

# Υπέροχη τάρτα με ροδάκινα, χωρίς ψήσιμο, από το [sintayes.gr](http://sintayes.gr)!

Μια λαχταριστή τάρτα με τραγανή βάση μπισκότων και λευκής σοκολάτας, με αφράτη κρέμα τυριού με κομματάκια ροδάκινου, γαρνιρισμένη με μαλακά, χυμώδη ροδάκινα. Μια εύκολη και γρήγορη συνταγή (αρχική ιδέα, προσαρμοσμένη από [εδώ](#)) για το τέλειο επιδόρπιο και όχι μόνο για όλη την οικογένεια και τους καλεσμένους σας.

**Χρόνος:** 45 λ + 3:15 ώρες αναμονή ψύξης

**⚡ Δυσκολία:** Εύκολη

## Υλικά συνταγής

- Για τη βάση:
- 1  $\frac{1}{4}$  φλ. τσαγιού θρυμματισμένα στο μούλτι, σε σκόνη μπισκότα digestive
- 2 κοφτές κ.σ. βούτυρο + επιπλέον για άλειμμα ταψιού
- 160 γρ. λευκή σοκολάτα, κομμένη σε μικρά κομματάκια
- Για τη κρέμα τυριού γέμισης:
- 200 γρ. μαλακό τυρί κρέμα, σε θερμοκρασία δωματίου
- 1  $\frac{1}{2}$  ζελατίνη σε σκόνη
- 1/3 φλ. τσαγιού ζάχαρη άχνη
- 1/2 κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας
- 2 φλ. τσαγιού έτοιμη σαντιγί ή 1 φλ. (240 ml) κρέμα

γάλακτος 36% κρύα χτυπημένη σε πηχτή σαντιγί

- $\frac{1}{2}$  μέτριο ροδάκινο καθαρισμένο, κομμένο σε μικρά κυβάκια (σαν ζάρια)
- **Για τα ροδάκινα επικάλυψης:**
- 2  $\frac{1}{2}$  μέτρια ροδάκινα, καθαρισμένα, τα κομμένα σε φέτες 1,5 εκ. περίπου
- 2 κ.σ. μαρμελάδα ροδάκινο
- 1 κ.γ. φρέσκο χυμό λεμονιού
- 1 κ.σ. λικέρ ροδάκινο ή άλλο λικέρ επιλογής σας ή χυμό ροδάκινου

## Εκτέλεση συνταγής

1. Καθαρίζετε και κόβετε σε μικρά κυβάκια (σαν ζάρια) το  $\frac{1}{2}$  ροδάκινο και το βάζετε πάνω σε απορροφητικό χαρτί κουζίνας για να στραγγίξουν καλά τα υγρά τους.
2. **Για τη βάση:** Θρυμματίζετε τα μπισκότα σε σκόνη και τα βάζετε σε ένα μπολ. Σε πυρίμαχο μπολ βάζετε το βούτυρο και τη λευκή σοκολάτα ψιλοκομμένη και τα λιώνετε σε μπεν μαρί ή στο φούρνο μικροκυμάτων, ανακατεύοντας ανά 20 δευτερόλεπτα μέχρι να έχετε ένα λείο μείγμα. Τη ρίχνετε στο μπολ με τα θρυμματισμένα μπισκότα και τα ανακατεύετε καλά να ενσωματωθούν πλήρως.
3. Ρίχνετε το μείγμα σε μια βουτυρωμένη ταρτιέρα 23 εκ. ή αντίστοιχο (23 εκ.) ταψάκι φόρμα με αποσπώμενη βάση και το στρώνετε ομοιόμορφα στη βάση του και τα τοιχώματα σε ύψος 2-3 εκ. πιέζοντάς το ελαφρώς με τα χέρια σας. Το βάζετε στη κατάψυξη για 20 λ ή μέχρι να παγώσει και σταθεροποιηθεί καλά.
4. **Για τη κρέμα τυριού γέμισης:** Εν το μεταξύ, σε ένα μπολάκι βάζετε τη σκόνη ζελατίνης, προσθέτετε 2 κ.σ. κοχλαστό νερό, ανακατεύετε να διαλυθεί η ζελατίνη και το αφήνετε στην άκρη να “μουλιάσει” καλά σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας.
5. Σε ένα μεσαίο μπολ βάζετε το τυρί κρέμα, τη ζάχαρη άχνη και το εκχύλισμα βανίλιας και τα χτυπάτε με το μίξερ χειρός, στη μεσαία ταχύτητα, μέχρι να ενσωματωθούν και

αφρατέψει το μείγμα. Αφήνετε το μίξερ, προσθέτετε τη σαντιγί και ανακατεύετε με μια μαρίζ, με κυκλικές απαλές κινήσεις μέχρι να ενσωματωθεί.

6. Προσθέτετε και τα πολύ καλά στραγγισμένα κυβάκια ροδάκινου και ανακατεύετε μέχρι να ενσωματωθούν ομοιόμορφα. Στρώνετε τη γέμιση πάνω από τη παγωμένη βάση, ισιώνετε την επιφάνεια και βάζετε το γλυκό σας στο ψυγείο για τουλάχιστον 3 ώρες για να πήξει και σταθεροποιηθεί καλά.
7. **Για τα ροδάκινα επικάλυψης:** Μισή ώρα πριν σερβίρετε το γλυκό σας, τοποθετείτε σε ένα μεγάλο πυρίμαχο μπολ τη μαρμελάδα και τη βάζετε στο φούρνο μικροκυμάτων για 30 δευτερόλεπτα ή μέχρι να δημιουργηθούν φυσαλίδες κοχλασμού.
8. Αφαιρείτε το μπολ από το φούρνο μικροκυμάτων προσθέτετε τις φέτες ροδάκινου, το χυμό λεμονιού και το λικέρ ή χυμό ροδάκινου και ανακατεύετε απαλά. Μόλις κρυώσει ελαφρώς, γαρνίρετε το γλυκό σας και το βάζετε στο ψυγείο για 15 λ. Στη συνέχεια κόβετε το γλυκό σας σε κομμάτια και σερβίρετε.

[https://www.sintayes.gr/syntages/yperochi-tarta-rodakina-chori  
s-  
psisimo/?fbclid=IwAR2rmQL6Igt6uVW8AHwjTWqHxiaJQQTdmaAE0rQF3G7  
jFf0x6EM2sQP\\_44](https://www.sintayes.gr/syntages/yperochi-tarta-rodakina-choris-<br/>psisimo/?fbclid=IwAR2rmQL6Igt6uVW8AHwjTWqHxiaJQQTdmaAE0rQF3G7<br/>jFf0x6EM2sQP_44)

---

## [Τάρτα καρύδας, από τον Γιώργο](#)

# **Τσούλη και το** **giorgostsoulis.com!**

**ΜΕΡΙΔΕΣ: 8**

**ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ: 15λ**

**ΑΝΑΜΟΝΗ: 2ω**

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ: 1ω**

**ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ: 1/5**

## **ΥΛΙΚΑ**

**Υλικά για τη ζύμη:**

**200 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.**

**70 γρ. βούτυρο, παγωμένο**

**10 ml. νερό**

**1 πρέζα αλάτι**

**1 μέτριο αυγό**

**1 κρόκος αυγού, για το άλειμμα της τάρτας**

**Υλικά για την κρέμα από καρύδα:**

**400 ml. γάλα καρύδας**

**100 ml. νερό**

**70 γρ. κορν φλάουερ**

**240 ml. γάλα αμυγδάλου**

**180 γρ. λευκή σοκολάτα, ψιλοκομμένη**

**Υλικά για τη σαντιγί καρύδας:**

**400 ml. κρέμα από καρύδα, παγωμένη**

**2 κ.σ. ζάχαρη άχνη**

**Υλικά για το σερβίρισμα:**

**Τριμμένη καρύδα, καβουρδισμένη**

**50 γρ. κομμάτια καρύδας, καβουρδισμένα**

## **ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΑ**

**ανα μερίδα**



**Θερμίδες 694 35%**



**Λίπος 43.6g 62%**



**Κορεσμένα 34.2g 171%**



**Πρωτεΐνες 8.1g 16%**



**Υδατάνθ. 72.4g 28%**



Σάκχαρα 44g 49%



Αλάτι 0.13g 2.17%



Ινες 3.3g 14%



## ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ & ΕΚΤΕΛΕΣΗ

**1** Εκτέλεση για τη ζύμη: Βάζουμε το αλεύρι, το αλάτι, το βούτυρο, σε ένα μεγάλο μπολ. Φοράμε γάντια μιας χρήσης και αρχίζουμε να τρίβουμε το βούτυρο με το αλεύρι με τα χέρια μας, μέχρι το μείγμα να μοιάζει με ψίχουλα.

**2** Έπειτα ρίχνουμε το νερό, το αυγό και ζυμώνουμε μέχρι να γίνει ένα ζυμάρι. Πλάθουμε το ζυμάρι σε σχήμα δίσκου, το τυλίγουμε με διάφανη μεμβράνη και το βάζουμε στο ψυγείο για 1 ώρα.

**3** Μόλις είναι έτοιμο, παίρνουμε δυο λαδόκολλες, τις αλευρώνουμε και αρχίζουμε ν' ανοίγουμε τη ζύμη

ανάμεσα σε αυτές μ' έναν πλάστη. Αν δούμε ότι κολλάει το ζυμάρι ρίχνουμε ακόμα λίγο αλεύρι.

4Αλευρωβουτυρώνουμε μια στρογγυλή ταρτιέρα διαμέτρου 26 εκ. με αποσπώμενη βάση και τοποθετούμε τη ζύμη από πάνω. Πατάμε καλά ώστε να κολλήσει η ζύμη στο σκεύος και τρυπάμε όλη την επιφάνεια του πάτου με ένα πιρούνι.

5Απλώνουμε μεμβράνη πάνω από τη ζύμη και ρίχνουμε φασόλια ή φακές ώστε να καλύψουν τον πάτο. Αυτό το κάνουμε για να δημιουργήσουμε βάρος. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 190 βαθμούς στον αέρα για 20 λεπτά.

6Έπειτα βγάζουμε τη τάρτα απ' το φούρνο αλείφουμε με ένα πινέλο τον κρόκο που έχουμε αραιώσει με λίγο νερό και ξαναψήνουμε στους 190 βαθμούς μέχρι να πάρει χρυσαφί χρώμα για περίπου 15 λεπτά. Μόλις ετοιμαστεί την αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει τελείως.

7Εκτέλεση για την κρέμα: Παίρνουμε ένα μεγάλο μπολ, ρίχνουμε μέσα το κορν φλάουερ, το νερό και τη μισή ποσότητα από τη ζάχαρη. Ανακατεύουμε με το σύρμα χειρός μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Μόλις είναι έτοιμο, το αφήνουμε στην άκρη.

8Βάζουμε μία μεγάλη κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά, αδειάζουμε μέσα την υπόλοιπη ποσότητα ζάχαρης, το γάλα αμυγδάλου, το γάλα καρύδας και τα αφήνουμε να πάρουν μία βράση.

9Μόλις είναι πάρει μία βράση, αποσύρουμε την

κατσαρόλα από την φωτιά, ρίχνουμε τη λευκή σοκολάτα και με ένα σύρμα χειρός, ανακατεύουμε συνεχώς μέχρι να διαλυθεί εντελώς.

10 Στη συνέχεια τοποθετούμε την κατσαρόλα σε χαμηλή φωτιά, αδειάζουμε μέσα το μείγμα με το κορν φλάουερ και με ένα σύρμα χειρός ανακατεύουμε συνεχώς μέχρι να πήξει η κρέμα. Μόλις πήξει η κρέμα, αποσύρουμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, την καλύπτουμε με μεμβράνη η οποία εφάπτεται πάνω στην κρέμα και την αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει ελαφρώς.

11 Όταν κρυώσει ελαφρώς, την αδειάζουμε πάνω στην επιφάνεια της τάρτας και τη μεταφέρουμε στο ψυγείο για μία ώρα, καλύπτοντας την με μεμβράνη, η οποία εφάπτεται πάνω στην κρέμα.

12 Εκτέλεση για τη σαντιγί: Στον κάδο του μίξερ αδειάζουμε την κρέμα καρύδας και την χτυπάμε σε δυνατή ταχύτητα με το σύρμα. Όταν ξεκινήσει να πήζει, προσθέτουμε τη ζάχαρη άχνη και συνεχίζουμε το χτύπημα μέχρι να αφρατέψει για περίπου 3 λεπτά.

13 Αφαιρούμε την τάρτα από το ψυγείο, αδειάζουμε από πάνω τη σαντιγί καρύδας και σερβίρουμε προσθέτοντας κομμάτια καρύδας και τριμμένη καρύδα.

**#tsoulotip:** Για να βγει σωστά η σαντιγί καρύδας πρέπει η κρέμα από καρύδα να είναι παγωμένη.

<https://www.giorgostsoulis.com/glika/item/822-tarta-karuda>



---

# Καραμελωμένος ανανάς, από τον Γιώργο Τσούλη και το giorgostsouli.com!

## ΥΛΙΚΑ

Υλικά για τον ανανά:

1 ολόκληρο ανανά

5 γρ. γαρύφαλλα, ολόκληρα

Υλικά για την καραμέλα:

200 ml. κρέμα γάλακτος, πλήρης

150 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική

2 πρέζες αλάτι

## ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ & ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1 Εκτέλεση για τη καραμέλα βουτύρου: Σε ένα κατσαρολάκι ρίχνουμε τη ζάχαρη και σιγά σιγά ανακατεύουμε με μία ξύλινη κουτάλα μέχρι να γίνει καραμέλα σε χαμηλή φωτιά.

2Στη συνέχεια αφού γίνει μία σκούρα καραμέλα, ρίχνουμε σιγά σιγά την κρέμα γάλακτος ανακατεύοντας συνεχώς.

3Αφήνουμε το μείγμα να σιγοβράσει για 1-2 λεπτά και στη συνέχεια αφαιρούμε την κατσαρόλα από τη φωτιά, προσθέτουμε το αλάτι, ανακατεύουμε καλά και την αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει τελείως.

4Τοποθετούμε τον ανανά στον πάγκο εργασίας μας και με ένα ίσιο μαχαίρι τον καθαρίζουμε περιμετρικά. Καρφιτσώνουμε μερικά γαρύφαλλα διάσπαρτα στην επιφάνεια του.

5Στη συνέχεια μεταφέρουμε τον ανανά σε ένα ταψί του φούρνου, στο οποίο έχουμε στρώσει λαδόκολλα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 120 βαθμούς στον αέρα για 20 λεπτά.

6Μόλις ψηθεί, αφαιρούμε προσεκτικά το ταψί από το φούρνο και με τη βοήθεια ενός πινέλου αλείφουμε την επιφάνεια του ανανά με καραμέλα. Ψήνουμε στους 170 βαθμούς στον αέρα για 35-40 λεπτά.

7Ανά 5 λεπτά αλείφουμε προσεκτικά την επιφάνεια του ανανά με καραμέλα.

8Όταν είναι έτοιμος, αφαιρούμε το ταψί από το φούρνο, τον αφήνουμε να κρυώσει ελαφρώς, κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε με καραμέλα.

**#tsoulotip:** Στο σερβίρισμα αφαιρούμε τα γαρύφαλλα

από τον ανανά.

<https://www.giorgostsoulis.com/glika/item/823-karamelwmenos-ananas>

---

## Σεμιφρέντο με φρέσκα κεράσια και παστέλι, από την Ιωάννα Σταμούλου και το [olivemagazine.gr](http://olivemagazine.gr)!

Δροσερό [γλύκισμα με φρέσκα κεράσια](#) και τραγανό παστέλι, που θα προσφέρετε ως επιδόρπιο μετά από ένα γιορτινό καλοκαιρινό τραπέζι.

Μερίδες:για 1 μακρόστενη φόρμα κέικ

Χρόνος προετοιμασίας:30΄

Χρόνος μαγειρέματος:0΄

Έτοιμο σε:30΄

Χρόνος αναμονής:4-5 ώρες



ΣΥΝΤΑΓΗ ΑΠΟ:

## Ιωάννα Σταμούλου

[όλες οι συνταγές του chef »](#)

### **Υλικά**

- 3 ασπράδια αβγών
- 150γρ. ζάχαρη
- 50γρ. μέλι
- 50ml νερό
- 600ml κρέμα γάλακτος
- 150γρ. μαρμελάδα κεράσι του εμπορίου ή δική σας
- 250γρ. κεράσια
- 4 κουτ. σούπας ρούμι μαύρο ή κονιάκ
- 100γρ. παστέλι ψιλοκομμένο

### **Διαδικασία**

Με το ειδικό εργαλείο αφαιρείτε τα κουκούτσια από τα κεράσια. Κρατάτε μερικά στην άκρη για το σερβίρισμα και βάζετε τα υπόλοιπα σε ένα μπολ, τα πασπαλίζετε με τη ζάχαρη και 2 κουτ. σούπας ρούμι ή κονιάκ, ανακατεύετε και αφήνετε να μαριναριστούν.

Βάζετε τη ζάχαρη με το μέλι και το νερό σε ένα κατσαρολάκι πάνω σε μέτρια φωτιά. Ανακατεύετε με σύρμα να διαλυθούν τα υλικά και από τη στιγμή που θα πάρει βράση το σιρόπι, βράζετε για 2 λεπτά επιπλέον.

Στο μεταξύ, χτυπάτε τα ασπράδια στο μίξερ στη μέτρια προς δυνατή ταχύτητα. Όταν η μαρέγκα σχηματίζει κορυφές και έχουν περάσει τα 2 λεπτά από το σημείο βρασμού του σιροπιού, το τραβάτε από τη φωτιά και το ρίχνετε με συνεχή ροή κορδονιού στη μαρέγκα, όσο το μίξερ βρίσκεται σε λειτουργία. Συνεχίζετε το χτύπημα για 5 λεπτά ακόμη (τουλάχιστον), μέχρι η μαρέγκα να κρυσταλλώσει και να σφίξει σαν σαντιγί.

Μεταφέρετε τη μαρέγκα σε άλλο μπολ και χτυπάτε την κρέμα γάλακτος στη δυνατή ταχύτητα του μίξερ μέχρι να γίνει σαντιγί.

Το τελευταίο λεπτό του χτυπήματος προσθέτετε το υπόλοιπο ρούμι ή κονιάκ.

Ρίχνετε τη σαντιγί στη μαρέγκα, προσθέτετε τη μαρμελάδα κεράσι, σχεδόν όλο το παστέλι (κρατάτε λίγο για το σερβίρισμα) και τα κεράσια, ανακατεύοντας καλά το μίγμα να ομογενοποιηθεί.

Ντύνετε μια μακρόστενη φόρμα του κέικ με ένα κομμάτι σελοφάν και αδειάζετε μέσα το μίγμα. Το αφήνετε στην κατάψυξη μέχρι να παγώσει.

Όταν θέλετε να σερβίρετε, ξεφορμάρετε το σεμιφρέντο σε μακρόστενη πιατέλα, αφαιρείτε το σελοφάν και διακοσμείτε το γλυκό με μερικά κομμάτια παστέλι και τα κεράσια που κρατήσατε. Κόβετε σε φέτες και σερβίρετε.

Φωτογραφία: Γιάννης Αθυμαρίτης – Food Styling: Αντωνία Κατή

<https://www.olivemagazine.gr/recipe/%cf%83%ce%b5%ce%bc%ce%b9%cf%86%cf%81%ce%ad%ce%bd%cf%84%ce%bf-%ce%bc%ce%b5-%cf%86%cf%81%ce%ad%cf%83%ce%ba%ce%b1-%ce%ba%ce%b5%cf%81%ce%ac%cf%83%ce%b9%ce%b1-%ce%ba%ce%b1%ce%b9-%cf%80%ce%b1%cf%83%cf%84/>

---

**Γιαουρτοζελέ με φρέσκα φρούτα, από το [sintayes.gr](http://sintayes.gr)!**

Ζελέ με γιαούρτι και φρέσκα φρούτα. Μια συνταγή για ένα ανάλαφρο και εξαιρετικά ελαφρύ και δροσερό γλύκισμα, πολύ εύκολο και γρήγορο στη παρασκευή του που θα το απολαύσετε με την οικογένεια και τους καλεσμένους σας όλες τις εποχές, ειδικά τις

καυτές μέρες του καλοκαιριού, σε όλες τις περιστάσεις, ως σνακ ή επιδόρπιο.

Μερίδες: 1 στρογγυλή φόρμα 23 εκ.

⌚ Χρόνος: 30 λ + 6 ώρες αναμονή ψύξης

⚡ Δυσκολία: Εύκολη

## Υλικά συνταγής

- Για τη βάση
- 200 γρ. μπισκότα τύπου Πτι Μπερ ή Digestive
- 80 γρ. βούτυρο λιωμένο
- Για τη γέμιση γιαουρτοζελέ
- 1 φάκελος Φρουί Ζελέ με γεύση φράουλα ή κεράσι ή μούρο ή άλλο κόκκινου χρώματος
- 1 ποτήρι καυτό νερό
- 100 γρ. ζάχαρη
- 1 κιλό γιαούρτι στραγγιστό
- 6-7 φράουλες κομμένες σε φέτες στραγγισμένες σε απορροφητικό χαρτί κουζίνας ή 2 μανταρίνια σε φετούλες, χωρίς τη λευκή

**μεμβράνη τους**

- **Για την επιφάνεια**
- **1 φάκελος φρουί ζελέ με γεύση φράουλα**
- **διάφορα φρούτα εποχής επιλογής σας όπως κεράσια χωρίς κουκούτσια, φράουλες, μανταρίνια, μούρα μαύρα & κόκκινα κ.λ.π.**

## **Εκτέλεση συνταγής**

1. **Για τη βάση:** Σε ένα μούλτι πολτοποιείτε τα μπισκότα σε σκόνη, τα μεταφέρετε σε μπολ προσθέτετε και το λιωμένο βούτυρο και ανακατεύετε καλά μέχρι να έχετε ένα μείγμα σαν βρεγμένη άμμο. Το αδιάζετε σε μια στρογγυλή φόρμα με αποσπώμενο πάτο 23 εκ. και το στρώνετε ομοιόμορφα σε όλη τη βάση, πιέζοντάς το ελαφρώς με τα χέρια σας στη βάση. Το βάζετε στο ψυγείο μέχρι να φτιάξετε τη γέμιση.
2. **Για τη γέμιση γιαουρτοζελέ:** Σε ένα μεγάλο μπολ αναμιγνύετε καλά τη σκόνη φρουί ζελέ μαζί με τη ζάχαρη, ρίχνετε το καυτό νερό και ανακατεύετε μέχρι να διαλυθούν εντελώς. Προσθέτετε και το γιαούρτι και συνεχίζετε το ανακάτεμα μέχρι να έχετε ένα λείο ομογενοποιημένο μείγμα.

Αφήνετε το μείγμα στην άκρη μέχρι να κρυώσει αρκετά και μετά ρίχνετε μέσα τις φέτες φράουλας ή μανταρινιών και ανακατεύετε απαλά να ενσωματωθούν ισομερώς. Αδειάζετε το μείγμα πάνω στη μπισκοτένια βάση, το απλώνετε ομοιόμορφα και το βάζετε στο ψυγείο μέχρι να κρυώσει και σταθεροποιηθεί καλά.

4. Για την επιφάνεια: Ετοιμάζετε το Φρουί Ζελέ φράουλα σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας. Βγάζετε το γλυκό σας από το ψυγείο και με μια κουτάλα ρίχνετε προσεκτικά και σταδιακά από πάνω το ζελέ που ετοιμάσετε.
5. Τοποθετείτε πάνω στο ρευστό ζελέ διάφορα φρούτα επιλογής σας, κομμένα σε φέτες και αφήνετε τη φόρμα στο ψυγείο να σταθεροποιηθεί το γιαουρτοζελέ για 6 ώρες τουλάχιστον.

“Παιρνάτε” ένα μαχαίρι ανάμεσα στο γλυκό και τα περιμετρικά τοιχώματα της φόρμας, ξεκουμπώνετε τη φόρμα μεταφέρετε το γλυκό σε μια πιατέλα σερβιρίσματος και σερβίρετε.

Τip: Μπορείτε να φτιάξετε το γιαουρτοζελέ σας χωρίς τη μπισκοτένια βάση. Σε αυτή τη περίπτωση θα φτιάξετε τη γέμιση και θα τη στρώσετε μια στρογγυλή φόρμα με αποσπώμενο πάτο 23 εκ. που έχετε καλύψει με μεμβράνη τροφίμων. Όταν θα σταθεροποιηθεί το γιαουρτοζελέ σας, μετά τις 6 ώρες, ξεκουμπώνετε τη φόρμα, μεταφέρετε το γλυκό σε μια πιατέλα σερβιρίσματος και μετά αφαιρείτε προσεκτικά τη μεμβράνη πριν το κόψετε σε κομμάτια για να το σερβίρετε.









Προσαρμοσμένη συνταγή από [εδώ](#) και [εδώ](#)

<https://www.sintayes.gr/syntages/giaoyrtozele-me-freska-froyta/?fb>

---

# Τούρτα αμυγδάλου με φρούτα εποχής, από τη Ιωάννα Σταμούλου και το sweetly!

Επειδή όλο και κάποιος έχει τα γενέθλιά του μες το κατακαλόκαιρο, προτείνω μια εύκολη κι ανάλαφρη τούρτα. Κι όταν λέμε αφρός για μια τούρτα σαν αυτή μιλάμε. Αφράτο παντεσπάνι νοτισμένο ελαφρά με λικέρ μαστίχας, κρέμα πατισιέ και άγλυκη σαντιγί, καβουρντισμένα αμύγδαλα, ροδάκινα. Στη θέση τους μπορείς να βάλεις βερίκοκα ή φράουλες όταν είναι στον καιρό τους ή κεράσια φρέσκα ή κερασάκι γλυκό. Και να σιροπιώσεις το παντεσπάνι μπορείς, αλλά εγώ δεν θέλω. Δεν θα σου πάρει πολύ χρόνο. Σε μια ώρα και κάτι είναι έτοιμη!

## **Για το παντεσπάνι**

- 5 αβγά μέτρια
- 180γρ. ζάχαρη
- 125γρ. αλεύρι
- 20γρ. [βούτυρο Lurpak](#) λιωμένο

## **Για την κρέμα πατισιέ**

- 500 ml γάλα
- 1 καπουλάκι βανιλίνη
- 100 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 4 κρόκους αβγών
- 50γρ. κορν φλάουρ
- 40γρ. [βούτυρο Lurpak](#)

## **Για την επικάλυψη και τη διακόσμηση**

- 400γρ. κρέμα γάλακτος Arla
- 40γρ. άχνη ζάχαρη
- 150γρ. αμύγδαλα ασπρισμένα
- 1 βανιλίνη

- φρούτα εποχής (σύκα, ροδάκινα, σταφύλια)





## Εκτέλεση

1. Για το παντεσπάνι: Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 170°C στον αέρα, βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε ένα ταψάκι διαμέτρου 23-24 εκ.
2. Χτυπάμε στο μίξερ τα αβγά με τη ζάχαρη για 8-10 λεπτά περίπου, μέχρι το μείγμα να φουσκώσει και να διογκωθεί, να γίνει λευκό και πηχτό.
3. Σταματάμε τη λειτουργία του μίξερ και ρίχνουμε το αλεύρι στο μείγμα των αβγών λίγο λίγο από σουρωτήρι διπλώνοντας απαλά με σπάτουλα με κατεύθυνση από το κέντρο προς τα έξω και γυρίζοντας τον κάδο με τη φορά του ρολογιού μέχρι να ενσωματωθεί πλήρως.
4. Αδειάζουμε το μείγμα στο ταψάκι που ετοιμάσαμε και ψήνουμε στον προθερμασμένο φούρνο για 20

λεπτά. Ξεφουρνίζουμε και μετά από λίγο ξεφορμάρουμε το παντεσπάνι σε σύρμα να κρυώσει.

5. Απλώνουμε τα αμύγδαλα στο ταψί κατεβάζουμε τη θερμοκρασία στους 120°C και τα ψήνουμε για 20 λεπτά.
6. Στο μεταξύ ετοιμάζουμε την κρέμα πατισιέ: Βράζουμε το γάλα σε κατσαρολάκι πάνω σε μέτρια φωτιά μαζί με τη βανίλια. Παράλληλα μέσα σε μπολ χτυπάμε με αβγοδάρτη τα αβγά, τη ζάχαρη και το κορν φλάουρ μέχρι να ομογενοποιηθούν και να αφρατέψουν καλά. Όταν πάρει βράση το γάλα, το προσθέτουμε σταδιακά στο μίγμα των αβγών ανακατεύοντας διαρκώς και επιστρέφουμε όλο το μείγμα στην κατσαρόλα.
7. Ανακατεύουμε ζωηρά με σύρμα μέχρι να πάρει βράση και να πήξει η κρέμα. Εκτός φωτιάς, προσθέτουμε το βούτυρο και ανακατεύουμε να ομογενοποιηθεί και να γίνει λεία. Την μεταφέρουμε σε καθαρό μπολ και σκεπάζουμε σε μεμβράνη. Την αφήνουμε να κρυώσει στο ψυγείο.
8. Χτυπάμε την κρέμα γάλακτος με την άχνη ζάχαρη σε σφιχτή σαντιγί. Βγάζουμε στην άκρη 1 φλιτζάνι σαντιγί και αφρατεύουμε την πατισιέ ανακατεύοντας απαλά.
9. Τοποθετούμε το παντεσπάνι σε πιατέλα και το βρέχουμε με λίγο λικέρ. Κάνουμε μια στρώση με κρέμα πατισιέ και πασπαλίζουμε από πάνω μερικά ψημένα και κοπανισμένα αμύγδαλα. Σκεπάζουμε με το δεύτερο παντεσπάνι και το βρέχουμε κι αυτό με λικέρ.
10. Σκεπάζουμε το παντεσπάνι με την υπόλοιπη κρέμα και μετά κάνουμε σε όλη την τούρτα μια στρώση από την σαντιγί. Διακοσμούμε την τούρτα με χοντροσπαμένα αμύγδαλα και φρούτα εποχής της επιλογής μας.

[Το καλό γλυκό αξίζει Lurpak](#)





<https://sweetly.gr/2019/07/tourta-amigdalou-me-frouta-epohis/?fb>

---

Απίθανο κέικ ροδάκινο (VIDEO), από τους Χάρη και

# Μιχάλη Καρελάνη και το redmoon-foodaholics.gr!

## Συστατικά

- 300 γρ αλεύρι
- 200 γρ ζάχαρη
- 200 γρ βούτυρο
- 4 αυγά
- 100 ml γάλα
- 1 κουταλάκι μπέικιν
- 2 βανίλιες
- Λίγο αλάτι
- 2 κομπόστες ροδάκινο

<https://youtu.be/BsaRz0mSrhI>

## Οδηγίες

1. Χτυπάμε την ζάχαρη με το μαλακό βούτυρο (θερμοκρασία δωματίου) να αφρατέψουν.
2. Προσθέτουμε το γάλα, τα αυγά και συνεχίζουμε το ανακάτεμα.
3. Βάζουμε το αλεύρι, το μπέικιν, τις βανίλιες, λίγο αλάτι και δουλεύουμε να γίνουν ζύμη.
4. Την απλώνουμε σε φόρμα 34x26 εκατοστών με αντικολλητικό χαρτί.
5. Κόβουμε τα ροδάκινα σε φέτες και τις τοποθετούμε ομοιόμορφα πάνω στο γλυκό.
6. Ψήνουμε στους 180 βαθμούς μέχρι να ροδίσει.
7. Σερβίρουμε με άχνη ζάχαρη.

<https://foodaholics.gr/recipe/apithano-keik-rodakino/?fb>

---

## Παγωμένο γλυκό ψυγείου με νεκταρίνια, από το [sintayes.gr](http://sintayes.gr)!

Υπέροχο, πεντανόστιμο παγωμένο γλυκό ψυγείου με βάση από τραγανά γεμιστά μπισκότα και στρώσεις από ωραία βελούδινη κρεμούλα και νεκταρίνια εναλλάξ. Μια απλή και εύκολη συνταγή της Ντ. Νικολάου για ένα “μαμαδίστικο” γλύκισμα που θα σας εντυπωσιάσει με τη γεύση του!

Μερίδες: 6-7

⌚ Χρόνος: 50 λ + 5 ώρες στη κατάψυξη

⚡ Δυσκολία: Εύκολη

Υλικά συνταγής

**1 πακέτο μπισκότα γεμιστά με κρέμα βανίλιας, θρυμματισμένα**

- **Για το σιρόπι με νεκταρίνια:**
- **2 νεροπότηρα (600ml) νερό**
- **1 νεροπότηρο ζάχαρη κατσανή**
- **6 νεκταρίνια, χωρίς κουκούτσια, κομμένα σε κυβάκια**
- **$\frac{1}{2}$  λοβό βανίλιας**
- **Για τη κρέμα:**
- **750 ml γάλα φρέσκο**
- **150 γρ. ζάχαρη**
- **3 αυγά, ελαφρώς χτυπημένα**
- **90 γρ. κορν φλάουερ**
- **125 γρ. μαργαρίνη**

## **Εκτέλεση συνταγής**

1. **Ψιλοθρυμματίζετε τα μπισκότα στο μούλτι, τα**  
•

βάζετε σε ένα μπολ και τα αφήνετε στην άκρη. Ανοίγετε τη βανίλια κατά μήκος, τη κόβετε στη μέση και “ξύνετε” τα σποράκια από τη μισή σε ένα μικρό μπολάκι. Το κρατάτε στην άκρη.

2. Για το σιρόπι με τα νεκταρίνια: Σε μια κατσαρόλιτσα βράζετε το νερό με τη καστανή ζάχαρη για 10 λ μέχρι να έχετε ένα ελαφρύ σιρόπι. Προσθέτετε τα κυβάκια από τα νεκταρίνια και συνεχίζετε το βράσιμο για 5 λ ή μέχρι να μαλακώσουν. Ρίχνετε και τα σποράκια βανίλιας, ανακατεύετε, αποσύρετε το σιρόπι από τη φωτιά και το αφήνετε στην άκρη να κρυώσει και αρωματιστεί.
3. Μόλις κρυώσει ρίχνετε τα κυβάκια από τα νεκταρίνια σε σουρωτήρι να στραγγίξουν το πολύ υγρό σιρόπι και μετά τα απλώνετε σε πιατέλα στρωμένη με χαρτί κουζίνας μέχρι να τα χρησιμοποιήσετε.
4. Για τη κρέμα: Ρίχνετε το γάλα σε μια μέτρια κατσαρόλα και το ζεσταίνετε σε χαμηλή φωτιά απλώς μέχρι να γίνει χλιαρό. Παράλληλα, σε ένα μπολ ρίχνετε τη ζάχαρη, τα αυγά και το κορν φλάουερ και τα χτυπάτε με το μίξερ χειρός ή με σύρμα μέχρι να έχετε μια πηχτή κρέμα. Προσθέτετε λίγο από το χλιαρό γάλα και χτυπάτε να ενσωματωθεί.
5. Στη συνέχεια, αδειάζετε το μείγμα στη κατσαρόλα με το υπόλοιπο γάλα και ανακατεύετε καλά με σύρμα, πάντα σε χαμηλή φωτιά, μέχρι το τελικό σας μείγμα να πήξει. Αποσύρετε το σκεύος από τη φωτιά, προσθέτετε και τη

μαργαρίνη και ανακατεύετε μέχρι να λιώσει και ενσωματωθεί.

6. Για τη συναρμολογήση: Παίρνετε ένα στρογγυλό ταψάκι με αποσπώμενη βάση 22 εκ., ρίχνετε τα μισά θρυμματισμένα μπισκότα, τα απλώνετε καλά σε όλη τη βάση και από πάνω τα σκεπάζετε με τη μισή κρέμα. Από πάνω απλώνετε τα μισά κυβάκια νεκταρίνια καλά στραγγισμένα.
7. Συνεχίζετε την ίδια διαδικασία με τα υπόλοιπα θρυμματισμένα μπισκότα, την υπόλοιπη κρέμα και τέλος από πάνω τα υπόλοιπα κυβάκια νεκταρίνια.
8. Σκεπάζετε το ταψάκι με αλουμινόχαρτο και το βάζετε στη κατάψυξη για 4-5 ώρες ή μέχρι να παγώσει καλά η κρέμα. Αφαιρείτε τα αποσπώμενα τοιχώματα της φόρμας, κόβετε το γλυκό σε κομμάτια και το σερβίρετε.



<https://www.sintayes.gr/syntages/pagomeno-glyko-psygeioly-me-nektarinia/?fb>

---

# Πάστα φλώρα με μαρμελάδα ροδάκινο, από τον Γιώργο Τσούλη και το [giorgostsoulis.com!](http://giorgostsoulis.com)

**ΜΕΡΙΔΕΣ 6-8**

**ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ 20Λ**

**ΑΝΑΜΟΝΗ 50Λ**

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ 40Λ**

**ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ 3/5**

**ΥΛΙΚΑ**

**420 γρ. Αλεύρι γ.ο.χ.**

**210 γρ. Βούτυρο, παγωμένο και κομμένο σε κυβάκια**

**600 γρ. Μαρμελάδα ροδάκινο**

**30 ml. Γάλα, πλήρες**

**40γρ. Ζάχαρη άχνη**

**Ξύσμα από ένα λεμόνι**

**1 κ.γ. Μπέικιν πάουντερ**

**1 Πρέζα αλάτι**

**1 Αυγό**

**ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΑ**

**ανα μερίδα**





θερμίδες 61331%



Λίπος 22.5g 32%



Κορεσμένα 14g 70%



Πρωτεΐνες 6.7g 13%



Υδατάνθ. 96,7g 37%



Σάκχαρα 40g 44%



Αλάτι 0,205g 0.00%



Ινες 2.3g 10%



## ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ & ΕΚΤΕΛΕΣΗ

**1** Αδειάζουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη και το βούτυρο σε ένα μεγάλο μπολ.

2Φοράμε γάντια μιας χρήσης και ξεκινάμε και τρίβουμε το βούτυρο με τα υπόλοιπα υλικά μέχρι να διαλυθεί τελείως.

3. Έπειτα προσθέτουμε το αυγό, το γάλα, το μπέικιν, το αλάτι, το ξύσμα λεμονιού και πλάθουμε μέχρι να γίνει ένα μαλακό ζυμάρι.

4Απλώνουμε διαφανή μεμβράνη στην επιφάνεια εργασίας και αδειάζουμε τη ζύμη από πάνω. Δίνουμε στη ζύμη σχήμα δίσκου, τη σκεπάζουμε με τη μεμβράνη και τη μεταφέρουμε στο ψυγείο για 30 με 40 λεπτά.

5Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε μία στρογγυλή φόρμα για κέικ με αποσπώμενη βάση διαμέτρου 25 εκ. ή μια ταρτιέρα 25 εκ. και την αφήνουμε στην άκρη.

6Παίρνουμε δύο φύλλα λαδόκολλα και τα πασπαλίζουμε με αλεύρι. Τοποθετούμε το ζυμάρι πάνω σε ένα φύλλο λαδόκολλα και το σκεπάζουμε με το δεύτερο φύλλο.

7Με τη βοήθεια ενός πλάστη ανοίγουμε το ζυμάρι σε λεπτό φύλλο και το μεταφέρουμε στη βουτυρωμένη φόρμα.

8Πιέζουμε το ζυμάρι σε όλη την επιφάνεια του σκεύους ώστε να κολλήσει καλά, τόσο στον πάτο όσο και στα τοιχώματα. Κόβουμε το περισσευούμενο ζυμάρι και το κρατάμε στην άκρη (αν έχει μαλακώσει πολύ το ζυμάρι το μεταφέρουμε για 10 λεπτά στο ψυγείο).

9Τρυπάμε με ένα πιρούνι τον πάτο της ζύμης

αδειάζουμε τη μαρμελάδα και το αφήνουμε στην άκρη.

10 Παίρνουμε την υπόλοιπη ζύμη την ανοίγουμε σε μία αλευρωμένη επιφάνεια με τη βοήθεια ενός πλάστη και κόβουμε σε κάθετες λωρίδες πλάτους 2 εκ..

11 Αλείφουμε με χτυπημένο κρόκο τις λωρίδες και τις τοποθετούμε σταυρωτά διαγώνια πάνω από τη μαρμελάδα. Προσέχουμε οι άκρες της κάθε λωρίδας να ακουμπάνε στα τοιχώματα της ζύμης.

12 Αλείφουμε πάλι με λίγο αυγό και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς στον αέρα για 30 με 40 λεπτά.

13 Μόλις ετοιμαστεί το γλυκό το αφήνουμε να κρυώσει πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη και σερβίρουμε

**#tsoulotip:** βούτυρο πρέπει να είναι παγωμένο αλλιώς δε θα γίνει τραγανή η ζύμη.

<https://www.giorgostsoulis.com/glika/item/540-pasta-flora-me-marmelada-rodakino>

---

**Τούρτα ζελέ με κεράσια με 4 υλικά, από το [sintayes.gr](http://sintayes.gr)!**

Δροσερή τούρτα ζελέ με κεράσια. Το απόλυτο καλοκαιρινό γλυκό ιδανικό για όλη τη οικογένεια

και τους επισκέπτες σας, όλες τις ώρες και όλες τις περιστάσεις. Μια εύκολη συνταγή για ένα ανάλαφρο γλυκό, εύκολο στη παρασκευή του, με 4 μόνο υλικά που θα γίνει το αγαπημένο σας. Δοκιμάστε το!

Μερίδες: 8

⌚ Χρόνος: 30 λ + 3-4 ώρες αναμονή ψύξης

⚡ Δυσκολία: Εύκολη

## Υλικά συνταγής

- $1\frac{3}{4}$  κούπες ζάχαρη
- 6 κ.σ. κορν φλάουρ
- 1 φακελάκι ζελέ κεράσι
- 300 γρ. κεράσια, χωρίς κουκούτσια

## Εκτέλεση συνταγής

1. Διαλύετε καλά το κορν φλάουρ σε  $\frac{1}{2}$  κούπα κρύο νερό. Σε μια μέτρια κατσαρόλα ρίχνετε  $1\frac{1}{2}$  κούπα μαζί με τη ζάχαρη και ανακατεύετε σε μέτρια φωτιά να διαλυθεί η ζάχαρη. Πριν πάρει βράση το σιρόπι προσθέτετε και το διαλυμένο κορν φλάουρ και συνεχίζετε το ανακάτεμα μέχρι να πήξει το μείγμα και να μοιάζει σαν “ασουρές” δηλαδή να είναι πηχτό και θολό.
2. Το αποσύρετε από τη φωτιά, το αδειάζετε σε ένα μπολ, προσθέτετε τη σκόνη ζελέ και ανακατεύετε πολύ καλά να λιώσει και ενσωματωθεί πλήρως. Ρίχνετε και τα κεράσια (έχετε βγάλει τα κουκούτσια και τα έχετε αφήσει πάνω σε απορροφητικό χαρτί) και ανακατεύετε να ενσωματωθούν

ομοιόμορφα.

3. Αδειάζετε το μείγμα σε στρογγυλή φόρμα 20 εκ. ή άλλη φόρμα επιλογής σας π.χ. ορθογώνια ή μια σχετικά μικρή φόρμα του κέικ με τρύπα στη μέση ή μια φόρμα για χαλβά ή ρύζι. Βάζετε το γλυκό σας στο ψυγείο για 3-4 ώρες να σταθεροποιηθεί. Το ξεφορμάρετε και το σερβίρετε.



[Πηγή](https://www.sintayes.gr/syntages/toyrta-zele-me-kerasia-me-4-ylika/?fb)

<https://www.sintayes.gr/syntages/toyrta-zele-me-kerasia-me-4-ylika/?fb>