ὀλίγην κανέλλαν καὶ ἀνακατώνετε συνεχῶς μὲ ξύλινο κουτάλι. Ὄταν ἔλθῃ εἰς μετρίαν πῆξιν, εἶνε ἕτοιμος.

ΣΩΤΕ

Ἄρνι σωτὲ μὲ τομάταις

Κόπτετε εἰς κομμάτια τετράγωνα τὰ φιλέτα τοῦ ἄρνιοῦ, τὰ βάζετε εἰς ἀβαθῆ κατσαρόλαν μὲ βούτυρο, μὲ ἓνα κρομ-



μύδι, μίαν σκελίδα σκόρδου, άλας, πιπέρι και τὰ σωτάρετε, ἕως ὅτου σχεδὸν ψηθοῦν. Ἰδιαίτερος κόπτετε 4-5 τομάτας εἰς δύο κάθε μίαν, ἀφαιρεῖτε τοὺς σπόρους και τὰς τσιγαρίζετε πρώτων μὲ λάδι εἰς τὸ τηγάνι και εἰς φωτιὰν δυνατὴν ἔπειτα τὰς σωτάρετε, ἕως ὅτου ἐξατμισθῇ ὅλον τὸ ὑγρὸν των, τὰς προσθέτετε εἰς τὸ ἄρνι και ἀφίνετε νὰ βράσουν μαζί ἐπὶ 10 λεπτὰ τῆς ὥρας. Ἀφαιρεῖτε ἀπὸ τὴν σάλτσαν τὸ κρομμῦδι και τὸ σκόρδον, και σερβίρετε.

Ὁρνίθειον σωτὲ

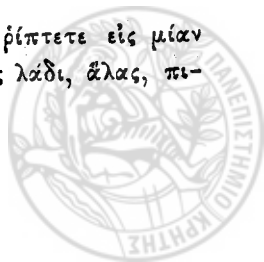
Κόπτετε εἰς τεμάχια τὸ ὀρνίθειον, ρίπτετε εἰς μίαν κάτσαρόλαν μὲ ἕνα καλὸ κομμάτι βούτυρο τὸ ἀνάλογον άλας και πιπέρι, και τοποθετεῖτε ἐπὶ τῆς πυρᾶς. Ἀναστρέφετε συχνά. Ὅταν κοκκινίσουν καλῶς, προσθέτετε ἕνα ποτῆρι κρασί ἄσπρο ἀρετσίνωτο. Ἰδιαίτερος ἔχετε ἐτοιμάσει ὀλίγα κρομμύδια τηγανισμένα μὲ βούτυρον, ὀλίγο κρασί ἄσπρο ἀρετσίνωτο και τὰναμιγνύετε μὲ τὸ πουλί, ὅταν εἶνε ἕτοιμον.

Περιστέρια σωτὲ

Κόπτετε εἰς δύο ἕκαστον περιστέρι, κοκκινίζετε τὰ τεμάχια μὲ βούτυρον, μαϊδανὸν φιλοκομμένον και τὸ ἀνάλογον ἄλατοπίπερον· κατόπιν μουςκεύετε μὲ ζωμὸν κρέατος ἢ ὀλίγο κρασί και βράζετε, μέχρις οὗ δέση ἢ σάλτσα.

Κουνέλι σωτὲ

Κόπτετε τὸ κουνέλι εἰς τεμάχια, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κάτσαρόλαν μὲ βούτυρον, 2—3 κουταλιαῖς λάδι, άλας, πι-



πέρι, μπαχάρι, και τὰ κοκκινίζετε. Κατόπιν βγάζετε ἀπὸ τὴν κατσαρόλαν τὰ κομμάτια τοῦ κουνελιοῦ, ρίπτετε μέσα εἰς αὐτὴν 3 κουταλιαῖς φαρίνα καὶ τὴν κοκκινίζετε, προσθέτουσαι ἔπειτα ἓνα ποτῆρι νερὸν καὶ ἓνα ποτηράκι κρασί. Ὅταν βράσῃ ὀλίγον ἢ σάλτσα, ρίπτετε τὸ κουνέλι, ὀλίγα σκόρδα ψιλοκομμένα καὶ ὀλίγο μαϊδανό. Μὲ τὴν πρώτην βράσιν σερβίρετε μὲ τὴ σάλτσα.

Σολωμός σωτὲ

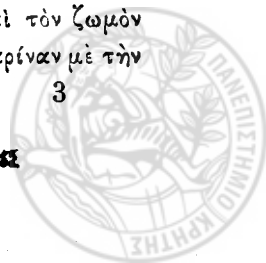
Τὸν καθαρίζετε, τὸν κόπτετε εἰς τεμάχια, κοκκινίζετε μὲ λάδι καὶ ἄλας εἰς ζωηρὰν φωτιὰν καὶ σερβίρετε με σάλτσαν βραστοῦ ψαριοῦ.

Φρίσαι σωτὲ

Τὰς σωτάρετε, ὅπως καὶ τὸν σολωμόν, καὶ τὰς σερβίρετε μὲ σάλτσαν, τὴν ὁποίαν παρασκευάζετε ὡς ἐξῆς· ρίπτετε εἰς ἀνάβαθην κατσαρόλαν ἓνα ποτῆρι κρασί ἀρετσίνωτο μὲ ἄλας, πιπέρι, μαϊδανὸν ψιλοκομμένον καὶ τὸν ζωμόν ἐνὸς λεμονίου. Τοποθετεῖτε ἐπὶ τῆς πυρᾶς καὶ ἀνακατόνετε συνεχῶς, μέχρις ὅτου δέσῃ, χωρὶς νὰ βράσῃ.

Μανιτάρια σωτὲ

Κοκκινίζετε ὀλίγη φαρίνα, προσθέτετε ὀλίγον κονιάκ, ὀλίγον ζωμόν κρέατος, ὀλίγον σκόρδον καὶ μαϊδανόν, ψιλοκομμένα. Ἰδιαιτέρως καθαρίζετε τὰ μανιτάρια, ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ βούτυρον ἄλας, πιπέρι καὶ τὸν ζωμόν ἐνὸς λεμονίου. Προσθέτετε τὴν κοκκινισμένην φαρίναν μὲ τὴν



σάλτσαν και ἀφίνετε νὰ βράσουν ἐπ' ὀλίγον. Κατόπιν σερβίρετε ζεστὰ εἰς ἀπλάδα, εἰς τὴν ὁποίαν ἔχετε προηγουμένως τοποθετήσει μικραὶς φέταις ψωμί, τηγανισμέναις μὲ βούτυρον.

Νεφρὰ βωδινὰ σωτὲ

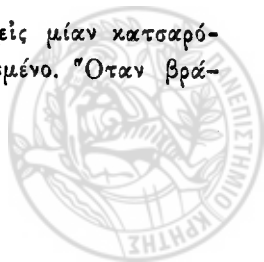
Ῥίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν τὰ νεφρά, κομμένα εἰς φέταις, καὶ τὰ γιαχνίζετε καλῶς μὲ ὀλίγο κρομμύδι καὶ ὀλίγο βούτυρο. Προσθέτετε ὀλίγην φαρίναν, τὴν ὁποίαν καθουρδίζετε, ὀλίγον κρασί ἄσπρο, ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, τὸ ἀπαιτούμενον ἄλας καὶ πιπέρι, καί, ὅταν βράσουν, τὰ σερβίρετε.

Περιστεράκια μὲ πατάταις σωτὲ

Καθαρίζετε τὰ περιστεράκια καλῶς, τὰ βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγον βούτυρον καὶ τὰ κοκκινίζετε ἐπὶ ζωηρᾶς φωτιάς. Κατόπιν προσθέτετε ὀλίγην φαρίναν καί, ὅταν ψηθῶσιν ὀλίγον, ρίπτετε μέσα ἓνα ποτηράκι κρασί ἄσπρο, ὀλίγη τομάτα, ὀλίγο νερὸ καὶ τὰ φίνετε. Ἰδιαιτέρως παίρνετε ὀλίγαις πατάταις βρασμέναις, τὰς κόπτετε εἰς φέταις λεπταίς, καίετε ὀλίγο βούτυρο εἰς τὸ τηγάνι καὶ τὰς ρίπτετε μέσα. Προσθέτετε ἓνα κρομμυδάκι ψιλοκομμένο, ὀλίγο μαϊδανό, πιπέρι καὶ ἄλας, καὶ τὰ φίνετε νὰ τσιγαρίζωνται. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν τὰς ἀνακατόνετε, διότι πιάνουν. Ὅταν αἱ πατάταις εἶνε ἔτοιμοι καὶ τὰ περιστεράκια ἔχουν ψηθῆ, τὰ σερβίρετε μαζί.

Κουνουπίδι σωτὲ

Τὸ κόπτετε κανονικῶς καὶ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, εἰς τὴν ὁποίαν βράζει νερὸ ἀλατισμένο. Ὅταν βρά-



σουν, τὰ στραγγίζετε, καίετε ὀλόγο βούτυρο εἰς τὸ τηγάνι καὶ τὰ ρίπτετε μέσα. Ἄφινετε νὰ ψηθοῦν καὶ τὰ σερβίρετε μὲ ἄσπρην σάλτσαν.

Καρότα σωτὲ

Κόπτετε τρυφερὰ καρότα εἰς τεμάχια λεπτὰ καὶ στρογγύλα, ἀλατίζετε καὶ τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγον βούτυρο. Τὰ γιαχνίζετε ὀλίγον, προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ὀλίγην ζάχαριν, τὸ ἀπαιτούμενον ἀλατοπίπερον καὶ τὰ φίνετε νὰ ψηθῶσι.

Λαγῶς σωτὲ

Κόπτετε τὸν λαγῶν εἰς κομμάτια, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν καὶ τὰ σωτάρετε μὲ βούτυρο εἰς φωτιὰν δυνατήν. Ὄταν πάρουν χροῶμα, προσθέτετε ὀλίγα μανιτάρια, κρομμύδια καὶ μαϊδανό, φιλοκομμένα, τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι καὶ ὀλίγο ἀλεῦρι. Μετὰ ἐν τέταρτον βρέχετε μὲ ἕνα ποτηράκι ζωμὸν καὶ ἕνα ποτηράκι κρασί ἄσπρο, καὶ σερβίρετε.

ΒΡΑΣΤΑ

Ἄρνι βραστό

Παίρνετε ἕνα μπουτάκι ἄρνοι, τὸ βουτᾶτε εἰς βραστό νερὸ καὶ τὸ καθαρίζετε. Ὄταν βράσῃ, τὸ κόπτετε καὶ τὸ σερβίρετε μὲ σάλτσαν.

Βωδινὸ βραστό

Βράζομεν τὸ βωδινὸ, ὅπως συνήθως. Ἰδιαιτέρως κόπτο-



μεν μερικὰ κρομμύδια εἰς φέταις λεπταῖς, καὶ τὰς τηγανίζομεν μὲ βούτυρο εἰς φωτιᾶν σιγανήν. Ἐπὶ καιροῦ εἰς καιρὸν σβύνομεν μὲ ὀλίγον ζωμὸν καὶ ἄσπρο κρασί. Προσθέτομεν τὸ ἀπαιτούμενον ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ περιχύνομεν τὸ βραστὸν μας.

Ὁρνίθια βραστὰ

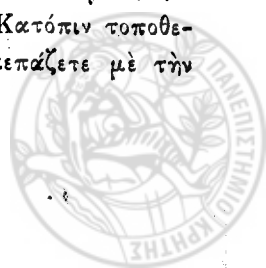
Καθαρίζετε τὰ ὀρνίθια ἀπὸ τὰ πτερὰ καὶ πτίλα, καὶ τὰ βράζετε, ὅπως ἀνωτέρω τὸ ἀρνί.

Ψάρι βραστὸν

Τὸ καθαρίζετε, τὸ κόπτετε εἰς κομμάτια, τὰ ὅποια ἀφίνετε ἀλατισμένα ἐπὶ μίαν ὥραν· κατόπιν ξεπλύνετε καὶ βράζετε μὲ τὸ ἀνάλογον νερὸν δύο καρότα, δύο κρομμύδια, δύο γαρύφαλα, ἄλας, πιπέρι καὶ ἓνα ποτῆρι ἄσπρο κρασί. Ἐπὶ βράσῃ ἐπὶ μιστὴν ὥραν, βγάζετε τὸ ψάρι μὲ τὴν κεψὲ καὶ σουρόνετε τὸν ζωμὸν. Χύνετε πάλιν τὸν ζωμὸν εἰς τὴν κατσαρόλαν καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ὀλίγον ἀκόμη. Πρὶν τὸν κενώσητε εἰς τὴν σουπιέραν, τοποθετεῖτε μικραῖς φέταις ψωμί, τηγανισμέναις μὲ βούτυρο.

Συναγρίδα βραστή

Τὴν βράζετε μὲ νερὸν ἀνάλογον· ἰδιαίτερος κτυπάτε 8 κρόκους αὐγῶν; προσθέτετε ἀπὸ ὀλίγον-ὀλίγον λάδι καὶ ἐξακολουθεῖτε τὸ κτύπημα ἐπὶ πολλὴν ὥραν. Μὴ λησμονήσητε νὰ ρίψητε τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ λεμόνι. Κατόπιν τοποθετεῖτε τὴν συναγρίδα σας εἰς ἀπλάδα, σκεπάζετε μὲ τὴν



σάλτσαν και στολίζετε με μαύραις έλθραις και με καρδιαίς μαρουλιών

Βραστόν με σάλτσα

Προπαρασκευάζετε τὸ βραστόν, ὅπως συνήθως. Ἰδιαίτε-
 ρως κόπτετε δύο κρομμυδάκια και ὀλίγα σκόρδα, κοκκινί-
 ζετε με ὀλίγον βούτυρον, προσθέτετε ὀλίγην φαρίναν, κοκ-
 κινίζετε αὐτήν με ὀλίγον νερό, ἄλας και πιπέρι. Βράζετε
 τὴν σάλτσαν ἐπὶ 5 λεπτά τῆς ὥρας, ρίπτετε τὸ βραστόν
 σας και μετὰ 5 λεπτά ἀκόμη τὸ βγάζετε. Προσθέτετε εἰς
 τὴν σάλτσαν τρία αὐγά, κτυπημένα με μιὰ κουταλιὰ ξεῖδι
 και ὀλίγο μαϊδανό, φιλοκοπανισμένο. Ὅταν πάρη 2—3 βρά-
 σεις, χύνετε εἰς τὸ βραστόν σας.

Ποδαράκια βραστά

Καθαρίζετε ποδαράκια βιδελίσια, τὰ σπάζετε και τὰ
 βάζετε νὰ βράσουν με ὀλίγα καρότα, ὀλίγα γαρύφαλα,
 δύο—τρία κρομμυδάκια και ὀλίγο πιπέρι. Κατόπιν βγάζετε
 τὰ ποδαράκια και, ὅταν στραγγίσουν, ἀφαιρεῖτε τὰ κόκκαλα
 και ρίπτετε τὸ κρέας εἰς τὸν ζωμόν, κομμένο εἰς κομμάτια
 μέτρια. Αὐγοκόπτετε και σερβίρετε.

Γλῶσσαι βρασταὶ

Τὰς βάζετε νὰ βράσουν, ὅπως συνήθως, κατόπιν βγά-
 ζετε τὸ δέριμα των και τὰς σερβίρετε με οἰανδήποτε σάλ-
 τσαν ἢ γαρνιτούραν σας ἀρέσκει.



ΚΡΟΚΕΤΤΑΙ

Κροκέτται από κρέας

Λιανίζετε και ζυμώνετε οιονδήποτε είδος όσπρίων ή λαχάνων σās έχουν μείνει από την προηγούμενη ήμέραν, προσθέτετε μισή κουταλιά άρωματικά χόρτζ, μίαν μεγάλην κουταλιάν μαϊδανό, φιλοκομμένο, μίαν σκελίδχ σκόρδο, ένα φλυτζάνι ψίχα ψωμί, τριμμένην, τó ανάλογον άλατοπίπερον, και τά ανακατόνετε όλα καλά. Δέρνετε ένα αυγό, τó ρίπτετε εις την μάζαν και αναμιγνύετε όλα μαζί. Κατόπιν σχηματίζετε την ζύμην εις μικρά κομμάτια στρογγυλά ή τετράγωνα, τά τοποθετείτε εις άλευρωμένην άπλάδα και τά άλευρόνετε και από τó επάνω μέρος δια νά μη σκάσουν. Θέτετε εις σιγανήν φωτιάν τó τηγάνι με βούτυρο ή λάδι, και, όταν καύση πολύ, τηγανίζετε τās κροκέττας σας. Έκεινας, πού τηγανίζετε, πρέπει νά τās βάζητε εις μέρος, όπου νά διατηρῶνται ζεσταί, εν ὅσω τηγανίζετε τās άλλας.

Κροκέτται από ρύζι και μανιτάρια

Σιγοβράζετε επί 3—4 ώρας 150 δράμια άσπρα μανιτάρια εις πέντε ποτήρια νερό, με ένα κομμάτι σέλινο, ένα καρότο, όλίγο κρομμύδι και όλίγο μαϊδανό. Στραγγίζετε και φυλάσσετε τόν ζωμόν των. Κατόπιν φιλοκόπτετε τά μανιτάρια, τά βάζετε εις μίαν κατσαρόλαν με 30—40 δράμια ρύζι και επ' αυτών χύνετε τόν ζωμόν, πού έχετε φυλάξει. Όταν τó ρύζι τρυφερύνη, στραγγίζετε και αφίνετε νά κρωύση. Δίδετε ει; τās κροκέττας σας ό,τι σχή-

μα σὰς ἀρέσει, τὰς περιαλείφετε μὲ γαλέταν κοπανισμένην καὶ τὰς τηγανίζετε εἰς βούτυρον βράζον. Ὅταν εἶνε ἔτοιμοι, τὰς γαρνίρετε μὲ μαϊδανό.

Κροκέτται ἀπὸ πουλιὰ

Βγάζετε τὰ κόκκαλα τῶν πουλιῶν σας καὶ φιλοκόπτετε μὲ μανιτάρια· ἀναμιγνύετε μὲ δυνατὸν ζωμὸν κρέατος καί, ὅταν βράσουν, τὰφίνετε ἐπὶ 2 ὥρας εἰς μίαν ἀπλάδα νὰ κρυσώσουν. Ἰδιαιτέρως κτυπᾶτε ἓν αὐγόν, βουτᾶτε εἰς αὐτὸ τὰς κροκέττας σας, ἀλευρόνετε μὲ γαλέταν κοπανισμένην καὶ τηγανίζετε εἰς βούτυρον βράζον, ὅπως ἀνωτέρω. Σερβίρετε μὲ φιλοκομμένο μαϊδανό.

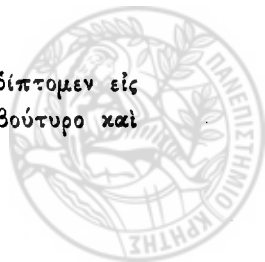
Κροκέτται ἀπὸ πατάταις

Καθαρίζομεν ὀλίγαις βρασμέναις πατάταις. Ὅταν κρυσώσουν, τὰς τρίβομεν εἰς τὸν τρίφτην, τὰς περνῶμεν ἀπὸ ψιλό κόσκινο καὶ τὰς ζυμόνομεν μὲ ὀλίγο τυρὶ τριμμένο, ὀλίγο βούτυρο, ὀλίγο μαϊδανό φιλοκομμένο καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας. Προσθέτομεν 2 — 3 αὐγά, σχηματίζομεν τὰς κροκέττας, τὰς περνῶμεν ἀπὸ γαλέτα καὶ αὐγὸ καὶ τὰς τηγανίζομεν εἰς σιγανὴν φωτιά. Τὰς σερβίρομεν ἔπειτα μὲ ὀλίγο μαϊδανό.

ΓΙΑΧΝΙ

Γιαχνὶ κρέας πρόβειο

Κόπτομεν τὸ κρέας εἰς τεμάχια, τὰ ὅποια ρίπτομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ἓνα κρομμύδι φιλοκομμένο, βούτυρο καὶ



άλας, και θέτομεν ἐπὶ τῆς πυρᾶς. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν τὰνακατεύομεν μὲ ξύλινο κουτάλι και προσθέτομεν ἀπὸ ὀλίγο νερό, ἕως νὰ κοκκινίση, ὅτε ρίπτομεν και τὸ ἀνάλογο νερό και τομάταν. Ὅταν μισοψηθῇ τὸ κρέας, προσθέτομεν ὄ,τι χόρτο μᾶς ἀρέσκει.

Γιαχνὶ κρέας μὲ πατάταις

Κοκκινίζομεν τὸ κρέας μὲ ὀλίγο ψιλὸ κρομμῦδι και βούτυρο, και κατόπιν σβύνομεν μὲ ὀλίγη τομάταν. Προσθέτομεν τὸ ἀνάλογο νερό και ἀφίνομεν νὰ βράση. Ἰδιαιτέρως καθαρίζομεν τῆς πατάταις, τὰς κόπτομεν σταυροειδῶς, τὰς κοκκινίζομεν μὲ ὀλίγο βούτυρο και, ὅταν μισοβράση τὸ κρέας, τὰς ρίπτομεν μέσα. Ἀφίνομεν νὰ βράσωσιν ἐπὶ μίαν ὥραν μαζί, και σερβίρομεν.

Μπάμιαι γιαχνὶ

Μὲ ὀλίγο νερό βράζετε τέσσαρα κρομμῦδια και τὰ γιαχνίζετε μὲ ὀλίγο λάδι ἢ βούτυρο. Καθαρίζετε τῆς μπάμιας και, μέχρις ὅτου γιαχνισθοῦν τὰ κρομμῦδια, τὰς ἔχετε σκεπάσει μὲ μισὸ ποτήρι ζεῖδι και μισὸ νερό. Κατόπιν τὰς ρίπτετε εἰς τὴν κατσαρόλαν και ἀνακατόνετε ὀλίγα λεπτά, προσθέτετε ζωμὸν τομάτας ἢ πελτέν ἀναλελυμένον, τρεῖς κουταλιαῖς λάδι ἢ βούτυρον, τὸ ἀνάλογο ἀλατοπίπερον, και ἀφίνετε νὰ βράσουν.

Πατάταις γιαχνὶ

Γίνονται, ὅπως και αἱ μπάμιαι.



Ἀγκινάρας γιαχνὶ

Τὰς καθαρίζετε, τὰς τρίβετε μὲ λεμόνι καὶ τὰς βάζετε εἰς νερόν ἀλατισμένον διὰ νὰ μὴ μαυρίσουν. Κατόπιν κοκκινίζετε ὀλίγα κρομμύδια φρέσκα, φιλοκομμένα, προσθέτετε τὰς ἀγκινάρας, ὀλίγον ζωμόν λεμονίου, ὀλίγον νερόν, ἀνηθόν φιλοκομμένον, τὸ ἀπαιτούμενον ἀλατοπίπερον, καὶ τὰς ἀφίνετε νὰ βράσουν ἐπὶ ζωηρᾶς φωτιάς. Μὴ τὰς ξεσκεπάζετε συχνά, διότι μαυρίζουν.

Πιζέλια γιαχνὶ

Καθαρίζομεν καὶ ζεματίζομεν τὰ πιζέλια. Γιαχνίζομεν ὀλίγο κρομμύδι μὲ λάδι, προσθέτομεν τὰ πιζέλια, τὸ ἀπαιτούμενον νερόν, ὀλίγον μαϊδανόν φιλοκομμένον, τομάταν, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τὰ φίνομεν νὰ ψηθῶσι.

Φασόλια φρέσκα γιαχνὶ

Κοκκινίζετε δύο κρομμύδια μὲ λάδι, ριπτετε κατόπιν τὰ φασόλια, καθαριτμένα, καὶ τὰ γιαχνίζετε. Ὅταν μαραθοῦν, προσθέτετε ἄλας, τομάταν, ὀλίγον μαϊδανόν, τὸ ἀνάλογον νερόν, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν.

Κολοκυθάκια γιαχνὶ

Γίνονται, ὅπως καὶ τὰ φρέσκα φασόλια.

Μελετζάναι γιαχνὶ

Τὰς κόπτετε εἰς κομμάτια στρογγυλά, τὰς ἀλατίζετε καὶ τὰς ἀφίνετε ἐπὶ μίαν ὥραν εἰς τὸ ἄλας των. Κατόπιν τὰς



πλύνετε και τὰς κοκκινίζετε εἰς τὸ τηγάνι μὲ λάδι καλόν. Ἰδιαιτέρως κοκκινίζετε ὀλίγον κρομμύδι, προσθέτετε ὀλίγον σκόρδον, μαϊδανόν, ψιλοκομμένον, τομάταις, κομμένας εἰς φέταις, ἓνα δαφνόφυλλον, τὸ ἀπαιτούμενον νερόν, καὶ τὰς ἀφίνετε νὰ ψηθῶσι.

Κουνέλι γιαχνὲ

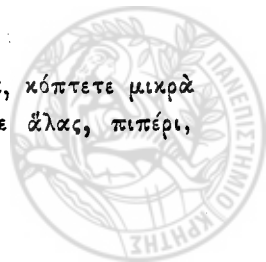
Βγάζετε τὰ ἐντόσθια του, φυλάσσετε τὴν καρδίαν, τὸ σηκότι καὶ τοὺς νεφρούς, τὸ κόπτετε εἰς τεμάχια καὶ μὲ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ βούτυρο κοκκινίζετε ἐπὶ ζωηρᾶς πυρᾶς· κατόπιν προσθέτετε τὰ ἐντόσθια, ψιλοκομμένα, ὀλίγα κρομμύδια, μαϊδανό, δύο δεμάτια ἄνηθο, ψιλοκομμένα, καὶ ἐξακολουθεῖτε νὰ καθουρδίζητε ὅλα μαζί. Κατόπιν ρίπτετε μέσα ἓνα ποτῆρι μαῦρο κρασί, ἓνα φλυτζάνι ζωμόν, ἐντὸς τοῦ ὁποίου ἔχετε λυῶσει ἓνα μεγάλο κουτάλι φαρίνα καὶ ἓνα κουτάλι ζεῖδι.

Πατάται γιαχνὲ μὲ βούτυρο

Μέσα εἰς μίαν κατσαρόλαν ξύνετε τὴ μισὴ φλοῦδα ἐνὸς λεμονίου, προσθέτετε τρία κρομμύδια, ὀλίγον μαϊδανόν καὶ ὀλίγον σκόρδον, ψιλοκομμένα, ἄλας, πιπέρι καὶ 50 δράμια καλὸ βούτυρο. Καθουρδίζετε ὅλα μαζί καὶ κατόπιν ρίπτετε τὰς πατάτας, τὰς ὁποίας ἔχετε προηγουμένως καθάριση.

Μελανούρια γιαχνὲ

Τὰ καθαρίζετε, ἀφαιρεῖτε τὰ ἐντόσθια, κόπτετε μικρὰ κρομμυδάκια, ἄνηθον, σκόρδα, προσθέτετε ἄλας, πιπέρι,



λάδι, τομάταν, και με όλα αυτά σκεπάζετε τὰ μελανούρια σας εἰς μίαν καραβάναν. Βράζετε εἰς σιγανὴν φωτιάν.

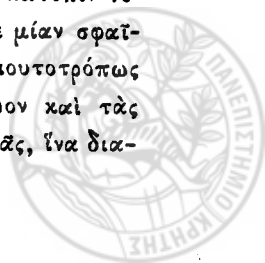
Βακαλάος γιαχνὶ

Ἄφ' ἑσπέρας τὸν βάζετε εἰς τὸ νερόν και τὸ πρῶν τὸν κόπτετε εἰς τεμάχια· σκεπάζετε με νερό και ἀφίνετε νὰ πάρη μίαν βράσιν με ὀλίγα φύλλα δάφνης και με δύο σκελίδας σκόρδου. Μετὰ τοῦτο τὸν καταιβάζετε, ἀλευρόνετε και τηγανίζετε εἰς δυνατὴν φωτιάν. Κατόπιν κοκκινίζετε ἕνα κρομμύδι φιλοκομμένον, με ὀλίγην φαρίναν, ἕνα ποτηράκι κρασί μαῦρο, δύο ποτήρια νερό, ἕνα φύλλον δάφνης, πιπέρι και τρεῖς σκελίδας σκόρδου φιλοκομμένου, τὰ ὁποῖα ἀφίνετε νὰ βράσουν ἐπὶ μίαν ὥραν εἰς φωτιάν σιγανὴν. Σκεπάζετε με τὴν σάλτσαν αὐτὴν τὸν μπακαλιάρον σας και σερβίρετε.

ΚΟΤΟΛΕΤΤΑΙ

Κοτολέτται βωδιναὶ

Παίρνετε τεμάχια κρέας βωδινοῦ, τὰ κοπανίζετε καλῶς και ἀφαιρεῖτε τὰ νεῦρα και τὸ πάχος. Προσθέτετε ὀλίγην ψιχα ψωμί, βρεγμένην με ζωμόν κρέατος, ἕνα αὐγό, ἄλας και πιπέρι, και ἐξακολουθεῖτε νὰ κοπανίζητε. Παίρνετε κατόπιν τόνσον ἕκ τοῦ κιμᾶ σας, ὅσος ἀπαιτεῖται νὰ κάμητε μίαν σφαῖραν μικράν, και σχηματίζετε ὅλον τὸν κιμᾶν τοιοῦτοτρόπως. Τηγανίζετε τὰς κοτολέττας εἰς βράζον βούτυρον και τὰς τοποθετεῖτε εἰς μίαν ἀπλάδα πλησίον τῆς φωτιᾶς, ἵνα δια-



τηρῶνται ζεσταί. Ὄταν θὰ τὰς σερβίρητε, ἀναλύετε εἰς τὴν φωτιὰν ἓνα καλὸ κομμάτι βούτυρο, φιλοκόπτετε μέσα ὀλίγο μαϊδανὸ καὶ τὰς περιχύνετε.

Κοτολέτται μοςχαρίσαι

Πέρνετε τὰς κοτολέττας, τὰς κοπανίζετε καὶ τὰς πλατύνετε, προσθέτουςαι τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι. Κατόπιν τὰς τοποθετεῖτε εἰς μίαν κατσαρόλαν, ἐντὸς τῆς ὁποίας ἔχετε λυωμένο βούτυρο, τὰς γιαννίζετε ἐπὶ 5 λεπτὰ τῆς ὥρας, προσθέττε διάφορα χόρτα φιλοκομμένα καὶ τὰς ἀφίνετε νὰ βράζουν. Ὄταν εἶνε ἔτοιμοι, τὰς σερβίρετε, γαρνίρουςαι με λεμονάκια κομμένα εἰς δύο.

Κοτολέτται πρόβειαι

Ἐτοιμάζετε τὰς κοτολέττας σας, ὅπως συνήθως, τὰς τοποθετεῖτε εἰς κατσαρόλαν με βράζοντα ζωμόν, καρότα κομμένα εἰς τέσσαρα, κρομμυδάκια, ὀλίγο λαρδί, ὀλίγο μαϊδανὸ φιλοκομμένο, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ βράζετε εἰς σιγανὴν φωτιάν. Ὄταν ὁ ζωμὸς πῆξῃ, ρίπτετε μέσα ὀλίγον κατ' ὀλίγον ζωμόν κρέατος ζεστὸν καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ δυόμισῃ ὥρας. Μίαν ὥραν προτοῦ τὰς σερβίρητε, σουρόνετε τὸν ζωμόν καὶ ἔν τέταρτον πρὶν, τὸν δένετε με ὀλίγην φαρίναν.

Κοτολέτται μοςχαρίσαι εἰς τὴν σχάραν

Ἔχετε ἑτοιμοὺς τὰς κοτολέττας σας, κατόπιν λυόνετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ἓνα κομμάτι βούτυρο, τὰς μουςκεύετε, τὰς

ἀλευρόνετε εἰς ψίχα ψωμί τριμμένην καὶ τὰς ψήνετε εἰς τὴνσχάραν.

Κοτολέτται μὲ κάστανα

Παίρνετε μία ὀκτὸ κάστανα ἐκλεκτά, τὰ βράζετε καὶ ἀφαιρέετε τὸν πρῶτον καὶ τὸν δεύτερον φλοιὸν των. Κατόπιν πέρνατε ἀπὸ τρυπητὸν καὶ κοκκινίζετε τὸν πουρέν σας μὲ βούτυρον καὶ τὸν ἀνάλογον ζωμὸν κρέατος, ἄλας καὶ πιπέρι. Περιχύνετε τὰς κοτολέττας σας καὶ σερβίρετε.

Κοτολέτται ἀρνίσαι μὲ σάλτσα

Ἐτοιμάζετε τὰς κοτολέττας σας καὶ τὰς σιγοψήνετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ βούτυρον. Ἰδιαιτέρως ψήνετε φασόλια καὶ πιζέλια φρέσκα, μανιτάρια, δύο ρίζαις σέλινο, τὰ ρίπτετε κατόπιν ὅλα αὐτὰ εἰς ἄλλην κατσαρόλαν, ὅπου ἔχετε προετοιμάσει χυλὸν ἀπὸ φαρίνα καὶ βούτυρο, καὶ, ὅταν τραβήξουν, σερβίρετε τὰς κοτολέττας μὲ τὴν σάλτσαν αὐτήν.

Κοτολέτται μὲ πουρὲ πατάτας

Παίρνετε τὰς κοτολέττας τὰς πλαταίνετε, ρίπτετε ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τὰς βουτᾶτε ἀπὸ μίαν μίαν-μίαν εἰς λυωμένο βούτυρο. Κατόπιν τὰς ἀλευρόνετε εἰς ψωμί τριμμένον καὶ τὰς ψήνετε εἰς τὴνσχάραν. Ἰδιαιτέρως ἐτοιμάζετε ἓνα πουρὲ ἀπὸ πατάταις, τὸν ρίπτετε εἰς μίαν ἀπλάδα καὶ τοποθετεῖτε ἐπάνω εἰς αὐτὸν τὰς κοτολέττας σας.



Κοτολέττας αρνίσιαι τηγανισταί

Προπαρασκευάζετε τὰς κοτολέττας σας, ὅπως συνήθως, τὰς μουςκεύετε εἰς αὐγὰ κτυπημένα καὶ τὰς ἀλευρόνετε εἰς τριμμένο ψωμί, ἐπαναλαμβάνετε τὸ βούτημα εἰς τὰ αὐγὰ καὶ τὸ ἀλεύρωμα, καὶ τὰς τηγανίζετε τέλος μὲ βούτυρον. Ὅταν εἶνε ἔτοιμοι, τὰς σερβίρετε μὲ ὅποιονδῆποτε πουρὲν θέλετε.

Κοτολέττας ἀπὸ ὀρτύκια

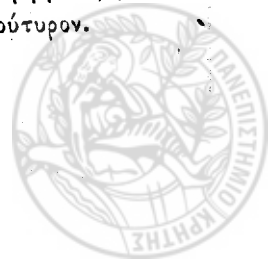
Τὰ σχίζετε εἰς τὸ μέσον, βγάζετε ὅλα τὰ κόκκαλα καὶ ἀφίνετε μόνον τὸ ποδαράκι, κτυπάτε καὶ τὰς ἀρωματίζετε μὲ πιπέρι καὶ ἄλας. Κατόπιν τὰς κυλίετε εἰς ψωμί τριμμένον, ἔπειτα εἰς αὐγὰ κτυπημένα καὶ πάλιν ἀλευρόνετε μὲ ψωμί τριμμένον. Τηγανίζετε μὲ βούτυρο καὶ σερβίρετε μὲ οἰανδῆποτε γαρνιτούραν θέλετε.

Κοτολέττας ἀπὸ περιστέρια

Γίνονται, ὅπως καὶ αἱ κοτολέττας ἀπὸ ὀρτύκια.

Κοτολέττας ἀπὸ γαρίδαις

Ἐτοιμάζετε ὀλίγαις κροκέτταις ἀπὸ τρούφαις, μανιτάρια, χονδροκομμένα, καὶ οὐραῖς γαρίδων. Κατόπιν, ὅταν κρυσώσουν, τὰς στρογγυλοκόπτετε, ἀλευρόνετε καὶ διδετε σχῆμα κοτολέττας. Τὰς ἀλευρόνετε πάλιν μὲ ψωμί τριμμένο, βουτάτε εἰς αὐγὸ κτυπημένο καὶ τηγανίζετε μὲ βούτυρον.



ΠΛΑΚΙ

Σουπιαὶ πλακὶ

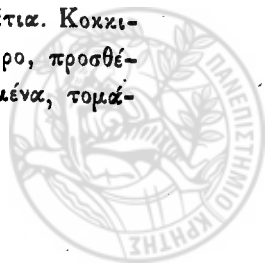
Ῥίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν πολλὰ κρομμύδια, τρεῖς σκελίδας σκόρδο, ὀλίγα καρότα, δύο δεματάκια μαϊδανό, ὀλίγην πορτοκαλόφλουδαν, ὄλα ψιλοκομμένα, ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, δύο φύλλα δάφνης, δύο ποτηράκια ἄσπρο κρασί ἀρετσίνωτο. δύο μεγάλα ποτήρια νερό, ὀλίγην σταφίδα καὶ τέλος τῆς σουπιαῖς σας καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν ὄλα μαζί. Ὅρεκτικώταται, γλυκύταται.

Κέφαλοι πλακὶ

Τοὺς καθαρίζετε καὶ τοὺς ἀλατίζετε. Γιαχνίζετε τρία κρομμύδια μὲ ὀλίγο λάδι, προσθέτετε ὀλίγο σέλινο καὶ ὀλίγο μαϊδανό, ψιλοκομμένα, καί, ὅταν ἀρχίσουν νὰ κοκκινίσουν, ὀλίγη τομάτα, μίαν φουχταν σταφίδα Κορινθιακὴν, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν ὄλα μαζί ἐπὶ ὀλίγα λεπτὰ τῆς ὥρας. Κατόπιν τοποθετεῖτε τοὺς κεφάλους εἰς μίαν καραβάναν, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον νερόν καί, ἀφοῦ τοὺς περιχύσετε μὲ τήνωτέρω, τοὺς στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Καλαμαράκια πλακὶ

Τὰ πλύνετε καὶ τὰ κόπτετε εἰς μικρὰ κομμάτια. Κοκκινίζετε ὀλίγα κρομμύδια φρέσκα μὲ ὀλίγο βούτυρο, προσθέτετε ὀλίγον ἄνηθον, ὀλίγα μαρουλάκια, ψιλοκομμένα, τομά-



ταν, τὰ καλαμαράκια καὶ τὸ ἀνάλογον νερὸν καὶ τὰ φέινετε νὰ βράσουν.

Μύδια πλακὶ

Κοκκινίζετε ὀλίγα φρέσκα κρομμύδια μὲ λάδι, προσθέτετε ὀλίγον ἀνηθον καὶ μετ' ὀλίγα λεπτὰ τὰ μύδια καθαρισμένα, καὶ γιανθίζετε ὅλα μαζί. Ἄμα γιανθισθῶσι, ρίπτετε ὀλίγον ζωμὸν λεμονίου ἢ τομάτα, ὀλίγην ψίχα ψωμι τριμμένην, ὀλίγο νερὸ καὶ τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, καὶ τὰ φέινετε νὰ ψηθῶσι.

Κεφαλοὶ πλακὶ μὲ σκόρδον

Καθαρίζετε τοὺς κεφαλοὺς, τοὺς κόπτετε εἰς κομμάτια καὶ τοὺς βάζετε εἰς μίαν καραβάναν. Τοὺς σκεπάζετε μὲ δύο κεφάλια σκόρδα καθαρισμένα, ὀλίγο λάδι, μαϊδανὸ φιλοκομμένον, ὀλίγην τομάταν, πιπέρη καὶ ἄλας ἀνάλογον, ὀλίγη γαλέτα τριμμένη, καὶ στέλλετε εἰς τὸν φουῦρνον.

Ψάρι πλακὶ μὲ λάχανο

Κόπτομεν εἰς τεμάχια ὅ,τι δῆποτε ψάρι θελούμεν νὰ κάμωμεν πλακί. Γιανθίζομεν μὲ λάδι τέσσαρα κρομμύδια κομμένα εἰς φέτας λεπτάς, προσθέτομεν ὀλίγο σέλινο, ὀλίγο πράσο, μαϊδανὸ, καὶ γιανθίζομεν καὶ αὐτὰ ὀλίγον. Κατόπιν τὰ φένομεν νὰ ψηθῶσι μὲ φωτιὰν μετρίαν.

Τσίροι πλακί

Τοὺς μοσχεύομεν, ἀφαιροῦμεν τὰ κόκκαλα καὶ τοὺς



παρασκευάζομεν ἀπαράλλακτα, καθὼς καὶ τὸν κέφαλον μὲ τὸ σκόρδον.

Τομάται πλακί

Τὰς κόπτετε εἰς φέτας, τὰς τοποθετεῖτε κατὰ τειρὰν μέσα εἰς μίαν καραβάναν, τὰς σκεπάζετε μὲ ὀλίγο μαϊδανὸ καὶ ὀλίγο σκόρδο, φιλοκομμένα, 2-3 παξιμάδια κοπανισμένα, ρίπτετε τὸ ἀνάλογον ἔλαιον καὶ ἀλατοπίπερον, καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Μελιτζάνας πλακί.

Παρασκευάζονται, ὅπως καὶ αἱ τομάται, μὲ μόνην τὴν διαφορὰν ὅτι τηγανίζονται προηγουμένως μὲ λάδι.

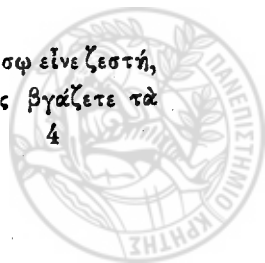
Κολοκυθάκια πλακί

Τὰ κόπτομεν εἰς φέτας μικράς, τάλαιτίζομεν καὶ τάλευρόνομεν. Κατόπιν στρώνομεν εἰς μίαν καραβάναν ἕνα στρώμα ἀπὸ μαϊδανὸ καὶ σκόρδο, φιλοκομμένα, ἐπ' αὐτοῦ τοποθετοῦμεν ἕνα στρώμα κολοκυθάκια καὶ ἄλλο στρώμα μαϊδανὸ καὶ σκόρδο, καὶ οὕτω καθεξῆς. Προσθέτομεν ὀλίγο πιπέρι, ἄλας, λάδι καὶ ὀλίγη τομάτα, καὶ στέλλομεν εἰς τὸν φούρνον.

ΠΑΡΑΓΕΜΙΣΤΑ

***Ορνε παραγεμιστή**

Τὴν καθαρίζετε ἀπὸ τὰ πτερὰ καὶ πτίλα, ἐν ὅσῳ εἶνε ζεστή, χωρὶς νὰ τὴν βουτήξετε εἰς βραστὸ νερό, τῆς βγάξετε τὰ



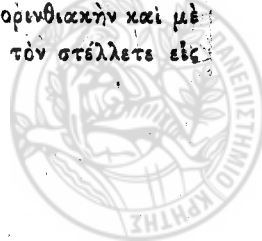
έντόσθια, ἐκ τῶν ὁποίων πετᾶτε μόνον τὰ ἔντερα καὶ τὴν κοιλίαν, τὰ δὲ ἄλλα φυλάσσετε. Κατόπιν κόπτετε εἰς κιμῶν ἓνα κρομμύδι, ὀλίγο μαϊδανὸ καὶ τὰ έντόσθια, προσθέτετε ἓνα κομμάτι βούτυρο, ὀλίγην γαλέτταν κοπανισμένην, καὶ τὰ κοκκινίζετε εἰς μετρίαν φωτιάν. Τὰ δένετε μὲ ἓνα ποτηράκι κρασί ἄσπρο καί, ὅταν εἶνε ἕτοιμα, προσθέτετε τρία αὐγά κτυπημένα καὶ τ' ἀνακατόνετε ὅλα μαζί. Γεμίζετε με τὴν γόμωσιν ταύτην τὴν ὄρνιθα, τὴν ράβετε καὶ τὴν στέλλετε εἰς τὸν φούρνον μὲ τὸ ἀνάλογον ἄλας, πιπέρι καὶ βούτυρον.

Πάπια παραγεμιστή

Τὴν καθαρίζετε, τῆς βγάζετε τὰ έντόσθια καὶ κόπτετε εἰς κιμῶν τὴν καρδίαν, τὸ σηκότι καὶ ὀλίγον μαϊδανόν, προσθέτετε ἓνα κρομμυδάκι ψιλοκομμένον καὶ ὀλίγην γαλέτταν τριμμένην, γεμίζετε τὴν πάπιαν, ὅπως ἀνωτέρω τὴν ὄρνιθα, καὶ τὴν στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Ἰνδιάνος (γάλος) παραγεμιστός

Πρὶν τὸν σφάζητε, τὸν ἀφίνετε νηστικὸν ἐπὶ 12 ὥρας, κατόπιν τὸν σφάζετε καὶ τὸν κρεμάτε ἀπὸ τὰ πόδια, ἵνα στραγγίσῃ ὅλον τὸ αἷμα. Τὸν μαδάτε, ἐν ὅσῳ εἶνε ζεστός. Ἀνοίγτε ἔπειτα ὀπισθεν, ἀφαιρεῖτε τὰ έντόσθια καὶ τὸν γεμίζετε μὲ τὴν ἐξῆς μαμερλάταν. Καθαρίζετε ὀλίγα μῆλα, τὰ κόπτετε εἰς τέσσαρα μὲ μαχαῖρι ἄσημένιο, ἂν εἶνε δυνατόν, διὰ νὰ μὴ μαυρίσουν, καὶ τὰ βράζετε μὲ ὀλίγο νερό, ζάχαρι, ὀλίγη κανέλλα, ὀλίγην σταφίδα κορινθιακὴν καὶ μὲ τὸν ζωμὸν ἐνὸς λεμονίου. Τὸν ράβετε καὶ τὸν στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.



Πέρδικαι παραγεμισταί

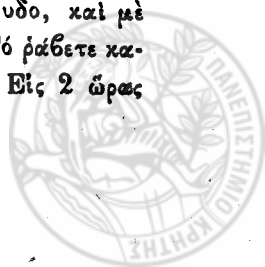
Ψιλοκόπτομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν τὰ σηκοτάκια των, δύο κρομμυδάκια προσθέτομεν ὀλίγον δυόσμον, βούτυρον, τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι καὶ τὰ βάζομεν εἰς φωτιὰν σιγανήν. Ὅταν μαραθοῦν γεμίζομεν μ' αὐτὰ τῆς πέρδικαις, τὰς ράπτομεν καὶ τὰς κοκκινίζομεν ὀλίγον μὲ βούτυρον. Κατόπιν τὰς σουβλίζομεν προσεκτικὰ, τὰς σκεπάζομεν μὲ χαρτὶ βουτυρωμένον καὶ τὰς ψήνομεν. Ὅταν ἐτοιμασθῶσι, τὰς σερβίρομεν μὲ ὀλίγον λεμόνι.

Χήνα παραγεμιστὴ

Τὴν καθαρίζετε καλῶς, τῆς ἀφαιρεῖτε τὰς φτερούγας, κόπτετε τὸ κάτω μέρος τῶν ποδῶν καὶ ἀφαιρεῖτε τὰ ἐντόσθια τῆς. Κατόπιν τσιγαρίζετε μὲ βούτυρο τὰ σηκοτάκια τῆς καὶ ὀλίγα κρομμυδάκια ψιλοκομμένα, προσθέτετε ὀλίγην ζάχαριν, βούτυρον, ἀλατοπίπερον, καὶ γεμίζετε τὴν χήνά σας, τὴν ὁποῖαν προηγουμένως εἴχετε ἀλατίσει. Τὴν ράβετε, τὴν σουβλίζετε καὶ τὴν ψήνετε εἰς φωτιὰν σιγανήν.

Γουρνούπουλο παραγεμιστό

Ζεματίζετε μισὴ ὀκτὸ ρύζι, τὸ βράζετε μὲ 60 δράμια ζωμόν καὶ μὲ ἓνα δεματάκι ἀπὸ διάφορα χόρτα· ὅταν σκάσῃ τὸ ρύζι, προσθέτετε ὀλίγα σηκοτάκια πουλιῶν γιαχισμένα μὲ βούτυρον, ἄλας, πιπέρι καὶ ὀλίγο μοσχοκάρυδο, καὶ μὲ τὴν γόμωσιν ταύτην γεμίζετε τὸ γουρνούπουλο. Τὸ ράβετε κατόπιν, τὸ σουβλίζετε καὶ τὸ ἀφίνετε νὰ ψηθῇ. Εἰς 2 ὥρας εἶνε ἔτοιμον.



Σουπιά παραγεμιστά

Γιαχνίζετε με λάδι ὀλίγα κρομμυδάκια, προσθέτετε τὰ πόδια τῶν σουπιῶν καὶ ὀλίγον ἄνηθον, φιλοκομμένα, καὶ τὰ γιαχνίζετε ὅλα μαζί. Προσθέτετε ὀλίγα κουκουνάρια, σταφίδα, ψωμί τριμμένο καὶ ὀλίγο κρασί ἄσπρο, γεμίζετε τῆς σουπιαῖς σας, τὰς ράβετε καὶ τὰς ψήνετε εἰς τὴν κατσαρόραν μὲ ὀλίγο νερό καὶ ζωμὸν λεμονίου. Ἡ φωτιά νὰ εἶνε μετρία.

Ψάρι παραγεμιστὸν

Καθαρίζετε τὸ ψάρι σας καὶ γεμισατέ το μὲ τὴν ἐξῆς γόμωσιν· λάβετε ὀλίγον μαϊδανὸν καὶ ἄνηθον, φιλοκομμένα· ψίχα ψωμί βρεγμένη μὲ ἄσπρο κρασί, ἄλας καὶ πιπέρι, προσθέσατε ἔλαιον ἄρκετὸν καὶ ζυμώσατέ τα ὅλα μαζί. Τὸ τηγανίζετε σκεπασμένον.

Κρομμύδια παραγεμιστά

Διαλέγετε κρομμύδια ἄσπρα, στρογγυλά, μετρίου μεγέθους, τὰ καθαρίζετε καὶ τὰ ρίπτετε εἰς τὴν κατσαρόλαν μὲ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ νερό. Τὰ θέτετε ἐπὶ σιγανῆς φωτιάς δι' ὀλίγα λεπτά τῆς ὥρας, κατόπιν τὰ στραγγίζετε καὶ ἀφαιρεῖτε μέρος τοῦ ἐσωτερικοῦ, προσέχουσαι, ὅπως μὴ χαλάσῃ τὸ ἐξωτερικόν. Ἰδιαιτέρως κόπτετε εἰς κιμᾶν τὰ μέσα τῶν κρομμυδιῶν μὲ ἓν τεμάχιον προβείου κρέατος, προσθέτετε ὀλίγην ψίχα ψωμί, βρεγμένη εἰς γάλα, ἓνα κομματι νωπὸ βούτυρο, ἓνα αὐγὸ, τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ μ' αὐτὰ γεμίζετε τὰ κρομμύδια σας. Κατόπιν κοκκινίζετε

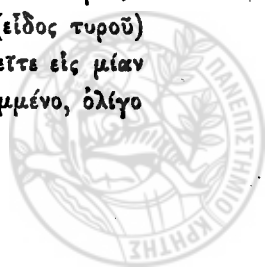
Ένα κουτάλι φαρίνα μὲ ἓνα κουτάλι βούτυρο, προσθέτετε ἓνα κρομμύδι ψιλοκομμένο, ἓνα ποτηράκι ζωμὸν ἢ νερόν, ἓνα κουτάλι κονιάκ, ἄλας καὶ πιπέρι. τοποθετεῖτε μέσα τὰ κρομμύδια σας, σκεπάζετε τὴν κατσαρόλαν καλῶς καὶ τὴν στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Τομάται παραγεμισταὶ

Τὰς ἀνοίγετε προσεκτικὰ εἰς τὸ ἐπάνω μέρος. βγάζετε τὸ ἐσωτερικὸν καὶ τὰς γεμίζετε μὲ τὴν ἐξῆς γόμωσιν, τὴν ὁποίαν κάμνετε μὲ μίαν γαλέτταν κοπανισμένην, κρομμύδι, μαϊδανό, ψιλοκομμένα, ὀλίγο ρύζι, δύο αὐγὰ κτυπημένα, βούτυρον καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας. Ὅταν τὰς γεμίσητε, τὰς τοποθετεῖτε εἰς μίαν κατσαρόλαν, τὰς πασπαλίζετε μὲ τριμμένο ψωμί καὶ τὰς στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Πατάται παραγεμισταὶ

Ψήνετε εἰς τὸν φούρνον 10 πατάταις στρογγυλαῖς, τὰς κόπτετε ὀλίγον ἀπὸ τὸ ἐπάνω μέρος καὶ βγάζετε μὲ ἓνα κουταλάκι ὄλον τὸ ἐσωτερικὸν. Κατόπιν περνᾶτε τὴν ἀφαιρηθεῖσαν ψίχα ἀπὸ ψιλὸ τρυπητὸ καὶ τὴν βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν· προσθέτετε ἓνα καλὸ κομμάτι βούτυρο, πέντε κρόκους αὐγῶν, ὀλίγην ζάχαριν, μοσχοκάρυδο τριμμένο, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, καὶ ἀνακατόνετε ὅλα μαζί. Ἐπειτα ρίπτετε μέσα 30 δράμια παρμεζάναν (εἶδος τυροῦ) τριμμένην, γεμίζετε τὴς πατάταις καὶ τοποθετεῖτε εἰς μίαν καραβάναν, ρίπτετε ἀπ' ἐξω ὀλίγο τυρὶ τριμμένο, ὀλίγο βούτυρο, καὶ τὰς στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.



Μελιτζάνας παραγεμιστά

Τὰς ἀλατίζετε καὶ τὰς ἀφίνετε μισὴν ὥραν, κατόπιν κόπτετε τὸ κοτσάνι των καὶ ἀπ' ἐκεῖ βγάζετε ὅλην τὴν ψιχάτων. Τὰς γεμίζετε τότε μὲ μίαν γόμωσιν ἀπὸ ρύζι, κρομμύδι καὶ μαϊδανό, ψιλοκομμένα, ὀλίγην ψίχα τομάτας, 2—3 αὐγά δαρμένα, βούτυρον καὶ τὸ ἀπαιτούμενον ἀλατοπίπερον, τὰς τοποθετεῖτε εἰς μίαν καρβάναν καὶ κατόπιν εἰς σιγανὴν φωτιάν. Ὅταν ἀρχίσουν νὰ τσιγαρίζωνται, τὰς σκεπάζετε μὲ ζωμὸν τομάτας.

Ἀγκινάρας παραγεμιστά

Τὰς καθαρίζετε καὶ τὰς ἀλατίζετε. Κατόπιν καθουρίζετε ὀλίγα κρομμυδάκια φρέσκα μὲ ἀνηθο, μαϊδανό, ρύζι, ἄλας καὶ πιπέρι, γεμίζετε μ' αὐτὰ τῆς ἀγκινάρας καὶ τὰς τοποθετεῖτε καταλλήλως, ὥστε νὰ μένουν ὀρθαί. Προσθέτετε ἕξωθεν λάδι, ὀλίγο σκόρδο ψιλοκομμένο, νερό, τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου, καὶ τὰς βράζετε εἰς φωτιάν σιγανήν.

Αὐγά παραγεμιστά

Βράζετε τὰ αὐγά καί, ὅταν σφίξουν καλά, τὰ καταιθάζετε καὶ τὰ κόπτετε κατὰ μῆκος. Κατόπιν κοπανίζετε τοὺς κρόκους των μὲ ἓνα κρομμυδάκι, ὀλίγην ψίχα ψωμί, μουσκευμένην εἰς νερό, ὀλίγον βούτυρον νωπὸν, δύο ὠμοὺς κρόκους αὐγῶν καὶ τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, καὶ γεμίζετε κάθε ἡμισυ αὐγοῦ εἰς τρόπον, ὥστε νὰ ἔχη σχῆμα αὐγοῦ ὀλοκλήρου. Τὰ ἀπομεινάρια τῆς γομώσεως στρώνετε εἰς τὸ

βάθος μιας καρβάνας, τοποθετείτε ἐπ' αὐτῆς ταύγά, τὸ ἐν πλησίον τοῦ ἄλλου καὶ μὲ τὴν γόμωσιν ἄνω, τὰ σκεπάζετε μὲ γαλέτταν τριμμένην, τὰ περιχύνετε μὲ ἀναλυμένον βούτυρον καὶ τὰ στέλλετε εἰς μέτριον φούρνον.

ΣΤΙΦΑΔΑ

Στιφάδο κρέας

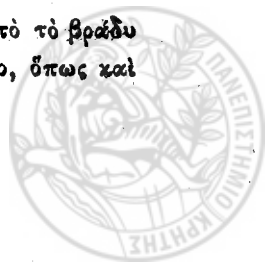
Κόψτετε τὸ κρέας σας εἰς τεμάχια, τὸ τσιγαρίζετε μὲ λάδι, ρίπτετε κρομμυδάκια ὀλόκληρα, σκόρδα, δάφνη, δενδρολίβανο, ἄλας, πιπέρι, ζεῖδι καὶ τὸ ἀνάλογον νερόν· σκεπάζετε καλὰ τὴν κατσαρόλαν σας καὶ μετὰ 2 ὥρας περίπου εἶνε ἕτοιμον.

Στιφάδο Ἰταλικόν

Τσιγαρίζετε μὲ ὀλίγο λάδι καὶ ὀλίγο βούτυρο τὸ κρέας, δύο σέλινα, δύο πράσα, ὀλίγα καρόττα ψιλοκομμένα καὶ ὀλίγα κρομμυδάκια, προσθέτετε ἓνα ποτηράκι κρασί, ὀλίγην τομάταν, μοσχοκάρυδο, γαρύφαλα, δενδρολίβανο, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ ἀφήνετε, ἕως ὅτου βράσουν.

Λαγὼς στιφάδο

Καθαρίζετε τὸν λαγὼν σας, τὸν βάζετε ἀπὸ τὸ βράδου μέσα εἰς ζεῖδι καὶ τὸ πρῶτὸ τὸν κάμνετε στιφάδο, ὅπως καὶ τὸ κρέας ἄνωτέρω.



Πέρδικαι στυφάδο

Μαδάτε τὰς πέρδικας, τὰς καψαλίζετε καὶ βγάζετε τὰ ἐντόσθιά των. Κατόπιν τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλην, προσθέτετε κρομμύδια, καρόττα, φέτας λαρδί, ἕνα δεματάκι θυμάρι, ὀλίγη δάφνη, μαϊδανόν, ἄλας, πιπέρι, ἕνα ποτηράκι ἄσπρο κρασί καὶ ὀλίγον ζωμόν, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθοῦν.

Περιστερία στυφάδο

Τσιγαρίζετε τὰ περιστερία σας μὲ βούτυρο. Ἰδιαιτέρως ροδιζετε φαρίναν μὲ βούτυρο, προσθέτετε μικρὰ κρομμυδάκια ὀλόκληρα, ἕνα ποτηρι κρασί ἄσπρο καὶ ὀλίγον ζωμόν κρέατος, βάζετε καὶ τὰ περιστερία μέσα μὲ ὀλίγο θυμάρι, δάφνη, γαρύφαλα, καὶ, ὅταν σιγοψηθοῦν, σερβίρετε μὲ ὀλίγο ζεῖδι.

Βωδινὸ στυφάδο

Παίρνετε ἕνα χονδρὸ κομματί κρέας βωδινό, τὸ κτυπάτε, τρυπάτε εἰς διάφορα μέρη καὶ εἰσάγετε εἰς τὰς σχισμάδας του λεπτὰς φέτας λαρδί, μαζί μὲ σκόρδα, ἄλας καὶ πιπέρι. Κατόπιν τρίβετε τὸ ἐσωτερικόν τῆς κατσαρόλας μὲ σκόρδο, ρίπτετε μέσα ἕνα κουτάλι λάδι, ἕνα κουτάλι ζεῖδι, ὀλίγο βωδινὸ μυαλό, ἄλας, ἕνα κουματάκι μοσχοκάρυδο, καὶ ἀναμιγνύετε ὅλα μαζί, μέχρις ὅτου γείνουν ὡσὰν ἀλοιφή. Προσθέτετε δύο κρομμύδια, εἰς τὰ ὅποια ἔχετε καρφώσει ὀλίγα γαρύφαλα, τὸ κρέας, κλείετε τὴν κατσαρόλαν καλῶς καὶ τοποθετεῖτε ἐπὶ ἑλαφρᾶς φωτιάς. Ἀφίνετε ἐπὶ 4 ὥρας νὰ σιγοψηθῇ καὶ ἀποσφραγίζετε. Ὁρεκτικώτατον.

Πιζέλια σιφάδο

Ξεφλουδίσετε τὰ πιζέλια σας, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ σκόρδον, σέλινον, μαϊδανόν, δύο φύλλα δάφνης, τὸ ἀνάλογον βούτυρον, καὶ ἀφίνετε εἰς μετρίαν φωτιὰν νὰ τηγανισθῶσι καλῶς. Προσθέτετε ὀλίγην τομάταν, καὶ . . . καλὴν ὄρεξιν.

ΟΜΕΛΕΤΤΑΙ

Ὁμελέττα αὐγά

Παίρνετε ἕξ αὐγά. Χωρίζετε τὰ ἀσπράδια ἀπὸ τὰ κίτρινα. Καὶ τὰ μὲν κίτρινα κτυπᾶτε εἰς ἄρρον, τὰ δὲ ἀσπράδια δέρνετε μὲ 50 δράμια ψιλὴ ζάχαρι, μὲ τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου καὶ μὲ ὀλίγην κανέλλαν. Κατόπιν θέτετε ἐπὶ δυνατῆς φωτιᾶς μίαν κατσαρόλαν ἀνάβαθην μὲ 25 δράμια βούτυρο φρέσκο, ζεσταίνετε, χύνετε τὴν ὀμελέτταν μὲ τὸ ἀνάλογον ἄλας, καὶ ψήνετε ἐπὶ σιγανῆς φωτιᾶς.

Ὁμελέττα μὲ ψωμί

Σπάζομεν 5 αὐγά, προσθέτομεν ὀλίγον ἄλας καὶ πιπέρι ὀλίγην ψίχα ψωμίου τριμμένην, ὀλίγον γάλα καὶ τὰ κτυπῶμεν ὅλα μαζί. Καίομεν βούτυρον εἰς τὸ τηγάνι, χύνομεν τὰ αὐγά καὶ ἀνακινουῦμεν ἐπανειλημμένως τὸ τηγάνι, διότι κολλοῦν.

Ὁμελέττα μὲ νεφρὸ

Ψήνομεν πρῶτον τὸ νεφρὸν καὶ τὸ κόπτομεν εἰς λεπτὰ κομμάτια. Κατόπιν σπάζομεν τὰ αὐγά, προσθέτομεν τὰ



κομμάτια τοῦ νεφροῦ, κτυπῶμεν καλῶς ὄλα μαζί καί τηγα-
νίζομεν, ὅπως ἀνωτέρω τὴν ὀμελέτταν μὲ τὸ ψωμί.

Ὁμελέττα μὲ διάφορα λάχανα

Παρασκευάζεται, ὅπως καί ἡ ὀμελέττα μὲ ψωμί, μὲ τὴν
διαφοράν, ὅτι ἀντὶ νὰ προσθέσωμεν ψίχρα ψωμί, προσθέτο-
μεν διάφορα λάχανα ψιλοκομμένα.

Ὁμελέττα μὲ ρύζι

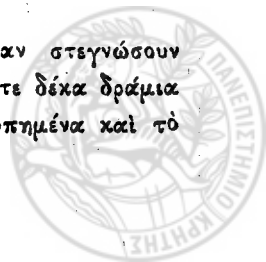
Βράζετε 50 δράμια ρύζι εἰς μίαν ὀκτὼν νερὸ καί, ὅταν πιῇ
ὄλο τὸ νερό, τὸ καταβάζετε.. Ὅταν σχεδὸν κρυώσῃ, ρί-
πτετε μέσα ἕξ αὐγὰ κτυπημένα καλῶς, μισὸ δεματάκι μαϊ-
δανὸ ψιλοκομμένο καί τὸ ἀπαιτούμενον ἀλατοπίπερον. Χύ-
νετε κατόπιν τὸ ὄλον εἰς ἕνα πιάτὸ βουτυρωμένο, τὸ ψήνετε
καί τὸ γαρνίρετε μὲ μαϊδανό.

Ὁμελέττα μὲ τυρὶ

Κτυπᾶτε καλῶς πέντε αὐγὰ, προσθέτετε 40 δράμια παρ-
μεζάναν τριμμένην καί ἕνα φλυτζάνι γάλα. Ἐπειτα προσ-
θέτετε τὸ ἀνάλογον ἄλας καί κοκκινοπίπερο, ἕνα κομμάτι
βούτυρο ζεστό, καί σερβίρετε.

Ὁμελέττα μὲ πατάτα

Βράζετε εἴκοσι δράμια πατάταις καί, ὅταν στεγνώσουν
καλῶς, τὰς ζυμώνετε μὲ βούτυρο, προσθέτετε δέκα δράμια
ψίχρα ψωμί τριμμένην, ἕξ αὐγὰ καλῶς κτυπημένα καί τὸ



ανάλογον ἄλας καὶ κοκκινόπιπερο. Κατόπιν καίετε ἓνα κομμάτι βούτυρο, χύνετε μέσα εἰς αὐτὸ τὴν ὀμελέτταν σας, καὶ τηγανίζετε.

Ὁμελέττα μὲ σκόρδο

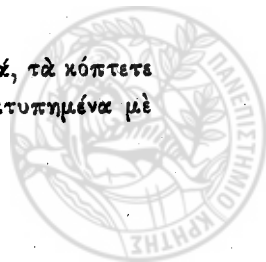
Ἀναμιγνύετε μὲ ὀλίγο γάλα ὀλίγον ἄλας, τέσσαρα κουτάλια φαρίνα, καὶ κατόπιν ἀνακατόνετε τρία αὐγά καλοδαρμένα. Ἰδιαιτέρως κοπανίζετε ὅ,τιδήποτε κρέας σᾶς ἔχει μείνει μὲ ὀλίγον σκόρδον, ὀλίγον λαρδί, μαϊδανό, ἄλας, πιπέρη, προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ὀλίγον βούτυρον, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοβράσῃ. Ἐπειτα γαρνίρετε μὲ αὐτὴν τὴν ἐντράδα τὴν ὀμελέτταν σας, προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν κρέατος καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν εἰς μέτριον φούρνον.

Ὁμελέττα μὲ τομάταις

Ζεματίζομεν εἰς νερὸν ζεστὸν τῆς τομάταις, βγάζομεν τὴν πέτσαν, τὰς κόπτομεν εἰς λεπταῖς φέταις καί, ἀφοῦ βγάλωμεν τοὺς σπόρους καὶ τὸν χυμὸν, τὰς γιαχνίζομεν μὲ ὀλίγο βούτυρο. Ὄταν ψηθοῦν, τὰς καταιδάζομεν, ἀνακατεύομεν μὲ αὐγά κτυπημένα μὲ ἀλατοπίπερον καὶ τηγανίζομεν μὲ βούτυρον. Κινουῦμεν τὸ τηγάνι συνεχῶς, διὰ νὰ μὴ κολήσουν, προσθέτομεν ὀλίγο βούτυρο, καὶ σερβίρομεν.

Ὁμελέττα μὲ σπαράγγια

Ζεματίζετε ἓνα δεματάκι σπαράγγια τρυφερά, τὰ κόπτετε εἰς τεμάχια, μικρά, τὰ προσθέτετε εἰς αὐγά κτυπημένα μὲ



ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τηγανίζετε τὴν ὀμελέτταν σας, ὅπως συνήθως, μὲ βούτυρον.

᾽Ομελέττα μὲ ἄγκινάραις

Παίρνετε καρδιαῖς ἀπὸ ἄγκινάραις, τὰς ζεματίζετε καὶ τὰς φιλοκόπτετε. τὰς ἀνακατεύετε κατόπιν μὲ αὐγὰ κτυπημένα, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τηγανίζετε, ὡς ἄνωτέρω.

᾽Ομελέττα μὲ κρομμύδια

Κόπτετε τὰ κρομμύδια εἰς φέταις ψιλαῖς, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ τὰ βράζετε ἐπὶ μίαν ὥραν μὲ τὸ ἀνάλογον νερὸν καὶ βούτυρον. Κατόπιν τὰ καταβάζετε καί, ὅταν κρῦώσουν, τὰνακατεύετε μ' αὐγὰ κτυπημένα, καὶ κάμνετε τὴν ὀμελέτταν σας.

᾽Ομελέττα μὲ ζαμπόνι

Κτυπᾶτε καλῶς πέντε αὐγὰ, προσθέτετε ὀλίγον ζαμπόνι φιλοκομμένο, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τηγανίζετε τὴν ὀμελέτταν μὲ βούτυρον.

᾽Ομελέττα μὲ μαϊδανὸ

Σπάζετε εἰς ἓνα μέρος τὰ αὐγὰ, ποῦ θὰ ψήσετε, βάζετε ὀλίγον ἄλας καὶ πιπέρι, ὀλίγο μαϊδανό, ἓνα κρομμυδάκι φιλοκομμένο, καὶ τὰ κτυπᾶτε ὅλα μαζί. Ψήνετε κατόπιν μὲ βούτυρον, κόπτετε τὴν ὀμελέτταν εἰς κομμάτια μέτρια, τὰ

ἀλευρόνετε με ψίχα ψωμί, τριμμένην, και ροδοκοκκινίζετε με βούτυρον εις μετρίαν φωτιάν. Τὰς σερβίρετε ἐπάνω εις πετσέταν, γαρνίρουσαι με ὀλίγον μαϊδανόν

Ὁμελέττα με μανιτάρια

Παίρνετε καλὰ μανιτάρια, τὰ ψιλοκόπτετε εις ἕν μέρος, προσθέτετε τὰ αὐγά, ἄλας, πιπέρι, και κάμνετε τὴν ὁμελέτταν σας, ὅπως ἀνωτέρω.

Ὁμελέττα με ζάχαρι

Κτυπάτε τὰ αὐγά με ὀλίγην κρέμαν και ψιλὴ ζάχαρι, ὀλίγη φαρίνα, προσθέτετε μία κουταλιὰ ἀνθόνερο, μία κουταλιὰ τριανταφυλλόνερο και τηγανίζετε με φρέσκο βούτυρο.

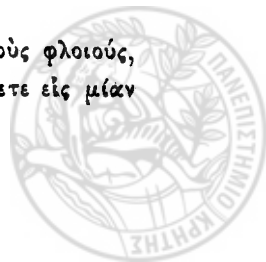
Τ Η Γ Α Ν Ι Σ Τ Α

Γλῶσσα βωδινὴ τηγανιστὴ

Τὴν καθαρίζετε ἐπιμελῶς, τὴν βράζετε μετρίως και τὴν κόπτετε εις τεμάχια· ἔπειτα σχηματίζετε χυλὸν ἀπὸ ὀλίγον ἄλευρον, ἕνα κουτάλι λάδι, μισὸ ποτῆρι ἄσπρο κρασί και ὀλίγον ἄλας, εις τὸν ὁποῖον χυλὸν βουτάτε τὰ τεμάχια τῆς γλώσσης και τηγανίζετε με βούτυρον.

Μυαλὰ μύσχου τηγανιστὰ

Καθαρίζετε τὰ μυαλὰ ἀπὸ τὰ νεῦρα και τοὺς φλοιούς, τὰ πλύνετε με ὀλίγο νερὸ χλιαρὸ και τὰ ρίπτετε εις μίαν



κατσαρόλαν. Τὰ σκεπάζετε μὲ ξητὶδι καὶ νερὸ μισὸ καὶ μισό, προσθέτετε ὀλίγο πιπέρι ἀτριπτον, ἄλας, καὶ τὰ φίνετε νὰ βράσουν ἐπὶ 20 λεπτὰ τῆς ὥρας. Κατόπιν τὰ στραγγίζετε εἰς τρυπητὸν καί, ὅταν κρυώσουν, τὰ κόπτετε εἰς κομμάτια, τὰ ὅποια κυλίετε εἰς τριμμένην γαλέτταν, βουτάτε εἰς κτυπημένο αὐγὸ καὶ ψήνετε εἰς τηγάνι μὲ βράζον βούτυρον. Σερβίρετε μὲ μαϊδανόν.

Κοτολέττα ἀρνιοῦ τηγανιστά

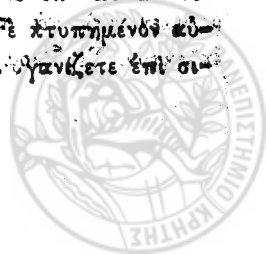
Καθαρίζετε τὰς κοτολέττας ἀπὸ τὰ νεῦρά των, τὰς κοπανίζετε καὶ ἀλατίζετε. Κατόπιν τὰς βουτάτε εἰς δύο αὐγὰ κτυπημένα, τὰς ἀλευρόνετε εἰς γαλέτταν τριμμένην καὶ τηγανίζετε εἰς βράζον βούτυρον. Ὅταν ἐτοιμασθῶσι, τὰς σερβίρετε μὲ οἶνδῆποτε πουρὲν θέλετε.

Γλῶσσα τηγανιστά

Τὰς παστρεύετε καλά, τὰς μουςκεύετε εἰς ὀλίγον γάλα, τὰς ἀλευρόνετε καὶ τηγανίζετε μὲ πολὺ ζεστὸ βούτυρον. Ὅταν ψηθοῦν, τὰς τοποθετεῖτε εἰς μίαν ἀπλάδα καὶ τὰς σερβίρετε μὲ μισὰ λεμονία ὀλόγουρα.

Μύδια τηγανιστά

Παίρνετε μεγάλα μύδια, τὰ βγάζετε ἀπὸ τὰς κόγχας των, τοποθετεῖτε εἰς ἐν πιάτον καὶ σκεπάζετε ἐπ' αὐτῶν τὸν ζωμὸν 2-3 λεμονίων. Κατόπιν βράζετε τὰ κτυπημένον αὐγόν, ἀλευρόνετε μὲ ψιλὴν γαλέτταν καὶ τηγανίζετε ἐπὶ σι-



γανῆς φωτιάς με ἄφθονον βούτυρον. Μὴ ἀφίνετε νὰ τηγανισθῶσι πολὺ, διότι χάνουν τὴν νοστιμάδα των.

Γαρίδαι τηγανισταὶ

Τὰς τηγανίζομεν με καλὸν βούτυρον, ρίπτομεν ὀλίγον κονιάκ, τὸ ἀνάπτομεν καὶ γιαχνίζομεν.

Σουπιαὶ τηγανισταὶ

Τὰς κόπτομεν εἰς τεμάχια κανονικά, τὰς ἀλευρόνομεν, καὶ τὰς τηγανίζομεν εἰς λάδι βράζον.

Πῆναι τηγανισταὶ

Γίνονται, ὅπως καὶ αἱ σουπιαὶ ἀνωτέρω.

Καλαμαράκια τηγανιστά

Τηγανίζετε, ὅπως καὶ τὰς σουπιάς, με τὴν διαφορὰν, ὅτι τὰ καλαμαράκια τὰ σκεπάζετε με ἓνα καπάκι, ἐν ὅσῳ τὰ τηγανίζετε.

Τσίροι τηγανιστοὶ

Τοὺς μουσκεύομεν εἰς νερόν, ἀφαιροῦμεν τὰ κόκκαλά των, τοὺς βουτοῦμεν εἰς χυλὸν ἀπὸ νερόν καὶ ἀλευρί, καὶ τοὺς τηγανίζομεν με λάδι ἐκλεκτόν.

Μπαρμπούνα τηγανιστά

Ἀφροῦ τάλαισίωμεν καὶ τὰ καθαρίσωμεν καλῶς, τὰλευρόνομεν καὶ τὰ πρὸς γίνωμεν εἰς βράζον βούτυρον ἢ λάδι ἐκλεκτόν. Σερβίρωμεν ὀλίγον μαϊδανὸν γύρω.



Βακαλάος τηγανιστός

Γίνεται, ὅπως καὶ αἱ τηγανισταὶ σουπιαί.

Αὐγὰ τηγανιστὰ κατὰ τὸ Ἑγγλικόν

Μέσα εἰς μίαν κατσαρόλαν βράζετε ἄλας καὶ ζεῖδι, σπά-
ζετε τὰ αὐγὰ καὶ τὰ ρίπτετε μέσα, ὅπως βράσουν. Ὅταν
σφίξουν, τὰ βγάζετε μὲ τὴν κεψὲν καὶ τὰ ρίπτετε εἰς κρύον
νερό. Κατόπιν τὰ ἀλείφετε μὲ κτυπημένον αὐγόν, ἐπιπάσσετε
μὲ φαρίναν, καὶ τηγανίζετε.

Πατάται τηγανισταὶ

Τὰς καθαρίζετε, κόπτετε εἰς τεμάχια ἐπιμήκη καὶ τηγα-
νίζετε κατὰ τὰ $\frac{3}{4}$ ἐπὶ σιγανῆς φωτιᾶς. Τὰς καταβάζετε,
ἀποσταλάζετε τὸ νερὸ καὶ ἀφίνετε. Ἐπειτα θέτετε βούτυ-
ρον νὰ καῆ ἐπὶ δυνατῆς φωτιᾶς, ρίπτετε τὰς πατάτας καὶ
ἀνακατεύετε καλῶς. Ὅταν κοκκινίσουν, τὰς σερβίρετε.

Αὐγὰ τηγανιστὰ μὲ σάλτσα

Εἰς ἓνα τηγάνι βυθουλὸν ζεσταίνετε ἓνα ποτῆρι λάδι
καί, ὅταν ἀρχίσῃ νὰ κπνίξῃ, κλίνετε τὸ τηγάνι πρὸς τὰ
ἐμπρός, διὰ νὰ συναχθῇ ὅλο τὰ λάδι ἐκεῖ, σπάζετε ἓν αὐγὸν
καὶ τὸ ρίπτετε ἐκεῖ μέσα, φροντίζουσαι ὅπως ὁ κρόκος μείνῃ
εἰς τὴν μέσην καὶ γύρω του τὸ ἀσπράδι. Ὅταν πήξῃ τὸ
ἀσπράδι, βγάζετε τὸ αὐγὸν μὲ μίχιν τρυπητὴν καὶ τὸ το-
ποθετεῖτε μὲ προσοχὴν εἰς ἀπλάδα, τὴν ὁποίαν φροντίζετε νὰ

διατηρήτε ζεστήν. Τὸ ἴδιον κάμνετε καὶ διὰ τὸ δεύτερον αὐγὸ, μέχρις ὅτου τὰ τηγανίστη ὅλα. Ὅταν τελειώσῃ τὸ τηγάνισμα, κάμνετε μίαν σάλτσαν ἀπὸ τομάταις φρέσκαῖς, κομμέναις εἰς τέσσαρα καὶ βρασμέναις μὲ ἓνα κρομμύδι, μὲ ὀλίγο δυόσμο, βασιλικό, ἄλας, πιπέρι καὶ τὸ ἀνάλογον νερόν. Τὴν σάλτσαν αὐτὴν τὴν περνᾶτε ἀπὸ μίαν κρησάραν, προσθέτετε κατόπιν ὀλίγον βούτυρον φρέσκον, μιὰ κουταλιὰ φαρίνα, καὶ τὴν ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ 5 λεπτά. Ἐν τῷ μεταξὺ τοποθετεῖτε τὰ αὐγὰ ἐπάνω εἰς λεπτάς φέτας ψωμί τηγανισμένας μὲ βούτυρον, καὶ περιχύνετε μὲ τὴν σάλτσαν σας. Ν στιμώλιατα.

Κολοκυθάκια τηγανιστὰ

Κόπτετε τὰ κολοκυθάκια σας εἰς φέτας λεπτάς, ἀλευρόνετε καὶ τηγανίζετε.

Τομάταις τηγανισταὶ μὲ αὐγὰ

Κόπτετε τομάτας εἰς φέτας, βγάζετε τοὺς σπόρους, τὰς ἀλευρόνετε καὶ τὰς τηγανίζετε μὲ βούτυρον. Ἡ φωτιά νὰ εἶνε ὀλίγη. Ὅταν τηγανισθοῦν, ρίπτετε ἐπάνω των αὐγὰ κτυπημένα καί, ὅταν πήξουν καὶ φουσκώσουν, σερβίρετε.

Σπαράγγια τηγανιστὰ

Τὰ βράζετε πρῶτον μὲ ἀλατισμένο νερὸ καὶ κατόπιν τὰ βουτᾶτε εἰς κρύο νερό, διὰ νὰ μὴ χάσουν τὸ πράσινον χρῶμά των. Στεγνόνετε, δένετε ἀπὸ 6 μὲ κλωστήν, ἀλευρόνετε, περνᾶτε ἀπὸ αὐγὸν κτυπημένον καὶ τηγανίζετε.

Μελιτζάνας τηγανιστάι

Τὰς κόπτετε εἰς γύρους στρογγυλοὺς πάχους δύο δακτύλων, τὰς ἀλατίζετε καὶ τὰς ἀφίνετε ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν. Κατόπιν πλύνετε καὶ στραγγίζετε. Ῥίπτετε εἰς τὸ τηγάνι λάδι καθαρὸν καί, ὅταν καύση καλῶς, τοποθετεῖτε τὰς μελιτζάνας καί, ἀφοῦ τηγανισθῶσι καὶ ἀπὸ τὰ δύο μέρη, σερβίσετε μὲ σκορδαλιάν ἢ καὶ μόνας.

Χέλι τηγανιστὸν

Τὸ θέτετε ἐπὶ τινὰ λεπτὰ τῆς ὥρας εἰς τὴν ἐσχάραν, διὰ νὰ ἀφαιρέσητε τὸ δέρμα του, κατόπιν τὸ κόπτετε εἰς κομμάτια ἴσου μεγέθους καὶ τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ἓνα ποτῆρι ζωμὸν κρέατος, ἓνα ποτῆρι κρασί ἀρετσίνωτο, καρόττα, σκόρδο καὶ μαϊδανό, ὅλα ψιλοκομμένα, τὰ βάζετε εἰς τὸν φούρνον καί, ὅταν ψηθῶσι, βγάζετε τὰ κομμάτια καὶ ἀφίνετε νὰ κρυώσουν. Ἰδιαίτερος θέτετε εἰς μίαν μικρὰν κατσαρόλαν ἓνα κομμάτι βούτυρον, ἓνα κουτάλι φαρίνα, ἄλας καὶ πιπέρι, βουτάτε ἓνα—ἓνα τὰ κομμάτια, τὰ ἀλευρόνετε μὲ γαλέτταν κοπανισμένην, βουτάτε πάλιν εἰς αὐγὰ κτυπημένα καὶ τηγανίζετε εἰς τηγάνι σκεπασμένον.

Ὄρνιθι τηγανιστὸν

Καθαρίζετε τὸ ὄρνιθι σας καὶ τὸ κόπτετε εἰς τεμάχια. Κατόπιν βουτάτε τὰ τεμάχια εἰς ζωμὸν κρέατος, τὰ λευρόνετε μὲ ψίχα ψωμι τριμμένην καὶ ἔπειτα τὰ βουτάτε εἰς δύο αὐγὰ κτυπημένα. Τὰ λευρόνετε πάλιν εἰς ψίχα ψωμι.

τηγανίζετε με βούτυρον και σερβίρετε με μαϊδανόν επίσης τηγανισμένον.

Μυαλά τηγανιστά

Ζεματίζετε τὰ μυαλά με νερό βρασμένο με άλας και όλιγο ξειδι και τὰ κόπτετε εις μικρά κομμάτια. Παίρνετε όλιγη φαρίνα, άλας, μιὰ κουταλιά λάδι, τ'άνακατεύετε με τρία άσπράδια αύγών κτυπημένα και προσθέτετε και όλιγον γάλα. Βουτᾶτε τὰ κομμάτια τῶν μυαλῶν και τηγανίζετε.

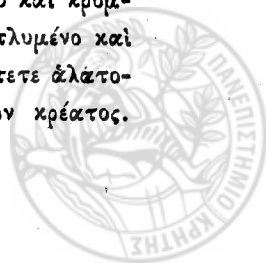
Π Ι Λ Α Φ Ι Α

Πιλάφι με κρέας

Παίρνετε ένα κομμάτι κρέας, τὸ κόπτετε και τὸ κοκκινίζετε με όλιγον κρομμυδάκι ψιλοκομμένο, με όλιγον βούτυρον και άλας. Όταν κοκκινίση καλῶς, προσθέτετε όλιγὴν τομάταν, αφίνετε όλιγον άκόμη, προσθέτετε τὸ άνάλογον νερόν και αφίνετε νὰ βράση. Κατόπιν προσθέτετε νερόν διπλάσιον από τὸ ρύζι, ποῦ θὰ βράσητε, ρίπτετε τὸ ρύζι και αφίνετε νὰ βράσουν. Όταν εἶνε έτοιμον, τὸ ζεματᾶτε με βούτυρον καυμένο. Τὸ πιλάφι τοῦτο εἶνε γνωστὸν παρὰ ταῖς οικογενείαις ὑπὸ τὸ ὄνομα άτζέμ-πιλάφι.

Πιλάφι με ὄρνιθε

Κόπτετε τὸ ὄρνιθε, τὸ κοκκινίζετε με βούτυρο και κρομμύδια ψιλοκομμένα, ρίπτετε 150 δράμια ρύζι πλυμένο και άνακατόνετε μέχρις ὅτου τὸ ρύζι σκάση. Προσθέτετε άλάτο-πίπερον, τομάταν εις φέτας και άρκετὸν ζωμὸν κρέατος.



Ἄφινετε νὰ βράσῃ ἐπὶ 20 λεπτὰ τῆς ὥρας εἰς φωτιὰν σιγα-
νὴν, ζεματίζετε κατόπιν μὲ βούτυρον καὶ σερβίρετε.

Πελάφι κατὰ τὸ Γαλλικὸν

Ζεματίζετε τὸ ρύζι μὲ νερὸν καὶ ἄλας, τὸ στραγγίζετε καὶ τὸ φυλάττετε. Ἰδιαιτέρως κόπτετε εἰς κομμάτια λεπτὰ ὀλίγα κρομμυδάκια καὶ ὀλίγο λαρδί, τὰ τηγανίζετε, προσθέ-
τετε ὀλίγην κανέλλαν, ὀλίγα μυαλὰ ζεματισμένα καὶ καθα-
ρισμένα, ὀλίγην παρμεζάναν (εἶδος τυροῦ) καὶ σερβίρετε.

Πελάφι κατὰ τὸ Ἰταλικὸν

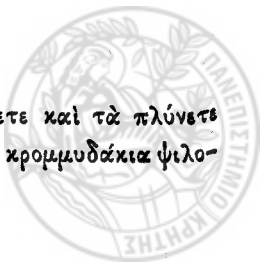
Παίρνετε τὸ ρύζι, βράζετε μὲ ἄλας καὶ νερό, στραγγί-
ζετε καὶ ζεματᾶτε μὲ βούτυρον. Προηγουμένως ἔχετε προε-
τοιμάσει ὀλίγο ὀρνίθι ψημένον, ζαμπόνι, μυαλὰ βρασμένα,
ὀλίγα μανιτάρια, ζεσταίνετε μὲ ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ἀνα-
κατόνετε μὲ τὸ ρύζι καὶ σερβίρετε.

Πελάφι μὲ κυνήγι

Καθαρίζετε ὅ,τιδῆποτε κυνήγιον ἔχετε, τὰ κοκκινίζετε μὲ
βούτυρον, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τὰ σβύνετε μὲ ἓνα ποτῆρι
ἄσπρο κρασί καὶ ὀλίγην τομάταν. Ὄταν βράσουν, ἐτοιμάζετε
πιλάφι ἀπλοῦν καὶ τὸ σερβίρετε μὲ τὰ κυνήγια εἰς τὸ μέσον.

Μύδια πελάφι

Παίρνετε φρέσκα μύδια, τὰ καθαρίζετε καὶ τὰ πλύνετε
καλῶς. Κατόπιν κοκκινίζετε μὲ λάδι δύο κρομμυδάκια ψιλο-



κομμένα, προσθέτετε τὰ μύδια καὶ τὰνακατόνετε διὰ νὰ χύσουν τὸ ζουμί των. Τοὺς βγάζετε τὰ κόκκαλα, προσθέτετε ὀλίγην τομάταν καὶ, ὅταν καβουρδισθῶσι, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον νερὸν καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν. Ὅταν βράσουν, ρίπτετε νερὸν διπλάσιον τοῦ ὀρυζίου καὶ, ὅταν πάρη βράσιν, προσθέτετε καὶ τὸ ρύζι.

Πελάφι ἀπλοῦν

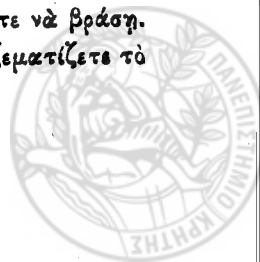
Τὸ ἀπλοῦν πιλάφι γίνεται ὡς ἐξῆς· πλύνομεν τὸ ρύζι, τὸ τσιγαρίζομεν μὲ βούτυρον καὶ, ὅταν λάβῃ τὸ χρῶμα τοῦ καστανου, προσθέτομεν διπλάσιον νερὸν ἀπὸ τὴν ποσότητα τοῦ ὀρυζίου καὶ ἀφίνομεν νὰ βράσῃ εἰς μετρίαν φωτιάν.

Ὀκταπόδι πιλάφι

Κοκκινίζετε μὲ λάδι δύο κρομμύδια φιλοκομμένα καὶ, ὅταν κοκκινίσουν, ρίπτετε μέσα τὸ ὀκταπόδι, προσθέτετε ὀλίγην τομάταν, τὸ ἀνάλογον νερὸν καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ. Ὅταν βράσῃ τὸ ὀκταπόδι, προσθέτετε τὸ ρύζι, ὀλίγον πιπέρι καὶ ἀφίνετε.

Τσίχλα πιλάφι

Μαδάτε, καθαρίζετε καλῶς καὶ κόπτετε εἰς δύο. Κατόπιν τὰς κοκκινίζετε μὲ τομάταν καὶ βούτυρον, ρίπτετε τὸ ἀνάλογον νερὸν καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν. Ἡμίσειαν ὥραν πρὶν τὰς σερβίρητε, προσθέτετε τὸ ρύζι καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ. Ὅταν εἶνε ἔτοιμον, βγάζετε τὰς τσίχλας καὶ ζεματίζετε τὸ πιλάφι μὲ καμμένον βούτυρον.



Σηκοτάκια πιλάφι

Κόπτετε τὰ σηκοτάκια εἰς χονδρὸν κιμῶν, τὰ κοκκινίζετε μὲ βούτυρον, ὀλίγα κρομμυδάκια καὶ μαΐδανόν, φιλοκομμένα, ὀλίγην τομάταν, καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι. καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν μὲ τὸ ἀνάλογον νερόν. Κάμνετε, ὅπως συνήθως τὸ πιλάφι σας, καί, ὅταν εἶνε ἔτοιμον, σερβίρετε μὲ τὰ σηκότια εἰς τὸ μέσον.

Περιστερία πιλάφι

Τὰ καθαρίζετε καλῶς, τὰ κόπτετε καὶ τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν. Κατόπιν τὰ κοκκινίζετε μὲ βούτυρον, προσθέτετε μισὸ ποτηράκι ἄσπρο κρασί, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον καὶ ἀφίνετε. Ἰδιαιτέρως ἐτοιμάζετε πιλάφι ἀπλοῦν (ιδεῖ ἀνωτέρω), τὸ ρίπτετε εἰς μίαν ἀπλάδα, βάζετε τὰ περιστερία εἰς τὸ μέσον καὶ σερβίρετε μὲ τὴν σάλτσαν των.

Πουλιὰ πιλάφι

Καθαρίσατε ὅσα πουλάκια ἔχετε, ἀλατίσατέ τα καὶ καθουρδίσατέ τα καλῶς μὲ βούτυρον καὶ ὀλίγον κρομμύδι φιλοκομμένον. Προσθέσατε κατόπιν δύο κουταλιαῖς τομάτα καί, ὅταν πάρουν ὀλίγας βράσεις, ἀρκετὸν ζωμὸν κρέατος. Ἰδιαιτέρως καθουρδίζετε ἐπὶ 5 λεπτὰ τῆς ὥρας 100 δράμια ρύζι μὲ 20 δράμια βούτυρον, περνᾶτε τὸν ζωμὸν τῶν πουλιῶν ἀπὸ λεπτὸν τρυπητὸν, τὸν ρίπτετε εἰς τὸ ρύζι καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ εἰς σιγανὴν φωτιὰν ἐπὶ ἕν τέταρτον. Ἐπειτα ρίπτετε μέσα εἰς τὴν κατσαρόλαν τὰ πουλάκια, τὰ φίνετε

δύο λεπτά ακόμη, τὰ καταιβάζετε και μετά 5 λεπτά σερβίρετε.

Κοτσύφια πιλάφι

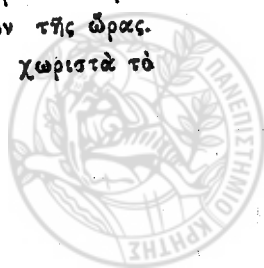
Ύλατιζετε τὰ κοτσύφια σας, τὰ καθουρδίζετε με βούτυρον και κρομμύδι φιλοκομμένον, προσθέτετε 4 κουταλιαις τομάταν (πελτέ) και μετά 5 λεπτά, αρκετόν ζωμόν κρέατος. Ύδιαιτέρως καθουρδίζετε επί 5 λεπτά τὸ ἀνάλογον ρύζι με βούτυρον, προσθέτετε τὸν ζωμόν τῶν κοτсуφιδῶν και κάμνετε, ὅπως ἀνωτέρω διὰ τὰ πουλιά.

Πιλάφι με τομάταις

Παίρνετε τομάταις φρέσκαις και τὰς κόπτετε εἰς τὸ μέσον, διὰ νὰ χυθοῦν οἱ σπόροι των και ὁ ζωμός. Κατόπιν κοκκινίζετε με βούτυρον ὀλίγον κρομμύδι, ρίπτετε τῆς τομάταις, ἀνακατόνετε ὀλίγον και βρέχετε με ὀλίγον ζωμόν. Ύδιαιτέρως καθουρδίζετε τὸ ρύζι εἰς μίαν ἄλλην κατσαρόλαν με βούτυρον, βρέχετε με ζωμόν και, ὅταν μισοβράση, ρίπτετε μέσα τῆς τομάταις, ἀφίνετε επί 10 λεπτά ακόμη και σερβίρετε.

Πιλάφι με γιαούρ

Ύρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ἕνα κρομμυδάκι φιλοκομμένον, ὀλίγον βούτυρον, και θέτετε επί φωτιᾶς μετρίας. Ὅταν τὸ κρομμύδι ῥοδίση, ρίπτετε μέσα τὸ ρύζι με τὸ ἀνάλογον ἔλαιας, και καθουρδίζετε. Προσθέτετε κατόπιν ἀρκετόν ζωμόν κρέατος, και ἀφίνετε νὰ βράση επί ἕν τέταρτον τῆς ὥρας. Ὑπειτα κενόνετε εἰς τὰ πιάτα και σερβίρετε χωριστὰ τὸ γιαούρτι.



Πιλάφι με κρομμύδια

Παίρνετε ὄσας τομάτσας θέλετε, τὰς κόπτετε εἰς τὸ μέσον καὶ τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ πέντε κρομμύδια κομμένα ἐπίσης εἰς τὸ μέσον, τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου, ὀλίγον σέλινον καὶ μαϊδανόν, μία κουταλιὰ βούτυρον καὶ μία κουταλιὰ νερόν. Τὰ βάζετε νὰ βράσουν καὶ, ὅταν λυώσουν, περνᾶτε ἀπὸ ἕνα τρυπητόν, ρίπτετε τὸν ζωμὸν τῶν πάλιν εἰς τὴν κατσαρόλαν, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον ρύζι καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ, προσέχουσαι, ὥστε τὸ ρύζι νὰ βράσῃ χωρὶς νὰ λυώσῃ. Ὅταν πῆξῃ, τὸ καταιβάζετε καὶ ζεματίζετε μὲ βούτυρον. Ἄν εἶνε τεσσαρακοστή, ὅπου εἶνε ἀνάγκη νὰ βάλῃτε βούτυρον, βάζετε λάδι. Θὰ εἶνε ἐπίσης νόστιμον.

ΨΗΤΑ

Βωδινὸ ψητὸ

Καθαρίζετε τὸ φιλέτον ἀπὸ τὰ νεῦρα καὶ τὰ κόκκαλα, τὸ ἀλατίζετε, τὸ πιπερόνετε καὶ τὸ σουβλίζετε. Κατόπιν τὸ περιτυλίσσετε μὲ λεπτὰς φέτας λαρδί, τὸ δένετε καλῶς καὶ τὸ ψήνετε εἰς δυνατὴν φωτιάν.

Μηρὸς πρόβειος ψητὸς

Παίρνομεν ἕνα μπουτάκι πρόβειο, κόπτομεν τὸ κόκκαλον, τὸ κτυποῦμεν ὀλίγον, ἐμπήγομεν ἐδῶ κ' ἔχει σκόρδον, τάλαιτζομεν, τὸ πιπερόνομεν, τὸ περνῶμεν εἰς τὴν σουβλάν καὶ τὸ ψήνομεν ἐπὶ δυνατῆς φωτιάς.



Ἄρνάκι ψητὸ

Τὸ ἀλατίζετε καὶ τὸ πιπερόνετε καλῶς, ἐμπήγετε σκόρδα ἐδῶ κ' ἐκεῖ καὶ τὸ σουβλίζετε, ὅπως συνήθως. Κατόπιν τοῦ δένετε τὰ πόδια, ράπτετε τὴν κοιλίαν, βγάζετε τὰ νεφρά, ἀπὸ ὀπισθεν καὶ τάλειφετε μὲ ὀλίγο λάδι καὶ λεμόνι. Τὸ ψήνετε εἰς μετρίαν φωτιά, ἀλείφουσαι ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν μὲ βούτυρον καὶ λεμόνι.

Πάπια ψητὴ

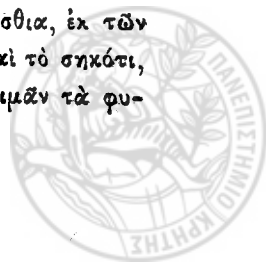
Ἀφαιρεῖτε τὰ ἐντόσθια τῆς, κόπτετε τὰ πτερά, τὸν λαίμονα καὶ τὰ ἄκρα τῶν ποδῶν τῆς, τὴν προσαρμόζετε εἰς τὴν σουβλαν, τὴν περιτυλίσσετε μὲ βουτυρωμένο χαρτὶ ἄσπρο καί, ὅταν ψηθῇ, τὴν σερβίρετε μὲ 3-4 κομματια λεμόνι.

Ἰνδιάνος ψητὸς

Τὸν καθαρίζετε καλῶς, τὸν ἀλατίζετε, τὸν πιπερόνετε, ἐμπήγετε ἐδῶ κ' ἐκεῖ φέτας μικρὰς λαρδί καὶ τὸν προσαρμόζετε καλῶς εἰς τὴν σουβλαν. Τὸν περιτυλίσσετε μὲ ἄσπρο χαρτὶ βουτυρωμένο καὶ τὸν ψήνετε εἰς σιγανὴν φωτιά. Ὅταν εἶνε ἔτοιμος, τὸν σερβίρετε μὲ τὸν ζωμόν, ὃ ὁποῖος θὰ στάζῃ κατὰ τὸ ψήσιμον.

Ὅρνις ψητὴ

Τὴν καθαρίζετε καλῶς, τῆς βγάζετε τὰ ἐντόσθια, ἐκ τῶν ὀπίωιν φυλάσσετε τοὺς νεφρούς, τὴν καρδίαν καὶ τὸ σηκότι, τὰ δὲ ἄλλα πετᾶτε. Ἐπεὶτα κοπανίζετε εἰς κιμῶν τὰ φυ-



λαχθέντα μὲ ὀλίγα κρομμυδάκια καὶ μαϊδανό, προσθέτετε δύο κρόκους αὐγῶν καὶ τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, καὶ διὰ τοῦ μίγματος τούτου γεμίζετε τὴν ὀρνιθά σας. Τὴν σουβλίζετε, τὴν ράπτετε καὶ τὴν ψήνετε εἰς μετρίαν φωτιάν. Ὄταν εἶνε ἐτοιμή, τὴν σερβίρετε μὲ γαρνιτουῖραν ἀπὸ καρδίας μαρουλιῶν, ἀντιδίων κλπ.

Χήνα ψητὴ

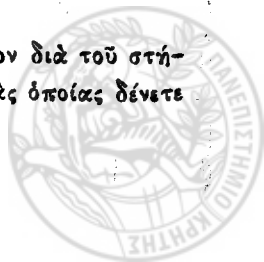
Τὴν ψήνετε καλῶς εἰς τὴν σοῦβλαν. Ἐν ὅσῳ διαρκεῖ τὸ ψήσιμο, τὴν βρέχετε μὲ ζωμὸν δυνατόν. Μετὰ 3-3½ ὥρας θὰ εἶνε ἐτοιμή, τότε, προτοῦ τὴν κομματιάσητε, τὴν τρυπᾶτε εἰς τὸ στήθος, θέτετε πιπὲρι ἀκέραιον, τὸν ζωμὸν ἐνὸς λεμονίου, καὶ τὴν σερβίρετε.

Πάπια μὲ κάστανα ψητὴ

Τὴν καθαρίζετε καλῶς, κόπτετε εἰς κιμᾶν τὸ σηκότι της καὶ προσθέτετε ὀλίγα λυωμένα κάστανα βρασμένα, ἓνα κρομμύδι καὶ ὀλίγον μαϊδανόν, ψιλοκομμένα, ἓνα κομμάτι βούτυρον καὶ ὀλίγην γαλέτταν τριμμένην. Κοκκινίζετε τὸν κιμᾶν αὐτὸν εἰς σιγανὴν φωτιάν, προσθέτετε ἓνα ποτηράκι κρασί ἄσπρο καί, ὅταν θὰ εἶνε ἐντελῶς ἔτοιμα, κτυπᾶτε τρία αὐγά καὶ τὰνακατώνετε. Γεμίζετε τὴν πάπιαν σας καὶ τὴν στέλλετε εἰς τὸν φούρνον, προσθέτουςαι ἔξωθεν τὸ ἀνάλογον ἔλας, πιπὲρι καὶ βούτυρον.

Περιστερία ψητὴ

Περνατε τὰ πόδια καὶ τὰς πτέρυγας των διὰ τοῦ στήθους, τὰ περιτυλίσσετε μὲ φέτας λαρδί, τὰς ὁποίας δένετε



μέ καθαράν κλωστήν και τὰ βράζετε εἰς τὴν κατσαρόλαν με βούτυρον. Κατόπιν λαδώνετε χαρτιά, διπλόνετε ἀπὸ ἡμισυ περιστέρι και τὰ ψήνετε εἰς τὴν σχάραν με φωτιὰν σιγανήν. Μετὰ 20-30 λεπτὰ εἶνε ἕτοιμα.

Πέρδικαι ψητὰ

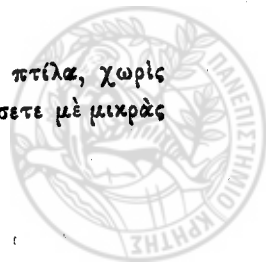
Τὰς καθαρίζετε ἀπὸ τὰ πτερὰ και πτίλα, βγάζετε μόνον τὴν κοιλίαν και τὰ ἔντερα, κόπτετε τὸν λαιμὸν και ἀφίνετε τὸ δέριμα του, διὰ τοῦ ὁποῖου σκεπάζετε τὴν τρῦπαν τοῦ λάιμου. Τὰς σουβλίζετε κατόπιν, ἀλείφετε με βούτυρον, ἄλας και πιπέρι, και, ἀφοῦ δέσητε καλῶς διὰ σπάγγου, ψήνετε εἰς ἑλαφρὰν φωτιὰν. Ὅταν ψηθοῦν, ἀφαιρεῖτε τοὺς σπάγγους και σερβίρετε με γαρνιτουραν ἀπὸ μαρουλάκια.

Ὀρτύκια ψητὰ

Τοὺς βγάζετε τὰ ἐντόσθια, χωρίζετε διὰ τομῆς ἐπὶ τῆς ράχεως και ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με ὀλίγαις κουταλιαῖς λάδι, 2-3 φύλλα δάφνης και ἄλας και πιπέρι. Θέτετε ἐπὶ ἀσθενοῦς φωτιᾶς, ὅταν ψηθοῦν κατὰ τὰ $\frac{3}{4}$, τὰ βγάζετε ἐκ τῆς κατσαρόλας και τὰ τηγανίζετε εἰς δυνατὴν φωτιὰν ἕως οὐ κοκκινίσουν καλῶς. Κατόπιν εἰς τὴν ἀπομείνανσαν εἰς τὴν κατσαρόλαν σάλτσαν ρίπτετε ἄρκετὸν ζωμὸν κρέατος, ἀφίνετε νὰ βράσῃ ὀλίγον και σερβίρετε με τὰ ὀρτύκια σας.

Μπεκάτσα ψητὴ

Τὴν καθαρίζετε μόνον ἀπὸ τὰ πτερὰ και πτίλα, χωρὶς νὰ τῆς βγάλητε τὰ ἐντόσθια, τὴν περιτυλίσετε με μικρὰς



φέτας λαρδί, ψήνετε ἐπὶ $\frac{3}{4}$ τῆς ὥρας εἰς τὴν σουβλάν καὶ τὴν βγάζετε. Ἀφαιρεῖτε τότε τὰ ἐντόσθια καὶ σχηματίζετε ἐξ αὐτῶν σάλτσαν, εἰς τὴν ὁποίαν ρίπτετε φέτας ψωμί τηγανισμένας μὲ βούτυρον καὶ ἐπάνω εἰς αὐτάς τὴν μπεκάτσαν. Σερβίρετε ζεστήν.

Λαγῶς ψητὸς

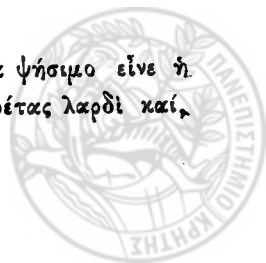
Τοῦ βγάζετε τὰ ἐντόσθια, κόπτετε εἰς δύο κατὰ τοὺς μηρούς, εἰς τρόπον, ὥστε τὰ νεφρά, ὅταν δεθῇ, νὰ εἶνε ὀπισθεν. Κατόπιν σχίζετε τὰ νεῦρα τοῦ ἑνὸς ποδὸς καὶ περνάτε τὸν ἄλλον· τὸ ἴδιον κάμνετε καὶ διὰ τοὺς ἄλλους πόδας, ὥστε νὰ σταυρώσουν ὀπισθεν. Περνάτε ἐπὶ τινὰς στιγμὰς τὸν λαγῶν εἰς δυνατὴν φωτιάν, ἔπειτα τὸν τρυπάτε εἰς τοὺς μηρούς καὶ τὸν ψήνετε. Ὅταν εἶνε ἕτοιμος, τὸν σερβίρετε μὲ σάλτσαν, τὴν ὁποίαν παρασκευάζετε μὲ τὸ αἷμα τοῦ λαγοῦ, τὸ ἀνάλογον βούτυρον καὶ πιπέρι

Μηρὸς ψητὸς

Τὸν τρυπάτε εἰς διάφορα μέρη καὶ εἰσάγετε μικρὰ κομμάτια λαρδί, σκόρδο, ἄλας, πιπέρι κλπ. Κατόπιν τὸν σουβλίζετε καὶ ψήνετε εἰς σιγανὴν φωτιάν. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν ἀλείφετε μὲ σάλτσαν, τὴν ὁποίαν παρασκευάζετε, ἂν λυώσητε μίαν σκελίδα σκόρδο μὲ ὀλίγο λάδι, ἄλας, πιπέρι, λεμόνι, ὀλίγην ρίγανην καὶ ἕν φύλλον δάφνης.

Μοσχάρᾳ ψητὸ

Τὸ καλλίτερον μέρος τοῦ μοσχარიῦ διὰ ψήσιμο εἶνε ἡ ὠμοπλάτη. Τὴν περιτυλίσσετε λοιπὸν μὲ φέτας λαρδί καί,



ἐν ὅσῳ διαρκεῖ τὸ ψήσιμο, βρέχετε μὲ δυνατὸν ζωμόν.

Χοιρομέρι ψητὸ

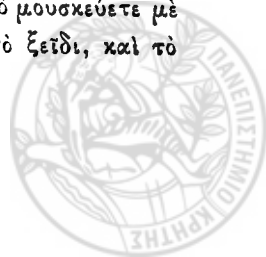
Ἐὰν τὸ χοιρομέρι εἶνε $1\frac{1}{2}$ ὀκά, τὸ βάζετε νὰ βράσῃ ἐπὶ 3 ὥρας. Τὰς ὥρας λογαριάζετε ἀπὸ τὴν στιγμήν, ποῦ θὰ ἀρχίσῃ τὸ βράσιμον. Ἡ φωτιά πρέπει νὰ εἶνε ζωηρὰ καὶ νὰ ἔχῃ διαρκῶς τὴν ἰδίαν ἔντασιν. Ὅταν περάσουν αἱ τρεῖς ὥραι, τοποθετεῖτε τὸ χοιρομέρι εἰς μίαν καραβάναν, ρίπτετε δύο ποτήρια κρασί μαῦρο καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον. Μετὰ ἡμίσειαν ὥραν θὰ εἶνε ἔτοιμον.

Μπαρμπούνια ψητὰ

Τὰ πλύνετε καλῶς καὶ βγάζετε τὴν κοιλίαν μόνον. Τὰ ἄλλα ἐντόσθια καὶ τὰ λέπια ἀφίνετε. Θέτετε τὴν σχάραν εἰς τὴν φωτιὰν καί, ὅταν πυρώσῃ, τοποθετεῖτε ἐπ' αὐτῆς τὰ μπαρμπούνια λαδωμένα καὶ ἀλατισμένα. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν τὰ βρέχετε μὲ σάλτσαν ἀποτελουμένην ἀπὸ λάδι καὶ λεμόνι. Ὅταν ψηθοῦν τὰ τοποθετεῖτε μετὰ προσοχῆς ἐπὶ ἀπλάδος μὲ τὰς κεφαλὰς εἰς τὸ μέσον, χύνετε ἐπ' αὐτῶν τὴν σάλτσαν καὶ γεμίζετε τὰ μεταξὺ μὲ μαϊδανὸν φιλοκομμόνον.

Ὀκταπόδι ψητὸ

Παίρνετε ἓνα κομματί ὀκταπόδι ξηρόν, τὸ μουσκεύετε μὲ ξεῖδι, τὸ διπλόνετε εἰς χαρτί βρεγμένον εἰς τὸ ξεῖδι, καὶ τὸ ψήνετε. Σερβίρετε μὲ ὀλίγο λάδι καὶ ξεῖδι.



ΤΗΣ ΣΤΙΓΜΗΣ

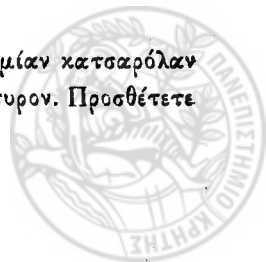
Πολλάκις συμβαίνει ὁ σύζυγός σας, καλὴ οἰκοδέσποινα, νὰ προσκαλῆ ἐν ἀγνοίᾳ σας φίλον ἢ ξένον τινὰ εἰς τὸ γεῦμα, πρᾶγμα τὸ ὁποῖον σας φέρει εἰς ὄχι ὀλίγον δυσχερῆ θέσιν, ἰδίως ὅταν τὸ παρασκευασθὲν φαγητὸν τῆς ἡμέρας δὲν ἀρκῆ καὶ ἡ ὥρα εἶνε περασμένη. Διὰ τοῦτο ἡμεῖς προνοητικώτεροι τοῦ συζύγου—θὰ μᾶς κολακεύσῃ μάλιστα πολὺ, ἂν καὶ σεῖς τὸ παραδεχθῆτε—ἀναλαμβάνομεν νὰ σας ἀπαλλάξωμεν τῆς στενοχωρίας αὐτῆς ἀναγράφοντες τὰς κατωτέρω συμβουλὰς, διὰ τῶν ὁποίων καὶ ἀρκούντως εὐπροσώπως θὰ δύνασθε νὰ φιλοξενήσῃτε τὰ κεκλημένον.

Κρέας βωδινὸν

Παίρνετε ἓνα κομμάτι μικροῦ βωδινοῦ κρέατος, τὸ κτυπάτε, τὸ κόπτετε λωρίδας στενάς καὶ μακράς, ἀλατοπιπερόνετε, βρέχετε μὲ ὀλίγο ἄσπρο κρασί δυνατὸ, καὶ ἀφίνετε. Μετὰ 5 λεπτὰ τῆς ὥρας ἀλευρόνετε τὰς λωρίδας σας, τὰς θέτετε εἰς κατσαρόλαν βουτυρωμένην, προσθέτετε ἓνα κουτάλι κρασί, ἓνα κουτάλι ζωμὸν κρέατος καὶ τὸν ζωμὸν ὁ ὁποῖος ἔμεινεν, εἰς τὸ πιάτο, ποῦ εἴχετε ἀφήσει τὸ κρέας. Τοποθετεῖτε τὴν κατσαρόλαν ἐπὶ τῆς φωτιᾶς καὶ μετὰ ἐν τέταρτον τῆς ὥρας εἶνε ἕτοιμον. Πρόχειρον, νοστιμώτατον καὶ ὀρεκτικώτατον.

Ὅρνέθι

Κόπτετε κατὰ μῆκος εἰς δύο, ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν καὶ κοκκινίζετε μὲ ὀλίγην φαρίναν καὶ βούτυρον. Προσθέτετε



κατόπιν ἓνα ποτῆρι ἄσπρο κρασί και ἓνα φλυτζάνι ζωμὸν κρέατος, ἔπειτα ὀλίγα μανιτάρια, μαϊδανόν, σκόρδον, ψιλοκομμένα, ἄλας και πιπέρι, και ψήνετε ἐπὶ θανατῆς φωτιάς. Πρὶν σερβίρητε, βγάξετε τὸ ὄρνιθι και ἀφίνετε τὴν σάλτσαν νὰ διαλυθῆ, δέρουσαι αὐτὴν μὲ ὀλίγον ἄλευρον και βούτυρον.

Λαγῶς

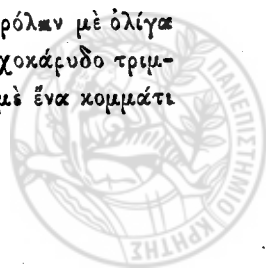
Καθαρίζετε τὸν λαγῶν και φυλάσσετε τὸ αἷμά του. Ἐτοιμάζετε, ὡς διὰ καρύκευμα. Μὲ 50 δράμια λαρδί εἰς τεμάχια, ἓνα κρομμύδι, ἓνα δεματάκι μαϊδανὸ και μία ὀκτῶ μαῦρο κρασί θέτετε, εἰς λεβήτιον, προσθέτετε 60 δράμια βούτυρον μὲ ὀλίγην φαρίναν και ἀφίνετε ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν, διὰ νὰ δέσῃ ἡ σάλτσα.

Ὀρτύκια τῆς στιγμῆς

Καθαρίζετε καλῶς τὰ ὀρτύκιά σας, κοκκινίζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ βούτυρον, ἓνα ποτῆρι κρασί ἄσπρον, διάφορα χόρτα ψιλοκομμένα, ἄλας, πιπέρι, και πασπαλίζετε μὲ τριμμένην γαλέτταν. Ὄταν βράσουν, τὰ βγάξετε ἀπὸ τὴν φωτιάν, τὰ φυλάσσετε εἰς μέρος ζεστόν, μέχρις ὅτου πῆξῃ ἡ σάλτσα, τὴν ὁποίαν χύνετε ἐπάνω εἰς τὰ ὀρτύκια σας, και σερβίρετε.

Μπεκάτσα τῆς στιγμῆς

Τὴν καθαρίζετε, βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλῃν μὲ ὀλίγα κρομμυδάκια ψιλοκομμένα, πιπέρι, ἄλας, μοσχοκάρυδο τριμμένο, και τὰ κοκκινίζετε ἐπὶ δέκα λεπτά μὲ ἓνα κομμάτι



βούτυρον. Προσθέτετε κατόπιν ἕνα ποτηράκι κρασί ἄσπρο, ὀλίγον ζωμὸν λεμονίου καὶ ὀλίγην φλοῦδαν λεμονίου τριμμένην. Ὅταν πάρῃ βράσιν, σερβίρετε.

Ζωμὸς τῆς στιγμῆς

Παίρνετε ἕνα κομμάτι κρέας βωδινό, ψαχνὸ καὶ τρυφερό, τὸ κοπανίζετε ὡς εἶδος κιμαῖ, βάζετε νὰ βράσῃ μὲ τὸ ἀνάλογον νερόν, σπάζετε μέσα ἕνα αὐγὸ καὶ ἀφίνετε. Ὅταν πάρῃ βράσιν, εἶνε τοίμος.

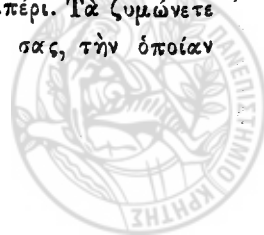
Σάλτσα τῆς στιγμῆς

Κομματιάζετε μίαν πάπια ψητὴ ἢ ὅτι σὰς ἔχει μείνει ἀπὸ προηγούμενον φαγητόν, στύπτετε τὸ σηκότι εἰς τὸν ζωμόν, προσθέτετε τρεῖς κουταλιαῖς λάδι, τὸν ζωμόν ἑνὸς λεμονίου καὶ τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον.

Π Η Τ Α Ι

Πῆτα βραστοῦ κρέατος

Βράζετε καλῶς τεμάχια ψαχνοῦ κρέατος, κόπτετε εἰς κιμαῖν καὶ προσθέτετε ἕνα κομμάτι ψωμί βρεγμένον μὲ γάλα, δύο μικρὰ κρομμύδιχ, ὀλίγον μαϊδανὸν ψιλοκομμένον, ἕνα αὐγόν, ἕνα κομμάτι βούτυρο, ἄλας καὶ πιπέρι. Τὰ ζυμώνετε καλῶς ὅλα μαζί καὶ κάμνετε τὴν πῆταν σας, τὴν ὁποίαν τηγανίζετε μὲ βούτυρον.



Κολοκυθόπητα

Κόπτετε εἰς κομμάτια τὴν κολοκύνθην, τὴν βράζετε μὲ νερό, μέχρις ὅτου λυώσῃ, καὶ τὴν στραγγίζετε μὲ πανίον. Τὴν βράζετε πάλιν εἰς τὴν κατσαρόλαν μὲ ἓνα κομμάτι βούτυρον, ὀλίγον ἄλευρον, γάλα καὶ ζάχαρι, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθῇ. Ὅταν διαλυθῇ ἐντελῶς, τὴν καταιβάζετε, ἀφίνετε νὰ κρυώσῃ καὶ ζυμόνετε τὴν ὕλην μὲ δύο κρόκους καὶ ἓνα ἀσπράδι αὐγῶν, κτυπημένα εἰς ἀφρόν. Κατόπιν βουτυρόνετε ταψίον, πασπαλίζετε μὲ ψίχα ψωμί, χύνετε μέσα τὸ μίγμα καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Νεφρόπητα

Κόπτετε τοὺς νεφροὺς εἰς κιμᾶν, προσθέτετε ἄλας, σκόρδον, μαϊδανόν, ψιλοκομμένα, ρίγανην, ἓνα κομμάτι ψωμί βριγμένον μὲ γάλα, δύο κρόκους αὐγῶν, πιπέρι, καὶ ζυμόνετε ὅλα μαζί. Κατόπιν ἀπλόνετε τὸ μίγμά σας εἰς μίαν καραβάναν βουτυρωμένην, σκεπάζετε μὲ ἓνα κομμάτι χαρτί βουτυρωμένον, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον βούτυρον ἔξωθεν, σκεπάζετε τὴν καραβάναν σας καλῶς καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Αὐγόπητα

Παίρνετε 8 αὐγά, ἀνάλογον βούτυρον, φαρίναν καὶ ζάχαριν. Λυόνετε τὸ βούτυρον, ρίπτετε πρῶτον τὰ ἀσπράδια τῶν αὐγῶν κτυπημένα, τὴν ζάχαριν ἀναμεμιγμένην μὲ τοὺς κρόκους καὶ κατόπιν τὴν φαρίναν. Βουτυρόνετε καραβάναν, ρίπτετε τὴν ὕλην μέσα καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Τυρόπητα

Παίρνετε 150 δράμια τυρί κασκαβάλι, τὸ ζύνετε καὶ προσθέτετε 100 δράμια τουλουμοτύρι καὶ 80 δράμια βούτυρον. Τὰ ζυμόνετε ὅλα καλῶς, ρίπτετε μέσα δέκα αὐγὰ καὶ ζυμόνετε ὀλίγον ἀκόμη, ἀφίνετε ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν καὶ κατόπιν ἀπλόνετε εἰς καραβάναν βουτυρωμένην καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Γαλόπητα

Παίρνετε ἡμίσειαν ὄκλαν φαρίναν, τὴν βάζετε εἰς ἓνα μικρὸ σκαφίδι καὶ ἀνοίγετε εἰς τὸ μέσον μίαν τρῦπαν, εἰς τὴν ὁποίαν ρίπτετε 100 δράμια γάλα, 50 δρ. βούτυρον καὶ 50 δρ. ζάχαρι. Ζυμόνετε ὅλα μαζί, προσθέτετε ὀλίγον ἀνθόνερρον καὶ ἀφίνετε ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν. Κατόπιν ἀπλόνετε τὴν ζύμην σας εἰς καραβάναν βουτυρωμένην καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Κοτόπητα

Κοσκινίζετε μέσα εἰς ἓνα σκαφιδάκι 150 δράμια ἀλεῦρι, ἀνοίγετε εἰς τὸ μέσον μίαν τρῦπαν, ρίπτετε τὸ ἀπαιτούμενον ἀλατισμένον καὶ χλιαρὸν νερὸν καὶ ζυμόνετε, ἕως ὅτου γείνη μία πάστα ἐλαστικὴ καὶ μαλακὴ. Ἀφίνετε ἡμίσειαν ὥραν καὶ κατόπιν ἀνοίγετε εἰς φύλλα πάχους ἑνὸς ταλλήρου. Ἰδιαιτέρως κόπτετε εἰς μικρὰ κομμάτια μίαν ὄρνιθα, γιανχίζετε μὲ 5 κρομμύδια κομμένα εἰς γύρους καὶ μὲ ὀλίγον βούτυρον, προσέχουσαι, ὅπως λυώσῃ τὸ κρομμύδι, χωρὶς ὅμως νὰ κοκκινίσῃ τὸ κρέας τῆς ὄρνιθος. Κατόπιν προσθέτετε τὸ

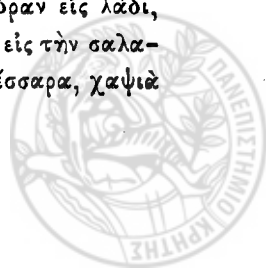
ἀπαιτούμενον νερό, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ καλῶς, σχεδὸν νὰ λυώσῃ. Ἐπειτα βγάζετε τὴν ὄρνιθα, τὴν ὁποίαν ξεκοκκαλίζετε προσεκτικὰ, καὶ ἀφίνετε τὸν ζωμὸν τῆς ὄρνιθος νὰ βράσῃ, μέχρις ὅτου γείνη σάλτσα πηκτὴ. Προσθέτετε τὴν ὄρνιθα εἰς τὴν σάλτσαν, κοκκινίζετε μὲ ὀλίγην ψίχα ψωμι τριμμένην, σπάζετε μέσα 6 αὐγὰ καὶ ἀνακατόνετε ὅλα μαζί. Μετὰ δύο λεπτὰ τῆς ὥρας βάζετε ἀκόμη ὀλίγον βούτυρον, ἓνα κουτάλι ζάχαρι, ὀλίγον μοσχοκάρυδο ζυμένο, πιπέρι, καὶ ἀνακατόνετε πάλιν. Τέλος βουτυρόνετε μίαν φόρμα, στρώνετε ἓνα φύλλο καὶ ρίπτετε μέσα τὴν ὕλην τῆς ὄρνιθος, κεντᾶτε τὴν φόρμαν μὲ φύλλο κομμένο εἰς διάφορα σχήματα καὶ στέλλετε εἰς τὸν φούρνον.

Σ Α Λ Α Τ Α Ι

Ἡ σαλάτα δὲν πρέπει νὰ λείπῃ ἀπὸ κάμμιναν τράπεζαν, ἰδίως ἢ παρασκευαζομένη ἀπὸ διάφορα λαχανικὰ, διότι δροσίζει τὸ αἷμα, κανονίζει τὴν χώνευσιν καὶ πολλὰ θρεπτικὰ στοιχεῖα προσφέρει εἰς τὸν ὄργανισμόν.

Κουνέλι σαλάτα

Βγάζετε τὰ κόκκαλα τοῦ κουνελιοῦ, τὸ ὁποῖον σὰς ἔχει μείνει, τὸ ψιλοκόπτετε καὶ ἀφίνετε ἐπὶ τινα ὥραν εἰς λάδι, ζεῖδι καὶ ἀλατοπίπερον. Κατόπιν τοποθετεῖτε εἰς τὴν σαλατιέραν, προσθέτετε αὐγὰ πηκτὰ κομμένα εἰς τέσσαρα, χαψιὰ καὶ ὅ,τι ἄλλο σὰς ἀρέσει.



Σκομβρία σαλάτα

Ἄφου τὰ ψήσετε πρῶτον εἰς τὴν σχάραν, ἀφίνετε νὰ κρυσώσουν καὶ ἔπειτα χωρίζετε εἰς μικρὰς φέτας, ἀφαιροῦσαι τὴν κεφαλὴν, τὰ πτερύγια, τὴν οὐρὰν καὶ τὰς ἀκάνθας. Ἰδιαιτέρως ἐτοιμάζετε σάλτσαν μαγιονέζαν (ιδεὶ σελ. 91) τοποθετεῖτε τὰ σκομβρία εἰς μίαν σουπιέραν, ρίπτετε ὀλίγαις πατάταις βρασμέναις, καὶ σκεπάζετε ὅλα μὲ τὴν μαγιονέζαν.

Γλῶσσα σαλάτα

Καθαρίζετε τὴν γλῶσσαν, τὴν ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν καὶ βάζετε νὰ βράσῃ μὲ τὸ ἀνάλογον νερόν. Ἰδιαιτέρως κάμνετε μίαν σάλτσαν ἀπὸ ζωμὸν κρέατος, ξεῖδι, λάδι, μαϊδανὸ φιλοκομμένο, τομάταν καὶ τὸ ἀπαιτούμενον ἄλατο· πίπερον "Ὅταν μισοβράσῃ ἡ γλῶσσα, τὴν βγάζετε, τὴν ρίπτετε εἰς τὴν ἄλλην κατσαρόλαν μὲ τὴν σάλτσαν καὶ ἀφίνετε, μέχρις ὅτου βράσῃ ἐντελῶς. Σουρόνετε, χύνετε τὴν σάλτσαν σὰς ἐπάνω εἰς τὸ ψάρι καὶ σερβίρετε μὲ κάρδαμον.

Ψάρι σαλάτα

Παίρνετε ὅ,τι δῆποτε ψάρι σὰς ἔχει μείνει, τοῦ βγάζετε τὸ δέμμα, τὰ κόκκαλα καὶ τὰς ἀκάνθας καὶ τὸ κόπτετε εἰς μικρὰ κομμάτια. Θέτετε κατόπιν εἰς τὴν σαλατιέραν μὲ λάδι, ξεῖδι, ἄλατοπίπερον, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ δύο περίπου ὥρας. "Ὅταν θὰ τὴν σερβίρητε, γαρνίρετε μὲ πατάταις, προσθέτουςαι εἰς τὸ μέσον ὀλίγην σάλτσαν μαγιονέζαν.

Σαλάτα ἀπὸ ἀγγούρια

Καθαρίζετε τὰ ἀγγούρια, τὰ κόπτετε εἰς γύρους λεπτοῦς, ρίπτετε εἰς μίαν ἀπλάδα· τάλαιζετε καὶ τὰφίνετε ἡμίσειαν ὥραν. Κατόπιν τὰ ρίπτετε εἰς τὴν σαλατιέραν μὲ μαϊδανὸν ψιλοκομμένον, προσθέτετε ἄφθονον πιπέρι, μιὰ κουταλιὰ ξεῖδι, δύο λάδι καὶ μίαν σκελίδα σκόρδο, λεπτὰ-λεπτὰ λιανισμένην, καὶ ἀνακατόνετε ὅλα μαζί καλῶς.

Σαλάτα τομάταις

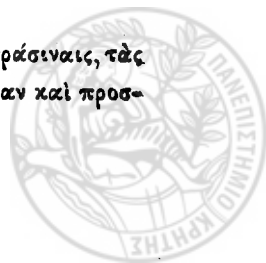
Βουτάτε ἐπὶ τινὰς στιγμὰς εἰς βραστό νερὸ τῆς τομάταις, τὰς ξεφλουδίζετε προσεκτικὰ, τὰς κόπτετε εἰς φέτας καὶ τὰς ρίπτετε εἰς τὴν σαλατιέραν. Προσθέτετε ὀλίγα κρομμύδια ψιλοκομμένα, λάδι, ἄλας, πιπέρι, ἀνακατόνετε καλῶς καὶ ἀφίνετε ἐπὶ δύο ὥρας.

Σαλάτα πατάταις

Κόπτετε εἰς λεπτοῦς γύρους ὀκτὼ πατάταις βρασμέναις, ὀκτὼ κρομμύδια ἄβραστα, ἐπίσης εἰς γύρους, τὰ ρίπτετε εἰς τὴν σαλατιέραν, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, ὀλίγον μαϊδανὸν ψιλοκομμένον, τέσσαρες κουταλιαὶς λάδι, δύο κουταλιαὶς ξεῖδι, καὶ τὰνακατόνετε ὅλα μαζί. Ἀφίνετε ἐπὶ δύο ὥρας καὶ κατόπιν σερβίρετε.

Σαλάτα πιπεριαὶς

Ἐκλέγετε σκληραὶς καὶ γυαλισταὶς πιπεριαὶς πράσιναις, τὰς κόπτετε εἰς τεμάχια, τὰς βάζετε εἰς τὴν σαλατιέραν καὶ προσ-



θέτετε δύο κρομμύδια φιλοκομμένα, τρεις κουταλιές λάδι και τὸ ἀπαιτούμενον ἀλατοπίπερον. Ἀνακατόνετε ὄλα μαζί και ἀφίνετε ἐπὶ μίαν ὥραν. Κατόπιν προσθέτετε μιὰ μιση κουταλιά ζεῖδι, ἀνακατόνετε πάλιν και σερβίρετε.

Σαλάτα σέλινω

Ἐκλέγετε ὀλίγαις καρδιαῖς ὠμῶν σελίνων, ὀλίγον μαϊδανὸν φιλοκομμένον, προσθέτετε ἐλθαῖς, αὐτὰ πηκτὰ κομμένα εἰς τέσσαρα, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, και ἔχετε πρόχειρον και νόστιμον σαλάταν.

Σαλάτα φασόλια

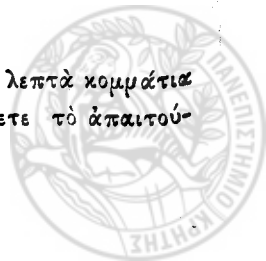
Καθαρίζετε τὰ φασόλια, βράζετε, στραγγίζετε και σερβίρετε με κρομμυδάκια και μαϊδανόν, φιλοκομμένα, δύο μέρη ἔλαιον και ἓνα ζεῖδι και τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον.

Κουνουπίδι σαλάτα

Παίρνετε ἓνα κουνουπίδι ἄσπρο και τὸ καθαρίζετε ἀπὸ τὰ πράσινα φύλλα. Βάζετε μίαν κατσαρόλαν με νερὸ εἰς τὴν φωτιὰν και, ὅταν ἀρχίσῃ νὰ βράζῃ, ρίπτετε ὀλόκληρο τὸ κουνουπίδι σας νὰ βράσῃ. Κατόπιν τὸ βγάζετε, τὸ κόπτετε εἰς μικρὰ μπουκέτα, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν ἀπλάδα με τὸ ἀνάλογον ἔλας, λεμόνι και λάδι, και σερβίρετε.

Ρέβαις σαλάτα

Τὰς καθαρίζετε καλῶς, τὰς κόπτετε εἰς λεπτὰ κομμάτια και τὰς ρίπτετε εἰς μίαν ἀπλάδα, προσθέτετε τὸ ἀπαιτού-



μενον λάδι, ξειδι, αλατοπίπερον και ὀλίγα ἄλλα χόρτα λεπτοκομμένα, πατάταις βρασμέναις και 2—3 ῥέγγαις ψημέναις ὀλίγον.

Σαλάτα ἀντίδια

Ἐκλέγετε τρεῖς ρίζας ἀντίδια ἄσπρα και τρυφερά, καθαρίζετε και κόπτετε, πλύνετε, στραγγίζετε και τὰ βάζετε εἰς τὴν σαλατιέραν. Ἰδιαιτέρως ρίπτετε εἰς ἓνα βαθουλὸ πιάτο ξειδι, λάδι, ἄλας, πιπέρι, ὀλίγη μουστάρδα, τὰ κτυπάτε μὲ ἓνα πηροῦνι καλῶς και τὰ ρίπτετε εἰς τὴν σαλάταν σας. Ἀνακατόνετε ὅλα μαζί και σερβίρετε.

Σαλάτα μαρούλια

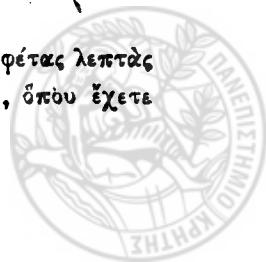
Ἐκλέγετε μαρούλια τρυφερά, βγάζετε τῆς καρδιαῖς των και τὰς κόπτετε ψιλὰ, ἀφαιροῦσαι καταλλήλως τὴν ράχιν τῶν φύλλων. Πλύνετε καλῶς, στραγγίζετε, βάζετε εἰς τὴν σαλατιέραν και χύνετε ἐπάνω των σάλτσαν ἀπὸ μουστάρδαν, ἄλας, πιπέρι λάδι και ξειδι, καλῶς κτυπημένα.

Σαλάτα ραδίκια

Παίρνετε ραδίκια ἄγρια, τὰ καθαρίζετε προσεκτικὰ και τὰ πλύνετε καλῶς. Τὰ βάζετε κατόπιν νὰ βράσουν μὲ νερὸ και ἄλας, τὰ στραγγίζετε και τὰ σερβίρετε μὲ σάλτσαν ἀπὸ λάδι, λεμόνι και ἄλας, κτυπημένα καλῶς.

Σαλάτα μελιτζάναις

Καθαρίζετε τῆς μελιτζάναις, τὰς κόπτετε εἰς φέτας λεπτάς και τὰς ἀφίνετε νὰ μουςκεύσουν μέσα εἰς ξειδι, ὅπου ἔχετε



προσθέσει ἄλας καὶ πιπέρι ἄτριπτον. Κατόπιν τὰς βγάζετε, τὰς στραγγίζετε καλῶς καὶ τὰς βάζετε εἰς τὴν σαλατιέραν μὲ κάρδαμο, ἀνδράκλα, ψιλοκομμένα, αὐτὰ σφικτὰ κομμένα εἰς τέσσαρα, ὀλίγας ἐλαίας καλῶς καὶ τὸ ἀνάλογον λάδι, ξεῖδι, ἄλας καὶ πιπέρι. Ἀνακατόνετε καλῶς καὶ ἀφίνετε ἐπὶ μίαν ὥραν.

Σαλάτα ποικίλη

Παίρνετε φασόλια ξηρὰ βρασιμένα, πατάταις, φακαίς, ὀλίγον σέλινον λεπτοκομμένον, ἀνχιμγύετε μὲ κομμάτια βέγγας, θέτετε εἰς τὴν σαλατιέραν, προσθέτετε ἄλας, πιπέρι, ξεῖδι, καὶ ἀφίνετε ἐπὶ μίαν ὥραν. Ὄταν θὰ σερβίρητε, προσθέτετε ὀλίγον λάδι.

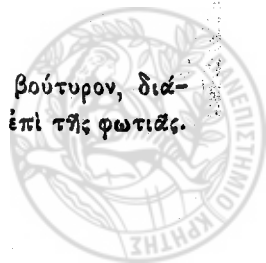
Σαλάτα φασόλια—παντζάρια

Τὰ βράζετε χωριστὰ, τὰ καθαρίζετε, τὰ ρίπτετε εἰς τὴν σαλατιέραν, τὰ παντζάρια κομμένα εἰς λεπτοὺς γύρους, προσθέτετε ἓνα κρομμύδι, ὀλίγο σέλινο καὶ μαϊδανὸν ψιλοκομμένα, τέσσαρες κουταλιαὶς λάδι, δύο ξεῖδι, καὶ ἀνακατόνετε καλῶς. Ἀφίνετε ἐπὶ μίαν ὥραν καὶ, ὅταν θὰ τὴν σερβίρητε, ἀνακατόνετε πάλιν.

Σ Α Λ Τ Σ Α Ι

Ἄσπρη σάλτσα

Ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν 80 δράμια βούτυρον, διάφορα χόρτα χονδροκομμένα καὶ τοποθετεῖτε ἐπὶ τῆς φωτιᾶς.



Ἄφινετε ἐπὶ 10 λεπτὰ τῆς ὥρας καὶ κατόπιν προσθέτετε 80 δράμια φαρίνα, ἀπὸ ὀλίγην-ὀλίγην, ἀνακατεύουσαι συνεχῶς, ὀλίγο γάλα ζεστὸ καὶ τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον. Ὀλιγοστεύετε τὴν φωτιά καὶ μετὰ ἔν τέταρτον τὰ περνᾶτε ἀπὸ μίαν φανέλλαν.

Σάλτσα μὲ τομάτα

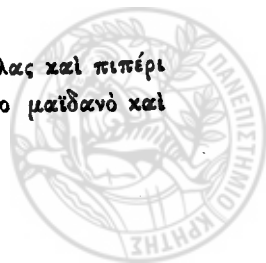
Παίρνετε 10 τομάτας μετρίας, τὰς κόπτετε εἰς τέσσαρα καθε μίαν καὶ τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, προσθέτουσι τέσσαρα κρομμύδια κομμένα εἰς γύρους, ὀλίγο σέλινο, θυμάρι, δύο γαρύφαλα, ἄλας, πιπέρη ἀτριπτυν καὶ 100 δράμια βούτυρον. Θέτετε κατόπιν τὴν κατσαρόλαν εἰς τὴν φωτιάν καὶ, ὅταν ἡ σάλτσα ἀρχίσῃ νὰ πῆξῃ ὀλίγον, τὴν καταιβάζετε. Τὴν σάλτσαν ταύτην εἴμπορεῖτε νὰ τὴν μεταχειρισθῆτε εἰς οἰονδήποτε φαγητόν.

Σάλτσα μὲ βούτυρον

Ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν 80 δράμια βούτυρον, τὴν βάζετε εἰς τὴν φωτιάν καὶ ἀνακατόνετε τὸ βούτυρον ἐπὶ τινὰ λεπτὰ τῆς ὥρας, προσθέτετε τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου, ὀλίγον μαϊδανὸν ψιλοκομμένον, τὸ ἀνάλογον ἄλας, καὶ ἀνακατόνετε πάλιν. Μετὰ 5 λεπτὰ ἀποσύρετε.

Σάλτσα μὲ αὐγά

Κτυπάτε 3 κρόκους αὐγῶν μὲ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρη καὶ ὀλίγο λάδι καὶ ζεῖδι. Προσθέτετε ὀλίγο μαϊδανὸ καὶ



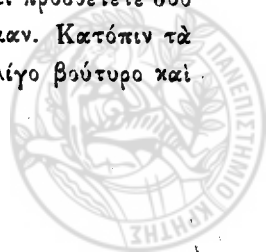
μοσχοκάρυδο, και ἔχετε ὠραίαν σάλτσαν διὰ λάχανα, πουλιά και ψάρια.

Σάλτσα βελουτέ

Βουτυρόνετε μίαν κατσαρόλαν και τοποθετεῖτε μετὰ ὀλίγα κρομμύδια, καρόττα κομμένα εἰς τέσσαρα, ὀλίγο λαρδί και ὅ,τι περίσσευμα κρεάτων ἢ πουλερικῶν ἔχετε. Προσθέτετε 3-4 κομμάτια κρέας μοσχάρισιο, μίαν ὄρνιθα, δύο φέτας ζαμπόνι, τὸν ἀρκοῦντα ζωμὸν κρέατος, ὥστε νὰ σκεπασθῶσι, και βάζετε τὴν κατσαρόλαν εἰς φωτιὰν δυνατὴν. Ὅταν ἀπορροφήσῃ τὸν μισὸν ζωμὸν, τὴν καταιβάζετε, τὴν τοποθετεῖτε πλησίον τῆς φωτιᾶς και τρυπάτε τὰ κρέατα διὰ νὰ ἔβγῃ ἡ οὐσία των. Προσθέτετε κατόπιν ὀλίγα μανιτάρια, ἓνα δεμάτι μαϊδανό, ὀλίγον ζωμὸν, και ἀφίνετε νὰ σιγοψήνωνται εἰς τὴν ἄκραν τῆς φωτιᾶς ἐπὶ 4 ὥρας. Ἰδιαιτέρως βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν φερίαν με βούτυρον, ὅταν δὲ ροδίση, τὸ βγάζετε ἀπὸ τὴν φωτιὰν και τὸ ρίπτετε εἰς τὴν ἄλλην κατσαρόλαν με τὴν σάλτσαν. Περνάτε τέλος τὸ ὅλον ἀπὸ πανὶ καθαρὸ και μεταχειρίζεσθε.

Γερμανικὴ σάλτσα

Βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν 150 δράμια σάλτσα βελουτέ, προσθέτετε τέσσαρες κουταλιαῖς δυνατὸν ζωμὸν κρέατος και τοποθετεῖτε ἐπὶ τῆς πυρᾶς. Ὅταν τὸ μίγμα ἀρχίσῃ νὰ κολλᾷ εἰς τὸ κουτάλι, ἀποσύρετε ἀπὸ τὴν φωτιὰν και προσθέτετε δύο κρόκους αὐγῶν κτυπημένους με ὀλίγην κρέμαν. Κατόπιν τὰ περνάτε ἀπὸ ἓνα τρυπητὸ ψιλὸ, ρίπτετε ὀλίγο βούτυρο και μεταχειρίζεσθε κρύαν.



Σάλτσα με μαϊδανό

Ρίπτετε εις μίαν κατσαρόλαν ανάβαθην 50 δράμια βούτυρο με ένα δεματάκι μαϊδανό ψιλοκομμένο, προσθέτετε τόν ζωμόν ενός λεμονίου, τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ ἀνακατόνετε ἐπὶ 5 λεπτὰ εις φωτιὰν σιγανήν.

Σάλτσα ξανθή

Ὅταν χρειάζησθε ἄσπρην σάλτσαν, καὶ δὲν ἔχητε τὸν ἀπαιτούμενον καιρὸν νὰ τὴν παρασκευάσητε, βάζετε εις μίαν κατσαρόλαν φαρίνκ καὶ βούτυρο καὶ τοποθετεῖτε εις τὴν φωτιάν. Ἀνακατόνετε καὶ, ὅταν ὁ χυλὸς ροδίση, προσθέτετε ὀλίγον ζεστὸν ζωμόν κρέατος καὶ, ἀφοῦ βράσῃ ἐπὶ ἡμίσειαν ὥραν ἀκόμη, μεταχειρίζεσθε.

Σάλτσα μαγιονέζα

Εἰς μίαν ἀνάβαθην κατσαρόλαν ρίπτετε τρεῖς κρόκους αὐγῶν, ἄλας καὶ πιπέρι, τὰ ἀνακατόνετε καλῶς καὶ προσθέτετε ὅσον λάδι χρειάζεται. Ὅσῳ περισσότερον ἀνακατόνετε τόσῳ καλλιτέρα γίνεται. Τὴν μεταχειρίζεσθε διὰ κρύα πουλερικά.

Σάλτσα με σταφίδαις

Καθαρίζετε ὀλίγαις ἄσπραϊς καὶ ὀλίγαις μαύραις σταφίδαις, τὰς πλύνετε με χλιαρὸν νερό, τὰς στραγγίζετε καὶ τὰς ρίπτετε εις μίαν κατσαρόλαν με ὀλίγα κουκουνάρια μαζί. Ἰδιαιτέρως βάζετε εις μίαν ἄλλην κατσαρόλαν ζάχαριν με

νερόν, θέτετε ἐπὶ τῆς φωτιάς καὶ ἀνακατόνετε μὲ ξύλινο κουτάλι. Ὄταν ἡ ζάχαρι ἀρχίσῃ νὰ κολλᾷ εἰς τὸ κουτάλι, προσθέτετε ὀλίγο ξεῖδι καὶ τὰ ρίπτετε εἰς τὴν κατσαρόλαν μὲ τῆς σταφίδαις. Ἀνακατόνετε ὅλα μαζί, προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν βιδέλου, ὀλίγην σάλτσαν ἄσπρην καί, ὅταν βράσουν, τὰ περνᾶτε ἀπὸ λεπτὸν τρυπητόν.

Σάλτσα διὰ ὀρνέθια

Ψιλοκόπτετε μαϊδανόν, φραγκομαϊδανόν, προσθέτετε ἓνα κρόκον αὐγοῦ, ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, δύο κουταλιαὶς ξεῖδι, τρεῖς κουταλιαὶς λάδι, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ κτυπάτε καλῶς

Σάλτσα διὰ βραστὸν

Ῥίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μίαν ὀκτὸ τομάταις περασμέναις ἀπὸ τὸ τρυπητό, δύο μεγάλαις κουταλιαὶς βούτυρο, πέντε κουταλιαὶς ζωμὸν κρέατος, δύο μικρὰ κουταλάκια ζάχαρι, δύο φαρίναν διαλελυμένην εἰς ἓνα φλυτζάνι νερό, δύο δαφνόφυλλα, καὶ ἓνα κομματάκι σκόρδο. Ὄταν σχεδὸν δέση ἡ σάλτσα, βγάζετε τὴ δάφνη καὶ τὸ σκόρδο, καὶ σερβίρετε.

Σάλτσα διὰ κοτολέτταις

Κοκκινίζετε μὲ βούτυρο ὀλίγη φαρίνα, μουσκεύετε μὲ κρασί μαῦρο ἀρετσίνωτο καὶ προσθέτετε ὀλίγη ζάχαρι, μισὴ κουταλιά μουστάρδα καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι. Ὄταν δέση ἡ σάλτσα, σερβίρετε μὲ τῆς κοτολέτταις.

Σάλτσα διὰ μπριζόλαις

Ψιλοκόπτετε μαϊδανόν, σκόρδα, χαψιά, αναμιγνύετε με μίαν κουταλιάν μουστάρδα, διαλύετε με καλόν λάδι καί κτυπάτε, ἕως νά πήξῃ ἐντελῶς.

Σάλτσα δι' ὄρνιθα

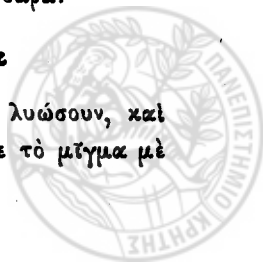
Ἀναμιγνύετε ἓνα ποτήρι ζωμὸν κρέατος καὶ δύο ποτήρια κρασί ἄσπρο ἀρετσίνωτο, προσθέτετε μαϊδανόν, κρομμυδάκια ψιλοκομμένα, σκόρδα, ἄλας, πιπέρι, βράζετε ἐπὶ πέντε λεπτά τῆς ὥρας καί, ὅταν θὰ σερβίρητε, χύνετε ὀλίγον βούτυρον καὶ τὸν ζωμὸν ἐνὸς λεμονίου.

Ἄσπρη σάλτσα διὰ ψάρι

Παίρνετε τοὺς κρόκους τριῶν αὐγῶν, τοὺς κτυπάτε, ἕως ὅτου ἀρχίσουν νάσπριζουν, ὅτε ρίπτετε ἐκ διαλειμμάτων ἓνα φλυτζάνι καλὸ λάδι καὶ ἐξακολουθεῖτε νά κτυπάτε τὰ αὐγά. Κατόπιν ρίπτετε ἐκ διαλειμμάτων τὸν ἀνάλογον ζωμὸν λεμονίου. Ἄν ἡ σάλτσα σας εἶνε ἀραιά, τὴν δένετε με ὀλίγον ἔλαιον, ἂν δὲ πηκτὴ, τὴν ἀραιώνετε με ζωμὸν λεμονίου. Ὅταν πήξῃ, ὡσὰν ἀλοιφή, ἀλείφετε με αὐτὴν τὸ βραστό ψάρι καὶ σερβίρετε με ὀλίγαις πράσιναις ἐλθαίς, ὀλίγον μαϊδανόν καὶ βραστὰ αὐγά, κομμένα εἰς τέσσαρα.

Σάλτσα διὰ μπαρμποῦνε

Βράζετε μαϊδανὸ καὶ μαρούλια, ἕως ὅτου λυώσουν, καὶ τὰ περνάτε ἀπὸ τρυπητόν. Κατόπιν λυόνετε τὸ μίγμα με



δύο κρόκους αὐγῶν, ἄλας, πιπέρι, καὶ ἀναλύετε μὲ τέσσαρες κουταλιαῖς καλὸ λάδι, τὸ ὅποτον χύντε ὀλίγον κατ' ὀλίγον, μὲ δύο κουταλιαῖς μουστάρδα καὶ δύο κουταλιαῖς ζωμὸν λεμονίου. Χύνετε ἐπάνω εἰς τὰ μπαρμπούνια τὴν σάλτσαν σας καὶ σερβίρετε

Σάλτσα διὰ ψάρι

Κοκκινίζετε μὲ λάδι ὀλίγα μανιτάρια, καρόττα, ἓνα κρομμύδι, σκόρδο, μαϊδανό, καὶ βρέχετε μὲ κρασί ἄσπρο ἀρετσίνωτο. Ἀφήνετε νὰ βράσουν ἐπὶ μίαν ὥραν εἰς μετρίαν φωτιάν, περνατε ἀπὸ τρυπητὸν καὶ σερβίρετε.

Σάλτσα διὰ χέλι

Κόπτετε εἰς λεπτὰ κομμάτια τρία κιτρινάδια καὶ δύο ἀσπράδια αὐγῶν σφικτοβρασμένων, προσθέτετε ἓνα σκόρδο, ἓνα κουτάλι λάδι, ἓνα κουτάλι ξεῖδι, ἄλας, πιπέρι καὶ ὀλίγη μουστάρδα, καὶ ἔχετε ὠραίαν σάλτσαν διὰ τὸ χέλι.

Σάλτσα διὰ σπαράγγια

Παίρνετε 3 κρόκους αὐγῶν, 6 μεγάλα κουτάλια λάδι, ἄλας, πιπέρι καὶ μοσχοκάρυδον. Ζεσταίνετε νερὸν εἰς κατσαρόλαν μεγαλειτέραν ἀπὸ ἐκείνην, ἢ ὅποια περιέχει ταύγά, ὅταν δὲ τὸ νερὸ ζεσταθῆ, ὥστε νὰ μὴ τὸ δέχεται τὸ χέρι, βυθίζετε τὴν μικροτέραν κατσαρόλαν ἐντὸς τῆς μεγαλειτέρας, κινεῖτε ζωηρῶς, διὰ νὰ αναμιχθῶσιν ὅλα καλῶς. Τότε τὰ καταιβάζετε καὶ σερβίρετε μὲ τὰ σπαράγγια σας χωριστά.

Σάλτσα κρέμας

Εἰς μίαν κατσαρόλαν ρίπτετε ἓνα καλὸ κομμάτι βούτυρο μὲ μία φοῦχτα μαϊδανό, ἓνα κρομμύδι φιλοκομμένο, ὀλίγο μοσχοκάρυδο τριμμένο καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι. Κατόπιν θέτετε τὴν κατσαρόλαν εἰς τὴν φωτιὰν καί, ὅταν λυώσῃ τὸ βούτυρο, προσθέτετε ἓνα ποτῆρι γάλα καὶ ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ ἓν τέταρτον τῆς ὥρας, ἀνακατόνουςαι συνεχῶς. Δύνασθε νὰ χρησιμοποιήσῃτε τὴν σάλτσαν ταύτην διὰ πατάταις, κρέατα καὶ διάφορα ψάρια.

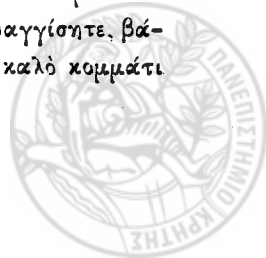
Σάλτσα οἰκονομικῆ

Παίρνετε 5 κρομμύδια, μιὰ κουταλιὰ ξηθίδι, ζωμὸν κρέατος, ὀλίγον μαϊδανὸν φιλοκομμένον, τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ τὰ βάζετε νὰ βράσουν ὅλα μαζί. Ὅταν ψηθοῦν τὰ κρομμύδια, ἀποσύρετε καὶ σερβίρετε μὲ περισσεύματα βραστοῦ ἢ ψητοῦ.

ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑΙ

Γαρνιτούρα ἀπὸ σέλινο

Παίρνετε ἀρκετὰς ρίζας σελίνων, τὰς καθαρίζετε, τὰς κόπτετε εἰς κομμάτια τὰ ὅποια ζεματίζετε μὲ βραστὸ νερό. Κατόπιν τὰ ρίπτετε εἰς κρῦο νερό καί, ἀφοῦ τὰ στραγγίσητε, βάζετε νὰ βράσουν μὲ ὀλίγον ζωμὸν καὶ ἓνα καλὸ κομμάτι βούτυρο.



Γαρνιτούρα από σπινάκια

Ἐκλέγετε τὸ τρυφερόν μέρος τῶν σπαραγγίων, δένετε εἰς μικρὰ δεματάκια, ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν καὶ βράζετε μὲ νερὸ ἀλατισμένο. Κατόπιν τὰ στραγγίζετε, ρίπτετε εἰς νέαν καθαρὰν κατσαρόλαν, τοποθετεῖτε εἰς τὴν φωτιὰν καὶ ἀφίνετε. Μετὰ 3 λεπτὰ στύπτετε τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου καὶ μεταχειρίζεσθε.

Γαρνιτούρα ἀπὸ πατάταις

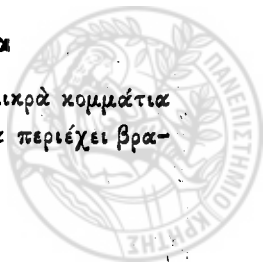
Παίρνετε πατάταις καλαῖς, τὰς κόπτετε εἰς σχῆμα μικροῦ καρυδίου, τὰς πλύνετε καλῶς καὶ τὰς βράζετε νὰ πάρουν μίαν βράσιν. Κατόπιν τὰς βγάζετε καὶ τὰς στεγνόνετε καλά. Ζεσταίνετε εἰς μίαν κατσαρόλαν βούτυρο καλόν, ρίπτετε τῆς πατάταις σας καὶ ἀνακατόνετε ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν μὲ ξύλινο κουτάλι. Ὅταν ψηθούν, τὰς βγάζετε, τὰς στραγγίζετε, ἀλκτιζετε καὶ σωτάρετε μὲ φρέσκο βούτυρο.

Γαρνιτούρα ἀπὸ τρούφυς

Παίρνετε ἓνα κουτί τρούφυς, τὰς καθαρίζετε, τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, προσθέτετε ἓνα ποτηράκι κρασί ἄσπρο καὶ τὸ ζουμί, ποῦ ἔμεινεν εἰς τὸ κουτί. Βάζετε τὴν κατσαρόλαν εἰς πυρωμένην στάκτην καὶ, ὅταν ἐτοιμασθῶσι, σερβίρετε μὲ κρέας.

Γαρνιτούρα ἀπὸ καρόττα

Παίρνετε μικρὰ καρόττα, τὰ κόπτετε εἰς μικρὰ κομμάτια καὶ τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, ἣ ὁποία περιέχει βρα-



στο νερό. Κατόπιν τὰ βγάξετε, τὰ βυθίζετε εἰς νερό κρύο καὶ στραγγίζετε. Ρίπτετε εἰς καθαρὰν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγον ζωμὸν δυνατό, προσθέτετε ὀλίγο βούτυρο, μίαν μικρὴ κουταλιά ζάχαρι, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν.

Γαρνιτούρα ἀπὸ κάστανα

Καθαρίζετε καλῶς τὰ κάστανα, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν καὶ τὰ βάζετε νὰ βράσουν μὲ ζωμὸν κρέατος. Ὄταν βράσουν, τὰ καταιβάζετε, προσθέτετε δύο μικραὶς κουταλιαὶς ζάχαρι, μίαν κουταλιά γλάσσον, καὶ βάζετε πάλιν εἰς τὴν φωτιά. Μετὰ δύο λεπτὰ τῆς ὥρας καταιβάζετε καὶ σερβίρετε μὲ κρέας.

Γαρνιτούρα ἀπὸ μανιτάρια

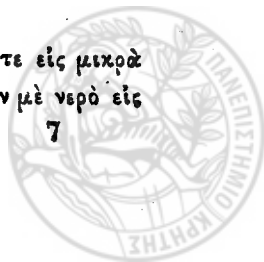
Ἄφοῦ καθαρίσθητε προσεκτικὰ τὰ μανιτάρια, ζεματίζετε μὲ βραστό νερό καὶ στραγγίζετε καλῶς. Τὰ ρίπτετε κατόπιν εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγην σάλτσαν ἀπὸ τὸ φαγητόν, τὸ ὅποιον θὰ γαρνίρητε, ἓνα κομματάκι ζαμπόνι, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσουν ἐπὶ 5 λεπτά. Ἀφαιρεῖτε τὸ ζαμπόνι καὶ μεταχειρίζεσθε.

Γαρνιτούρα ἀπὸ πιζέλια

Καθαρίζετε τὰ πιζέλια, τὰ ζεματάτε, τὰ στραγγίζετε καὶ τὰ δροσιζετε μὲ κρύο νερό. Κατόπιν τὰ σωτάρετε μὲ νωπὸ βούτυρο, προσθέτετε ἓνα κουταλάκι ψιλὴ ζάχαρι καὶ σερβίρετε.

Γαρνιτούρα ἀπὸ κουνουπίδι

Παίρνετε ἓνα καλὸ κουνουπίδι καὶ τὸ χωρίζετε εἰς μικρὰ μπουκέττα. Ἰδιαιτέρως βάζετε μίαν κατσαρόλαν μὲ νερό εἰς



τὴν φωτιὰν καί, ὅταν ἀρχίσῃ τὸ νερὸ νὰ βράζῃ, ρίπτετε μέσα τὸ κουνουπίδι σας καὶ ἀφίνετε νὰ μισοβράσῃ. Κατόπιν τὸ βγάζετε, στραγγίζετε καλῶς, τὸ ρίπτετε εἰς καθαρὰν κατσαρόλαν καὶ τὸ σωτάρετε μὲ φρέσκο βούτυρο.

Γαρνιτούρα ἀπὸ λάχανο

Παίρνετε ἓνα ἄσπρο λάχανο, διαλέγετε τὸ σκληρὸν μέρος καὶ τὸ κόπτετε ψιλὸ-ψιλὸ, ὡσὰν φειδέν. Ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγας φέτας λαρδί, προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν δυνατὸν, σκεπάζετε μὲ χαρτὶ βουτυρωμένο καὶ τὴν κατσαρόλαν μὲ τὸ σκέπασμά της, καὶ τὴν βάζετε εἰς τὸν φουρνον. Ὅταν κοντεύῃ νὰ βράσῃ, προσθέτετε ἓνα ποτηράκι ἄσπρο κρασί.

Γαρνιτούρα ἀπὸ κολοκυθάκια

Παίρνετε ὅσα κολοκυθάκια χρειάζονται, τὰ ζύνετε καὶ τὰ βάζετε νὰ βράσουν μὲ νερὸ καὶ ἄλας. Ὅταν βράσουν, τὰ βγάζετε καὶ τὰ στραγγίζετε καλῶς, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν καθαρὰν κατσαρόλαν καὶ τὰ σωτάρετε μὲ βούτυρο φρέσκο.

Γαρνιτούρα ἀπὸ φασόλια φρέσκα

Ἐκλέγετε τρυφερὰ καὶ πράσινα φασόλια, τὰ ψιλοκόπτετε, ζεματίζετε μὲ βραστὸ νερὸ καί, ὅταν τὰ στραγγίσητε, δροσίζετε μὲ κρύο νερό. Τὰ στραγγίζετε πάλιν καλῶς καὶ τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ βούτυρον καὶ ὀλίγον ζωμὸν κρέατος. Ὅταν θὰ τὰ σερβίρητε, στύπτετε καὶ ἓνα λεμόνι.

Γαρνιτούρα με διάφορα χόρτα

Παίρνετε καρόττα μικρά, πιζέλια, φασόλια τρυφερά, κουνοπίδι, ρέβαις, σπαράγγια και ό,τι άλλο χόρτο θέλετε, και τὰ κόπτετε εἰς μικρὰ κομμάτια. Ἐπειδὴ ὅμως δὲν βράζουν ὅλα εἰς τὴν ἴδιαν ὥραν, βράζετε καθὲν χωριστά, στραγγίζετε καλὰ και τὰ ρίπτετε ὅλα εἰς μίαν κατσαρόλαν. Κατόπιν τὰ σωτάρετε ὀλίγον, προσθέτετε μία κουταλιὰ γλάσον, ἓνα κουταλάκι ψιλὴ ζάχαρι και τὸ ἀνάλογον ἄλας και πιπέρι.

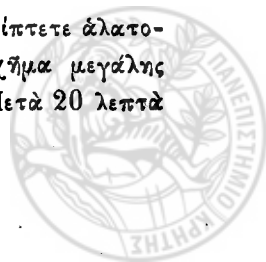
Γαρνιτούρα ἀπὸ ἐλθαῖς

Ροδίζετε μὲ βούτυρο ὀλίγο κρομμύδι και μαϊδανό, φιλοκομμένα, προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ἓνα ποτῆρι ἄσπρο κρασί, ὀλίγη κάπαρι, μία κουταλιὰ λάδι και μία σαρδέλλα κοπανισμένη. Ἐπειτα βγάζετε τὰ κουκούτσια ἀπὸ τῆς ἐλθαῖς, τῆς ρίπτετε εἰς τὴν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγον ζωμὸν κρέατος και ἐνόνετε ὅλα αὐτὰ μὲ ὀλίγον χυλόν, τὸν ὅποιον παρασκευάζετε ἰδιαιτέρως μὲ φαρίναν και βούτυρον.

ΔΙΑΦΟΡΑ ΕΚΛΕΚΤΑ ΦΑΓΗΤΑ

Πεφτέκια πρόβειο

Παίρνετε ἓνα φιλέττο πρόβειο, κοπανίζετε, ρίπτετε ἄλατο-πίπερον και σχηματίζετε τὸν κιμῶν εἰς σχῆμα μεγάλης κεφτέδας. Κατόπιν ψήνετε εἰς τὴνσχάραν. Μετὰ 20 λεπτὰ



της ὥρας εἶνε ἕτοιμα καὶ σερβίρετε μὲ πατάταις τηγα-
νισμέναις.

Πεφτέκια βωδινά

Κόπτετε τὸ κρέας καὶ κάμνετε τὰ πιφτέκια σας, θέτετε
εἰς τὴνσχάραν καὶ ψήνετε εἰς δυνατὴν φωτιὰν χωρὶς ἄλας.
Τὰ γυρίζετε μίαν φορὰν μόνον καὶ σερβίρετε μὲ βούτυρο
ζεστό, μέσα εἰς τὸ ὁποῖον ἔχετε προηγουμένως διαλύσει πε-
τροσέλινον, λεμόνι καὶ ἀλατοπίπερον.

Ἄρνι φρικασὲ

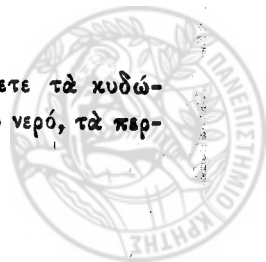
Κόπτετε τὸ κρέας, βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ὀλίγα
κρομμύδια κομμένα εἰς φέταις λεπταῖς καὶ ὀλίγον βούτυ-
ρον, ὅταν δὲ μααραθοῦν, προσθέτετε τὸ κρέας καὶ ἀνακατό-
νετε συνεχῶς, ἕως ὅτου λυώσῃ τὸ κρομμύδι. Δροσίζετε μὲ
ὀλίγο νερό, ἀλατίζετε καὶ τὸ βράζετε μὲ τὸ ἀνάλογον νερόν.
Κατόπιν ρίπτετε εἰς ἰδιαίτεράν κατσαρόλαν τρεῖς κρόκους
αὐγῶν, ὀλίγον ζωμόν καὶ ὀλίγον λεμόνι. δένετε ὀλίγον εἰς τὴν
φωτιὰν καὶ περιχύνετε τὸν φρικασὲν.

Κρέας μὲ κάστανα

Γιαχνίζετε πρῶτον τὸ κρέας, ὅπως συνήθως, ἰδιαίτερώς
ψήνετε καὶ καθαρίζετε τὰ κάστανα ἀπὸ τῆς φλούδαις, τὰ
ρίπτετε εἰς τὸ κρέας, προσθέτετε ὀλίγη ζάχαρι καὶ ἀφίνετε
να ψηθοῦν.

Κρέας μὲ κυδώνια

Γιαχνίζετε τὸ κρέας. Ἰδιαίτερώς καθαρίζετε τὰ κυδῶ-
νια, τὰ κόπτετε εἰς φέταις, πλύνετε μὲ καθαρὸ νερό, τὰ περ-



νάτε ἀπὸ καλὸ βούτυρο καὶ τὰ ρίπτετε εἰς τὸ κρέας. Προσθέτετε ὀλίγη ζάχαρι, ὀλίγα γαρύφαλα, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθοῦν.

Κρέας μὲ μανιτάρια

Καθαρίζετε προσεκτικὰ τὰ μανιτάρια σας, τὰ ζεματίζετε μὲ βραστό νερὸ καὶ τὰ ρίπτετε εἰς γιαντισμένο κρέας. Ὄταν εἶνε ἔτοιμα, αὐγοκόπτετε καὶ σερβίρετε.

Κρέας μὲ σέλινο

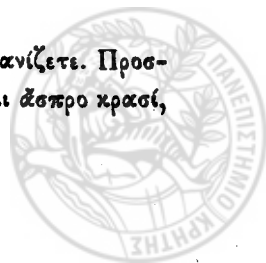
Γιαντίζετε τὸ κρέας. Ἰδιαιτέρως κόπτετε τὰ σέλινια, τὰ ζεματίζετε μὲ βραστό νερὸ καὶ ρίπτετε εἰς τὸ κρέας σας. Σερβίρετε μὲ αὐγολέμονο.

Βωδινὸ μὲ μανιτάρια

Ἐκλέγετε φιλέττο βωδινὸ, τὸ κόπτετε εἰς φέταις, τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν εἰς τὴν ὁποίαν ἔχετε ἀναλύσει ὀλίγον βούτυρον, καὶ, ὅταν κοκκινίσουν, καταβάζετε ἀπὸ τὴν φωτιά. Εἰς μίαν ἄλλην κατσαρόλαν κοκκινίζετε μιὰ κουταλιὰ φαρίνα μὲ ὀλίγο βούτυρο, προσθέτετε κατόπιν ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, τὰ μανιτάρια, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, ρίπτετε τὰ φιλέττα, ποῦ ἔχετε εἰς τὴν ἄλλην κατσαρόλαν, καὶ ἀφίνετε νὰ ψηθοῦν. Ὄταν εἶνε ἔτοιμα, σερβίρετε μὲ λεμόνι.

Νεφρὰ μὲ κρασί

Κόπτετε τὰ νεφρά, τὰ ἀλευρόνετε καὶ τηγανίζετε. Προσθέτετε ὀλίγα χόρτα ψιλοκομμένα, ἓνα ποτηράκι ἄσπρο κρασί,



τὸν ζωμὸν ἐνὸς λεμονίου, ἓνα ποτηράκι νερό, ὀλίγο μοσχο-
κάρυδο τριμμένο, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, καὶ μετὰ 3
λεπτὰ τῆς ὥρας σερβίρετε.

Ροσμπιφ

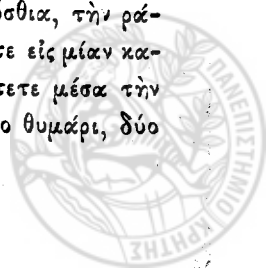
Παίρνετε ἓνα καλὸ κομμάτι κρέας βωδινό, τὸ ρίπτετε εἰς
μίαν καθαρὰν κατσαρόλαν μὲ 3 κρομμύδια, 2 σκελίδας
σκόρδο, 2 καρόττα, μία ρίζα σέλινο καθαρισμένο, ὀλίγο θυ-
μάρι, ὀλίγο μαϊδανό, 2-3 φύλλα δάφνης, καὶ τὰ κοκκινίσετε
ἄλα μαζί. Προσθέτετε ὀλίγη φαρίνα καὶ ἀνακατεύετε πάλιν.
Τέλος προσθέτετε τὴν ἀνάλογον τομάταν, ἓνα ποτηράκι
κрасί, ὀλίγον ζωμὸν, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθοῦν. Ὅταν εἶνε
ἕτοιμον, σερβίρετε μὲ γαρνιτούραν ἀπὸ πατάταις.

***Ὄρνιθα μὲ κυδώνια**

Κόπτετε τὴν ὄρνιθα, τὴν ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν
καὶ κοκκινίσετε μὲ βούτυρον, ὅπως συνήθως. Ἰδιαιτέρως κοκ-
κινίσετε εἰς μίαν ἄλλην κατσαρόλαν ἀνάβαθην τὰ κυδώνια
πλυμένα, καθαρισμένα καὶ κομμένα εἰς φέταις μικραῖς μὲ
βούτυρον, τὰ ρίπτετε εἰς τὸ κρέας μὲ τὸ ἀπαιτούμενον νερόν,
ἄλας, πιπέρι καὶ ὀλίγη ζάχαρι, καὶ ἀφίνετε νὰ ψηθοῦν.

***Ὄρνιθα μὲ κρομμύδια**

Παίρνετε τὴν ὄρνιθα, τῆς βγάζετε τὰ ἐντόσθια, τὴν ρά-
πτετε καὶ τὴν φυλάσσετε. Κατόπιν τσιγαρίζετε εἰς μίαν κα-
τσαρόλαν ὀλίγον λαρδί, τὸ βγάζετε καὶ ρίπτετε μέσα τὴν
ὄρνιθα, σκεπάζετε μὲ νερόν, προσθέτετε ὀλίγο θυμάρι, δύο



φύλλα δάφνης, ὀλίγα γαρύφαλα καὶ τὸ ἀνάλογον ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγψηθῶσι. Μίαν ὥραν προτοῦ ψηθῆ ἢ ὄρνις, προσθέτετε 15 κρομμυδάκια, τὰ ὅποια ἔχετε προηγουμένως τσιγαρίσει μὲ λαρδί ἢ βούτυρο, καὶ σερβίρετε μὲ τὰ κρομμυδάκια γύρω.

Ὅρνιθι μὲ τυρὶ

Τὸ καθαρίζετε καλῶς καὶ τοῦ βγάζετε τὰ ἐντόσθια, κόπτετε εἰς δύο κατὰ μῆκος καὶ τὸ κοκκινίζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ τὸ ἀπαιτούμενον βούτυρον καὶ ὀλίγην φαρίναν. Ὅταν ξανθίση, προσθέτετε ἓνα ποτήρι κρασί ἄσπρο ἀρετσικώτο, ἓνα ποτήρι ζωμὸν κρέατος, ὀλίγον μαϊδανὸν καὶ ὀλίγον σκόρδον, ψιλοκομμένα, ἄλας καὶ πιπέρι, καὶ ἀφίνετε νὰ ψηθῆ. Κατόπιν τὸ καταβάζετε, ρίπτετε εἰς τὴν σάλτσαν τοῦ παρμεζάναν τριμμένην καὶ ἀφίνετε 10 λεπτὰ τῆς ὥρας εἰς φωτιὰν μετρίαν. Νοστιμώτατον.

Ὅρνιθι μὲ μανιτάρια

Καθαρίζετε τὸ ὄρνιθι σας ἀπὸ τὰ πτερὰ καὶ πτίλα, καὶ τὸ ψήνετε εἰς τὴν σχάραν, ἀλείφουσαι ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν μὲ βούτυρον. Κατόπιν κοκκινίζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ὀλίγην φαρίναν μὲ βούτυρον, ρίπτουσαι ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, προσθέτετε τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, βγάζετε ἀπὸ τῆ φωτιὰ καὶ δένετε τὴν σάλτσαν μὲ ἓνα κρόκον αὐγοῦ. Ἐπειτα ρίπτετε καὶ τὰ μανιτάρια, τὰ ὅποια ἔχετε προηγουμένως τηγανίσει μὲ βούτυρον, μετ' ὀλίγα λεπτὰ κόπτετε τὸ ὄρνιθι, τὸ ρίπτετε καὶ αὐτὸ εἰς τὴν σάλτσαν καὶ σερβίρετε.



Ὄρνιθι με πιζέλια

Κόπτετε τὸ ὄρνιθι, τὸ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με 150 δράμια πιζέλια, ἓνα δεματάκι μαϊδανό, ὀλίγα κρομμυδάκια φιλοκομμένα, καὶ τὰ γιανίζετε. Τὰ δροσίζετε κάποτε κάποτε με ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, προσθέτετε μία μικρὰ κουταλιά ζάχαρι, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθῶσι ἐπὶ μίαν καὶ ἡμίσειαν ὥραν.

Ὄρνιθι μαρινάτο

Κόπτετε τὸ ὄρνιθι σας εἰς μικρὰ κομμάτια, ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου, ὀλίγον σκόρδον καὶ μαϊδανόν, φιλοκομμένα, ὀλίγον λάδι, 2—3 κρομμύδια εἰς φέτας λεπτὰς, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψήνηται. Ἐνα τέταρτο προτοῦ σερβίρητε, βγάζετε τὰ κομμάτια τοῦ ὄρνιθίου, στραγγίζετε καλῶς, ἀλευρόνετε με φάριαν καὶ τηγανίζετε με βούτυρον. Ὅταν θὰ τὸ σερβίρητε, τὸ γαρνίρετε φιλοκάλως με φέτας κρομμυδίου τηγανισμένας.

Πάπια με πορτοκάλια

Ἀναλύετε εἰς μίαν κατσαρόλαν βούτυρον, κοκκινίζετε τὴν πάπιαν, τὴν ὁποίαν μετὰ ἐν τέταρτον βγάζετε καὶ φυλάσσετε. Ρίπτετε εἰς τὴν κατσαρόλαν ὀλίγον χυλὸν ἀπὸ βούτυρον καὶ φάρινα, ἓνα ποτηρί ζωμὸν κρέατος, ἀλατοπίπερον, μαϊδανόν φιλοκομμένον καὶ ἓνα ποτηράκι ζωμὸν πορτοκαλίων, ρίπτετε μέσα τὴν πάπιαν, καὶ ἀφίνετε νὰ βράσωσι. Δέκα λεπτὰ πρὶν σερβίρητε, βγάζετε τὴν πάπιαν, περνᾶτε τὴν

σάλτσαν σας από τρυπητὸν ψιλὸν (τριχιά), προσθέτετε ὀλίγα πορτοκάλια καθαρισμένα καὶ κομμένα εἰς φέτας καὶ σερβίρετε, γαρνίρουμε μὲ τὰ πορτοκάλια.

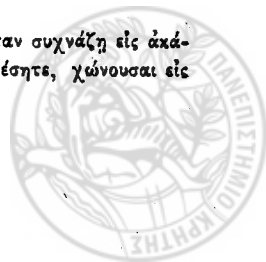
Πάπια μ' ἔλλαις

Καθαρίζετε τὴν πάπια*, τῆς βγάζετε τὰ ἐντόσθια καὶ τὴν ράπτετε, κοκκινίζετε κατόπιν μὲ βούτυρον καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψήνηται, προσθέτουμε ὀλίγον κατ' ὀλίγον τὸν ἀπαιτούμενον ζωμόν. Ὄταν κοντεύῃ ἡ πάπια νὰ ψηθῇ, προσθέτετε ὀλίγαις τομάταις φρέσκαϊς καί, ὅταν ἀρχίσῃ ἡ σάλτσα νὰ δένη, ρίπτετε τῆς ἔλλαις ζεματισμέναις μὲ βραστὸν νερόν.

Χῆνα καπαμαῖ

Τὴν καθαρίζετε, τὴν τρυπᾶτε εἰς διάφορα μέρη καὶ ἐμβάλλετε κομματάκια λαρδί, τὴν ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ ὀλίγο θυμάρι, βασιλικό, ἄλας καὶ πιπέρι, κρομμυδάκια, ὀλίγο μαϊδανό καὶ μίαν σκελίδα σκόρδο, ψιλοκομμένα, ὀλίγο μοσχοκάρυδο, καὶ τὴν κοκκινίζετε καὶ ἀπὸ τὰ δύο μέρη. Προσθέτετε κατόπιν ἓνα ποτηράκι ξεῖδι καὶ μετὰ 10 λεπτὰ τῆς ὥρας βγάζετε τὴν χῆνα, στραγγίζετε τὴ σάλτσα καὶ ρίπτετε πάλιν νὰ βράσῃ μὲ τὴν χῆνα, μὲ ὀλίγα κρομμυδάκια περασμένα ἀπὸ βούτυρο καὶ τὸ ἀπαιτούμενον νερόν. Μετὰ δύο ὥρας τὴν σερβίρετε μὲ τὴν σάλτσαν τῆς, γαρνίρουμε μὲ τὰ κρομμυδάκια.

*) Ἡ πάπια πολλάκις ἔχει μίαν ἀποφορὰν, ἰδίως ὅταν συχνάζῃ εἰς ἀκάθαρτα νερά. Τὴν ἀποφορὰν ταύτην δύνασθε ν' ἀφαιρέσητε, χώνουσαι εἰς τὴν κοιλίαν τῆς ἓνα σίδερο καμμένο.



Χήνα με κάστανα

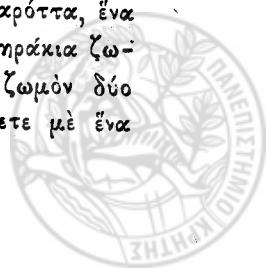
Παίρνετε τὴν χήνα, τῆς βγάξετε τὰ ἐντόσθια καὶ τὰ κάτω μέρη τῶν ποδῶν καὶ φυλάσσετε. Ἰδιαιτέρως φιλοκόπτετε τὰ σηκοτάκια τῆς χήνας μὲ ὀλίγα κρομμύδια καὶ τὰ τσιγαγαρίζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ κάστανα, καθαρισμένα προσεκτικὰ, καὶ ὀλίγο βούτυρο. Προσθέτετε ὀλίγη ζάχαρι, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, γεμίζετε μὲ ἄλα αὐτὰ τὴν χήνά σας, τὴν βράπτετε καὶ τὴν ψήνετε εἰς τὴν σουβλαν, ἀλείφουσαι μὲ βούτυρον, ἐν ὧσφ ψήνετε.

Περιστέρια μὲ σάλτσα

Καθαρίζετε τὰ περιστέρια σας καλῶς, τὰ κόπτετε κατὰ μῆκος εἰς δύο καὶ τὰ ἀλείφετε μὲ βούτυρον, τὰ τυλίγετε μὲ ψωμί τριμμένο καὶ ἀνακατωμένο μὲ διάφορα χόρτα, φιλά-φιλά κομμένα, καὶ τὰ ψήνετε εἰς τὴν σχάραν. Ὅταν εἶνε ἔτοιμα καὶ ἔχουν πάρεϊ εὐμορφο χρῶμα, σερβίρετε μὲ σάλτσαν αὐγῶν (ιδὲ σάλτσας).

Πέρδικαις μὲ σάλτσα

Τὰς καθαρίζετε καλῶς καὶ τὰς τρίβετε μὲ λεμόνια καθ' ὅλην τὴν ἐπιφάνειαν τοῦ σώματός των, κεντᾶτε μὲ κομματάκια λαρδί καὶ τυλίγετε μὲ λεπταῖς φέταις λαρδί, δένουσαι καλῶς. Ῥίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ὀλίγα καρόττα, ἓνα δεματάκι μαϊδανό, ὀλίγα κρομμύδια, τρεῖς ποτηράκια ζωμὸν κρέατος, τὸ ἀνάλογον ἀλατοπίπερον, τὸν ζωμὸν δύο λεμονίων, τῆς πέρδικαις, τῆς ὁποίαις σκεπάζετε μὲ ἓνα



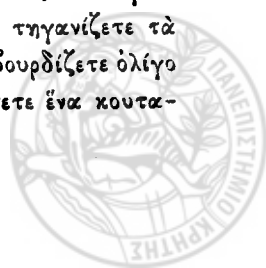
χαρτί βουτυρωμένο, κατόπιν σκεπάζετε και την κατσαρόλαν και αφήνετε να σιγοψηθούν επί μίαν ώραν. Ίδιαιτέρως βράζετε τομάταις φρέσκαϊς, έως να λυώσουν, τὰς σουρώνετε και αναμιγνύετε με χυλόν από βούτυρον και ὀλίγην φαρίναν, προσθέτετε τὴν σάλτσαν τῶν περδίκων σουρωμένην, αφήνετε να βράσῃ ἐπὶ 10 λεπτά ακόμη και σερβίρετε.

Λαγὼς

Τὸν κόπτετε εἰς τεμάχια, ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με μικρὰ κομματάκια λαρδί και κοκκινίζετε ὀλίγον με βούτυρον. Προσθέτετε δύο κουτάλια φαρίνα και κοκκινίζετε ὀλίγον ακόμη, προσθέτετε ἔπειτα 100 δράμ. κρασί μιλῦρο Νεμέας, ὀλίγον θυμάρι, 3 φύλλα δάφνης, ὀλίγο σκόρδο, ἕνα κρομμυδάκι καρφωμένο με ὀλίγα γαρύφαλα και, ὅταν ἀπορροφήσῃ τὸ μισὸ κρασί, σκεπάζετε τὸν λαγὼν με ζωμὸν κρέατος και αφήνετε να σιγοψηθῇ ἐπὶ μίαν και ἡμίσειαν ὥραν. Ίδιαιτέρως κοκκινίζετε ὀλίγα κρομμυδάκια, βρέχουσαι ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν με ζωμὸν κρέατος, προσθέτετε ὀλίγο ἄσπρο κρασί, μιὰ μικρὴ κουταλιὰ ζάχαρι και αφήνετε, ἕως ὅτου πῆξουν. Βγάζετε ἀπὸ τὸν λαγὼν τὰ μυρωδικὰ και σερβίρετε ὀλόγυρα με τὰ κρομμύδια. Ὁρεκτικώτατος.

Μπαρμπούνια μαρινάτα

Τὰ καθαρίζετε και τὰ ἀλατίζετε. Καίετε εἰς τὸ τηγάνι λάδι καλὸν ἢ βούτυρον, κατ' ἀρέσκειαν, και τηγανίζετε τὰ μπαρμπούνια, ὅπως συνήθως. Ίδιαιτέρως καβουρδίζετε ὀλίγο σκόρδο λεπτοκομμένο και, ὅταν ξανθίσῃ, ρίπτετε ἕνα κουτα-



λάκι φαρίνα και κοκκινίζετε μαζί. Κατόπιν προσθέτετε ὀλίγο ξείδι, τὸ ἀνάλογον νερόν, δύο φύλλα δάφνης, 3 σπυριά πιπέρι ἄτριπτον, ἄλας, και ἀφίνετε, μέχρις ὅτου δέση ἡ σάλτσα. Σερβίρετε μετὰ τὰ μπαρμπούνια.

Μπαρμπούνια ἔς τὸ χαρτὶ

Τὰ ἀλατίζετε και τὰ ἀφίνετε ἐπὶ μίαν ὠραν μέσα εἰς σάλτσαν ἀπὸ λεμόνι, λάδι και ψιλοκομμένο μαϊδανό. Κατόπιν κάμνετε θήκας ἀπὸ ἄσπρο χαρτὶ, τὰς λαδόνετε, θέτετε προσεκτικὰ εἰς κάθε μίαν ἐξ αὐτῶν ἀπὸ ἓνα μπαρμποῦνι και στριφογυρίζετε τὴν θήκην πρὸς τὸ μέρος τῆς οὐράς. Ψήνετε εἰς τὴνσχάραν, τὴν ὁποίαν λαδόνετε προηγουμένως, και σερβίρετε μετὰ τὴν σάλτσαν διὰ μπαρμποῦνι (ιδεὶ σάλτσας).

Λαβράκι βραστό μετὰ σάλτσα

Ῥίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν δύο καρτόττα τρυφερά, ἓνα πράσο, μία ρίζα μαϊδανό, μία ρίζα σέλινου, ἓνα ποτηράκι κωνιάκ, δύο κρομμυδάκια καρφωμένα μετὰ γαρύφαλα, τρεῖς κόκκους πιπέρι, τὸν ζυμὸν ἑνὸς λεμονίου, τὸ ἀνάλογον νερόν, και βράζετε μετὰ τὸ λαβράκι. Ὄταν εἶνε ἔτοιμον, σερβίρετε μετὰ σάλτσαν μαγιονέζαν (ιδεὶ σάλτσας).

Χέλι μαρινάτο

Τὸ κόπτετε εἰς κομμάτια, ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν και σωτάρετε μετὰ βούτυρον. Κατόπιν τὰ ρίπτετε εἰς πιάτο βαθουλὸ μετὰ τὸ ἀπαιτούμενον ἄλας και πιπέρι, προσθέτετε ὀλίγο μοσχοκάρυδο τριμμένο, ὀλίγο μαϊδανό και μανιτάρια

φιλοκομμένα, και αφήνετε επί 2—3 ώρας. Κατόπιν τ περι-
τυλίσσετε με ψωμί τριμμένο και ψήνετε εις την σχάραν.

Ἄστακὸς με σάλτσα

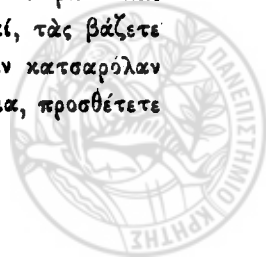
Τὸν ζεματίζετε με βραστό νερό και τὸν καθαρίζετε. Ἰδιαί-
τέρως κοκκινίζετε με λάδι ὀλίγα καρόττα, μαδιανόν, σκόρδον,
ὀλίγα κρομμύδια φιλοκομμένα, δύο φύλλα δάφνης, και ἀφι-
νετε νὰ βράσουν. Πέντε λεπτά πρὶν σερβίρητε, βάζετε και
τὸν ἀστακόν, διὰ νὰ βράσῃ ὀλίγον και σερβίρετε. Καὶ τοῦ
κουτιοῦ εἰναι ὁ ἀστακός, κατὰ τὸν ἴδιον τρόπον παρα-
σκευάζεται.

Ἄστακὸς κροκέ

Παίρνετε ἓνα ἀστακόν τοῦ κουτιοῦ και τὸν καθαρίζετε.
Τὸν φιλοκόπτετε εις ἓν μέρος, προσθέτετε ἓνα κομμάτι βού-
τυρο, δύο αὐγά, μιὰ μικρὴ κουταλιὰ ζωμὸν ὤμοῦ κρέατος,
και ἀναμιγνύετε ὅλα μαζί. Κατόπιν ἀπλόνετε εις ἓνα τρα-
πέζι, κόπτετε εις κομμάτια μέτρια, βουτάτε εις κρόκους αὐ-
γῶν κτυπημένους, ἀλευρόνετε με γαλέτταν κοπανισμένην
και τηγανίζετε εις δυνατὴν φωτιάν. Ὄταν κοκκινίτουν
καλῶς, σερβίρετε.

Πέννα

Ὄταν εἰναι μεγάλη ἡ πέννα, τῆς βγάζετε τὸν ἀνθρακα και
ψήνετε ἐπὶ τοῦ ὀστράκου της. Ἄν εἰναι μικραὶ, τὰς βάζετε
ὅλας μαζί. Ἰδιαίτέρως κοκκινίζετε εις μιάν κατσαρόλαν
ὀλίγο μαϊδανὸ φιλοκομμένο και δύο κρομμυδάκια, προσθέτετε



Ένα ποτηράκι κρασί άσπρο, όλίγην σταφίδα, και άφίνετε με τής πνίνας να σιγοψηθούν.

Καρόττα με βούτυρον

Παίρνετε τρυφερά καρόττα, τά ξύνετε, τά κόπτετε εις γύρους λεπτούς και τά μισοβράζετε. Κατόπιν τά βγάζετε, τά στραγγίζετε και τά ρίπτετε εις μίαν καθαράν κατσαρόλαν, με βούτυρον, όλίγον ζωμόν κρέατος, τó άνάλογον άλας και πιπέρι και μίαν μικρήν κουταλιάν ζάχαριν. Όταν βράσουν, σερβίρετε με φέταις μικραίς ψωμί τηγανισμέναις με βούτυρον.

Καρόττα αύγοκομμένα

Τά ξύνετε και τά κόπτετε εις δύο κατά μήκος, τά ρίπτετε εις μίαν κατσαρόλαν με φέταις λαρδί, με μαϊδανό και κρομμύδι, ψιλοκομμένα, ένα ποτηρι ζωμόν κρέατος δυνατόν, τó άπαιτούμενον άλας και πιπέρι, και άφίνετε να βράσουν. Προσθέτετε κατόπιν μία κουταλιά βούτυρο, δύο κουταλιαίς γάλα, όλίγην ζάχαριν, και τάναμιγνύετε επί 5 λεπτά όλα μαζί. Τέλος τά δένετε με τρεις κρόκους αύγών κτυπημένους και σερβίρετε.

Καρόττα με μαϊδανόν

Τά καθαρίζετε, τά πλύνετε, τά βάζετε εις νερό βραστό δια νάσπρίσουν. Κατόπιν ρίπτετε εις μίαν κατσαρόλαν δύο κουταλιαίς νισεστέ και όλίγο βούτυρο, άνακατόνετε και προσθέτετε άλας, πιπέρι και μαϊδανό ψιλοκομμένο. Τά βρέ-

χετε με ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ρίπτετε μέσα τὰ καρόττα, τὸν ζωμὸν ἑνὸς λεμονίου, καὶ ἀφίνετε νὰ ψηθοῦν.

Ἄγκινάραις με τρούφαις

Καθαρίζετε τῆς ἀγκινάραις σας, τὰς κόπτετε εἰς τεμάχια καὶ τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με βούτυρον καὶ ὀλίγον ζωμὸν κρέατος. Ὄταν ψηθοῦν, προθέτετε ὀλίγαις τρούφαις κομμέναις εἰς φέταις, ἀφίνετε ὀλίγον ἀκόμη καὶ σερβίρετε.

Ἄγκινάραις με σάλτσα

Κόπτετε τῆς ἀγκινάραις εἰς τέσσαρα, τῆς ἀλατίζετε καὶ ἀφαιρεῖτε τὰς τρίχας. Κατόπιν τῆς ἀραδιάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, ρίπτετε βούτυρον, ὀλίγο λεμόνι, τὸ ἀνάλογο νερό, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθῶσι. Τὰς τοποθετεῖτε εἰς μίαν ἀπλάδα, χύνετε ἄνωθεν αὐτῶν τὴν σάλτσαν των, εἰς τὴν ὁποίαν ἔχετε προηγουμένως προσθέσει ἄλας, ὀλίγη φλουδα λεμονίου καὶ ὀλίγο μαϊδανό, ψιλοκομμένα, καὶ σερβίρετε.

Κουκιά ἁ-λὰ πουλέτ

Παίρνετε φρέσκα κουκιά, βγάξτε τὸν φλοιὸν των καὶ κόπτετε ὀλίγον τὴν κορυφήν. Βάζετε μίαν κατσαρόλαν με νερό ἀλατισμένον εἰς τὴν φωτιὰν καί, ὅταν βράσῃ, ρίπτετε μέσα τὰ κουκιά καὶ σκεπάζετε τὴν κατσαρόλαν. Μετὰ 10 λεπτὰ τῆς ὥρας τὰ βγάξτε καὶ τὰ στραγγίζετε. Ἰδιαιτέρως εἰς μίαν ἄλλην κατσαρόλαν ἀνακατεῦτε μία κουταλιὰ φαρίνα με ἓνα κομμάτι βούτυρο, ἓνα κρομμύδι ζεματισμένο με βραστό νερό, ἓνα ποτῆρι γάλα, ἀλατοπίπερον καὶ ὀλίγην ρίγα-

νην, ρίπτετε τὰ κουκιά μέσα και ἀφίνετε νὰ βράσουν ἐπὶ ἐν τέταρτον. Προσθέτετε ἓνα κρόκον αὐγοῦ και σερβίρετε μὲ φέταις ψωμί τηγανισμέναις μὲ βούτυρο.

Πιζέλια

Ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν τὰ πιζέλια καθαρισμένα μὲ τὸ ἀνάλογον νερὸν και βούτυρον και, ὅταν ἀρχίσουν νὰ βράζουν, τὰ ζυμόνετε μέσα εἰς τὴν κατσαρόλαν, προσθέτετε ἓνα δεματάκι μαϊδανό, ἓνα κρομμυδάκι μίαν καρδιὰν μαρουλίου φιλοκομμένην, ἄλας και ζάχαρι, και καθουρδίζετε ὅλα μαζί εἰς δυνατὴν φωτιάν. Κατόπιν ὀλιγοστεύετε τὴν φωτιάν και ἀφίνετε νὰ σιγοψηθοῦν. Βγάζετε τὸ δεματάκι τὸ μαϊδανό, προσθέτετε μιὰ κουταλιὰ φαρίνα κοκκινισμένη μὲ βούτυρο, ἀναμιγνύετε και σερβίρετε.

Πιζέλια μὲ σαλτσισότο

Κόπτετε τὸ σαλτσισότο εἰς ψιλὰ κομμάτια, τὰ κοκκινίζετε μὲ βούτυρο, ρίπτετε κατόπιν μιὰ κουταλιὰ ἀλευρί, τὸ γυρίζετε ὀλίγας στιγμὰς και προσθέτετε ὀλίγον ζωμὸν κρέατος, ἓνα κρομμυδάκι, τὰ πιζέλια καθαρισμένα, μαϊδανό, και ἀφίνετε νὰ σιγοψηθῶσιν.

Σπαράγγια

Ἐκλέγετε τὸ τρυφερόν μέρος και τὰ πλύνετε, βάζετε εἰς βράζον νερὸν ἀλατισμένον και ἀποσύρετε. Τὰ στραγγίζετε καλῶς και φυλάσσετε. Κατόπιν βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ἀνάβαθην ἓνα καλὸ κομμάτι βούτυρο, ἄλας λεμόνι,

Ένα κουτάλι φαρίνα και δύο κρόκους αυγών και ψήνετε τὴν σάλτσάν σας εἰς σιγανὴν φωτιάν, ἀνακατόνουςαι διαρκῶς. Ὅταν ἄρχισῃ νὰ δέχῃ, τὴν ρίπτετε εἰς τὰ σπαρογγία και σερβίρετε.

Μανιτάρια με γαουρτι

Ψελλίξατε καλά μανιτάρια, καθαρίσατε και πλύξατέ τα. Ἀλατίσατε ἄλιγον, ἀλευρώσατε με ἄραρουτι και τηγαλίσατε με βούτυρον. Κατόπιν βάλτε τα εἰς ἕνα πιάτο βαθύ και σκεπάσατε με γαουρτι καλό και ψιχά ψωμί τριμμένην, προσθέσατε ὀλίγον βούτυρον και στείλατε εἰς τὸν φούρνον.

Μανιτάρια φρεκασέ

Τὰ καθαρίζετε κκλῶς, κόπτετε εἰς τεμάχια, ζεματίζετε με βραστό νερό, στραγγίζετε και στεγνόνετε ἐπάνω εἰς μίαν πετσέταν. Κατόπιν τὰ βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με ἕνα κουτάλι φαρίνα, ἕνα δεματάκι μαϊντανό, ἕνα κομματί βούτυρο, θέτετε εἰς τὴν φωτιάν και ψήνετε. Ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν ἀνακκτόνετε και βρέχετε με ζωμὸν κρέατος. Προσθέτετε τέλος δύο κρόκους αυγών και, ἕταν σερβίρητε, ρίπτετε μιὰ κουταλιά ζετζι.

Ματάτσες με γάλα

Βράζετε τὴς πατάτσες σας και κρένετε νὰ κρυώσουν. Κατόπιν τὰς κόπτετε εἰς φέτες πολὺ λεπταῖς, τὰς βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν με δύο κουτάλιας βούτυρον, τὸν ζωμὸν φνὸς τετάρτου λεμάνιου και τὸ ἀνέλλογον ἄλας και πιπέρι, προσ-

θέτετε ένα φλυτζάνι γάλα, ὀλίγον καϊμάκι, καὶ ἀφίνετε νὰ σιγοψηθοῦν ἐπὶ 10 λεπτὰ τῆς ὥρας. Ζεσταίνετε ἕνα πιάτο, τὰς ρίπτετε ἐκεῖ μὲ προσοχὴν καὶ σερβίρετε. Φαγητὸν ὠραιότατον.

Πατάταις κροκέ

Τὰς καθαρίζετε, τὰς πλύνετε καὶ τὰς βράζετε καλῶς. Κατόπιν τὰς βγάζετε, τὰς στραγγίζετε, τὰς ρίπτετε εἰς ἕνα μέρος καὶ τὰς ζυμώνετε μὲ μιάμιση κουταλιὰ βούτυρο, μία κουταλιὰ μαϊδανὸ ψιλοκομμένο, μία κουταλιὰ νισεστὲ καὶ ἕνα κρόκον αὐγοῦ δαρμένον. Σχηματίζετε ὅλην τὴν μάζαν σφαίρας ὡς μεγάλα καρύδια, τὰς βουτάτε εἰς αὐγὸ δαρμένο, ἀλευρόνετε καὶ τηγανίζετε εἰς βράζον βούτυρον. Μετὰ 5 λεπτὰ σερβίρετε.

Κεφτέδες πατάτα

Παίρνετε 150 δράμ. πατάταις βρασμέναις καὶ τὰς ζυμώνετε μὲ βούτυρον. Προσθέτετε δεκαπέντε δράμια ψίχα ψωμι τριμμένην, ἄλας, πιπέρι, πέντε αὐγὰ κτυπημένα καλῶς, καὶ τὰναμιγνύετε ὅλα καλῶς. Κατόπιν κόπτετε τὴν μάζαν εἰς κεφτέδαις, τηγανίζετε μὲ βούτυρον, καὶ σερβίρετε.

Πατάταις μὲ ἄνηθον

Ἐκλέγετε καλαῖς καὶ στρογγυλαῖς πατάταις, τὰς ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν μὲ νερόν καὶ τὰς βράζετε μὲ τὴν φλοῦδάντων. Ὄταν βράσουν, τὰς βγάζετε, τὰς ρίπτετε εἰς κρύον νερό καὶ κατόπιν τὰς ξεφλουδίζετε. Ῥίπτετε πάλιν εἰς βραστὸ νερό καὶ μετ' ὀλίγον τὰς βγάζετε, τὰς στραγγίζετε, τὰς το

ποθετείτε εις μίαν άπλάδα βαθουλήν και τας περιχύνετε με βούτυρον άναλυμένον, άλας και δύο κουταλιας άνηθον ψιλοκομμένον.

Μπάμιαις με σάλτσα

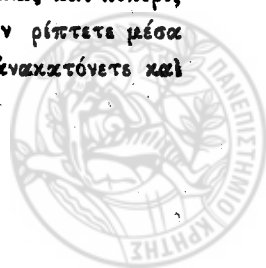
Παίρνετε φρέσκαις και τρυφεραις μπάμιαις, τας καθαρίζετε και τας βράζετε με άλατισμένο νερό. Κατόπιν τας στραγγίζετε, τας ψήνετε, τας άλατίζετε και τας τσιγαρίζετε με βούτυρον. Όταν θα τας σερβίρητε, περιχύνετε με μίαν σάλτσαν, την όποιαν παρασκευάζετε ως εξής. Κοκκινίζετε εις μίαν κατσαρόλαν μία κουταλιά φαρίνα με δύο κουταλιας, βούτυρον. Προσθέτετε ένα ποτήρι γάλα, άλας, πιπέρι, και, όταν θα σερβίρητε, δύο κουταλιας βούτυρον άκόμη.

Μελιτζάναις

Τας κόπτετε εις φέταις στρογγυλαίς, τοποθετείτε εις μίαν άπλάδα, τας άλατίζετε και τας άφίνετε επί ημίσειαν ώραν. Κατόπιν γιαχνίζετε κρομμύδια με λάδι, ρίπτετε της μελιτζάναις πλυμέναις με όλίγον σκόρδον, μαϊδανόν και όλίγον πιπέρι, και, όταν γιαχνισθοῦν καλῶς, ρίπτετε την άνάλογον τομάταν και άφίνετε να βράσουν.

Κρομμύδια με αυγά

Παίρνετε 15 κρομμύδια, τα ψιλοκόπτετε και τηγανίζετε με φρέσκο βούτυρον. Όταν λάβουν χρώμα χρυσοκίτρινον, προσθέτετε μιáμιση όκά νερό, τό άνάλογον άλας και πιπέρι, και άφίνετε να βράσουν. Μετά εν τέταρτον ρίπτετε μέσα εις την κατσαρόλαν τρεις κρόκους αυγών, άνακατόνετε και μετά 5 λεπτά της ώρας σερβίρετε.



Γογγύλια

Καθαρίζετε 20 γογγύλια και τὰ ζεματίζετε εἰς βραστό νερό. Κατόπιν ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ἕνα κομματί βούτυρον και μία κουταλιὰ φαρῖνα, και τὰ ἀνακατεύετε ἐπὶ 5 λεπτὰ τῆς ὥρας, προσθέτετε ὀλίγον ζῶμὸν κρέατος, κατόπιν τὰ γογγύλια, και ἀφίνετε νὰ ψηθοῦν. Ὅταν ἡ σάλτσα δέσῃ, βάζετε μία μικρὴ κουταλιὰ ζάχαρι, δύο κουταλιαὶς βούτυρον, δύο κρόκους αὐγῶν, ἀνακατόνετε ὅλα μαζί και σερβίρετε.

ΔΙΑΦΟΡΑ

Πῶς κατασκευάζεται τὸ χοιρομήριον

Τὸ χοιρομήριον εἶνε νοστιμωτάτη τροφή και ἐν τῇ μαγειρικῇ πολλῆς και μεγάλης χρησιμότητος. Ἄλλ' εἶνε ἀκριβὸν και διὰ τοῦτο ἀναγράφομεν τὸν τρόπον τῆς κατ' οἶκον κατασκευῆς του, ἵνα κοστίζῃ κατὰ πολὺ εὐθηνότερον τοῦ ἀγοραίου και μὴ στερωῶνται αὐτοῦ και αἰ μὴ ὀπωσδήποτε εὐποροῦσαι οἰκογένεια.

Παίρνετε ἕνα καλὸ μπιῦτι, τὸ στρογγυλεύετε, τὸ καθαρίζετε και τὸ τρίβετε μὲ ψιλὸν νιτρόν ποτάσσης, ἵνα διατηρήσῃ τὸ κόκκινον χρῶμά του. Κατόπιν θέτετε ἐπὶ τῆς φωτιᾶς μίαν μεγάλην κατσαρόλαν γεμάτην μὲ νερό, κί, ὅταν ἀρχίσῃ νὰ βράζῃ, ρίπτετε ἐκ διαλειμμάτων ἄλας. Διὰ νὰ ἐννοήσητε δὲ πόσον ἄλας ἀρκεῖ, ρίπτετε εἰς τὸ νερό, εὐθὺς ὅταν βράσῃ, ἕνα αὐχό, και ὅταν τοῦτο ἐπιπλέῃ εἰς τὴν ἐπιφάνειαν, τὸ ἄλας εἶνε ἀρκετόν. Ἐπειτα καταιθαίξετε τὴν κατσαρόλαν,

κενόνετε τὴν ἄλμην εἰς πιάτα, διὰ νὰ κρῶσῃ, καὶ ρίπτετε εἰς αὐτὴν φύλλα δάφνης, θυμάρι, ρίγανη, μοσχοκάρφια καὶ 20 δράμ. κοριάνδρον, τοποθετεῖτε τὸ χοιρομήριον εἰς κάδον ἢ εἰς ἕνα μικρὸ πιθάρι ἢ χωματένια κατσαρόλα, χύετε ἐπ' αὐτοῦ τὴν ἄλμην κρύαν καὶ, ἂν δὲν σώσῃ αὐτὴ νὰ σκεπάσῃ τὸ χοιρομήριον, προσθέτετε ἀκόμη νερὸ καὶ ἄλας. Βάζετε ἐπάνω εἰς τὸ χοιρομήριον μία σανίδα, διὰ νὰ μὴ ἐπιπλῆ καὶ ἀφίνετε ἐπὶ 20-30 ἡμέρας. Κατόπιν τὸ βγάζετε, τὸ ἀποσταλάζετε, τὸ πιέζετε μὲ ἕνα βαρὺ πρᾶγμα ἐπὶ μίαν ἡμέραν καὶ κατόπιν τὸ κρεμάτε ἐντὸς τῆς καπνοδόχου τοῦ μαγειρείου, διὰ νὰ ξηρανθῇ καὶ διὰ νὰ καπνισθῇ. Ἐπὶ νινὰς ἡμέρας ἀνάπτετε κάτω ἔπὸ τὸ χοιρομήριον φωτιὰν μετρίαν ἐπὶ κλάδους πρασίνου καννάβεως, ἄλλοτε ἀπὸ θυμάρι κλπ. Ὄταν ξηρανθῇ, τὸ πλύνετε μὲ ξεῖδι καὶ κρασί, καὶ τὸ ξηραίνετε πάλιν.

Πῶς παρασκευάζεται μoustάρδα

Βράζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν ὅσον ξεῖδι ἄσπρο θέλετε καὶ τὸ ἀναμιγνύετε ὀλίγον κατ' ὀλίγον μὲ ἄλευρον ἀγγλικῆς μoustάρδας, ἕως ὅτου σχηματισθῇ χυλὸς ὄχι πολὺ πηκτός, ἀλλὰ μέτριος. Κατόπιν παίρνετε μία ὀκτὰ σαρδέλλαις, τὰς καθαρίζετε, βγάζετε τὰ κόκκαλα καὶ τὰς κόπτετε εἰς λεπτότατα τεμάχια μὲ 10 ἄσπρα κοκκάρια (εἶδος μικρῶν κρομμυδίων χρησιμευόντων ὡς σπύρος) μία φοῦχταμαῖδαν καὶ ἕνα φύλλο σέλινο. Βάζετε εἰς ξεῖδι καλὸ τρεῖς κουτάλιας κέπαρι, ὀλίγον δρακόντιον, ὀλίγον ἀνηθον καὶ περιάτε ἀπὸ τρυπητόν. Μὲ τὸν ζωμὸν τοῦτον ἀνακατόνετε τὸν χυλὸν καὶ τῆς σαρδέλλαις καὶ βάζετε τὸ ὅλον μέσα εἰς ἕνα δοχεῖον

ύαλινον. Ἐχετε ὀρεκτικώτατον καὶ γευστικώτατον ὀρεκτικόν. Διατηρεῖται ἐπὶ ἔν ἔτος. Ὅσαις φοραῖς βγάζετε ποσόν τι μουστάρδας, ρίπτετε ὀλίγο ξεῖδι καὶ ἀναμιγνύετε.

Πῶς κάμνετε τουρσί ὀρεκτικώτατον

Κόπτετε, εἰς μικρὰ τεμάχια, μικρὰ καίτρυφερά καρόττα, ἀγκινάραις, δαυκιά, σελίνα, κουνουπιδι, μάπαις (λάχανο) καὶ παντὸς ἄλλου εἶδους λάχανα προσθέτετε μικρὰ λεμόνια, πορτοκάλια, μῆλα, βερούκοκκα, δαμάσκηνα, ροδάκινα, καΐσια, μικραὶς πιπεριαὶς πράσιναις, κολοκυθάκια, μικρὰ καρύδια, ἀμύγδαλα πράσινα, τρυφεροὺς κόκκους ἀραβοσίτου, πράσινα φασόλια, πιζέλια καὶ σπαράγγια, ὅλα καθαρισμένα. Τὰ πλύνετε, τὰ ζεματίζετε μὲ βραστό νερό καὶ τάφινετε νὰ μουςκεύσουν ἐπὶ μίαν ἡμέραν εἰς καλὸ ξεῖδι. Κατόπιν τὰ στραγγίζετε, προσθέτετε 2—3 ὀκάδας νέο ξεῖδι, ἀρκετὸ θυμάρι, дуόσμο καρυσφύλλι, βάλσαμον, μαϊδανὸ καὶ δάφνη, προσέτι τὸν ζωμὸν ἐξ λεμονίων, τὴν φλοῦδαν ἑνὸς λεμονίου ψιλοκομμένην, 40 δραμ. σινάπι, 40 δραμ. πιπέρι ἀτριπτον, ἀπὸ 10 δραμ. κοριάνδρον καὶ μοσχοκάρυδον, ἀπὸ 40 δραμ. ζαφορά καὶ ζιγγίβερι, ἀπὸ 5 δρ. κανέλλα καὶ κοκκινόπιπερο, καὶ ἀφίνετε ἐπὶ 10 ἡμέρας. Μετὰ ταῦτα ἀποσταλάζετε καὶ φυλάσσετε τὸ ξεῖδι τῶν εἰς δοχεῖον ὑάλινον, εἰς τὸ ὁποῖον προσθέτετε ποσότητα ἴσην πρὸς τὸ ἔν τρίτον τοῦ ὄξους ἀγουρούλαδο, στύπτετε τὰ μυρωδικά, ρίπτετε κατόπιν τὰ τουρσιά εἰς τὸ ἀγγεῖον καὶ ἀπ' ἐπάνω τὰ μυρωδικά, μεθ' ὃ κλείετε τὸ δοχεῖον καλῶς καὶ τὸ βάζετε ἐπὶ ὀλίγας ἡμέρας εἰς τὸν ἥλιον, ἀνακατόνουσαι ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρόν.

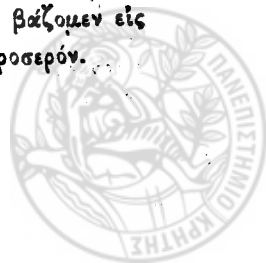
ΠΕΡΙ ΔΙΑΤΗΡΗΣΕΩΣ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΤΡΟΦΩΝ

Μία ἐκ τῶν κυριωτέρων τροφῶν τοῦ ἀνθρώπου εἶνε τὸ κρέας. Ἀλλὰ τὸ κρέας, ὅταν τρώγεται νωπὸν, δὲν εἶνε καλόν. Νοστιμώτερον καὶ τρυφερώτερον εἶνε, ὅταν τρώγεται δύο τοῦλάχιστον ἡμέρας μετὰ τὸ σφάζιμον. Τὸ κρέας τοῦ κυνηγίου ἀπαιτεῖ περισσοτέρας ἡμέρας.

Ἀλλὰ τὸ κρέας ἂν μείνῃ περισσότερο καιρὸν ἐκτεθειμένον εἰς τὸν ἀέρα, ἀρχίζει νὰ χαλαρῆ καὶ ν' ἀποσυντιθῆται. Διὰ τοῦτο ἀναγράφομεν ἐνταῦθα τὰς κυριωτέρας μεθόδους, διὰ τῶν ὁποίων τὸ κρέας καὶ ἄλλαι τροφαὶ διατηροῦνται ἐπὶ πολὺν καιρὸν νωπαί.

Ἡ πρώτη μέθοδος εἶνε ἡ διὰ τοῦ ζωϊκοῦ ἀνθρακος ἢ καὶ διὰ ξυλάνθρακος γινομένη. Παίρνουσι δηλαδὴ ἐν δοχεῖον οἰονδήποτε, στρώνουσιν εἰς τὸν πυθμένα του ἐν στρώμα τριμμένου ἀνθρακος, τοποθετοῦσι ἄνωθεν αὐτοῦ τὸ κρέας οὕτως, ὥστε νὰ μὴ ἐγγίξῃ τὰ τοιχώματα τοῦ ἀγγείου, σκεπάζουσι καλῶς μὲ ἀνθρακα καὶ κλείουσι καλῶς τὸ ἀγγεῖον. Κατὰ τὸν τρόπον τοῦτον τὸ κρέας δύναται νὰ διατηρηθῇ ἐπὶ 20—30 ἡμέρας. Σημειωτέον ὅτι, πρὶν ἢ μεταχειρισθῶσι τὸ οὕτω διατηρούμενον κρέας, πλύνουσι καλῶς μὲ κρύο νερό.

Καὶ διὰ τοῦ ἐξῆς τρόπου δυνάμεθα νὰ διατηρήσωμεν τὰ κρέατα καὶ ἐπὶ μῆας ὀλοκλήρους. Τὰ κόπτομεν εἰς τεμάχια μετρίου μεγέθους, τὰ τρίβομεν καλῶς μὲ ἄλας καὶ τὰ φένομεν ὀλίγας ἡμέρας μὲ ἄλας γύρω. Κατόπιν τὰ βάζομεν εἰς ἀγγεῖον μὲ ξεῖδι καὶ τοποθετοῦμεν εἰς μέρος δροσερόν.



Διατήρησις κυνηγίων και πουλερικῶν

Ταῦτα διατηροῦνται ἄν, ἀφοῦ ἀφαιρέσωμεν τὰ ἐντόσθια των, τὰ τοποθετήσωμεν εἰς ἓνα κοφίνι και τὰ κρεμάσωμεν εἰς τὸ πηγάδι ἡμισυ μέτρον ἄνωθεν τῆς ἐπιφανείας τοῦ ὕδατος.

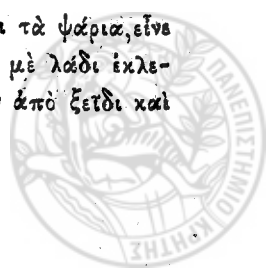
Ἡ τὰ ρίπτομεν εἰς μίαν κατσαρόλαν καθαρισμένα, πλυμένα κατὰ τὸ ἐσωτερικὸν τοῦ σώματός των με ζεῖδι καλόν, και ἀφίνομεν νὰ μισοψηθῶσι. Κατόπιν τὰ χώνομεν εἰς σκόνην ἄνθρακος και φυλάττομεν.

Διατήρησις ὄψαριῶν

Τὰ ψάρια δύνανται νὰ διατηρηθῶσιν, ὅπως και τὰ κρέατα, δηλαδὴ με ἄνθρακα, ἀλλ' ὑπάρχουσι και ἄλλοι τρόποι ἐκ τῶν ὁποίων ἡμεῖς ἀναγράφομεν τοὺς καλλιτέρους και εὐκολωτέρους.

Τοὺς βγάξετε τὰ ἐντόσθια και τὰ σπάρραχνα, τὰ ρίπτετε εἰς μίαν κατσαρόλαν πηλίνην, προσθέτετε ἄλας και νερό ἄρκετόν, ὄστε νὰ τὰ σκεπάζῃ, και ἀφίνετε νὰ πάρουν μίαν βράσιν. Διὰ τοῦ τρόπου τούτου διατηροῦνται ἕως 3 ἡμέρας κατὰ τὸν χειμῶνα και ἔν ἡμερονύκτιον κατὰ τὸ καλοκαίρι. Ἄν, ὅταν περάσῃ ὁ καιρὸς οὗτος, κατὰ τὸν ὁποῖον ἡμποροῦν τὰ ψάρια νὰ διατηρηθοῦν, προσθέσητε εἰς τὸ ἴδιο νερὸ ὀλίγον ἄλας και τὰ φήσητε νὰ πάρουν μίαν βράσιν ἀκόμη, διατηροῦνται ἄλλο τόσον διάστημα.

Ἄτερος τρόπος, διὰ τοῦ ὁποῖου διατηροῦσι τὰ ψάρια, εἶνε και ὁ ἐξῆς. Καθαρίζουσι δηλαδὴ τὰ ψάρια με λάδι ἐκλεκτόν και ἔπειτα τὰ τοποθετοῦσιν εἰς σάλτσαν ἀπὸ ζεῖδι και διάφορα ἀρωματικά.



Διατήρησις γάλακτος

Τὸ γάλα διατηρεῖται, ἂν ρίψητε μέσα εἰς τὸ δοχεῖον, τὸ ὁποῖον τὸ περιέχει, 1—2 κουταλιαῖς χρένου.

Ἄλλοι κάμνουσι τὸ ἐξῆς· γεμίζουσι μίαν μπουτίλια μὲ γάλα, τὴν τοποθετοῦσιν εἰς ἕν ἀγγεῖον, τὸ ὁποῖον νὰ δύναται νὰ τεθῆ ἐπὶ τῆς φωτιᾶς, τὴν σκεπάζουσι ἕως εἰς τὸν λαιμὸν μὲ νερὸ καὶ βράζουσι ἐπὶ ἕν τέταρτον. Κατόπιν βγάζουσι τὴν μπουτίλιαν, τὴν βουλλόνουσι καὶ τὴν σφραγίζουσι καλῶς μὲ βουλλοκέρι. Διὰ τοῦ τρόπου τούτου διατηρεῖται περισσώτερον ἀπὸ ἕν ἔτος.

Διατήρησις τοῦ ζωμοῦ.

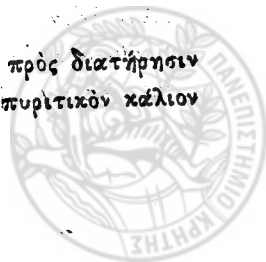
Ὁ ζωμὸς τὸ καλοκαίρι πολὺ γρήγορα ξινίζει καὶ διὰ τοῦτο δὲν εἶνε ἄσχημον νὰ μάθητε πῶς διατηρεῖται. Πρὸς τοῦτο παίρνετε ἕνα κομμάτι κάρβουνο, τὸ πλύνετε καλὰ καὶ τὸ ρίπτετε εἰς τὸν ζωμόν σας. Διατηρεῖται ὅση ζέστη καὶ ἂν κάμη.

Διατήρησις αὐγῶν

Τὰ ἀλείφετε μὲ βερνίκι ἢ ὑδρόναλον, τοποθετεῖτε εἰς ὑπόγειον καὶ διατηροῦνται.

Ἡ διαλύετε μέσα εἰς νερὸν ἄρκοῦσαν ποσότητα ἀσβέστου ἀσβέστου, ὥστε νὰ γείνη γαλάκτωμα ὀλίγον πυκνόν· τοποθετεῖτε κατόπιν τὰ αὐγά εἰς ἕν πῆλινον δοχεῖον καὶ, ὅταν παύσῃ ὁ ἀναβρασμὸς τῆς ἀσβέστου, χύνετε ἐπ' αὐτῶν τὸ γαλάκτωμα καὶ φυλάσσετε εἰς ὑπόγειον.

Τινὲς συνιστῶσι τὸν ἀκόλουθον τρόπον πρὸς διατήρησιν τῶν αὐγῶν. Νὰ τὰ βουτήξητε δηλαδὴ εἰς πυρῆτικόν κάλιον



ἀραιωμένον και νὰ τὰ στεγνώσητε κατόπιν εἰς στουπόχαρτο ἐπάνω. Διὰ τοῦ τρόπου τούτου λέγουσιν ὅτι διατηροῦνται πλέον τοῦ ἔτους.

Διατήρησις πατατῶν

Ὁ Zafert συνιστᾷ νὰ καθαρίζωνται και νὰ κόπτωνται εἰς κομμάτια, τὰ ὁποῖα ἐμβαπτιζονται εἰς βράζουσαν ἄλιμην περιέχουσαν 6 ἐπὶ τοῖς ἑκατὸν ἄλας· ἀμέσως ξηραίνονται και φυλάσσονται.

Διατήρησις ἀγκιναρῶν

Παίρνετε τρυφερὰς ἀγκινάρας. βγάζετε ἀπὸ τὰ ἔξω φύλλα ἀρκετὰ, ὥστε νὰ μείνουν τὰ τρυφερώτερα, τὰς χαράζετε σταυροειδῶς ἀπὸ τὸ κάτω μέρος και τὰς ρίπτετε εἰς μίαν χύτραν μὲ βραστὸ νερό, τὸ ὁποῖον περιέχει 4 ἐπὶ τοῖς 100 ἄλας. Ἀφίνετε ὀλίγα λεπτὰ τῆς ὥρας και κατόπιν στραγγίζετε, ξηραίνετε εἰς τὸν ἥλιον και τὰς σφαλάτε εἰς θήκας. Φυλάξατέ τας εἰς ξηρὸν μέρος και διατηροῦνται ἐπὶ ἕν ἔτος σχεδόν.

Διατήρησις φισολίων

Τὰ καθαρίζετε και τὰ βράζετε ἐπὶ 20 λεπτὰ τῆς ὥρας εἰς νερὸν ἀλατισμένον, κατόπιν τὰ στραγγίζετε και τὰ στεγνώνετε ἐπάνω εἰς καθαρὰ πανιά. Τὰ κλείετε εἰς μποτίλιας ἢ εἰς τενεκεδένια κουτιά, και ἀπογεμίζετε μὲ νερό, εἰς τὸ ὁποῖον ἔβρασαν, προσθέτουσαι 2-3 δράμια σόδα καθαρὰν εἰς κάθε μίαν ὀκτὼν νεροῦ. Τὰ βάζετε τέλος εἰς ἕν ἀγγεῖον, τὸ ὁποῖον περιέχει βραστὸ νερό, και ἀφίνετε μίαν ὥραν.

Διατήρησις έλαίου

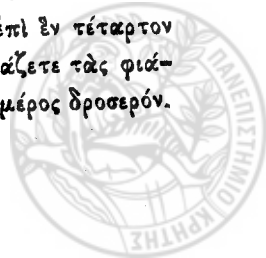
Τò λάδι, όταν μείνη πολὺν καιρὸν, ταγγίζει, διὰ τούτο συνιστῶμεν τὸν ἀκόλουθον τρόπον πρὸς ἀποφυγὴν τοῦ ταγγίσματος. Γεμίζετε μὲ αὐτὸ φιάλας, ἕως νὰ θέλουν τρία δάκτυλα νὰ γεμίσουν ἐντελῶς, ἀπογεμίζετε μὲ ρακὴν καλὴν καὶ σφραγίζετε.

Διατήρησις ὄξους

Γεμίζετε μὲ τὸ ξεῖδι φιάλας, τὰς σφραγίζετε καλῶς καὶ τὰς βάζετε εἰς μίαν κατσαρόλαν, εἰς τὴν ὁποίαν ζεσταίνετε νερό. Ἀφίνετε νὰ βράσῃ ἐπὶ μίαν ὥραν καὶ διατηρεῖται ἐπὶ πολλὰ ἔτη.

Διατήρησις ὀπωρῶν

Ἡ καλλιτέρα μέθοδος ἐκ τῶν μέχρι τοῦδε γνωστῶν πρὸς διατήρησιν τῶν ὀπωρῶν εἶνε ἡ τοῦ Apper. Κατὰ ταύτην ἐκλέγετε πλατυστόμους φιάλας, τὰς γεμίζετε μὲ οἶονδῆποτε καρπὸν θέλετε νὰ διατηρήσητε, ἀφίνουσαι πρὸς τὰ ἄνω κενὸν διάστημα 4 δακτύλων, βουλλόνετε μὲ φελλὸν πολὺ παχὺν καὶ συμπεπιεσμένον, καὶ στερεόνετε μὲ σύρμα σταυροειδῶς. Κατόπιν στρώνετε τὸν πυθμένα ἐνὸς λέβητος μὲ ἄχυρο, τοποθετεῖτε τὰς φιάλας καὶ χωρίζετε τὴν μίαν ἀπὸ τὴν ἄλλην μὲ χόρτον ξηρὸν. Κατόπιν σκεπάζετε ἀπὸ ἐπάνω τὰς φιάλας μὲ πανιὰ βρεγμένα, γεμίζετε τὸν λέβητα μὲ νερὸ ἕως τὰ στόμια τῶν φιαλῶν καὶ τρία δάκτυλα κατωτέρω, καὶ κλείετε τὸν λέβητα μὲ τὸ σκέπασμά του. Ὄταν βράσῃ ἐπὶ ἐν τέταρτον ἢ καὶ ὀλιγώτερον, ἀναλόγως τῶν καρπῶν, βγάζετε τὰς φιάλας, πισσόνετε τὰ πώματα καὶ φυλάσσετε εἰς μέρος δροσερὸν.



Και διὰ τοῦ ἐξῆς εὐκολωτάτου τρόπου δύνασθε νὰ διατηρήσητε ὀπίωρας ἐπὶ 1-2 ἔτη. Ἄν δηλαδὴ μόλις μαζεύσητε τοὺς καρποὺς τοὺς βάλητε εἰς φιάλας, τὰς ὁποίας γεμίζετε μὲ καλὴν ρακὴν καὶ ὀλίγην ζάχαριν, σφραγίζετε καλῶς καὶ τοποθετεῖτε εἰς μέρος δροσερόν.

Διατήρησις σταφυλῶν

Κόπτετε τὰς σταφυλάς, ὅταν δὲν ὑπάρχη ποσὸς ὑγρασία, καὶ ἀφαιρεῖτε μετὰ προσοχῆς τῆς σάπιας ράγαις, διότι μεταδίδουν τὴν σήψιν καὶ εἰς τὰς πλησίον· κατόπιν μέσα εἰς μίαν μεγάλην καταρόλαν βράζετε μοῦστον, μέχρις ὅτου εὖτος λάβῃ σύστασιν σιροπίου καὶ βουτᾶτε τὰς σταφυλάς ἀπὸ μίαν—μίαν. Μετὰ τοῦτο τὰς τοποθετεῖτε μὲ προσοχὴν μέσα εἰς μίαν στάμναν καὶ ἄνωθεν αὐτῶν χύνετε τὸ πετιμέζι, τὸ ὅποσον ἔχει μείνει εἰς τὴν καταρόλαν, διὰ νὰ τὰς σκεπάσῃ. Ἐπειτα περιδένετε τὸ στόμιον τῆς στάμνας καὶ κλείετε καλῶς. Διατηροῦνται περισσότερο τῶν ἑξ̄ μηνῶν.



ΠΙΝΑΞ ΤΩΝ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Πρόλογος. — Προεισαγωγικαὶ σημειώσεις.

Περὶ ἐπιπλώσεως μαγειρείου, ἐστιατορίου κλπ.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α΄.

Περὶ τῶν διαφόρων τροφῶν.

Κρέατα

Βωδινὸν κρέας	Ἄρνισιον κρέας
Μοσχαρίσιον κρέας	Χοιρινὸν κρέας
Πρόβειον κρέας	Τὸ κρέας τοῦ λαγοῦ

ΚΕΦΑΛ. Β΄

Πουλερικὰ

Τὸ κρέας τῶν ὀρνίθων	Τὸ κρέας τῆς χήνας
Τὸ κρέας τῆς πάπιας	Τὸ κρέας τῶν κυνηγιῶν

ΚΕΦΑΛ. Γ΄

Ψάρια

Μπαρμπούνια	Ἄσταχοι
Χέλια	Στρείδια
Διάφορα ἄλλα ψάρια	Μύδια

ΚΕΦΑΛ. Δ΄

Χορταρικὰ

Μανιτάρια	Ἄγκινάραι
Καρόττα	Κουνουπίδι
Πατάται	Μπάμιαι
Σπαράγγια	Πιζέλα, κουκιά, φασόλια
Ῥαδίκια	Μελιτζάναι, Πράσα



ΚΕΦΑΛ. Ε΄

Ὅσπρια

Φασόλια
Φακὰι

Κουκιά
Ῥύζι

ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

ΚΕΦΑΛ. Α΄

Ζωμοὶ καὶ Σοῦπαι

Ζωμὸς ἀπλοῦς	Σοῦπα βουτύρου
Ζωμὸς τῆς στιγμαῆς	Σοῦπα ῥωσσικῆ
Ζωμὸς ἐκ μυελῶν	Σοῦπα ποδαράκια
Ζωμὸς ἰχθύων	Σοῦπα Σαιν-Ζερμαίν
Ζωμὸς ἀπὸ γαρίδας	Σοῦπα φασόλια
Ζωμὸς ἀπὸ κάστανα	Σοῦπα ἄσπρη
Ζωμὸς κρομμύων	Σοῦπα πράσινη
Ζωμὸς ἀπὸ φασόλια	Σοῦπα τομάτα
Ζωμὸς ἀμυλωδῆς	Σοῦπα σέλινο
Σοῦπα ἀπὸ μοσχάρι	Σοῦπα σαλιγκάρια
Σοῦπα ἰταλική	

ΚΕΦΑΛ. Β΄

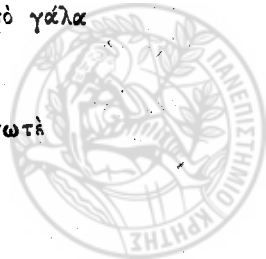
Πουρέδες

Πουρές ἀπὸ ὄρνιθα	Πουρές φακῆς
Πουρές ἀπὸ μπεκάτσα	Πουρές ἀπὸ μανιτάρια
Πουρές ἀπὸ σπανάκια	Πουρές ἀπὸ κρομμύδια
Πουρές ἀπὸ σέλινο	Πουρές ἀπὸ πιζέλια
Πουρές ἀπὸ γεώμηλα (πατάταις)	Πουρές ἀπὸ κάστανα
Πουρές ἀπὸ κουκιά	Πουρές ἀπὸ γάλα

ΚΕΦΑΛ. Γ΄

Σωτὲ

Ἄρνι σωτὲ μὲ τομάτας Ὀρνίθιον σωτὲ



Περιστερία σωτέ
 Κουνέλι σωτέ
 Σολωμός σωτέ
 Φρίσα σωτέ
 Μανιτάρια σωτέ

Νεφρά βωδινά σωτέ
 Περιστεράκια με πατάτ. σωτά
 Κουνουπίδι σωτέ
 Καρόττα σωτέ
 Λαγώς σωτέ

ΚΕΦΑΛ. Δ'

Βραστά

Άρνι βραστό
 Βωδινό βραστό
 Όρνιθια βραστά
 Ψάρι βραστό

Συναγρίδα βραστή
 Βραστό με σάλτσα
 Ποδαράκια βραστά
 Γλώσσαις βρασταίς.

ΚΕΦΑΛ. Ε'

Κροκέτταε

Κροκέτται
 Κροκέτται από ρύζι και
 μανιτάρια

Κροκέτται από πουλιά
 Κροκέτται από πατάταις.

ΚΕΦΑΛ. ΣΤ'

Γιαχνιά

Γιαχνι κρέας πρόβειον
 Γιαχνι κρέας με πατάταις
 Μπάμαις γιαχνι
 Πατάταις γιαχνι
 Άγκινάραις γιαχνι
 Πιζέλια γιαχνι
 Φασόλια φρέσκα γιαχνι

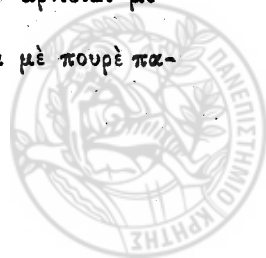
Κολοκυθάκια γιαχνι
 Μελιτζάναις γιαχνι
 Κουνέλι γιαχνι
 Πατάταις γιαχνι με βούτυρα
 Μελανούρια γιαχνι
 Βακαλάος γιαχνι.

ΚΕΦΑΛ. Ζ'

Κοτολέτται

Κοτολέτται βωδινάι
 Κοτολέτται μοσχάρισιαι
 Κοτολέτται πρόβειαι
 Κοτολέτται μοσχάρισιαι
 εις την σχάραν

Κοτολέτται άρνίσιαι με
 σάλτσα
 Κοτολέτται με πουρέ πα-
 τάτας



Κοτολέτται από περιστέρια Κατολέτται ἀρνίσιαι τη-
 Κοτολέτται από γαρίδας γανισται
 Κοτολέτται με κάστανα Κοτολέτται από ὀρτύκια.

ΚΕΦΑΛ. Η'

Πλακί

Σουπιαίς πλακί	Ψάρι πλακί με λάχανα
Κέφαλοι πλακί	Τσίροι πλακί
Καλαμαράκια πλακί	Τομάταις πλακί
Μύδια πλακί	Μελιτζάναις πλακί
Κέφαλοι πλακί με σκόρδον	Κολοκυθάκια πλακί.

ΚΕΦΑΛ. Θ'

Παραγεμιστά

΄Ορνις παραγεμιστή	Ψάρι παραγεμιστό
Πάπια παραγεμιστή	Κρομμύδια παραγεμιστά
΄Ινδιάνος παραγεμιστός	Τομάταις παραγεμισταίς
Πέρδικαις παραγεμισταίς	Πατάταις παραγεμισταίς
Χήνα παραγεμιστή	΄Αγκινάραις παραγεμισταίς
Γουρνόπουλο παραγεμιστό	Α΄γά παραγεμιστά.
Σουπιαίς παραγεμισταίς	

ΚΕΦΑΛ. Ι'

Στιφάδα

Στιφάδο κρέας	Περιστέρια στιφάδο
Στιφάδο ιταλικόν	Βωδινό στιφάδο
Στιφάδο λαγώς	Πιζέλια στιφάδο
Πέρδικαις στιφάδο	

ΚΕΦΑΛ. ΙΑ'

΄Ομελέτται

΄Ομελέττα α΄γά	΄Ομελέττα με τομάταις
΄Ομελέττα με ψωμί	΄Ομελέττα με σπαράγγια
΄Ομελέττα με νεφρό	΄Ομελέττα με ἄγκινάραις
΄Ομελέττα με διάφορα λά- χανα	΄Ομελέττα με κρομμύδια
	΄Ομελέττα με ζαμπόνι

Ὁμελέττα με ρύζι
 Ὁμελέττα με τυρί
 Ὁμελέττα με πατάτα
 Ὁμελέττα με σκόρδο

Ὁμελέττα με μαϊδανό
 Ὁμελέττα με μανιτάρια
 Ὁμελέττα με ζάχαρι

ΚΕΦΑΛ. ΙΒ'

Τηγανιστά

Γλώσσα βωδινή τηγανιστή
 Μυαλά μόσχου τηγανιστά
 Κοτολέττα ἀρνιού τηγα-
 νισται

Γλώσσαι τηγανισται
 Μύδια τηγανιστά
 Γαρίδες τηγανισται
 Σουπιαίς τηγανισταίς
 Πίνναι τηγανισται
 Καλαμαράκια τηγανιστά
 Τσίροι τηγανιστοί
 Μπαρμπούνια τηγανιστά

Βακαλάος τηγανιστός
 Αὐγά τηγανιστά κατὰ τὸ
 ἀγγλικόν

Πατάται τηγανισται
 Αὐγά τηγανιστά με σάλτσα
 Κολοκυθάκια τηγανιστά
 Τομάται τηγανισται μ' αὐγά
 Σπαράγγια τηγανιστά
 Μελιτζάναι τηγανισται
 Χέλι τηγανιστό
 Ὄρνιθι τηγανιστό
 Μυαλά τηγανιστά

ΚΕΦΑΛ. ΙΓ'

Πιλάφια

Πιλάφι με κρέας
 Πιλάφι με ὄρνιθι
 Πιλάφι κατὰ τὸ γαλλικόν
 Πιλάφι κατὰ τὸ ἰταλικόν
 Πιλάφι με κυνήγι
 Μύδια πιλάφι
 Πιλάφι ἀπλοῦν
 ὀκταπόδι πιλάφι

Τσίχλα πιλάφι
 Σηκοτάκια πιλάφι
 Περιστερία πιλάφι
 Πουλιὰ πιλάφι
 Κοτούφια πιλάφι
 Πιλάφι με τομάταις
 Πιλάφι με γιαοῦρτι
 Πιλάφι με κρομμύδια.

ΚΕΦΑΛ. ΙΔ'

Ψητά

Βωδινό ψητό

Ἀρνάκι ψητό



Μηρός πρόβειος ψητός	΄Ορτύκια ψητά
΄Αρνάκι ψητό	Μπεκάτσα ψητή
Πάπια ψητή	Λαγώς ψητός
΄Ινδιάνος ψητός	Μηρός ψητός
΄Ορνις ψητή	Μοσχαράκι ψητό
Χήνα ψητή	Χοιρομέρι ψητό
Πάπια με κάστανα ψητή	Μπαρμπούνια ψητά
Περιστέρια ψητά	΄Οκταποδι ψητό.
Πέρδικαις ψηταίς	

ΚΕΦΑΛ. ΙΕ΄

Τῆς στιγμῆς

Κρέας βωδινόν	Μπεκάτσα
΄Ορνίθι	Ζωμός τῆς στιγμῆς
Λαγώς	Σάλτσα τῆς στιγμῆς,
΄Ορτύκια	

ΚΕΦΑΛ. ΙΣΤ΄

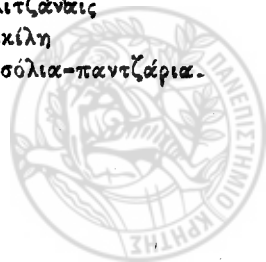
Πῆται

Πῆτα βραστοῦ κρέατος	Τυρόπητα
Κολοκυθόπητα	Γαλόπητα
Νεφρόπητα	Κοτόπητα
Αὐγόπητα	

ΚΕΦΑΛ. ΙΖ΄

Σαλάται

Κουνέλι σαλάτα	Κουνουπίδι σαλάτα
Σκομβριά σαλάτα	΄Ρεβαις σαλάτα
Γλώσσα σαλάτα	Σαλάτα ἀντίδια
Ψάρι σαλάτα	Σαλάτα μαρούλια
Σαλάτα ἀπὸ ἀγγοῦρια	Σαλάτα ραδίκια
Σαλάτα τομάταις	Σαλάτα μελιτζάναις
Σαλάτα πιπεριαίς	Σαλάτα ποικίλη
Σαλάτα σέλινα	Σαλάτα φασόλια-παντζάρια.
Σαλάτα φασόλια	



ΚΕΦΑΛ. ΙΗ'

Σάλτσες

* Άσπρη σάλτσα	Σάλτσα διὰ βραστόν
Σάλτσα με τoμάτα	Σάλτσα διὰ κοτολέτταις
Σάλτσα με βούτυρο	Σάλτσα διὰ χέλι
Σάλτσα με αυγά	Σάλτσα διὰ σπαράγγια
Σάλτσα βελουτέ	Σάλτσα κρέμας
Σάλτσα γερμανική	Σάλτσα οικονομική
Σάλτσα με μαιδανό	Σάλτσα διὰ μπριζόλαις
Σάλτσα ξανθή	Σάλτσα δι' ὄρνιθα
Σάλτσα μαγιονέζας	Σάλτσα άσπρη διὰ ψάρι
Σάλτσα με σταφίδας	Σάλτσα διὰ μπαρμπούνη
Σάλτσα διὰ ὄρνιθια	Σάλτσα διὰ ψάρι

ΚΕΦΑΛ. ΙΘ'

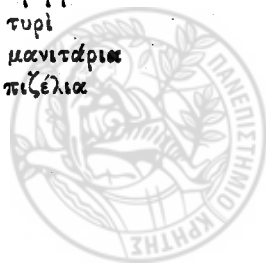
Γαρνιτούρες

Γαρνιτούρα από σέλινο	Γαρνιτούρα από πιζέλια
Γαρνιτούρα από σπαράγγια	Γαρνιτούρα από κουνουπίδι
Γαρνιτούρα από πατάταις	Γαρνιτούρα από λάχανο
Γαρνιτούρα από τρούφαις	Γαρνιτούρα από κολοκυθάκια
Γαρνιτούρα από καρόττα	Γαρνιτούρα από φασόλ. φρέσκ.
Γαρνιτούρα από κάστανα	Γαρνιτούρα με διάφ. χόρτα
Γαρνιτούρα από μανιτάρια	Γαρνιτούρα από ἔλλαις.

ΚΕΦΑΛ. Κ'

Διάφορα ἐκλεκτά φαγητά

Πιφτέκια πρόβεια	Νεφρά με κρασί
Πιφτέκια βωδινα	Ροσμπιφ
'Αρνι φρικασέ	'Ορνιθα με κυδώνια
Κρέας με κάστανα	'Ορνιθα με κρομμύδια
Κρέας με κυδώνια	'Ορνιθι με τυρί
Κρέας με μανιτάρια	'Ορνιθι με μανιτάρια
Κρέας με σέλινο	'Ορνιθι με πιζέλια



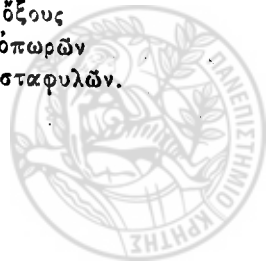
Βωδινό με μανιτάρια
 Ὀρνίθι μαρινάτο
 Πάπια με πορτοκάλια
 Πάπια μ' ἔλλαις
 Χήνα καπαμᾶ
 Χήνα με κάστανα
 Περιστεῖοια με σάλτσα
 Πέρδικαις με σάλτσα
 Λαγῶς
 Μπαρμπούνια μαρινάτα
 Μπαρμπούνια σ' τὸ χαρτί
 Λαβράκι βραστό με σάλτσα
 Χέλι μαρινάτο
 Ἄστακός με σάλτσα
 Ἄστακός κροκέ
 Πίνα
 Καρόττα με βούτυρον
 Καρόττα αὐγοκομμένα
 Καρόττα με μαϊδανό
 Ἄγκινάραις με τρούφαις
 Ἄγκινάραις με σάλτσα

Κουκιὰ ἄ-λά πουλέτ
 Πιζέλια
 Πιζέλια με σαλτσιοτότο
 Σπαράγγια
 Μανιτάρια με γιουῦρτι
 Μανιτάρια φρικασέ
 Πατάταις με γάλα
 Πατάταις κροκέ
 Κεφτέδες πατάτα
 Πατάταις με ἄνηθεν
 Μπάμιας με σάλτσα
 Μελιτζάναις
 Κρομμύδια με αὐγά
 Γογγύλια
 Πῶς κατασκευάζεται τὸ χοιρο-
 μῆριον
 Πῶς παρασκευάζεται μου-
 στάρδα
 Πῶς κάμνετε τουρσί ὀρεκτι-
 κώτατον.

ΚΕΦΑΛ. ΚΑ΄.

Περὶ διατηρήσεως διαφόρων τροφῶν

Διατήρησις κρέατος	Διατήρησις πατατῶν
Διατήρησις κινηγίων καὶ πουλερικῶν	Διατήρησις ἀγκιναρῶν
Διατήρησις ὀψαρίων	Διατήρησις φασολίων
Διατήρησις γάλακτος	Διατήρησις ἐλαίου
Διατήρησις ζωμοῦ	Διατήρησις ὄξους
Διατήρησις αὐγῶν	Διατήρησις ὀπωρῶν
	Διατήρησις σταφυλῶν.



ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΜΙΧ, Ι, ΣΑΔΙΒΕΡΟΥ

ΕΝ ΑΘΗΝΑΙΣ — Ὁδὸς Σταδίου, ἔναντι Βουλῆς.

ΝΕΑ ΒΙΒΛΙΑ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗΣ ΤΟΥ ΛΛΟΥ

- | | | |
|----|--|----------|
| 1 | Βίος τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, <i>Η. Οικογιομοπούλου</i> | |
| 2 | Λαϊκὴ Ἀστρονομία | » |
| 3 | Μυθολογία τῆς Ἀρχαίας Ἑλλάδος | » |
| 4 | Διηγήματα Ἰσοδογύρου ὑπὸ <i>Μποῆμ</i> | |
| 5 | Ἱστορία τῶν ἐπαναστάσεων τῆς Κρήτης | |
| 6 | Ἱστορία τῶν Ἀθηνῶν, τόμ. 2, <i>Α. Ἀργυροῦ</i> | |
| 7 | Ἱστορία τοῦ Ἑλληνοτουρκικοῦ πολέμου | |
| 8 | Ἡ Ἀφνειὸς Κόρινθος, <i>Δ. Βαρδουριώτου</i> | |
| 9 | Ὁ Κατσαντώνης, ὑπὸ <i>Ράμφου</i> | |
| 10 | Τὰ 52 Παραμύθια τοῦ λαοῦ | |
| 11 | Ἀνέκδοτα μεγάλων ἀνδρῶν | |
| 12 | Ψαλτήριον τοῦ Δαυὶδ | |
| 13 | Βαβυλωνία ὑπὸ <i>Σ. Βοζαντίου</i> | |
| 14 | Οἰκιακὴ Μαγειρικὴ | Λεπ. 50 |
| 15 | Ἐπιστολογραφικὴ, <i>Φέρμπου καὶ Σουρμελῆ</i> | Δρ. 1.50 |
| 16 | Ἐξήγησις τῶν Κυριακῶν Εὐαγγελίων
ὑπὸ <i>Θ. Κορτουῆ</i> | » 1.20 |
| 17 | Ἐξήγησις τῶν Κυριακῶν Ἀποστόλων
ὑπὸ <i>Παπαδοπούλου</i> | » 1.50 |
| 18 | Ἱερὰ Σύνοψις καὶ τὰ Ἅγια Πάθη, ἐπὶ
τῇ βῆσει τῆς ὑπὸ τοῦ Οἰκ. Πατριαρχείου
ἐγκεκριμένης τελευτ. ἐκδόσεως χρυσοδέτος | » 1.— |
| 19 | Ὁδηγὸς Ἑλληνοπρεποῦς συμπεριφορᾶς | Λεπ. 50 |
| 20 | Οἰκιακὴ Ζαχαροπλαστικὴ | » 50 |

Τεμάττι ἐκαστον λεπ. 30.

Τεμάττι δραχ. 4

