

Πεντανόστιμο Ρούμελης !

κατσικάκι

Οι κληματόβεργες είτε στο ταψί, είτε στην πήλινη γάστρα χρησιμοποιούνται σε πολλές περιοχές της χώρας μας και δίνουν μια εξαιρετική μυρωδιά στο κρέας.

ΥΛΙΚΑ:

Για το κρέας 1 μπούτι και 1 χεράκι (ή 2 μπούτια) από αρνάκι ή κατσικάκι γάλακτος, συνολικού βάρους περίπου 2½ – 3 κιλών, με το κόκαλο, μισό λεμόνι, κληματόβεργες τόσες ώστε να φτιάξουμε πλέγμα στο ταψί αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι, ελαιόλαδο, για το άλειμμα του κρέατος στο ψήσιμο

Για το αρωματικό μείγμα 1/2 κουτ. σούπας αλάτι ,1/2 κουτ. γλυκού φρεσκοτριμμένο πιπέρι, 2 κουτ. γλυκού φρέσκα φυλλαράκια δεντρολίβανου ή ρίγανης, ψιλοκομμένα, ή ξερά, κοπανισμένα ή τριμμένα μέχρι να γίνουν σκόνη, 2 σκελίδες σκόρδου, πολύ ψιλοκομμένες, 1 κουτ. σούπας ελαιόλαδο.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αρωματικό μείγμα: Σε ένα μπολάκι ανακατεύουμε καλά το αλάτι, το πιπέρι, το δεντρολίβανο ή τη ρίγανη, το σκόρδο και το ελαιόλαδο.

Προετοιμασία: Πλένουμε και σκουπίζουμε καλά τα κομμάτια του κρέατος και τα τρίβουμε καλά με το μισό λεμόνι. Με ένα μικρό και μυτερό μαχαίρι κάνουμε 4 – 5 τομές σε διάφορα σημεία του κάθε κομματιού κρέατος, βάθους περίπου 2 εκ. Γεμίζουμε τις τομές με το αρωματικό μείγμα που ετοιμάσαμε και, με όσο μείγμα περισσέψει, αλείφουμε τα κομμάτια εξωτερικά. Τα «τρίβουμε» στη συνέχεια με αλατοπίπερο. Σπάμε τις κληματόβεργες σε μέτρια κομμάτια και τις βάζουμε σταυρωτά σε ένα μεγάλο ταψί (ιδανικά είναι τα μεγάλα παραλληλόγραμμα

βαθιά ταψιά που έχουν όλες οι κουζίνες και εφαρμόζουν ακριβώς στα τοιχώματα του φούρνου, χωρίς να χρειάζονται σχάρα στήριξης, ενώ το μέγεθός τους είναι τέτοιο που χωρούν άνετα τα μεγάλα κομμάτια κρέατος). Βάζουμε τα κομμάτια του κρέατος πάνω στο πλέγμα από κληματόβεργες και βάζουμε το ταψί στο ψυγείο για 2 – 12 ώρες ή για όλο το βράδυ.

Την επόμενη ημέρα: Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 190° C. Ρίχνουμε στο ταψί λίγο νερό, ώστε να φτάσει σε ύψος περίπου το 1 εκ. Βάζουμε το ταψί σε ένα από τα χαμηλά ράφια του φούρνου και ψήνουμε για 20 – 30 λεπτά. Χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 150° C και συνεχίζουμε το ψήσιμο για περίπου 1 ώρα (αν ψήσουμε κατσικάκι) ή για περίπου 1 ώρα και 20 λεπτά (αν ψήσουμε αρνάκι). Σε τακτά χρονικά διαστήματα, όταν βλέπουμε ότι εξατμίζεται το νερό του ταψιού, προσθέτουμε λίγο ζεστό. Αν θέλουμε, μπορούμε να αλείφουμε το κρέας πότε-πότε με λίγο ελαιόλαδο με ένα πινέλο που να μην καίγεται, κατά τη διάρκεια του ψησίματος, για να ροδίσει πιο έντονα. Το κρέας είναι έτοιμο όταν η πετσούλα του ροδίσει και σκάσει σε μερικά σημεία, ιδιαίτερα εκεί όπου εξέχουν τα κόκαλα. Για να το ελέγξουμε, το τρυπάμε με μια πιρούνα. Θα πρέπει να το διαπερνά με ευκολία, να βγει ελάχιστο υγρό και το χρώμα του να είναι διάφανο. Τότε, σβήνουμε το φούρνο, αφήνουμε μισάνοιχτη την πόρτα του και αφήνουμε το κρέας να «ξεκουραστεί» μέσα στο φούρνο, για περίπου 20 λεπτά. Βγάζουμε το ταψί, κόβουμε το κρέας σε κομμάτια και τα βάζουμε σε μεγάλη πιατέλα.

Στο ποτήρι μας: Το εκλεκτό κρέας του αρνιού δικαιούται τα καλύτερα κόκκινα κρασιά! Cabernet Sauvignon, Syrah, ξινόμαυρα χαρμάνι με Syrah.



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ: Αν θέλουμε, μπορούμε αντί για νερό να βάλουμε στο ταψί μικρές πατατούλες φούρνου και να τις σερβίρουμε σαν συνοδευτικό του κρέατος. Ανακατεύουμε σε ένα μπολάκι 1 κουτ. σούπας μουστάρδα, 1/2 φλιτζ. τσαγιού ελαιόλαδο, 1 κουτ. γλυκού μέλι, 1 κουτ. γλυκού ρίγανη ή θρούμπι, ξερά, τριμμένα, αλάτι και πιπέρι. Βάζουμε τις πατάτες σε μια λεκάνη, τις περιχύνουμε με το μείγμα, ανακατεύουμε καλά, τις βάζουμε στο ταψί, κάτω από τη σχάρα με το κρέας. Τα νόστιμα λίπη που πέφτουν στις πατάτες θα τις νοστιμίσουν περισσότερο!

Αν πάλι δεν βρούμε κληματόβεργες και ο φούρνος μας διαθέτει ψήσιμο με λειτουργία αέρα, μπορούμε να κάνουμε το εξής: Προετοιμάζουμε και μαρινάρουμε τα κομμάτια του κρέατος με τον ίδιο ακριβώς τρόπο και το ακουμπάμε πάνω στη σχάρα της ηλεκτρικής κουζίνας, τοποθετημένη στο μεσαίο ράφι του φούρνου, την οποία προθερμαίνουμε μαζί με το φούρνο. Μία θέση πιο κάτω από τη σχάρα βάζουμε ένα μεγάλο ταψί με λίγο νερό (για να πέφτουν οι σταγόνες από το λιωμένο λίπος του κρέατος, χωρίς να τσικνίσει ο φούρνος).

Γρήγορη αφράτη τυρόπιτα στο τηγάνι

Θέλετε να ετοιμάσετε ένα γρήγορο γεύμα και να το συνοδεύσετε με μια σαλάτα ή να φτιάξετε κάτι διαφορετικό για πρωινό; Η γρήγορη αφράτη τυρόπιτα στο τηγάνι είναι μια έξυπνη επιλογή γιατί με λίγα υλικά και σε σύντομο χρόνο μπορείς να έχεις ένα νόστιμο πιάτο ή συνοδευτικό!

Για την γρήγορη αφράτη τυρόπιτα στο τηγάνι θα χρειαστείτε:

- 400γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 φακελάκι ξηρή μαγιά
- 1 κ.σ. ζάχαρη
- 1 κτγ αλάτι
- 200γρ. ζεστό γάλα
- 100γρ. βούτυρο
- 200γρ. φέτα ή ανθότυρο

Γρήγορη αφράτη τυρόπιτα στο τηγάνι – Η συνταγή

1. Σε ένα μεγάλο μπολ βάζουμε το ζεστό γάλα (όχι να καίει), το λιωμένο βούτυρο, τη μαγιά, τη ζάχαρη και ανακατεύουμε.
2. Προσθέτουμε το αλάτι και το αλεύρι και ανακατεύουμε στον πάγκο μας μέχρι να γίνει μια ζύμη. Τη βάζουμε στο μπολ και σκεπάζουμε με μεμβράνη για μια ώρα.
3. Έπειτα σε αλευρωμένο πάγκο χωρίζουμε τη ζύμη σε 8τμχ.
4. Ανοίγουμε με τα δάχτυλα ένα ένα τα μπαλάκια, βάζουμε λίγη τριμμένη φέτα και κλείνουμε το ζυμάρι προς το κέντρο ώστε να μη μας φύγει το τυρί. Τα κάνουμε και πάλι μπαλάκια και τα πατάμε λίγο με το χέρι να ανοίξουν.
 1. Σε ένα τηγάνι βάζουμε λίγο ελαιόλαδο και βάζουμε

2-3 μέσα στο τηγάνι ανάλογα το μέγεθος. Αν θέλουμε μπορούμε να τα σερβίρουμε και με μελι.

5. Έτσι, έχουμε μία γρήγορη, υπέροχη τυρόπιτα στο τηγάνι !

ΠΗΓΗ: petros-syrigos.com

Έτσι έμοιαζαν τα πρόσωπα διάσημων αρχαίων Ελλήνων !

Τα πρόσωπα γνωστών αρχαίων Ελλήνων και Ρωμαίων καταφέρνει να αναπαράξει Ιταλός καλλιτέχνης, με τη βοήθεια σύγχρονου λογισμικού ανακατασκευής φωτογραφιών !

Ο 20χρονος καλλιτέχνης και φοιτητής, Αλεσάντρο Τομάσι, με καταγωγή από την Ιταλία και το Λίβανο δημιουργεί φωτορεαλιστικά πορτρέτα του Αριστοτέλη, του Μεγάλου Αλεξάνδρου, του Ιουλίου Καίσαρα και άλλων προσωπικοτήτων.

Ήδη έχει φτιάξει δεκάδες πορτρέτα, χρησιμοποιώντας ως “μοντέλα” προτομές και αγάλματα, από τον Αριστοτέλη, το Σωκράτη, τον Πλάτωνα, τον Όμηρο, τον Ηρόδοτο και πλήθος ακόμα αρχαίων Ελλήνων, και τα αναρτά στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η ιδέα του βασίστηκε στο ενδιαφέρον του για την αρχαία ελληνική και ρωμαϊκή ιστορία.

Ο ίδιος ο Ιταλός δήλωσε πως «Είδα διάφορες αναπαραστάσεις στο διαδίκτυο που προφανώς έγιναν από ανθρώπους που δεν είχαν γνώσεις ιστορίας ή γενετικής. Πέρα από το γεγονός ότι βρίσκω πολύ ενδιαφέρον να ζωντανεύω προτομές, ένας βασικός λόγος που τις φτιάχνω είναι και ως απάντηση στις ιστορικά

ανακριβείς αναπαραγωγές που είδα»

Αν και δεν είμαστε αρχαιολάτρεις αξίζει-έστω από περιέργεια και ρετρό διάθεση- να πάρουμε μια γεύση από το τι δημιούργησε. Και ποιος δεν θα ήθελε να δει πρόσωπα αρχαίων Ελλήνων, έστω και κατά προσέγγιση...

ΜΕΓΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

https://twitter.com/ATomasi_/status/1309002319326052353/photo/1

ΠΛΑΤΩΝ

https://twitter.com/ATomasi_/status/1319239430113288195/photo/1

ΘΑΛΗΣ Ο ΜΙΛΗΣΙΟΣ

https://twitter.com/ATomasi_/status/1311534378330267648/photo/1

ΗΡΟΔΟΤΟΣ

https://twitter.com/ATomasi_/status/1313522031007281153/photo/1

ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΗΣ

https://twitter.com/ATomasi_/status/1322208962993967104/photo/1

ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ

https://twitter.com/ATomasi_/status/1340909513424158726/photo/1

Υπέροχο κοτόπουλο με μέλι και μουστάρδα στο φούρνο

Κοτόπουλο σε υπέροχη σάλτσα μελιού και μουστάρδας... Μια πανεύκολη συνταγή για αρχάριους, (από εδώ) ιδανική για κάποιες μέρες που δεν έχουμε διάθεση για μαγείρεμα... κάποιες χαλαρές μέρες που δεν θα μπορούσαμε να βρούμε κάτι πιο απλό από αυτό το κοτόπουλο, έτοιμο σε 10 λ για το φούρνο, να μαγειρέψουμε χωρίς να το πολυσκεφτούμε.. Απλά ανακατεύουμε το μέλι, τη μουστάρδα και το ελαιόλαδο, το ρίχνουμε πάνω από το κοτόπουλο, λίγο αλατοπίπερο και δεντρολίβανο και το ψήνουμε... Α... φτιάχνουμε και λίγο ρυζάκι ...και σερβίρουμε...

Υλικά

1/4 ή 1/3 (ανάλογα με τις προτιμήσεις σας) φλ. τσαγιού μουστάρδα

*1/4 ή 1/3 (ανάλογα με τις προτιμήσεις σας) φλ. τσαγιού μέλι
3 κ.σ. ελαιόλαδο*

5-6 τεμάχια το επάνω μέρος του μηρού κοτόπουλου, μαζί με τη πέτσα τους και το κόκκαλο (1000-1200 γρ. περίπου συνολικό βάρος)

αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

1/2 φλ. τσαγιού ζωμό κότας

2 κλωναράκια φρέσκο δεντρολίβανο (ή 1 κ.σ. αποξηραμένο)

ρύζι πιλάφι ή πουρέ ή πατάτες τηγανιτές για συνοδευτικό



Εκτέλεση

Προθερμαίνετε το φούρνο στους 180 βαθμούς. Σε ένα μέτριο μπολ βάζετε τη μουστάρδα, το μέλι το ελαιόλαδο και 1 πρέζα αλάτι και τα χτυπάτε με ένα πιρούνι να ενσωματωθούν καλά. Δοκιμάζετε τη γεύση και ανάλογα προσθέτετε όποιο από τα πιο πάνω υλικά απαιτείτε ανάλογα με τις προτιμήσεις σας.

Αλατίζετε τα κομμάτια κοτόπουλου και από τις δύο πλευρές και τα τοποθετείτε, σε ένα μέτριο πυρίμαχο σκεύος ίσα που να τα χωράει, με τη πέτσα τους προς τα επάνω. Ρίχνετε με ένα κουτάλι, πάνω στο κοτόπουλο και στο ταψί το μείγμα μουστάρδας-μελιού, προσθέτετε το ζωμό κότας και τοποθετείτε τα κλωναράκια δεντρολίβανου ανάμεσα στα κομμάτια του κοτόπουλου.

Ψήνετε το φαγητό σας στο προθερμασμένο φούρνο για 45-50 λ περίπου ή μέχρι όταν τρυπήσετε το κοτόπουλο με μυτερό μαχαίρι να μην τρέχουν ζωμοί του. Το αφαιρείτε από το φούρνο, το πασπαλίζετε με μπόλικο φρέσκο πιπέρι και το σερβίρετε με συνοδευτικό επιλογής σας.

ΠΗΓΗ: www.sintayes.gr

Το κυνήγι στη Μάνη

Στα πλαίσια της καταγραφής της Λαογραφίας της χώρας, σήμερα παρουσιάζουμε το “**ΚΥΝΗΓΙΟΝ ΤΩΝ ΟΡΤΥΓΩΝ ΕΝ ΜΑΝΗ**”, σε Περιγραφή του **Ε.Κ. Καπετανάκου**, από το λαογραφικό έντυπο “**Λακωνικά περίεργα**” του **1909**.

Μεταξύ των εισοδημάτων των κατοίκων της **Μάνης** (εισοδημάτων πενιχρών άλλως τε) συναριθμούνται και οι όρτυγες. Καθ’ όλον το μήνα **Σεπτέμβριον** διαρκεί η δια της Μάνης διάβασις των πτερωτών τούτων επιδρομέων και επομένως ο αγών των εγχωρίων κατά της επιδρομής. Και όντως αρμόζει να παραβάλη τις προς επιδρομήν εχθρική και την κατ’ αυτής άμυνα το γραφικόν και πολεμικόν θέαμα της εν Μάνη κυνηγεσίας των Ορτύγων. Άνδρες, γέροντες, παιδιά και γυναίκες από πρωίας μέχρις εσπέρας, καθ’ όλον τον ρηθέντα μήνα και το τελευταίον δεκαήμερον του προηγουμένου, κυνηγούν ανά τους αγρούς.

(....) Όπως όλα τα νότια άκρα και η **Μάνη** χρησιμεύει, ως σταθμός των ορτύγων κατά την αρχήν του Φθινοπώρου, ότε ταξειδεύουσι προς αλλαγήν κατοικίας. Επειδή δε τούτο γίνεται ανέκαθεν, οι **Μανιάται** έχουν συνηθίσει πλέον και έχουν αναγάγει τον τρόπον του κυνηγίου των ορτύγων εις αληθή τέχνην, την τέχνη της δια της αποχής ζωγήσεως αυτών.



(....) Μεταξύ των κυνηγών καταλέγονται και πολλάί γυναίκες χειριζόμεναι κάλιστα την απόχνην. Το κυνήγιον των ορτύγων εν **Μάνη** είναι πάνδυμον, κανείς δεν απέχει εκουσίως του αγώνος, διότι κανείς δεν δύναται ν’ αφήσει να παρέλθη

ανεκμετάλλευτος τοιαύτη ευκαιρία.

(....) Χάριν μάλιστα μεγαλειτέρας επιτυχίας, οι δια της απόχης κυνηγούντες συνεταιρίζονται. Η εταιρεία αύτη λέγεται **Τραπέλλα** και περιλαμβάνει πέντε, δέκα ή και δώδεκα κυνηγούς. Οι εταίροι παρατασσόμενοι εις γραμμήν και τηρούντες μεταξύ των αποστάσεις, επιτρέπουσας τον χειρισμόν της απόχης πλαγίως, βαδίζουσι εκ των θαμαλών προς τα υψηλότερα εδάφη, ενώ αντιθέτως προς αυτούς κατερχόμενοι παίδες και γυναίκες (μέλη της τραπέλλας) εκδιώκουσι τους όρτυγας εκ των θέσεων των, οίτινες αφιπτάμενοι εμπίπτουσιν εις τας απόχας των κυνηγών.

Ε.Κ. Καπετακάκος.

Αυθεντική Ρουμελιώτικη τυρόπιτα

Μια αυθεντική Ρουμελιώτικη τυρόπιτα που συναντάμε στους Νομούς Αιτολοακαρνανίας, Φθιώτιδας, Βοιωτίας Ευρυτανίας και Φωκίδας.

ΥΛΙΚΑ :

6 φύλλα πίτας

800 γρ. φέτα

300 γρ. μυζήθρα

700 γρ. φρέσκο γάλα

200 γρ. παρθένο ελαιόλαδο Καλαμάτας

5 αβγά

Αλατοπίπερο



ΕΚΤΕΛΕΣΗ : Αρχικά, τρίβουμε όλα τα τυριά σε ένα μπολ και προσθέτουμε φρεσκοτριμμένο πιπέρι. Σε ένα άλλο μπολ σπάμε τα αυγά και τα χτυπάμε με σύρμα. Αλατίζουμε ελαφρά. Προσθέτουμε το γάλα και το μισό περίπου από το ελαιόλαδο και τα ανακατεύουμε. Αλείφουμε το ταψί μας με ελαιόλαδο. Το ταψί πρέπει να είναι περίπου 40εκ, κατάλληλο για πίτες.

Στρώνουμε 3 φύλλα, ραντίζοντάς τα ενδιάμεσα με λίγο ελαιόλαδο. Κάνουμε μια στρώση με το 1/2 των τυριών και ραντίζουμε με το 1/2 των υγρών. Απλώνουμε το 4ο φύλλο ελαφρά σουρωμένο. Προσθέτουμε τα υπόλοιπα τυριά και το υπόλοιπο μείγμα υγρών. Τελειώνουμε την πίτα καλύπτοντάς την με 2 φύλλα ελαφρώς λαδωμένα

Γυρίζουμε τις άκρες που εξέχουν. Χαράζουμε την πίτα σε κομμάτια (όχι βαθειά) και ραντίζουμε τις χαρακιές με το υπόλοιπο ελαιόλαδο. Πεταχτά, με τα δάχτυλα, ραντίζουμε την πίτα με λίγο νερό. Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο στους 180οC στις αντιστάσεις ή στους 160οC στον αέρα, στη μεσαία σχάρα, για περίπου 1 ώρα. Στο τελευταίο 10λεπτο ψήνουμε μόνο στην κάτω αντίσταση, για πιο τραγανό αποτέλεσμα. Η πίτα είναι έτοιμη όταν κουνήσουμε το ταψί και η βάση της έχει ξεκολλήσει. Σερβίρεται ζεστή, σε θερμοκρασία δωματίου.

ΚΑΛΗ ΣΑΣ ΟΡΕΞΗ !

Παλιά Χριστούγεννα στη Μεσσηνία (2ο μέρος)

Το ήξερες ότι... υπάρχουν Χριστουγεννιάτικα έθιμα στη Μεσσηνία;

Δεκέμβριος... ο μήνας των εορτών, στη Μεσσηνία όπως και σε ολόκληρη την Ελλάδα αναβιώνουν ήθη και έθιμα που αφορούν τα Χριστούγεννα και την πρωτοχρονιά.

Αρκετά από αυτά τηρούνται μέσα στους αιώνες σε πολλές περιοχές και χωριά του τόπου μας, κάποια από αυτά είναι γνωστά και άλλα λιγότερο διαδεδομένα, όλα όμως γίνονται με πολύ χαρά και ενθουσιασμό!

Εμείς ψάξαμε και βρήκαμε 5 έθιμα των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς που τηρούνται μέσα στους αιώνες στη Μεσσηνία και σας τα παρουσιάζουμε παρακάτω:

1. Το Χριστόψωμο

Το Χριστόψωμο είναι το ψωμί που φτιάχνουν οι γυναίκες προς τιμήν του Χριστού με ιδιαίτερη φροντίδα και υπομονή, τις παραμονές των Χριστουγέννων. Στο παρελθόν το ζύμωμα των Χριστόψωμων γινόταν με αγνά υλικά και οι νοικοκυρές τα έψηναν στους παραδοσιακούς ξυλόφουρνους.

2. Τα Κάλαντα των Χριστουγέννων

Τα κάλαντα ίσως είναι ένα από τα λίγα έθιμα που διατηρούνται

αναλλοίωτα ακόμα και σήμερα σε πολλές περιοχές της χώρας. Είναι συνδεδεμένα, κυρίως, με τις μεγάλες γιορτές του Δωδεκαημέρου. Από νωρίς το πρωί της παραμονής των Χριστουγέννων μικρά παιδιά βγαίνουν στους δρόμους και χτυπούν τις πόρτες των σπιτιών ρωτώντας: «Να τα πούμε;» και αν η απάντηση είναι θετική τότε τραγουδούν τα κάλαντα για μερικά λεπτά τελειώνοντας με την ευχή «και του χρόνου!». Ο νοικοκύρης τότε, τους ανταμείβει με κάποιο χρηματικό ποσό, ενώ παλιότερα προσέφερε μελομακάρονα ή κουραμπιέδες.

Στη συνέχεια ακολουθούν τα Κάλαντα των Χριστουγέννων στη Μεσσηνία:

*«Χριστούγεννα, Πρωτούγεννα, πρώτη γιορτή του χρόνου,
για εβγάτε, δέστε, μάθετε, πως ο Χριστός γεννιέται,
γεννιέται κι αναθρέφεται στο μέλι και στο γάλα,*

*το μέλι τρών' οι άρχοντες, το γάλα οι αφεντάδες
και το μελισσοχόρταρο το λούζουντ' οι κυράδες. Κυρά ψιλή,
κυρά λιγνή, κυρά γαϊτανοφρύδα, κυρά μ' όταν στολίζεσαι να
πας στην εκκλησιά σου,
βάζεις τον ήλιο πρόσωπο και το φεγγάρι αγκάλι
και τον καθάριο αυγερινό τον βάζεις δαχτυλίδι. Εμείς εδώ δεν
ήρθαμε να φάμε και να πιούμε, μόνο σας αγαπούσαμε κι ήρθαμε
να σας δούμε·*

*εδώ που τραγουδήσαμε πέτρα να μη ραγίσει
κι ο νοικοκύρης του σπιτιού πολλούς χρόνους να ζήση. Δώστε
μας και τον κόκορα, δώστε μας και την κότα,
δώστε μας και πέντ', έξ' αυγά, να πάμε σ' άλλη πόρτα.»*

3. Καλικάντζαροι

Άλλο ένα από τα παραδοσιακά έθιμα των Χριστουγέννων στη Μεσσηνία είναι οι Καλικάντζαροι, γνωστοί ως μαλλιαρά πλάσματα που τρυπώνουν στα σπίτια τις νύχτες, κλέβουν τα φαγητά που βρίσκουν και πειράζουν τους ανθρώπους ανακατεύοντας τα σπίτια τους, διότι είναι άτακτοι και τους αρέσουν τα παιχνίδια. Σύμφωνα με την παράδοση, ανεβαίνουν

στη γη την παραμονή των Χριστουγέννων και φεύγουν την ημέρα των Θεοφανίων, όταν γίνεται ο αγιασμός των υδάτων.



4. Το σπάσιμο του ροδιού

Το πρωί της Πρωτοχρονιάς ο νοικοκύρης του σπιτιού πηγαίνει στην εκκλησία κρατώντας το ρόδι του για να το “λειτουργήσει”. Κατά την επιστροφή από την εκκλησία ο νοικοκύρης μπαίνει πρώτος στο σπίτι με το ρόδι στο χέρι και αφού το σπάσει, ρίχνοντάς το κάτω, κάνει ευχές για υγεία και ευτυχία για το νέο έτος.

5. Το πάτημα της πέτρας

Επίσης, το πρωί της Πρωτοχρονιάς, όταν τα μέλη της οικογένειας βγαίνουν από το σπίτι, πατούν πάνω σε μία μεγάλη πέτρα, την οποία έχει τοποθετήσει στο κατώφλι η νοικοκυρά από την παραμονή.

Μπορείτε να μας προτείνετε και άλλα έθιμα των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς στη Μεσσηνία;

ΠΗΓΗ: www.kalamatain.gr

Χοιρινό κότσι στο φούρνο με πατάτες

Χοιρινό κότσι με μέλι, μουστάρδα και πορτοκάλι...Ψημένο όμορφα στο φούρνο που λιώνει στο στόμα...Μια τυπική Χριστουγεννιάτικη συνταγή !

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

- 4 κότσια χοιρινά γύρω στο 1.300 έκαστο με το κόκαλο και την πέτσα
- φρέσκο θυμάρι
- φρέσκια ρίγανη
- αλάτι χοντρό
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 2 σκ. σκόρδο πολτοποιημένες
- 1 κ.σ. μουστάρδα σκόνη
- 1 κ.σ μέλι
- λίγο ελαιόλαδο
- 1 πορτοκάλι κομμένο σε φέτες

Για τις πατάτες

- 10 πατάτες
- 2 γλυκοπατάτες κόκκινες
- 2 σκ. σκόρδο
- φρέσκα μυρωδικά
- χυμό από 2 πορτοκάλια
- χυμό από 2 λεμόνια
- 1/3 φλ. ελαιόλαδο
- 2 κ.σ. μουστάρδα
- αλάτι
- πιπέρι



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Για το χοιρινό κότσι στο φούρνο με πατάτες, ανακατεύουμε όλα τα μυρωδικά, λάδι, μουστάρδα, μέλι και τα υπόλοιπα, και αλείφουμε πολύ καλά το χοιρινό. Κάνουμε τρύπες στο κρέας, όχι στην πέτσα και μπήγουμε το μείγμα με τα υλικά. Ακουμπάμε κάθε κότσι σε λαδόκολλα. Βάζουμε κομμάτια πορτοκάλι.

Τυλίγουμε στη λαδόκολλα και μετά στο αλουμινόχαρτο. Ψήνουμε σε καλά προθερμασμένο φούρνο 180 βαθμούς C για 2 ώρες και 30 λεπτά. Ανοίγουμε τη λαδόκολλα και αλείφουμε τα κότσια με τα υγρά τους.

Βάζουμε όλα τα υλικά για τις πατάτες σε ταψί και τα ανακατεύουμε. Σκεπάζουμε το ταψί και ψήνουμε στους 180 βαθμούς για 40 λεπτά. Ανοίγουμε τα κότσια, ρίχνουμε όλα τα ζουμιά από το πακέτο στις πατάτες και ακουμπάμε τα κότσια επάνω. Συνεχίζουμε το ψήσιμο για 35 λεπτά περίπου. Αλείφουμε τακτικά τα κότσια με τα υγρά του ταψιού.

Σερβίρουμε τα κότσια ολόκληρα με τις πατάτες και ξεκοκαλίζουμε στο τραπέζι. Κάθε κότσι αντιστοιχεί σε περίπου 2½ μερίδες αφού αφαιρέσουμε το κόκαλο και την πέτσα.

ΚΑΛΗ ΣΑΣ ΟΡΕΞΗ !

Παλιά Χριστούγεννα στη Μεσσηνία (1ο μέρος)

Η Μεσσηνία έχει τα δικά της ήθη και έθιμα τα οποία όμως αλλάζουν από περιοχή σε περιοχή. Για παράδειγμα η Μάνη έχει τελείως διαφορετικά ήθη και έθιμα από την υπόλοιπη Μεσσηνία, διαφορετικά έχει και η Τριφυλία. Όλα μαζί όμως δίνουν μια άλλη διάσταση στη συνολική Μεσσηνιακή Λαογραφία την οποία αφού ψάξαμε σε διάφορες πηγές, έχετε τη δυνατότητα να γνωρίσετε στο σημερινό μας δημοσίευμα.

Επειδή όμως το σημερινό μας θέμα είναι ατέλειωτο, ενδεχομένως να το δημοσιεύσουμε σε 2 ή και 3 δημοσιεύσεις, ελάτε λοιπόν να σας ξεναγήσουμε στις παραδόσεις των Μεσσηνίων και να σας γυρίσουμε πολλά χρόνια πίσω.

Τα παλιά χρόνια ήταν οι μέρες αργίας τα Δωδεκαήμερα των Χριστουγέννων. Όχι μόνο «Τρεις τα Γέννα- Τρεις τα Φώτα...» καθώς το λένε τραγουδιστά, μα 12 ολόκληρες ημέρες. Το προσεπιβεβαιώνει και το όνομά τους που ήταν γιορταστική περίοδος μεγάλη με 3 λαμπρούς αστερισμούς: Χριστούγεννα- Πρωτοχρονιά και Φώτα. Καθισιό και ανάπαυση, λοιπόν, 12 μέρες μα και διασκέδαση συνάμα.

Γιατί χωρίς τη διασκέδαση κυρίως δεν ολοκληρώνεται ο σκοπός της χειμωνιάτικης εργασιακής ανάπαυλας. Η ανάπαυλα καθιερώθηκε για την απαλλαγή του οργανισμού από κάθε λογής καματόγρονες ουσίες και συνακόλουθες αναποδιές και χαλάστρες στην ψυχή και στο σώμα. Ο σωματικός κάματος διώχνεται με την αναπαή και το καλό φαγοπότι.

Η βαριεστιμάρα της ψυχής με τη διασκέδαση και τα χοροκόπια. η χαρά του γλεντιού να εξουδετερώνει το σαράκι της στεναχώριας, πριν προφτάσει με την ψυχική κατάθλιψη να κάμει χαλάστρες... «Εκείνα τα χρόνια!» καθώς τονίζουν με νοσταλγία διάφοροι καταχρονίτες, έδιναν κι έπαιρναν τα ξεφαντώματα στο

Δωδεκαήμερο διάστημα. Και φυσικά για μεγάλο γλέντι χρειάζεται μεγάλη ετοιμασία.

Δεν βγαίνουνε ξεροσφύρι τα πολυήμερα πανηγύρια... Ετοιμάζαν, λοιπόν, εξαιρετικά φαγοπότια. Απήχηση του φροντισιακού κυματισμού τους είναι και τα όσα κάνουμε τώρα. Βέβαια, τις δικές μας ημέρες, δεν παίρνουνε τόση έκταση ούτε και του καιρού εκείνου την ένταση οι ανάλογοι γιορτασμοί μας. Διατηρούνται όμως ως διάθεση κι ούτε μπορούν να λείψουν.

Ποιος στραβός δε θέλει τα μάτια του, ποιος γερός δεν αποζητάει το καλό φαγοπότι και τα ξέφρενα γλέντια; Από τη διάθεσή μας όμως ως την πραγμάτωση της επιθυμίας μεσολαβούν κι άλλοι παράγοντες, που κουτσουρεύουνε κάπως και τη διάθεση και την επιθυμία... Ακόμα και τα ζυμωτά των ημερών γίνονταν εξαιρετικότερα τον καιρό εκείνο. Εξαιρετικότερα και στα γλυκά, και στην κατεργασία, και στα κεντίδια και στα πάντα φανερωνόταν η πολλή τους και ιδιαίτερη φροντίδα. Ανάλογη με την ποιότητά τους ήταν και η ποσότητά τους: Χριστόψωμα, Βασιλόπιτες, Σταυροκουλούρες κτλ. Για όλους τους ανθρώπους – μικρούς και μεγάλους...



Τα Χριστούγεννα ήταν πάντα μια πολύ μεγάλη γιορτή της χριστιανοσύνης και αναμένονταν με μεγάλη λαχτάρα, έπειτα από 40ήμερη νηστεία και προσευχή. Τα πολύ παλιά χρόνια, έως το 1920 περίπου, η χριστουγεννιάτικη λειτουργία στην Μερóπη γινόταν τη νύχτα, τα μεσάνυχτα, προφανώς για να αναπαριστά την νυχτερινή «έλευση – γέννηση του Κυρίου». Αποβραδís ετοιμάζονταν οι χριστιανοί Μεροπαίοι για τη νυχτερινή

λειτουργία: Τα καινούργια κοστούμια, τα παπούτσια, τις γραβάτες και τα ρεπούμπλικα.

Και όταν χτυπούσε η καμπάνα τα μεσάνυχτα, πετάγονταν όλοι από τα στρωσίδια τους για να ντυθούν και να τραβήξουν για την εκκλησία. Το χριστουγεννιάτικο – χειμωνιάτικο βράδυ ήταν θεοσκοτεινό (ας μη ξεχνούμε ότι δεν υπήρχε δημόσιος φωτισμός) και το κρύο συνήθως τσουχτερό. Γι' αυτό όλοι κρατούσαν φανάρια για να βλέπουν να περπατούν και ήταν καλά κουκουλωμένοι.

Μέσα στην εκκλησία έκαιγαν μια – δύο και τρεις φουφούδες – μαγκάλια. Ακριβώς αυτά τα στοιχεία έδιναν στο γιορτασμό μεγαλοπρέπεια, ατμόσφαιρα μυστηρίου και θρησκευτικής υποβλητικότητας. Την όλη ατμόσφαιρα συμπλήρωναν τα εορταστικά άμφια του παπά, των ψαλτάδων τα ωραία κοστούμια και η γιορταστική και μελωδικότερη από άλλοτε ψαλμωδία τους. Δεν ήταν σπάνιο κάποτε – κάποτε και η συμμετοχή εκτάκτων ψαλτάδων, που έκανε πιο όμορφη και μεγαλοπρεπή τη γιορτή.

Μετά το σχόλασμα της εκκλησίας ανταλλάσσονταν οι ευχές με αγάπη και έσπευδαν όλοι στα σπίτια για την γιορταστική «άρτυση», που την είχαν στερηθεί σαράντα ολόκληρες ημέρες. Απαραίτητο συμπλήρωμα της χριστουγεννιάτικης «άρτυσης» ήταν τα χριστόψωμα και τα χριστοκούλουρα ή μουστοκούλουρα των παιδιών. Γλυκίσματα, ήταν απαραίτητα, οι μεγάλοι χωριάτικοι κουραμπιέδες και τα μελομακάρονα. Το χριστουγεννιάτικο φαγητό ήταν συνήθως η γαλοπούλα ή ο γάλος που ο καθένας είχε δικό του ή, όταν δεν υπήρχε οπωσδήποτε θα σφάζονταν κόκορας ή στην ανάγκη μια μεγάλη κότα ή χοιρινό με σέλινο.



Το γλέντι και η χριστουγεννιάτικη γιορτή κρατούσε τρεις μέρες και έπειτα η ζωή ξανάπαιρνε τον κανονικό της ρυθμό. Πρέπει να πούμε ότι εξαιρετικής σημασίας έθιμο για τα παιδιά κυρίως ήταν τα χριστουγεννιάτικα και Πρωτοχρονιάτικα κάλαντα. Σχέδια επί σχεδίων καταστρώνονταν ολόκληρες ημέρες πριν, για το ποιοι θα αποτελούσαν την «παρέα», σε ποια σπίτια θα πήγαιναν κ.λπ.

Και ήταν απερίγραπτη η χαρά τους, όταν γέμιζαν τσέπες και σακούλες με δεκάρες, καρύδια, γλυκά, κουλούρια κ.ά. Αξίζει εδώ να προσθέσουμε ότι, τότε, προ του 1930, σε αντίθεση με τα Χριστούγεννα η Πρωτοχρονιά δεν γιορτάζονταν στα χωριά με όση επισημότητα γιορτάζεται τώρα. Γινόταν το πρωί μια λειτουργία στην εκκλησία και τίποτε άλλο. Η μέρα της πρωτοχρονιάς όμως ήταν ντυμένη με πολλά έθιμα από τους Μεροπαίους όπως: Τη παραμονή της πρωτοχρονιάς πήγαιναν σε χαλικούρες ποταμών και μάζευαν χαλίκια που τα τοποθετούσαν στα κρεβάτια τους για το καλό της υγείας τους.

Αξημέρωτα ακόμη της πρωτοχρονιάς πήγαιναν στα ποταμάκια και έφερναν (καθαρό – τρεχούμενο) το αμίλητο νερό. Κατά τη πρωτοχρονιά έδιναν μεγάλη σημασία για το καλό του χρόνου και στο ποδαρικό. Θέλανε να είναι γουρλής εκείνος που θα πατούσε πρώτος το κατώφλι τους. Πολλοί από τη παραμονή το βράδυ ειδοποιούσαν να έρθει το πρωί στο σπίτι ένα παιδί με ζωντανούς τους γονείς του για να τους κάνει ποδαρικό. Στη τσέπη του το παιδί είχε ξεδιαλεγμένα σπόρια σιτάρι ή κριθάρι και τα πέταγε μπροστά στο εικονοστάσι του σπιτιού για να

εξασφαλιστεί αφθονία καρπών για το χρόνο.

Αποβραδής, κρεμούσαν στο κατώφλι του σπιτιού ένα ρόδι για να είναι το σπίτι γεμάτο αγαθά όπως το ρόδι είναι γεμάτο σπόρια. Ακόμη κρεμούσαν μια πλεξούδα κρεμμύδια για να εξασφαλιστεί η υγεία και η δύναμη των νοικοκυραίων. Την παραμονή πάλι ζύμωναν τη βασιλόπιτα με το φλουρί. Όσοι δεν είχαν χρυσό φλουρί έβαζαν ένα απλό κέρμα από τη «μονέδα» που περνούσε ή ένα σκέτο φύλλο κάποιου δέντρου ή ξυλαράκι από κλήμα ή μια κοκόσια (μικρό καρύδι).

Επίσης η νοικοκυρά έκοβε με ένα μικρό τσεκούρι στο κατώφλι της πόρτας το κεφάλι του «βασιλίτη». Ο βασιλίτης ήταν ο πιο καλοθρεμμένος κόκορας, του σπιτιού για την πρωτοχρονιά. Η νοικοκυρά παρατηρούσε το αίμα του και καταλάβαινε πως θα πάει η χρονιά. Πριν πήξει το αίμα του κόκορα έφτιαχνε σταυρό στο μέτωπο των παιδιών και στο ανώφλι της πόρτας.

Δημοσιεύτηκε 21st December 2010 από τον χρήστη ΚΡΕΣΦΟΝΤΗΣ

Πηγή : <http://meropitorik.blogspot.gr>

Κόκορας Μπαρδουνιώτικος

Επική νοστιμιά, ζόρικη καταγωγή μ' ευγενικές συνάφειες και μακρινές ρίζες, ένα πιάτο για γεύμα με την λαογραφία. Ο κύριος των Βαρδουνίων ή κόκορας Μπαρδουνιώτικος είναι ο ανεπανάληπτος κοκκινιστός κόκορας της Μάνης !

Μια απίστευτα υπέροχη γεύση που μπορεί να γίνει και με κόκορα και με κοτόπουλο. Όσοι τη δοκίμασαν ξαναζήτησαν να φάνε αυτό το νοστιμότατο φαγητό. Μια συνταγή προέρχεται από τα Μπαρδούνια της Λακωνικής Μάνης.

ΥΛΙΚΑ για 6-8 άτομα

Έναν χωριάτικο κόκορα ή και κότα 1 $\frac{1}{2}$ – 2 κιλά κομμένη σε μερίδες, 1 φλιτζάνι τσαγιού αγνό παρθένο ελαιόλαδο Καλαμάτας, 4-5 κρεμμύδια κομμένα σε χοντρά κομμάτια, 1 ποτήρι κρασιού, κόκκινο κρασί, $\frac{1}{2}$ κιλό τριμμένη φρέσκια ντομάτα, 2 κουταλιές πελτέ, 2 φύλλα δάφνης, 3 σκελίδες σκόρδο, 5-6 σπυράκια μπαχάρι, 1 κοφτό κουταλάκι κανέλα, 150 γραμ. κεφαλοτύρι κομμένο σε μικρά κομμάτια, 50 γραμ. τριμμένη ξερή μυζήθρα, 100 γραμ κεφαλογραβιέρα κομμένη σε μικρά κομμάτια, αλάτι, πιπέρι.



ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Ζεσταίνουμε το λάδι σε μια βαθιά κατσαρόλα και σοτάρετε τις μερίδες του κόκορα ή της κότας μέχρι να ροδοκοκκινίσουν. Αν δεν χωράνε όλες μαζί κάντε το σε 2 δόσεις. Όταν σοταριστεί το πουλερικό, βάλτε το έτσι όπως είναι σοταρισμένο σε μια πιατέλα..
2. Ρίξτε μέσα στη κατσαρόλα το κρεμμύδι, σοτάρετέ το και στη συνέχεια ξαναβάλτε τον κόκορα ή την κότα μέσα στη κατσαρόλα..
3. Ρίξτε τα φύλλα της δάφνης, το σκόρδο, το μπαχάρι, πασπαλίστε με τη κανέλα και σβήστε με το κόκκινο κρασί.
4. Διαλύστε τον πελτέ σε 1 νεροπότηρο νερό και αδειάστε τον μέσα. Αλατίστε ελαφρά και πιπερώστε. Χαμηλώστε τη φωτιά, σκεπάστε τη κατσαρόλα και αφήστε το να μαγειρευτεί για 1 ώρα.

5. Μειώστε ακόμα περισσότερο τη φωτιά, ρίξτε μέσα τη πασπαλισμένη μυζήθρα καθώς και τα κομματάκια από το κεφαλοτύρι και τη κεφαλογραβιέρα.

6. Φέρτε 2 βόλτες με ξύλινη κουτάλα το φαγητό να μισολειώσουν τα τυριά και τότε το πουλερικό είναι έτοιμο να σερβιρισθεί, έτσι όπως είναι ζεστό στα πιάτα των ανθρώπων σας ή και των καλεσμένων σας.

7. Θα το φάτε όμως σκέτο ; Όχι, θα το συνοδεύσετε με μακαρόνια χοντρά Νο 5 ή πατάτες τηγανητές. Όχι μόνο μ' αυτά. Μια σαλάτα είναι απαραίτητη. Προτείνουμε λάχανο ψιλοκομμένο με μαρούλι μαζί και από πάνω κόβουμε ψιλοκομμένο καρότο. Φυσικά και μερικές ελίτσες μαύρες Καλαματιανές. Τέλος, ένα ποτήρι κόκκινο κρασί, όπως αντιλαμβάνεστε είναι απαραίτητο !

Σημείωση: Μερικές καλές νοικοκυρές σε τούτο τον κόκορα, λίγο πριν βάλουν το τυρί προσθέτουν και 1 φλιτζάνι τσαγιού πράσινες τσακιστές ελιές που ομολογουμένως είναι πεντανόστιμες.

**Κάντε αυτό το φαγάκι, θα γίνει τέλειο, θα σας αποζημιώσει !
Απολαύστε το !**