

COCINA GRIEGA



La cocina griega es fundamentalmente mediterránea, sus productos básicos son el aceite de oliva, el vino, las legumbres y los pescados. Basados en estos ingredientes, que ya eran mencionados en textos de la antigua Grecia, la influencia bizantina fue y es aún notable, dejando muestras en su forma de comer y de sentir.

Si se añade la influencia oriental se convierte en una cocina reconocida mundialmente con quizás platos mas reconocidos la "moussaka" a base de berenjenas y carne picada, los "dolmades" o rollos de hojas de vid rellenos, el "tzatziki", salsa de yogurt, pepinos y ajo, la "taramosalata", salsa de huevas de pescado, pan, aceite y limón y cientos mas que por su variedad es difícil de resumir.

Grecia es una tierra de tradición y también recetor de muchas influencias pero sin perder su personalidad propia. Es el puente natural entre Europa Asia donde se suman sabores, olores, texturas que aportan los ricos productos del Mediterráneo.

ALBONDIGAS CON ACEITUNAS VERDES **(Soutzoukakia me prasines elies)**

Comida tradicional que emigró junto a los griegos de Asia Menor ante la expulsión de los mismos de su milenaria patria, a manos de los turcos.



INGREDIENTES

- Medio kilo de carne de cerdo picada
- Medio kilo de carne de res picada
- 250 gr. aceitunas verdes descaroizadas
- 2 cebollas picadas
- Media taza de aceite
- 3 dientes de ajo picados
- Medio kilo de miga de pan mojada
- 2 huevos
- 1 cucharada de comino
- Sal, pimienta
- Aceite para freir
- Harina

SALSA

- Un litro de salsa de tomate
- 1 cebolla
- 3 cucharadas de aceite
- Sal, pimienta
- Ajo
- Comino

Se escurre bien la miga de pan mojada y se mezcla con las 2 carnes picadas, la cebolla, el ajo, los huevos, el aceite, el comino, la sal y la pimienta. Se amasa bien y se arman albóndigas alargadas. Se dejan media hora en la heladera cubiertas con papel film. Luego se enharinan y se fríen hasta que estén bien doradas. Se colocan sobre papel absorbente para escurrir. Mientras se prepara la salsa. Se sofríe la cebolla, un ajo entero y media cucharadita de comino. Se agrega el tomate la sal y la pimienta y se deja hervir 6 – 7 minutos hasta que espese. Luego se agregan, en la salsa, las albóndigas y las aceitunas y se deja hervir otros 5-6 minutos. Servir espolvoreado con perejil picado

MELOMAKARONA

(BIZCOCHOS DE MIEL PARA NAVIDAD)

Las *melomakarona*, o galletitas de miel y especias aparecen en todas las panaderías en el primer domingo de adviento. Esto es así por la función que cumplen: son galletitas que se comen durante el ayuno que se realiza durante esta época del año. El ayuno del adviento, antes de la Navidad, es un período de tiempo donde no se consume ningún producto de origen animal: ni carne, ni leche, ni huevos. Y al finalizar el mismo se hacen grandes celebraciones, con toda la familia extendida, en la que todos cocinan juntos o aportan algo a la mesa familiar.



INGREDIENTES

2 tzas. Aceite
1 tza. Azúcar
½ tza. Cognac

½ tza. jugo de naranja
canela
ralladura de naranja
7 ½ tzas. harina
2 ctas. Polvo de hornear
1 cta. bicarbonato de sodio
½ tza. nueces

ALMIBAR

2 tzas. miel
2 tzas. azucar
1 tza. agua

PREPARACION

Se baten juntos el aceite, el Cognac, el jugo de naranja, la ralladura de naranja y el azucar.

Cernir juntos harina, polvo de hornear, el bicarbonato, ½ tza. de nueces picadas, canela, clavo de olor en polvo y pizca de nuez moscada. Luego se incorpora la harina a la mezcla del aceite hasta tomar toda la harina. Se amasa. Si se necesita, se pone un poco mas de la harina hasta que este manuable. Se toman pedacitos de masa y se les da forma.

Se ponen los melomakarona en una asadera y se cuecen en horno moderado (359oF o 177oC) por 25 min. aprox.

Se hierve por 5 min. el almibar con la miel, azucar y agua.

Se dejan enfriar los melomakarona dentro de la asadera y luego se les hecha el almibar caliente hasta que chupen todo el almibar. Se pica ¼ tza. de nueces, se le agrega canela y azucar y se salpican encima de los melomakarona.