

ΛΑΔΟΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΑ ΤΡΙΦΥΛΙΑΣ-ΣΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΗΣ ΕΛΙΑΣ

Έπρεπε να γίνει το 4ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ της Ελαιολάδου & Επιτραπέζιας Ελιάς για να μάθουμε περισσότερα πράγματα και για την Ελιά και για το Ελαιόλαδο, το χρυσάφι της Μεσσηνιακής Γης, το καλύτερο και ποιοτικότερο ελαιόλαδο του πλανήτη Γη, το οποίο δεν είναι ένα απλό τρόφιμο, αλλά ένα φάρμακο, όπως απέδειξαν εργαστηριακές έρευνες Αμερικανικού Πανεπιστημίου. .

Στη διάρκεια αυτού του φεστιβάλ, γνωρίσαμε λίγο περισσότερο και την Τριφυλία με τις ομορφιές της, την παράδοσή της και τις αρχαιότητες της, τις φυσικές ομορφιές της. Μάθαμε για τις καλλιέργειες της στα κηπευτικά το καρπούζι, τους αμπελώνες της, τις ελιές και το ελαιόλαδο της. Μάθαμε και για το Ναό της Ανάληψης του Σωτήρος, που είναι ο Αρχαιότερος σωζόμενος ναός στον Ελλαδικό χώρο και βρίσκεται ΝοτιοΑνατολικά της πόλης των Φιλιατρών. Το Ναό της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος, στη Χριστιανούπολη τον είχαμε γνωρίσει στο παρελθόν, όπως έχουμε γνωρίσει και την Άνω πόλη της Κυπαρισσίας με το κάστρο της.

Όλα τα παραπάνω, τα μάθαμε από την υπεύθυνη Δημοσίων Σχέσεων και Επικοινωνίας του Δήμου Τριφυλίας κα Φωτεινή Στυλιανού. Δεν μάθαμε όμως μόνο αυτά, μάθαμε και τα «Λαδομαγειρέματα στα Μονοπάτια της Ελιάς». Ένα έντυπο που το έχει εκδώσει ο Μορφωτικός Σύλλογος Γυναικών Γαργαλιάνων. Το έντυπο αυτό μας ενημερώνει για Παραδοσιακές Συνταγές με κύριο συστατικό το

αγνό παρθένο ελαιόλαδο της Τριφυλίας, μερικές από αυτές σας παρουσιάζουμε σήμερα εδώ στο αφιέρωμα που κάνουμε για το Δήμο Τριφυλίας.

1. ΔΙΠΛΕΣ. ΥΛΙΚΑ: 10 Αυγά (αφαιρούμε 2 ασπράδια), 1 βανίλια, 1 κουταλάκι του γλυκού *baking powder*, 1κιλό αλεύρι περίπου, ελαιόλαδο για το τηγάνισμα. Σιρόπι. 3 ποτήρια νερό, 3 ποτήρια νερού ζάχαρη, 2 ποτήρια νερού μέλι, 1 ξυλάκι κανέλας, λίγο χυμό λεμονιού.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ : Χτυπάμε τα αυγά 45´ λεπτά στο μίξερ μέχρι να φουσκώσουν (έτσι θα μυρίζουν). Ρίχνουμε τη βανίλια, το αλεύρι και το *baking* και ζυμώνουμε ελαφρά. Προσέχουμε να μη σφίξει πολύ η ζύμη. Ανοίγουμε σε φύλλο χειροποίητο ή μηχανής και κόβουμε σε κομμάτια. Ζεσταίνουμε πολύ καλά το ελαιόλαδο και ρίχνουμε τις δίπλες μια – μια. Τις βάζουμε σε ταψί σε απορροφητικό χαρτί. Βάζουμε σε μια κατσαρόλα το νερό και τη ζάχαρη να βράσουν 15´ μαζί με την κανέλα. Ρίχνουμε και το μέλι, ανακατεύουμε, αφήνουμε να πάρει μια βράση και προσθέτουμε και το λεμόνι. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και ρίχνουμε τις δίπλες μια – μια να σιροπιαστούν καλά.

2. ΜΟΥΣΤΟΚΟΥΛΟΥΡΑ. ΥΛΙΚΑ. 7 φλιτζάνια του καφέ λάδι, 4 φλ. ζάχαρη, 3 φλ. πετιμέζι, 3 φλ. χυμό πορτοκάλι, 1 φλ. κονιάκ, 2 κουτ. σούπας κοφτές σόδα, 1 κουτ. μπεϊκιν, 1 φλιτζανάκι σουσάμι καβουρντισμένο. 2 φλ. καρύδι χοντροκομμένο, κανέλα, γαρίφαλα, 1 $\frac{1}{2}$ κιλό αλεύρι περίπου (η ζύμη να είναι μαλακή). ΕΚΤΕΛΕΣΗ. Ανακατεύουμε όλα τα υλικά σε μια λεκάνη και ρίχνουμε το αλεύρι. Πλάθουμε τα κουλουράκια στο σχήμα που θέλουμε και τα βάζουμε στις λαμαρίνες του φούρνου σε λαδόκολλα. Ψήνουμε στον αέρα στους

160ο C μέχρι να ροδίσουν, (μην τα αφήσετε πολύ στο φούρνο γιατί όταν κρυώσουν σκληραίνουν).