

Ana Došen
103 GRČKA JELA
(Slana i slatka, ukusna i
jednostavna za pravljenje)



Beograd 2021.

Ana Došen
103 ĆRČKA JELA
(Slana i slatka, ukusna i
jednostavna za pravljenje)

Izdavač
3D+
Beograd

Plasman
+381 63 581 502

Za izdavača
Anka Srećković

Urednik
Ivan Srećković

Grafički dizajn
3D+, Beograd

Tiraž
300

Štampa
3D+, Beograd



Ana Došen
**103 GRČKA
JELA**

(Slana i slatka, ukusna i
jednostavna za pravljenje)



Neodoljiva grčka kuhinja

Kao i ostale mediteranske zemlje Grčka obiluje suncem i to se može osetiti u svim aspektima života, a samim tim i u kuhinji. Blaga sredozemna klima omogućava Grčkoj uzgoj kvalitetnog voća i povrća, maslinu i začinskog bilja.

Grčka kuhinja je jedna od najstarijih kuhinja u Evropi. Ona se počela razvijati još u Starom veku. S obzirom na bliske veze koje su tokom istorije postojale sa istokom, Grčka je prihvatile i odomaćila mnoga jela sa turskih i arapskih prostora.

Grčku kuhinju, kao i sve mediteranske kuhinje odlikuje intenzivna boja, aroma i velika raznovrsnost namirnica.

Ova ishrana je veoma zdrava jer se za pripremanje jela uglavnom koriste biljna ulja. Najkarakterističniji element grčke kuhinje je maslinovo ulje koje se koristi u većini jela. Legenda kaže da su Grci drvo masline dobili na dar od boginje Atine, po kojoj su u znak zahvalnosti nazvali svoj grad.

A close-up photograph of a Greek salad served in a shallow, round, brown ceramic bowl with a marbled pattern. The salad consists of fresh ingredients: cubed feta cheese, sliced red bell peppers, sliced green bell peppers, sliced red onions, and black olives. The bowl is set against a dark green background.

SALATE

Tzatziki

Potrebno je:

- 1/2 l pavlake
 - 1 srednji krastavac
 - 2 čena belog luka
 - 1 kašika maslinovog ulja
-

Oljuštiti krastavac i krupno ga izrendati. Ostaviti da pusti sok, pa ga procediti kroz krpnu.

U jogurt dodati oceđen krastavac, sitno narendan beli luk i dobro promešati. Dodati ulje, so i limunov sok, promešati i staviti u frižider da se dobro rashladi.

Grčka salata sa fetom (horiatiki salata)

Potrebno je:

500 g paradajza
1 kašika vinskog sirćeta
150 g luka
200 g ſeta sira
2 kašika maslinovog ulja
250 g krastavaca
50 g maslina
2 šargarepe

Paradajz i krastavce iseći na kockice, a luk na režnjeve.

Iseći ſeta-sir na kockice.

Sve sastojke staviti u jednu veću činiju.

Salatu začiniti maslinovim uljem i vinskim sirćetom. Posuti origanom, posoliti i promešati.

Sadržaj

| | |
|---|-----------|
| Neodoljiva grčka kuhinja..... | 5 |
| SALATE | 9 |
| Tzatziki..... | 11 |
| Grčka salata sa fetom (horiatiki salata)..... | 12 |
| Tahini humus sa Samotrakija | 13 |
| Salata sa čućicama | 14 |
| Grčka salata od sardina | 16 |
| Salata sa haringama..... | 17 |
| Seljačka salata | 18 |
| Salata šef..... | 19 |
| Pirinejska salata | 20 |
| Vizantijska salata | 21 |
| Salata od krompira..... | 22 |
| SOSEVI | 25 |
| Sos od jogurta i cvekle | 27 |
| Sos za ribu..... | 28 |
| Beli sos (Bešamel) | 29 |
| Sos od belog luka | 30 |
| Sos od paradajza 1 | 31 |
| Sos od paradajza 2..... | 32 |
| Beli kiseli sos | 33 |
| PITE I HLEBOVI | 35 |
| Grčki hleb | 37 |
| Grčki božićni hleb | 38 |
| Pita sa sirom i spanaćem..... | 39 |
| Kreatopita (pita sa mesom) | 40 |
| Tiropita - grčka pita sa feta sirom | 42 |
| Burekakia..... | 43 |
| Grčka pita sa šunkom..... | 44 |
| Grčka pita sa sirom | 45 |

| | |
|--|-----------|
| SUPE I ČORBE..... | 47 |
| Grčka supa | 49 |
| Jagnjeća čorba | 50 |
| Supa od sočiva | 51 |
| Supa sa povrćem | 52 |
| Supa od leblebjija..... | 53 |
| Kakavia - riblja čorba | 55 |
| GLAVNA JELA | 57 |
| Sarmice sa vinovim lišćem..... | 59 |
| Grčka musaka..... | 60 |
| Musaka od praziluka..... | 61 |
| „Melitzanes” - Musaka od plavog patlidžana | 62 |
| Musaka sa testeninom | 64 |
| Zapečena testenina | 66 |
| Pastiticio - grčki rezanci | 68 |
| Tesalijske čuftice | 70 |
| Hristoduli tikvice | 72 |
| Kebab u lepinji „Iraklion” | 73 |
| Tikvice Akropolis | 74 |
| Brijam | 75 |
| Suvlaki - grčki pileći ražnjići | 76 |
| Tas kebab | 78 |
| Pasticio | 79 |
| Grčka piletina | 81 |
| Grčka musaka bez mesa | 82 |
| Brijam | 83 |
| Papucaki..... | 84 |
| Grčki omlet | 86 |
| Loptice od mlevenog mesa..... | 87 |
| Grčke čufte 1..... | 88 |
| Grčke čufte 2 | 89 |
| Čufte sa tikvicama | 90 |
| Juneće šnice sa pivom, senfom i slaninom | 91 |
| Gulaš sa makaronima | 92 |
| Grčki kiseli kupus | 93 |

| | |
|---|------------|
| Meso za roštilj | 94 |
| Rižoto sa morskim plodovima | 95 |
| Somovina na grčki način | 96 |
| Škampi sa medom | 97 |
| Hobotnica sa vinom | 98 |
| Pržene dagnje | 99 |
| Mašnice sa tunjevinom | 100 |
| Sardele ili papaline sa paradajzom pečene u rerni | 101 |
| Punjena čurka..... | 102 |
| Grčko pile | 104 |
| Piletina na grčki način | 105 |
| „Lemonato” piletina | 106 |
| Grčke čufte sa piletinom | 107 |
| Polpete - kuglice od mesa | 108 |
| Kuglice od krompira | 110 |
| Punjeni krompir | 111 |
| Paprike punjene fetom | 112 |
| Punjeni grčki paradajz..... | 113 |
| Gulaš | 114 |
| Paprikaš od jagnjetine sa blitvom | 115 |
| Patates lemonates - grčki krompir sa limunom | 116 |
| Spanać sa pirinčem | 117 |
| SLATKIŠI | 119 |
| Grčka baklava..... | 121 |
| Galatobureko (Slatka mlečna musaka) | 122 |
| Galatopita - grčka pita od mleka..... | 124 |
| Loukoumades (grčke krofnice) | 125 |
| Grčki sladoled | 126 |
| Melomakarona | 127 |
| Voćna salata | 128 |
| Alva | 129 |
| Alva od griza (Chalvas Simigdalenio) | 130 |
| Oblande sa kikirikijem | 131 |
| Grčka čokoladna baklava | 132 |
| Kolač od oraha | 134 |

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Kolač od jogurta | 135 |
| Kourabiedes – kolačići sa Metaxom | |
| (Grčki božićni kolačići) | 136 |
| Kataifi | 138 |
| Pita sa orasima | 140 |
| Diplesi..... | 141 |
| Bugaca..... | 142 |
| Sutlijjaš..... | 143 |
| Kolač sa jabukama | 144 |
| Uštipci sa medom i susamom | 146 |
| Vasilopita..... | 147 |

CIP - Каталогизација у публикацији - Народна
библиотека Србије, Београд

641.5(=14'06)(083.12)

ДОШЕН, Ана, 1967-

103 грчка јела : (Slana i slatka, ukusna jednostavna
za pravljenje) / Ana Došen. - Beograd : 3D+, 2021
(Beograd : 3D+). - 150 str. : ilustr. ; 21cm
Tiraž 300.

ISBN 978-86-6367-092-1

a) Куварски рецептите, грчки
COBISS.SR-ID 36033545
