

# 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 βιντεο με την εκτελεση απο 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 αφιερώσουμε την προσοχή μας στο φαγητό.

Luciano Pavarotti, 1935-2006, Ιταλός τενόρος

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



---

## Εύκολα τυροπιτάκια



Σήμερα φτιάχνουμε τα πιο εύκολα τυροπιτάκια του κόσμου. Απλή συνταγή κορυφαία γεύση!

**Υλικά:**  
2 αυγά

100 ml ελαιόλαδο ARISTON  
250γρ φαρίνα Αφοι Κεραμάρη MANNA  
200γρ. τυρί φέτα τσαντίλας APBANITH  
100 γρ γιαούρτι TOTAL 2%  
1 κουταλάκι αλάτι Ιμαλαΐων SALTIC

### **Εκτέλεση:**

Λιώνεις το βούτυρο. Βάζεις το λιωμένο βούτυρο σε ένα μπολ και προσθέτεις τα αυγά. Ανακατεύεις. Προσθέτουμε τα τυριά και την φαρίνα και ανακατεύουμε. Καλύτερα το αλεύρι να είναι κοσκινισμένο. Πλάθουμε μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180 βαθμούς. Κάνουμε μικρά μπαλάκια και τα βάζουμε ένα ένα στο ταψί.

Δες και το βίντεο που ακολουθεί με την εκτέλεση της συνταγής:

και εδώ ολόκληρο το επεισόδιο:





## Εύκολα τυροπιτάκια



Ξέρω πως ο χρόνος σας είναι περιορισμένος για αυτό και αυτή η συνταγή απευθύνεται σε όσους θέλουν εύκολα και γρήγορα να έχουν λαχταριστά τυροπιτάκια. Δεν θέλει πολύ χρόνο, ούτε πολλά υλικά.

Για αυτή την εύκολη συνταγή θα χρησιμοποιήσεις τα παρακάτω υλικά:

250 γρ. βούτυρο (ή μαργαρίνη)

3 αυγά

1 φαρίνα

1/2 κιλό κασέρι ή γραβιέρα ή τυρί φέτα ή μείγμα των παραπάνω.

Αλάτι-πιπέρι (προαιρετικά - αν το τυρί είναι αλμυρό δεν χρειάζεται αλάτι)



Η ζύμη μας!





### **Εκτέλεση:**

Βάζεις στο μίξερ το βούτυρο και το χτυπάς σε δυνατή ταχύτητα.

Σιγά σιγά ρίχνεις τα αυγά συνεχίζοντας το ανακάτεμα. Μετά προσθέτεις την φαρίνα MANNA, και συνεχίζεις την ανάδευση.

Στην συνέχεια προσθέτεις μέσα το τυρί και ζυμώνεις μέχρι να ομογενοποιηθεί το μείγμα. Κάπου εδώ μπορείς αν θέλεις να προσθέσεις και κομματάκια ζαμπόν ή αλλαντικού γενικότερα.

Κόβεις τη ζύμη και την πλάθεις σε μικρές μπαλίτσες τις οποίες τοποθετείς στο ταψί. (Βάλε λαδόκολα)

Ψήσε στους 180 βαθμούς Κελσίου στον αέρα για 25 λεπτά περίπου.

Καλή επιτυχία!



**EXTRA TIP:**

Μπορείς αντί για 1/2 κιλό κασέρι να χρησιμοποιήσεις φέτα ή ακόμη και mix τυριών.

