

# Καθαριότητα ψυγείου



Το ψυγείο είναι το σεντούκι που φυλάμε τους διατροφικούς θησαυρούς μας. Όχι μόνο πρέπει να το έχουμε καθαρό αλλά πρέπει να μάθουμε και κάποια σχετικά tips ψυγείο τα οποία θα μας βοηθήσουν πολύ όσον αφορά τα τρόφιμα αλλά και την καθημερινότητά μας. Εμείς βρήκαμε για εσάς τα πιο ενδιαφέροντα και σημαντικά tips ψυγείου και σας τα παραθέτουμε. Θα χαρούμε αν έχετε και εσείς κάποιο να εμπλουτίσετε τη λίστα μας αφήνοντας από κάτω ένα comment.

Το ψυγείο στην κουζίνα μας είναι ένα υπεραξιόπιστο Samsung με τη μεγαλύτερη χωρητικότητα της αγοράς για τις συγκεκριμένες εξωτερικές διαστάσεις, No Frost, ήσυχο, και με twin cooling system για καλύτερη απόδοση και αυτονομία. Το τέλειο είναι η εργονομία στο εσωτερικό με αναδειπλούμενα ράφια πολλαπλούς χώρους για ιδανική οργάνωση των τροφίμων. Πάνω από όλα το ατού είναι η σωστή ψύξη σε σωστά επίπεδα θερμοκρασίας και υγρασία για να μένουν τα τρόφιμα φρεσκοτάτα! Δείτε ψυγειοκαταψύκτες Samsung [εδώ](#) και στο επίσημο site της Samsung [εδώ](#).

## ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ ΨΥΓΕΙΟΥ

Μια από τις καλύτερες λύσεις για να καθαρίσεις το ψυγείο είναι το **λευκό ξύδι**. Το λευκό ξύδι καθαρίζει τέλεια, είναι εντελώς φυσικό και η μυρωδιά του είναι υποφερτή -ειδικά σε σχέση με άλλα καθαριστικά-. Χρησιμοποιώντας ξύδι για να καθαρίσετε το ψυγείο σας, κάνετε οικονομία καθώς το συγκεκριμένο προϊόν έχει μικρό κόστος. **Extra tip:** Το λευκό ξύδι χρησιμοποιείται για να καθαρίσεις και τον φούρνο μικροκυμάτων. Επίσης για να καθαρίσεις το ψυγείο σου ιδανικό είναι το πράσινο σαπούνι και η μαγειρική σόδα.

### **Καθάρισε το ψυγείο σου με λευκό ξύδι**

-Αδειάζεις εντελώς το ψυγείο από τρόφιμα αλλά και από τα ράφια του.

-Σε ένα μπολ βάζεις μία κούπα λευκό ξύδι με δύο κούπες ζεστό νερό και λίγες σταγόνες υγρό

πιάτων.

- Χρησιμοποιώντας ένα σφουγγάρι καθαρίζουμε το εσωτερικό του ψυγείου από πάνω προς τα κάτω.
- Ξέπλυσε με υγρό βετεξ και τελείωσε με στεγνή πετσέτα.
- Σαπούνισε ξεχωριστά τα ράφια με υγρό πιάτων και άφησέ τα στον πάγκο μέχρι να στεγνώσουν.
- Σαπούνισε όλα τα εξαρτήματα του ψυγείου (αυγοθήκες κτλ) και ξαναβάλτα στην θέση τους.

### **Πως να καθαρίσω τα λάστιχα του ψυγείου;**

Έχεις παρατηρήσει πως το ψυγείο σου γίνεται απίστευτα βρώμικο στο σημείο που υπάρχουν τα λάστιχα; Αν όχι πήγαινε τώρα στο ψυγείο σου και επιβεβαίωσέ το. Αν το έχεις δει και δεν ξέρεις τι να κάνεις για να το αφαιρέσεις τότε κάνε βήμα βήμα ότι σου πω.

Πάρε μια παλιά οδοντόβουρτσα και βούτα την σε ένα μείγμα νερού και μαγειρικής σόδας. Τρίβοντας αρκετά και σχολαστικά θα δείτε πως μετά από λίγο η βρωμιά θα αρχίσει να αφαιρείται και το ψυγείο θα λάμπει και πάλι.

### **Γενικά tips ψυγείου:**

1. Κλείνε καλά τις συσκευασίες των τροφίμων. Όσο είναι ανοιχτές κινδυνεύουν να μεταφέρουν μικρόβια αλλά και να χυθούν και να λερώσουν το ψυγείο σου.
2. Η κανονική θερμοκρασία ψυγείου είναι 5 βαθμοί Κελσίου (για το μεσαίο ράφι). Θα πρέπει να γνωρίζεις πως η θερμοκρασία δεν είναι ίδια για όλα τα μέρη του ψυγείου.
3. Το καλοκαίρι θα πρέπει να βάζουμε χαμηλότερη θερμοκρασία.
4. Προτίμησε τα γυάλινα τάπερ παρά τα πλαστικά καθώς είναι πιο υγιεινά.
5. Το ιδανικό για την καθαριότητα ψυγείου είναι να γίνεται σε μηνιαία βάση.
6. Στην πόρτα του ψυγείου, βάλε προϊόντα που χρειάζονται ελαφρά ψύξη όπως αναψυκτικά και σάλτσες. Στα μεσαία ράφια μπορείς να βάλεις γαλακτοκομικά, αλλαντικά, τυριά και φαγητό που περίσσεψε. Το πιο χαμηλό ράφι, πάνω από τα συρτάρια των φρούτων και λαχανικών, είναι το πιο ψυχρό σημείο του ψυγείου και εκεί μπορείς να βάλεις το νωπό κρέας ή το ψάρι.
7. Μην γεμίζεις υπερβολικά το ψυγείο καθώς δημιουργείς πρόβλημα στην ψύξη.

Μην ξεχάσεις να δεις.

[Τι δεν πρέπει να βάζουμε στο ψυγείο](#)

---

## **Κοτόπουλο: tips και πληροφορίες που θέλεις να μάθεις**



Το κοτόπουλο είναι από τα πιο άπαχα κρέατα που μπορείς να επιλέξεις. Είναι ιδανικό για δίαιτα και δεν είναι καθόλου “βαρύ” στη γεύση. Το συγκεκριμένο λευκό κρέας είναι αυτό που προτιμούν να καταναλώνουν οι περισσότεροι ακόμη και αν δεν αγαπούν ιδιαίτερα το κρέας μιας και είναι από τα πιο ήπια σε γεύση κρέατα. Σήμερα θα μάθουμε μερικά πράγματα για το λευκό κρέας του κοτόπουλου που συνοδεύει τέλεια τις πατάτες στο Κυριακάτικο τραπέζι μας και κάνει μικρούς και μεγάλους να λιγουρεύονται λίγο παραπάνω.

#### **INFO:**

- Απέφυγε να φας ένα κοτόπουλο αν το κρέας του δεν είναι σφριγηλό και σκληρό, αν μυρίζει άσχημα και αν τα κόκαλα γύρω από το κρέας έχουν σκουρότερο χρώμα.
- Όταν πάνεις ωμό το κοτόπουλο φρόντισε να φοράς γάντια ή να έχεις πλύνει σχολαστικά τα χέρια σου αλλά και τα σκεύη που θα χρησιμοποιήσεις.
- Το κοτόπουλο διατηρείται 3 μέρες στο ψυγείο και 1 μήνα στην κατάψυξη.
- Όταν έχεις το κοτόπουλο στο ψυγείο μην το βάζεις σε μεμβράνη αλλά σε ένα γυάλινο μπολ, σκεπασμένο με ένα πιάτο. Μην χρησιμοποιήσεις πλαστικό μπολ.
- Το κοτόπουλο δε θα πρέπει να παραμείνει σε θερμοκρασία δωματίου, ή πιο συγκεκριμένα σε θερμοκρασίες μεταξύ 4 και 60oC για περισσότερο από μια ώρα.
- Η κατάψυξη δεν σκοτώνει τα μικρόβια του κοτόπουλου, για να σκοτωθούν χρειάζεται σωστό ψήσιμο.
- Μην ξεχάσεις να πλύνεις καλά όλα τα σκεύη (μπολ, μαχαίρια, επιφάνιες κοπής) που χρησιμοποιήθηκαν για το νωπό κοτόπουλο.



Κάποια πράγματα για το μαρινάρισμα του κοτόπουλου:

- Αν η μαρινάδα περιέχει κάποιο όξινο συστατικό (όπως πχ. κόκκινο κρασί ή ξύδι) θα διασπάσει τις ανθεκτικές πρωτεΐνες στο κρέας και θα το κάνει πιο τρυφερό.



- Το μαρινάρισμα με όξινα συστατικά δε θα πρέπει να ξεπερνάει τη μια ώρα για να μην υπερισχύσει η γεύση του από αυτή του κοτόπουλου.
- Με το μαρινάρισμα αποφεύγουμε το στέγνωμα του κρέατος αλλά και προσθέσουμε ένα γευστικό τόνο μπαχαρικών στο τελικό πιάτο.

Συνταγές και άλλα post με κοτόπουλο

[Κοτοσαλάτα με γιαουρτι](#)

[Μακαρονάδα του Καίσαρα](#)

[Caesar Burger](#)

[Ceasars Sandwich](#)

[Caesars Salad](#)

[Κοτόπουλο με Corn Flakes και Μέλι](#)

[Κλάμπ σάντουιτς με κοτόπουλο](#)

[Το πολυχρηστικό Κοτόπουλο](#)

[Στραπατσάδα με κοτόπουλο](#)

[Κοτόπουλο σουβλάκι με μπέικον, λιαστές ντομάτες και κασέρι](#)

[Σάντουιτς με κοτόπουλο](#)

---

## Συμβουλές και tips για τέλειες σφακιανές πίτες



Αχ αυτές οι σφακιανές πίτες, είναι φανταστικές στη γεύση, ξεσηκωτικές στην όψη και εξαιρετικές στην υφή. Αν έχεις επισκεφθεί την Κρήτη και δοκίμασες το σίγουρο είναι πως δεν σε άφησαν ασυγκίνητο. Σε περίπτωση που δεν έχεις δοκιμάσει, σε προτρέπω να το κάνεις καθώς οι σφακιανές

πίτες μαζί με σφακιανό, θυμαρίσιο μέλι είναι πραγματικά ένας μικρός γευστικός οργασμός του ουρανίσκου σου.

Σήμερα θα σου μάθω κάποια μικρά tips για να κάνεις τις πιο τέλειες σφακιανές πίτες και να ξετρελλάνεις τους φίλους σου αλλά και τον ίδιο σου τον εαυτό.

### **Tips για φανταστικές, υπέροχες, μοναδικές ΣΦΑΚΙΑΝΕΣ ΠΙΤΕΣ:**

- Μπορείς να καταψύξεις τις πίτες πριν το τηγάνισμα, βάζοντας ανάμεσά τους αντικολλητικό χαρτί.
- Μπορείς να βάλεις και πηχτόγαλο Χανίων για πιο έντονη “γεύση” Κρήτης αλλά και καλύτερο τελικό αποτέλεσμα.
- Αφήνεις την πίτα να ψηθεί τόσο όσο να αρχίσει να κουνιέται από το τηγάνι.
- Η σφακιανή πίτα θέλει μέτρια φωτιά και πολλά γυρίσματα.
- Το τυρί που θα βάλεις στην σφακιανή πίτα θα πρέπει να είναι στραγγισμένο, ειδικά αν είναι κάποιο τυρί με πολλά υγρά.
- Το τυρί δεν θα πρέπει να είναι παγωμένο όταν έρθει σε επαφή με το ζυμάρι.
- Συνόδεψε τις σφακιανές πίτες ιδανικά με τέλειο σφακιανό, θυμαρίσιο μέλι.

Μην ξεχάσεις να πεις και μια ρακή!



## Tips & Συμβουλές για την τέλεια μακαρονάδα



Οι μακαρονάδες εδώ στην Ελλάδα είναι η αδυναμία μας. Τις μαγειρεύουμε πολύ και μάλιστα με πολλές και διαφορετικές παραλλαγές. Τι γίνεται όμως όταν μας λείπουν κάποια μικρά μυστικά για να κάνουμε την μακαρονάδα μας ακόμη πιο τέλεια; Μην ανησυχείς , σε αυτό το ποστ μπορείς να βρεις τα πάντα για τα μακαρόνια.

- Για σωστό μαγείρεμα μακαρονιών θα πρέπει να βράσεις τα ζυμαρικά σου σε μεγάλη κατσαρόλα με άφθονο νερό. (1 λίτρο νερού για κάθε 100 γρ. ζυμαρικών)
- Ρίξε 2 κ.σ. αλάτι σε 5 λίτρα στο νερό που θα βράσεις 1 πακέτο μακαρόνια. Αυτό σημαίνει περίπου μισό κουταλάκι αλάτι για κάθε λίτρο νερό. Για ακόμα πιο εντονη γεύση μπορείς να βάλεις και μια ακόμα κουταλιά στα 5 λίτρα αλλά όχι παραπάνω.
- Αν βάλεις αλάτι πριν βράσει το νερό καθυστερείς τον βρασμό για κάτι λιγότερο από 10 δευτερόλεπτα.

- Αν δεν θέλεις να σου κολλήσουν τα μακαρόνια ανακάτεψε συχνά.
  - Τα μακαρόνια σου πρέπει να είναι al dente. Σαφώς αυτό είναι θέμα γούστου αλλά τα al dente είναι τα αυθεντικά, ιταλικά ζυμαρικά.
  - Η προσθήκη λαδιού στο νερό που βράζει δεν βοηθάει και τόσο πολύ στο να μην κολλάνε τα μακαρόνια όπως πολύ συχνά ακούγεται. Το πιο σημαντικό που κάνει το λάδι αν το βάλεις στην κατσαρόλα πριν τα μακαρόνια είναι πως σταματάει το άφρισμα που πολλές φορές δημιουργείται.
  - Αν θέλεις να μην κολλάνε τα μακαρόνια βάλε άφθονο νερό (όπως σου προτείναμε παραπάνω) και λάδι ή βούτυρο αφού τα βγάλεις από την φωτιά .
  - Βάλε λάδι ή βούτυρο στα μακαρόνια σου σε ένα μπολ ή στην κατσαρόλα. Όχι μέσα στο σουρωτήρι γιατί είναι πολύ δύσκολο να καθαριστεί ειδικά αν είναι πλαστικό.
  - Δεν πετάμε το νερό από τα μακαρόνια. Χρησιμοποιούμε λίγο από αυτό όταν ανακατεύουμε τα ζυμαρικά με τη σάλτσα μέσα στην κατσαρόλα ή το μπολ.
  - Ανακατεύετε με ξύλινη κουτάλα και όχι με μεταλλική γιατί ρίχνει την θερμοκρασία του βρασμού.
  - Για τα πάντα ο σκοπός αγιάζει τα μέσα! Αν θέλεις πιο γρήγορο και πιο οικονομικό αποτέλεσμα με λιγότερο ρεύμα μπορείς να αφήσεις κάποιους κανόνες στο πλάι . Πχ να βράσετε σε μικρότερη θερμοκρασία με καπάκι ή σε λιγότερο νερό και ας λασπώσουν λιγάκι.
  - ΜΗΝ βάζετε νερό για να ξεπλύνετε τα μακαρόνια. Η μόνη περίπτωση που θα πρέπει να γίνει αυτό είναι αν τα ξεχασατε και έχουν έβρασαν υπερβολικά τα μακαρόνια και θέλετε να σταματήσετε τον βρασμό.
  - Πριν πετάξεις το νερό που έβρασε τα μακαρόνια κράτα 1 κούπα από αυτό για να προσθέσεις στην σάλτσα καθώς το άμυλο που περιέχει θα την δέσει τέλεια.
  - Ανακάτεψε κατευθείαν τα μακαρόνια με την σάλτσα και μην βάζεις στο πιάτο πρώτα τα μακαρόνια και μετά την σάλτσα.
  - Τα μακαρόνια είναι χαμηλά σε περιεκτικότητα λιπών και δεν περιέχουν χοληστερίνη.
  - Τα ζυμαρικά περιέχουν φώσφορο και μαγνήσιο, είναι πλούσια σε βιταμίνες Β και Ε και φυτικές ίνες
  - Τα ζυμαρικά βοηθούν στην καταπολέμηση του στρες
  - Ο εγκέφαλος συνθέτει ευκολότερα την ορμόνη που ελέγχει την διάθεση δρώντας ως αντικαταθλιπτικό, όταν η διατροφή βασίζεται σε υδατάνθρακες.
  - Προτίμησε ζυμαρικά ολικής αλέσεως στην καθημερινή σου διατροφή, καθώς έχουν έως και διπλάσια ποσότητα φυτικών ινών.
  - Τα ζυμαρικά βρίσκονται στην βάση της διατροφικής μας πυραμίδας.
- Μάθε τα πάντα για τις μακαρονάδες [εδώ](#).

### **Συνταγές με μακαρόνια:**

[Μάφιν με μακαρόνια και αυγό](#)

[Μακαρόνια με ροζέ σάλτσα](#)

[Μακαρόνια με μπέικον και τυρί κρέμα](#)

[Τα πιο τέλεια Μακαρόνια με κόκκινη σάλτσα](#)

[Πίτσα & Καλτσόνε με Μακαρόνια](#)

[Μακαρόνια με Μανιτάρια](#)



## Tips και συμβουλές για τέλεια σούπα



Οι σούπες είναι καλοδεχούμενες ειδικά τους χειμερινούς μήνες. Βέβαια υπάρχουν και πολλοί άλλοι που τις τρώνε και κατά την διάρκεια των πιο καλοκαιρινών μηνών αλλά σε κρύα version. Σε κάθε περίπτωση οι σούπες είναι ένα εξαιρετικό φαγητό καθώς εκτός από λίγες θερμίδες περιέχουν πολλές βιταμίνες και πολλά στοιχεία από τα προϊόντα που έχουμε χρησιμοποιήσει για να τις φτιάξουμε. Πάμε όμως τώρα να δούμε μερικά tips που μπορεί να σε βοηθήσουν να κάνεις τις σούπες σου πιο ωραίες, νόστιμες και εμφανίσιμες.

### TIPS & ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- Μια πολύ καλή ιδέα είναι να μην χρησιμοποιείς απαραίτητως κύβο στις σούπες σου. Οι κύβοι του

εμπορίου μπορεί να είναι μια “ευκολία” αλλά σίγουρα δεν είναι ότι πιο υγιεινό μπορείς να επιλέξεις. Βάλε στην σούπα φυσικά προϊόντα, που κάνουν πιο νόστιμο το αποτέλεσμα αλλά και πιο υγιεινή τη σούπα σου.

- Πρόσθεσε ζυμαρικά στις σούπες. Τις δένουν καταπληκτικά και χαρίζουν εκπληκτική γεύση και ωραίο οπτικό αποτέλεσμα. Ότι ζυμαρικό και αν επιλέξεις θα σε βγάλει ασπροπρόσωπο.
- Αν η σούπα γίνει κατά λάθος αλμυρή δοκίμασε να προσθέσεις ζωμό ή νερό για να την αραιώσεις. Σε περίπτωση που αυτό δεν λειτουργήσει μπορείς να δοκιμάσεις βάζοντας στην κατσαρόλα μια ή δύο πατάτες για να τραβήξει το πολύ αλάτι.
- Χρησιμοποίησε γιαούρτι για να κάνεις τη βελουτέ σούπα ακόμη πιο κρεμώδη και τέλεια.
- Δεν χρειάζεται να αγοράσεις κατεψυγμένα λαχανικά για να φτιάξεις την σούπα σου. Μπορείς να το κάνεις με φρέσκα λαχανικά που θα κόψεις εσύ. Επέλεξε τα κατεψυγμένα σε περίπτωση που δεν έχεις χρόνο.
- Πρόσθεσε μπαχαρικά, βότανα και μυρωδικά που θα απογειώσουν την γεύση της σούπας. Επειδή η σούπα είναι κατά κύριο λόγο νερό μπορείς άνετα να βάλεις αρκετά μπαχαρικά έτσι ώστε να νοστιμίσεις το φαγητό.
- Για να κάνεις την σούπα πιο υγιεινή χρησιμοποίησε ελαιόλαδο αντί για βούτυρο και κρέμα γάλακτος. Για ακόμα πιο υγιεινή σούπα απόφυγε το τσιγάρισμα και πρόσθεσε το ελαιόλαδο ωμό στο τέλος.

### **Συνταγές για σούπες**

[Καροτόσουπα](#)

[Ζεστή Ντοματόσουπα με Γιαούρτι](#)

[Σούπα Καρμπονάρα](#)

[Φασολάδα](#)

[Φακές με Μπέικον](#)

[Μανιταρόσουπα](#)

[Σούπα με Λάχανο](#)

[Ψαρόσουπα με λαχανικά](#)

Για περισσότερα tips και συνταγές για σούπες μπειτε στο [soupa.gr](http://soupa.gr)



Κείμενο από την Ηλέκτρα Αστέρι  
[electraasteri.gr](http://electraasteri.gr)

---

## [Tips και συμβουλές για τέλειο κέικ](#)



Έχεις όλα τα σύνεργα, τα υλικά και την θετική ενέργεια. Φτιάχνεις το κέικ αλλά σου γίνεται αποτυχία; Σου έχω την λύση. Μάζεψα όλες τις χρήσιμες συμβουλές και τα tips για να κάνεις το τέλειο κέικ και σου τις παραθέτω για να κάνω την ζωή σου στην κουζίνα λίγο πιο εύκολη.

Αρχικά και πριν ξεκινήσεις να φτιάχνεις το κέικ σου, βεβαιώσου πως έχεις όλα τα σύνεργα και τα υλικά στον πάγκο σου. Πάμε τώρα να μάθουμε όλες τις συμβουλές και τα tips.

- Μην ξεχάσεις να προθερμάνεις τον φούρνο στους επιθυμητούς βαθμούς για την εκάστοτε συνταγή
- Φρόντισε πάντα τα υλικά που θα χρησιμοποιήσεις να είναι σε θερμοκρασία δωματίου
- Αν θέλεις άψογο κέικ θα πρέπει να είναι σχολαστικά ακριβής με τις ποσότητες που αναγράφει η συνταγή. Χρησιμοποίησε ζυγαριά
- Αν θέλεις να φέρεις τα αυγά σε θερμοκρασία δωματίου γρήγορα, βούτηξέ τα σε ζεστό νερό για 15'
- Μην ξεχάσεις να αλευρώσεις ή να βουτυρώσεις το ταψάκι σου. Σε κάποια κέικ μπορείς να χρησιμοποιήσεις και λαδόκολα
- Κοσκίνισε πάντα τα στερεά υλικά (αλεύρι, κακάο κτλ) για να γίνει το κέικ πιο αφράτο
- Αν κάνεις κέικ από κακάο αντί για αλεύρι στο αλεύρωμα βάλε κακάο
- Μην γεμίσεις ποτέ το ταψί/την φόρμα σου περισσότερο από τα 3/4
- Πρέπει πάντα να χρησιμοποιείς το σωστό μέγεθος ταψιού. Σε μικρό θα ξεχειλίσει, σε μεγάλο θα απλώσει
- Αντικατέστησε την κάψουλα βανίλιας με υγρή. Το αποτέλεσμα είναι καταπληκτικό
- Πάντα προσθέστε λίγο αλάτι στο μείγμα. Κάνει πάντα πιο ενδιαφέρουσα την γεύση
- Ποτέ μην ακολουθείς τυφλά την συνταγή στους χρόνους ψησίματος. Ο κάθε φούρνος και το κάθε μείγμα είναι ιδιαίτερο. Πρέπει να παρακολουθείς το κέικ σου και να κρίνεις εσύ πότε πρέπει να το βγάλεις



- Αν θέλουμε να ελέγξουμε αν ψήθηκε το κέικ, βυθίζουμε μέσα του ένα μαχαίρι ή μια οδοντογλυφίδα (προτιμότερη) στο κέντρο του κέικ. Αν βγει στεγνό είναι ψημένο, αν βγει με υγρασία πρέπει να ψηθεί λίγο ακόμη. Μην επαναλάβετε πολλές φορές, ειδικά με το μαχαίρι γιατί θα έχετε ένα πετσοκομμένο κέικ
- Αντικατέστησε το βούτυρο με σπορέλαιο. Θα κάνει το μείγμα πιο αφράτο
- Μην ανοίξεις ποτέ την πόρτα του φούρνου πριν τα 20΄ ψησίματος
- Η ζύμη για κέικ δεν χρειάζεται να χτυπηθεί πολύ. Αντιθέτως αν χτυπηθεί παραπάνω από το επιθυμητό θα έχεις αρνητικό αποτέλεσμα στην εμφάνιση του κέικ
- Για να μην θρυμματιστεί το κέικ σε ψίχουλα όταν το κόβεις, βούτα το μαχαίρι σε καυτό νερό και σκούπισε καλά πριν κόψεις
- Μην ξεφορμάρεις το κέικ όσο είναι ζεστό. Περίμενε τουλάχιστον ένα 20λεπτο
- Αν θέλεις να έχεις ακόμη πιο αφράτο κέικ, διαχώρισε τους κρόκους από τα ασπράδια, πρόσθεσε πρώτα τους κρόκους και άφησε τελευταία τα ασπράδια τα οποία χτύπα τα ως μαρέγκα
- Αν θέλεις πιο light κέικ μπορείς να αντικαταστήσεις το λάδι ή το βούτυρο με λίγο γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά

*Κείμενο από την Ηλέκτρα Αστέρη*  
[electraasteri.gr](http://electraasteri.gr)

---

## **Tips για τέλεια κουλουράκια / μπισκότα**



Τα σπιτικά μπισκότα είναι μια ολόκληρη ιστορία από μόνα τους. Νόστιμη ιστορία, γεμάτη μυρωδιές και γεύση. Τα κουλουράκια είναι μια τόσο γλυκιά διαδικασία, που πραγματικά χάνεις αν δεν έχεις δοκιμάσει να κάνεις στο σπίτι. Μάλιστα στην διαδικασία μπορεί να σε βοηθήσουν και τα παιδιά, οι φίλοι, ο σύντροφος και με αυτό τον τρόπο να βρείτε μια αφορμή για να κάνετε κάτι παρέα. Αν θέλεις να μάθεις να κάνεις τα δικά σου μπισκότα έτσι όπως τα θέλεις θα πρέπει να μάθεις 4-5 tips που θα σε βοηθήσουν στην εύκολη και γρήγορη παρασκευή τους!

#### **TIPS:**

- Μην χρησιμοποιείς ταψιά με ψηλά τοιχώματα για να ψήσεις τα μπισκότα σου. Η θερμότητα αντανακλάται σε αυτά και τα μπισκότα δεν ψήνονται σωστά.
- Όλα τα υλικά για τα μπισκότα θα πρέπει να είναι σε θερμοκρασία δωματίου.
- Θα έχεις καλύτερο αποτέλεσμα αν κοσκινίσεις όλα τα στερεά υλικά όπως αλεύρι, κακάο, άχνη κτλ.
- Να ψήνεις τα μπισκότα σου σε προθερμασμένο φούρνο. Εκτός από τις συνταγές που δεν χρειάζεται.
- Αν θέλεις τα μπισκότα σου πιο αφράτα, βάλε τη ζύμη στο ψυγείο πριν το ψήσιμο.
- Θέλεις μαλακά μπισκότα; Ψήστα λιγότερο. Θέλεις σκληρά; Άστα παραπάνω στον φούρνο.
- Για να παραμείνουν φρέσκα τα μπισκότα σου αποθήκευσέ τα σε αεροστεγές βάζο. Βάλε λίγο ρύζι στο βάζο για να απορροφά την εξτρά υγρασία.
- Αν θέλεις η υφή του μπισκότου σου να μοιάζει με brownies λιώσε το βούτυρο.



- Μην βάζεις τα μπισκότα σε βουτυρωμένη λαμαρίνα. Θα απλώσουν και θα γίνουν πολύ λιπαρά. Προτίμησε μια λαδόκολλα ή ένα φύλλο σιλικόνης.
- Μόλις ψηθούν τα μπισκότα μετέφερε τα άμεσα σε μια λαμαρίνα για να μην νοτίσουν .
- Ένα καλό μυστικό είναι να χρησιμοποιήσεις μπέικιν πάουντερ η ζύμη θα γίνει πιο τριφτή και τα μπισκότα σου πιο αφράτα.

Αν θέλεις να δεις τέλειες συνταγές μπισκότων πάτησε κλικ παρακάτω:

[Μπισκοτάκια Τσαγιού με TUVUNU](#)

[Απλά μπισκότα](#)

[Μπισκότα με Κομματάκια Σοκολάτας](#)

[Τα πιο απλά μπισκότα](#)

[Χρωματιστά Μπισκότα με Γιαούρτι](#)

[Εύκολα Μπισκότα Πορτοκάλι](#)

[Μπισκότα με κομματάκια Σοκολάτας](#)

---