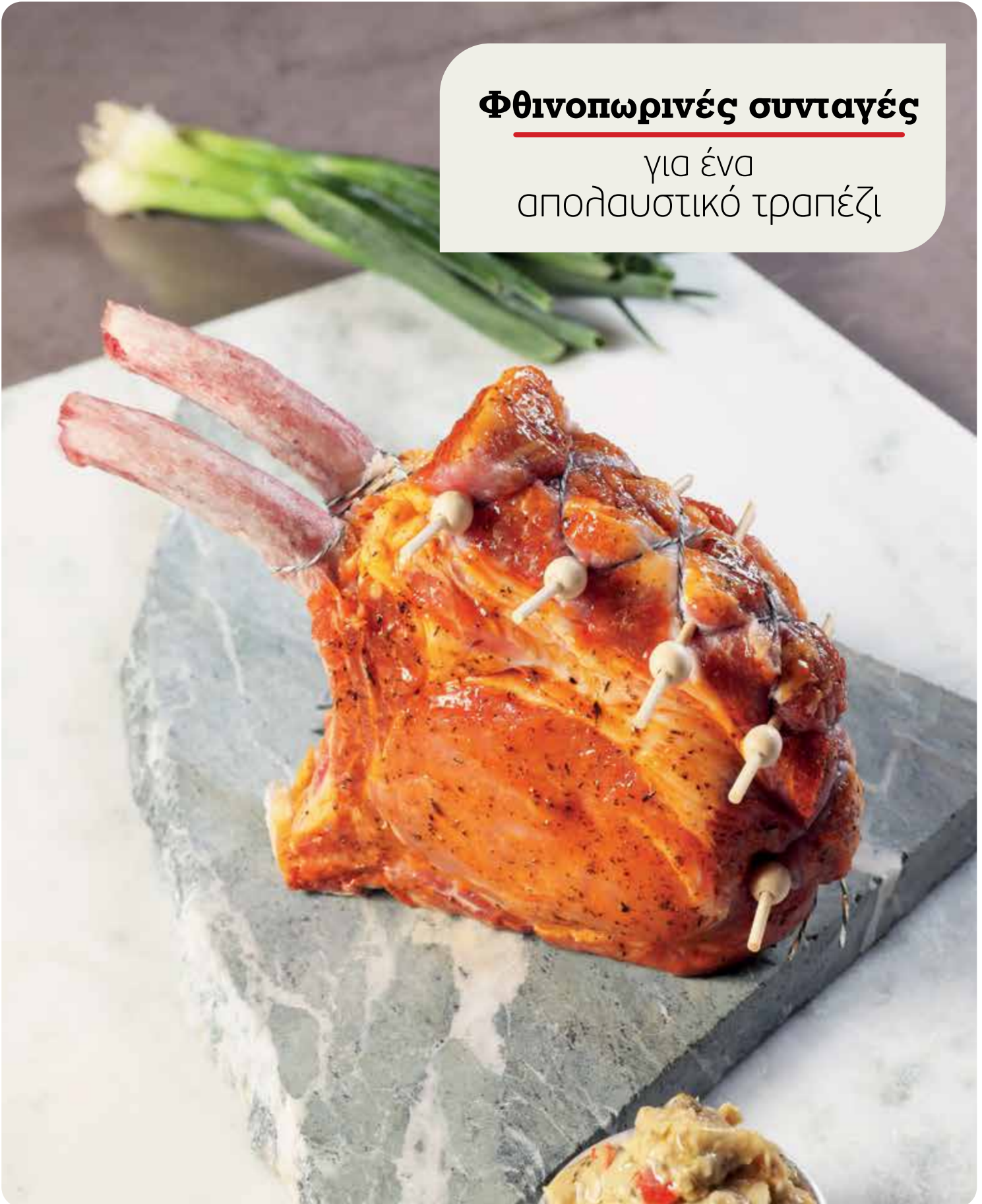


## Φθινοπωρινές συνταγές

για ένα  
απολαυστικό τραπέζι



# ΜΟΣΧΑΡΙ ΣΙΔΗΡΟΔΡΟΜΟΣ



## ΥΛΙΚΑ

- 1,5 - 2kg μοσχάρι σιθηοπλευρά (Μ/Ο)
- 10g **Decor Southern** (κωδ. 40025-B)
- 100g **Μαρινάτα Smokey BBQ**  
(κωδ. 50625 - CL)

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Με ένα πινέλο απλώνουμε την μαρινάτα Smokey BBQ σε όλη την επιφάνεια του κρέατος φροντίζοντας να καλυφθεί καλά.
2. Καρυκεύουμε με το καρύκευμα southern την πλευρά που βρίσκεται το κρέας.
3. Μπορούμε να το παρουσιάσουμε κομμένο σε μικρά κομμάτια (παϊδάκια) όμως έχει καλύτερο αποτέλεσμα το κομμάτι ολόκληρο.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Ψήνουμε στο φούρνο στους 170°C σκεπασμένο με αλουμινόχαρτο ή σε γάστρα για 2 - 2 1/2 ώρες και ξεσκεπάζουμε συνεχίζοντας το ψήσιμο μέχρι να πάρει χρώμα.



# ΚΟΠΑΝΑΚΙΑ ΠΑΝΑΡΙΣΤΑ

## ΥΛΙΚΑ

1kg κοπανάκια κοτόπουλο (10-12) τεμ.  
15g **Καρύκευμα Gallina** (κωδ. 40022-CL)  
300g **Πανάρισμα Πολύχρωμο** (κωδ. 40076)  
3-4κ.σ. στραγγιστό γιαούρτι

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Ξεκοκαλίζουμε τα κοπανάκια προσεκτικά, αφήνοντας το κόκαλο και το φινίριουμε, ώστε να μείνει το κρέας στην άκρη του κόκαλου (lollipop).
2. Ανακατεύουμε το γιαούρτι με το καρύκευμα Gallina και μαρινάρουμε με το μείγμα που φτιάξαμε τα κοπανάκια χωρίς να λερώσουμε το κόκαλο.
3. Στη συνέχεια τα περνάμε από το πανάρισμα πιέζοντας ελαφρά να κολλήσει.

**Tip:** προαιρετικά τυλίγουμε το κόκαλο με χαρτί ψησίματος ή αλουμινόχαρτο.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Τοποθετούμε σε ταψί με λαδόκολλα και ραντίζουμε με λίγο ελαιόλαδο. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 15 λεπτά. Εναλλακτικά τηγανίζουμε σε άφθονο λάδι στους 165°C.



# ΛΑΧΑΝΟΝΤΟΛΜΑΔΕΣ

## ΥΛΙΚΑ

1kg κιμάς ανάμεικτος (50/50)  
125g **Combi Greco** (κωδ. 45554-CL)  
100g ρύζι γλασέ  
½ ματσάκι άνθος ψιλοκομμένος  
1 ματσάκι φρέσκο κρεμμυδάκι ψιλοκομμένο  
Χυμό από 1 λεμόνι  
200ml νερό  
1 μεγάλο λάχανο  
20-30ml ελαιόλαδο  
Ηλιέλαιο

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Ενυδατώνουμε το combi Greco με το νερό και το χυμό λεμονιού.
2. Προσθέτουμε τον κιμά, τα αρωματικά και ζυμώνουμε. Ρίχνουμε το ρύζι και το ελαιόλαδο και ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί.
3. Βγάζουμε τα φύλλα απ' το λάχανο και τα ζεματίζουμε για να μπορούν να τυλιχτούν.
4. Γεμίζουμε με το μείγμα του κιμά τα φύλλα και τοποθετούμε τους ντολμάδες στο δισκάκι.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Βράζουμε με λίγο νερό σε κατσαρόλα για 1 ώρα περίπου. Εναλλακτικά τους βάζουμε σε πυρίμαχο σκεύος, τους σκεπάζουμε και ψήνουμε στο φούρνο στους 180°C για 1 ώρα περίπου.



# ΚΡΑΣΑΤΑ ΧΟΙΡΙΝΑ ΡΟΛΑΚΙΑ ΜΕ ΓΕΜΙΣΗ ΦΕΤΑΣ



## ΥΛΙΚΑ

1kg χοιρινός λαιμός Α/Ο  
250g **Σάλτσα Κρασάτη** (κωδ. 55737)  
80g **Πέστο Λιαστής Τομάτας** (κωδ. 55654)  
20g **Καρύκευμα Ήπειρος** (κωδ. 42210-CL)  
200g φέτα  
100g πράσινη πιπεριά ψιλοκομμένη

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Ψήνουμε τα ρολάκια σε ταψί σκεπασμένα στους 170°C για 80 λεπτά με λίγο κόκκινο κρασί. Για γευστικότερο αποτέλεσμα τα σωτάρουμε πριν το ψήσιμο.

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Κόβουμε το χοιρινό σε λεπτές φέτες. Τις χτυπάμε να ανοίξουν με το μπάτη σε πάχος μισό εκατοστό (εναλλακτικά τις περνάμε από σνιτσελομηχανή).
2. Σε μια μπασίνα ανακατεύουμε την φέτα με το πέστο λιαστής τομάτας και την πιπεριά.
3. Στρώνουμε μια φέτα χοιρινού στον πάγκο και βάζουμε από πάνω μια κουταλιά απ' το μείγμα με την φέτα.
4. Τυλίγουμε σε ρολό και δένουμε σταυρωτά με σπάγκο σε δεματάκι.
5. Τοποθετούμε σε πυρίμαχο δισκάκι ή άλλο σκεύος και περικύνουμε με την σάλτσα κρασάτη.

# ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ ΓΕΜΙΣΤΟ ΓΟΝΔΟΛΑ

## ΥΛΙΚΑ

- 800g χοιρινός κιμάς (σπάλα)
- 200g λαρδί χοιρινό
- 24g **Καρύκευμα Λουκάνικο Τζουμαγιάς** (κωδ. 37002-CL)
- 200g **Γέμιση Λαχανικών** (κωδ. 55012)
- 1g **Πάπρικα Γλυκιά** (κωδ. 13802)
- 200g κρέμα τυριού
- Έντερο χοιρινό

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Περνάμε το κρέας και το λαρδί από κρεατομηχανή σε λεπτή σίτα (4mm)
- Σε μια μπασίνα ανακατεύουμε τον κιμά και προσθέτουμε το καρύκευμα για λουκάνικο Τζουμαγιάς διαλυμένο σε νερό, την πάπρικα και αναμιγνύουμε καλά.
- Ξεπλένουμε τα έντερα και τα γεμίζουμε με την κρεατομάζα. Ετοιμάζουμε λουκάνικα μήκους 8-10cm και τα κρεμάμε σε δροσερό μέρος, χωρίς υγρασία, να στεγνώσουν.
- Αφού στεγνώσουν (1-2 μέρες) τα σχίζουμε κατά μήκος και τα γεμίζουμε με την γέμιση λαχανικών. Γαρνίρουμε με την κρέμα τυριού χρησιμοποιώντας ένα κορνέ.



## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 15 λεπτά.

# ΧΟΙΡΙΝΗ ΜΠΡΙΖΟΛΑ "ΝΤΟΥΕΤΟ"



## ΥΛΙΚΑ

- 1,5kg περίπου χοιρινό καρέ (Μ/Ο)
- 60g **Μαρινάτα Σχάρας** (κωδ. 50605-CL)
- 150g **Γέμιση Μανιταριών** (κωδ. 55029)
- Οδοντογλυφίδες μπαμπού
- Σπάγκος

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Κόβουμε διπλή μπριζόλα (2 κόκαλα) και στο κάτω μέρος με το μαχαίρι ανοίγουμε μία τομή κάθετη, να δημιουργηθεί μία τσέπη.
- Αλείφουμε λίγη μαρινάτα σχάρας εσωτερικά της τσέπης και με ένα κουτάλι τη γεμίζουμε με τη γέμιση μανιταριών (με όση ποσότητα επιθυμούμε).
- Κλείνουμε με οδοντογλυφίδες και τις στερεώνουμε με τον σπάγκο σφικτά να μην ανοίξει.
- Με ένα πινέλο αλείφουμε το κρέας και εξωτερικά με τη μαρινάτα.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ

Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για 1 περίπου ώρα ή στη σχάρα.

## Οι Ευρωπαϊκές τάσεις στην Λιανική του κρέατος!

Με βάση τις προτιμήσεις των καταναλωτών.



Οι τάσεις στο κρεοπωλείο, όπως συμβαίνει με όλες τις τάσεις στο τρόφιμο, είναι δυναμικές και συχνά μεταβαλλόμενες. Οι επαγγελματίες χρειάζεται να τις παρακολουθούν και να ακολουθούν, ώστε να είναι



επίκαιροι στα μάτια των πελατών. Με βάση αυτή την αγοραστική συμπεριφορά των καταναλωτών, θα σας παρουσιάσουμε κάποιες τάσεις οι οποίες επικρατούν σε Ευρωπαϊκό επίπεδο.

### ○ Ο κρεοπώλης ως σύμβουλος

Παρατηρείται ότι ο καταναλωτής στρέφεται πλέον στον κρεοπώλη για μια πλειάδα συμβουλών. Ποιες είναι οι πιο κατάλληλες κοπές για το φαγητό, ποιος είναι ο χρόνος ψισίματος του κάθε κομματιού, ποια είναι η ιδανική καρύκευση, είναι μερικά ερωτήματα στα οποία ο σύγχρονος κρεοπώλης καλείται να απαντήσει και να προσφέρει λύσεις.

### ○ Ευκολία και Αξία

Ο καταναλωτής σήμερα αναζητά έτοιμες λύσεις για το καθημερινό τραπέζι οι οποίες είναι εύκολες στο μαγείρεμα, γευστικές και κοντά στις διατροφικές του συνήθειες. Η ποικιλία και οι προσφορές σε μοναδικά προϊόντα καθιστούν τον επαγγελματία ανταγωνιστικό και προσφέρουν περισσότερη αξία στον καταναλωτή.

### ○ Νέα τιμολογιακή προσέγγιση

Ο καταναλωτής πλέον, κυρίως λόγω τρόπου ζωής, προτιμά να αγοράζει με το τεμάχιο και όχι με το κιλό. Αυτό είναι πιο σύνθετο ανάμεσα στους νεότερους καταναλωτές, οι οποίοι κάνουν τις αγορές τους σύμφωνα με ένα προκαθορισμένο budget και επειδή έχουν λιγότερες ανάγκες (μικρότερα νοικοκυριά).

### ○ Ο καταναλωτής κάνει τις δικές του προτάσεις

Σε πολλές Ευρωπαϊκές αγορές, ο καταναλωτής πηγαίνει στον κρεοπώλη με την δική του συνταγή. Ζητά συγκεκριμένο κρέας, ειδικές κοπές, προϊόντα με ποικιλία γεμίσεων, συμβουλές μαγειρέματος και πολλά άλλα. Αυτό συμβαίνει κυρίως την περίοδο των γιορτών.

Ο καταναλωτής επισκέπτεται τον κρεοπώλη για προϊόντα τα οποία δεν μπορεί να βρει πουθενά αλλού.

Προϊόντα μοναδικά, που χαρακτηρίζονται από υψηλή ποιότητα, γευστική ποικιλία και είναι υψηλής θρεπτικής αξίας.

Ο επαγγελματίας σήμερα έχει ένα πολύπλευρο χαρακτήρα, που απαιτεί πολλές και διαφορετικές γνώσεις. Εκτός από τεχνίτης και δημιουργός είναι και επιχειρηματίας, ο οποίος χρειάζεται να είναι σε μια συνεχή αναζήτηση νέων τρόπων προσέγγισης και εξυπηρέτησης των πελατών του.



provil

Taste & Flavour

PROVIL A.E.: Ελληνική Βιομηχανία Παραγωγής Βοηθητικών Υλών Τροφίμων

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: ΒΙ.ΠΕ. Σίνδου, Οδός Α3 - 57022 | Τ. 2310 795730 / Φ. 2310 795732

ΑΘΗΝΑ: Λεωφ. Λαυρίου 109, Γλυκά Νερά, 15354 - Αττική | Τ. 210 6657680 / Φ. 210 6657686

info@provil.gr | www.provil.gr | Facebook/ProvilGreece

