

Αστεράτα τυροπιτάκια τρικολόρε



Τα τυροπιτάκια είναι για κάποιους μελαλίδικη δουλειά για αυτό και προμηθεύονται έτοιμα από το σούπερ μάρκετ κάνοντας κακό στην τσέπη τους. Σήμερα στην κουζίνα του HAPPY COOK θα μάθουμε πως να κάνουμε εύκολα και γρήγορα τυροπιτάκια τα οποία είναι νόστιμα και αστεράτα.

Υλικά:

1 φαρίνα ΑΦΟΙ ΚΕΡΑΜΑΡΗ MANNA
1 βούτυρο λιωμένο (250γρ)
5 κουταλιές ελαιόδαλο ARISTON
3 αυγά
200 γρ φέτα
100 γρ γκουντα
½ κουταλάκι αλάτι Ιμαλαίων SALTIC
λίγο πιπέρι ΜΠΑΧΑΡ

Για τις παραλλαγές:

100γρ σπανάκι baby
1 πιπεριά φλωρίνης φρέσκια
1 κουταλάκι πελτέ ντομάτας
1/4 κουταλάκι πάπρικα ΜΠΑΧΑΡ

Εκτέλεση:

Σπας τα αυγά σε ένα μπολ. Προσθέτεις το λιωμένο βούτυρο μέσα στο μπολ. Ρίχνεις λίγο αλάτι ,

πιπέρι και ελαιόλαδο. Τρίβεις το κασέρι και το τυρί και τα ρίχνεις στο μείγμα και τέλος βάζεις τη φαρίνα. Χωρίζεις το μείγμα στα τρία. Το ένα το αφήνεις ως έχει. Στο άλλο βάζεις πάπρικα, πελτέ και ψιλοκομμένη κόκκινη πιπεριά, και τα ανακατεύεις. Στο δεύτερο βάζεις το σπανάκι και ανακατεύεις. Κόβεις με τα κουπάτ στο σχήμα που θέλεις και τα τοποθετείς σε ταψί με λαδόκολλα. Ψήνεις για 12 λεπτά σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς.

Μην ξεχνάς πως μπορείς να φτιάξεις τα τυροπιτάκια τριχολόρε σε ότι σχήμα εσύ θέλεις. Εμείς επιλέξαμε το αστεράτο κουπάτ γιατί μας αρέσει. Φτιάξαμε και μερικά στρόγγυλα για να σας τα δείξουμε. Εσείς όμως μπορείτε να τα κάνετε όπως θέλετε.

Δείτε και το βίντεο με την εκτέλεση από την εκπομπή Harry Cook



INFO:

- Προτίμησε τα ψητά τυροπιτάκια αντί για τα τηγανιτά. Είναι καλύτερα και από άποψη υγείας αλλά και γευστικά.
- Όταν φτιάχνεις τυρόπιτες καλό είναι να προσέχεις πάντα την ποσότητα αλατιού που θα ρίξεις καθώς το τυρί είναι ήδη αρκετά αλμυρό από μόνο του.
- Φτιάξε τα τυροπιτάκια και σέρβιρέ τα σε θερμοκρασία δωματίου στο πρωινό, στο απογευματινό και πάρτα μαζί σου στο γραφείο για σνακ.
- Η συνταγή αυτή είναι τέλεια για χορτοφάγους.



ΑΠΟΦΘΕΓΜΑ:

-Η ζωή είναι ένα φαγητό που μας αρέσει μόνο χάρη στα καρυκεύματα του.

Βίκτωρ Ουγκώ, 1802-1885, Γάλλος συγγραφέας

-Ένα από τα πιο ωραία πράγματα στη ζωή είναι που πρέπει σε κανονικά διαστήματα να σταματάμε ό,τι είναι αυτό που κάνουμε και να αφιερώνουμε την προσοχή μας στο φαγητό.

Luciano Pavarotti, 1935-2006, Ιταλός τενόρος

Αν θέλεις να δεις τις μπάρες μήλου δες [εδώ](#).



bletsas^{gr}
Ευτύχης Μηδέτσας