

ΑΘΗΝΑ ΠΑΝΟΥ

# Party



30 εύκολες  
και πρωτότυπες  
συνταγές για  
γλυκά και  
αλμυρά σνακ!  
Και επιπλέον  
μία τούρτα.



yum-y!







ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: Party  
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Αθηνά Πάνου  
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Χρυσούλα Τσιρούκη  
ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Δήμητρα Δαριώτη/Add Noise  
ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ: Δήμητρα Δαριώτη/Add Noise  
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΣΥΝΤΑΓΩΝ – FOOD STYLING – ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΣΕΙΣ: Αθηνά Πάνου

© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2014

Πρώτη έκδοση: Νοέμβριος 2014, 2.500 αντίτυπα

ISBN 978-618-01-0882-8

***Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση, σε χαρτί ελεύθερο χημικών ουσιών, προερχόμενο αποκλειστικά και μόνο από δάση που καλλιεργούνται για την παραγωγή χαρτιού.***

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.  
Έδρα: Τατοΐου 121  
144 52 Μεταμόρφωση  
Τηλ.: 2102804800  
Telefax: 2102819550  
www.psichogios.gr  
e-mail: info@psichogios.gr

PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.  
Head office: 121, Tatoiou Str.  
144 52 Metamorfossi, Greece  
Tel.: 2102804800  
Telefax: 2102819550  
www.psichogios.gr  
e-mail: info@psichogios.gr

ΑΘΗΝΑ ΠΑΝΟΥ

Party







## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος .....	11
Τα απαραίτητα εργαλεία .....	12
Γενικές συμβουλές .....	15
<b>Πάρτι γενεθλίων</b>	
Mini burgers .....	19
Μίνι σουβλάκια κοτόπουλου .....	21
Σφολιατο-πιτσάκια .....	23
Μακαρονοσαλάτα σε ποτηράκια .....	25
Μους σοκολάτας γάλακτος .....	27
Λευκές μπουκίτσες δημητριακών .....	29
<b>Κοκτέιλ πάρτι</b>	
Μπουκιές τортίγιας .....	33
Αλμυρά ρολάκια σφολιάτας .....	35
Φωλίτσες με λευκά τυριά .....	37
Ντιπ για λαχανικά .....	39
Cupcakes κοκτέιλ μαργαρίτα-φράουλα .....	41
Μπουκιές cheesecake .....	43
<b>Χριστουγεννιάτικο πάρτι</b>	
Αλμυρά ταρτάκια .....	47
Μίνι γιαουρτλού .....	49
Τυρομπαλάκια .....	51
Ομελετάκια .....	53
Σοκολατένιες τρούφες .....	55
Μους λευκής σοκολάτας με μπισκότο .....	57
<b>Πικ νικ</b>	
Κουρकुτόπιτα με πιπεριές .....	61
Σάντουιτς με πέστο μαϊντανού και μανούρι .....	63
Βαζάκια πατατοσαλάτας .....	65
Πολύχρωμες αραβικές πίτες .....	67
Μπισκοτένιες μπάρες με τσάι και μαρμελάδα .....	69
Σοκολατένιο brownie .....	71
<b>Καλοκαιρινό πάρτι</b>	
Κοτόπουλο πανέ στον φούρνο .....	75
Μπρουσκέτες με ντιπ αρακά και σαλάτα .....	77
Μπουκιές φοκάτσα .....	79
Ντομάτες γεμιστές με τυριά .....	81
Κέικ με ροδάκινα και μέλι .....	83
Cheesecake με πραλίνα .....	85
Τούρτα για κάθε πάρτι .....	87
Ευρετήριο .....	89



**Μ**έσα από το φαγητό ανακαλύπτεις τη χαρά που μπορείς να προσφέρεις στους γύρω σου. Είναι αυτό που νιώθω όλα τα χρόνια που μαγειρεύω και καλώ φίλους στο σπίτι. Είναι η γλυκιά κούραση στο τέλος της βραδιάς ότι γεύτηκαν όλοι τα φαγητά σου και ενθουσιάστηκαν. Αυτό βέβαια δε σημαίνει απαραίτητα ότι πρέπει να φτιάχνεις περίπλοκα φαγητά και γλυκά. Μπορείς να δημιουργήσεις υπέροχα πιάτα με απλά υλικά, προσθέτοντας όρεξη, κάποιο πολύχρωμο πιάτο, άντε και μερικά χρωματιστά ομπρελάκια-οδοντογλυφίδες!

Στόχος αυτού του βιβλίου είναι να σου δώσει το έναυσμα να δημιουργήσεις, να κρατήσεις ως βάση αυτές τις συνταγές και να φτιάξεις περισσότερες δικές σου. Αν είσαι μαμά, θα βρεις ιδέες για ένα παιδικό πάρτι, αν πάλι δεν έχεις εμπειρία στη μαγειρική, υπάρχουν εύκολες συνταγές που μπορείς να φτιάξεις όταν θα καλέσεις τους φίλους σου, αλλά κι εσύ που έχεις την εμπειρία θα βρεις έναν οδηγό με ιδέες και θα προσθέσεις τη δική σου φαντασία ώστε να δημιουργήσεις περισσότερα πιάτα!

Και να θυμάσαι: η μαγειρική, πέρα από δημιουργία, είναι και ψυχοθεραπεία, αλλά κι ένας τρόπος να εκφράζεις την αγάπη και τη φροντίδα σου. Έμαθα να αγαπώ τη μαγειρική από τη μαμά μου. Το σημαντικότερο όμως που μου έμαθε είναι ότι δεν είναι ντροπή για μια νέα γυναίκα να ξέρει να μαγειρεύει, αντιθέτως, πρέπει να είναι περήφανη γι' αυτό. Μπορείς να είσαι ταυτόχρονα μοντέρνα και να ξέρεις να μαγειρεύεις. Την ευχαριστώ και την αγαπώ. Όπως ευχαριστώ και τον μπαμπά μου (ο καλύτερος κριτής), τον αδελφό μου Νίκο, τα ξαδέλφια μου Κλαίρη και Κωνσταντίνο και τη θεία μου Γεωργία, που ήταν δίπλα μου στη δημιουργία αυτού του βιβλίου.

*Αθηνά Πάνου*  
**Sugarbuzz.gr**

ΤΑ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ

ΕΡΓΑΛΕΙΑ

μίξερ



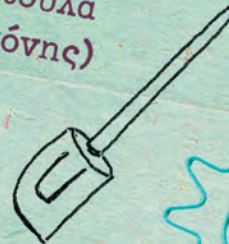
μούλι



ξύλινη  
κουτάλα



μαρίζ  
(σπάτουλα  
σιλικόνης)



κορνέ



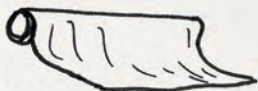
αυγοδάρτης



ηλεκτρονική  
ζυγαριά



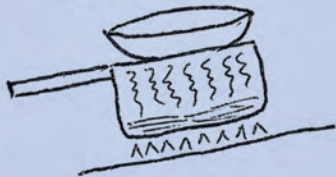
λαδόκολλα



μεμβράνη



μπεν μαρί



μπολ

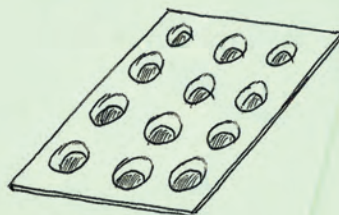


διάφορα  
κατσαρολάκια



ταψί

φόρμα



Sugarbuzz.gr




## ΓΕΝΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

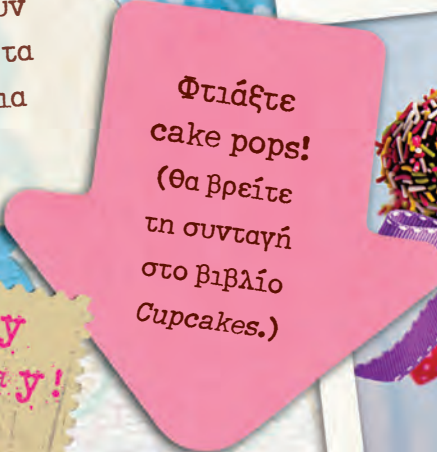
1. Οι θερμοκρασίες φούρνου είναι είτε σε αντιστάσεις είτε σε αέρα. Γενικά να ξέρετε ότι κάθε φούρνος είναι διαφορετικός, γι' αυτό πρέπει να προσαρμόσετε τη θερμοκρασία αναλόγως. (Αν δεν έχετε αέρα, ρυθμίστε είτε ίδια θερμοκρασία είτε 10 βαθμούς περισσότερο.)
2. Επιπλέον, βασικός κανόνας είναι ότι η διάρκεια ψησίματος διαφέρει από φούρνο σε φούρνο.
3. Όλα τα υλικά καλό είναι να βρίσκονται σε θερμοκρασία δωματίου, εκτός κι αν αναφέρεται διαφορετικά (π.χ. κρύο βούτυρο).
4. Σε όλες τις συνταγές το αλεύρι που χρησιμοποιείται είναι για όλες τις χρήσεις, εκτός αν αναγράφεται διαφορετικά. Κάθε μάρκα όμως μπορεί να διαφέρει από άλλη και να επηρεάζει ελάχιστα το αποτέλεσμα.
5. Σε όλες τις συνταγές χρησιμοποιείται βούτυρο αγελαδινό (όχι σοφτ και όχι τύπου Κερκύρας λόγω έντονης μυρωδιάς) και όχι φυτική μαργαρίνη, εκτός αν αναφέρεται διαφορετικά. Το αγελαδινό βούτυρο παίζει μεγάλο ρόλο στη σωστή απόδοση της συνταγής. Αν χρησιμοποιήσετε μαργαρίνη, αποφύγετε τη σοφτ και προτιμήστε αυτή σε μορφή πλάκας.
6. Όπου χρησιμοποιείται κρέμα γάλακτος είναι με 35% λιπαρά.
7. Όλα τα υγρά υλικά είναι μετρημένα σε γραμμάρια.
8. Η μαύρη κουβερτούρα που χρησιμοποιείται είναι περιεκτικότητας σε κακάο 53-55%.
9. Ανάλογα με τις προτιμήσεις σας, αντικαταστήστε μπαχαρικά και αρωματικά, ή αυξήστε τις ποσότητες τους αν θέλετε κάτι πιο καυτερό ή πικάντικο. Όλες οι γεύσεις είναι φτιαγμένες έτσι ώστε να επιδέχονται αύξηση στα μπαχαρικά και στο αλάτι. Ο καθένας μπορεί να το προσαρμόσει στα δικά του γούστα.
10. Στις συνταγές του βιβλίου δεν υπάρχουν τηγανητά φαγητά. Αν θέλετε, για παράδειγμα, τις παναρισμένες μπουκιές κοτόπουλου να τις τηγανίσετε και όχι να τις ψήσετε στον φούρνο όπως προτείνεται, μπορείτε να το κάνετε.
11. Οι θεματικές ενότητες προφανώς δε δεσμεύουν την εναλλαγή των συνταγών. Μπορείτε να πάρετε ιδέες απ' όλες και να δημιουργήσετε το δικό σας πάρτι!

Πάρτι  
γενεθλίων





Ανακατέψτε  
πραλίνα φουντουκιού  
με τριμμένα μπισκότα,  
αφήστε τα να κρυσώσουν  
στο ψυγείο και βάλτε τα  
πάνω από σοκολατένια  
μπισκότα!



Φτιάξτε  
cake pops!  
(Θα βρείτε  
τη συνταγή  
στο βιβλίο  
Cupcakes.)



Happy  
Birthday!





**BURGERS**

**BURGERS**

**BURGERS**

# Μίνι burgers

## ΥΛΙΚΑ

- 500 γρ. μοσχαρίσιο κιμά
- 1 κρεμμύδι
- 3 κ.σ. νιφάδες βρόμης
- 3-4 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1/4-1/3 ματσάκι μαϊντανό
- 1 αυγό
- 2 κ.σ. μουστάρδα
- 1 κ.γ. πάπρικα
- αλάτι και πιπέρι
- 1 κ.σ. ξίδι

## ΨΩΜΑΚΙΑ

- 400 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 250 γρ. χλιαρό νερό
- 2 κ.γ. ξηρή μαγιά
- 1 1/2 κ.γ. αλάτι
- 1 κρόκο αυγού
- 1 κ.γ. παπαρουνόσπορο ή σουσάμι

Βάζετε όλα τα υλικά, εκτός από τον κρόκο και τον παπαρουνόσπορο, στον κάδο του μίξερ και ζυμώνετε με τον γάντζο. Μεταφέρετε τη ζύμη σε ένα μπολ, τη σκεπάζετε και την αφήνετε να φουσκώσει σε ζεστό μέρος. Όταν είναι έτοιμη, πλάθετε 12-13 μπαλάκια, τα βάζετε στο ταψί, αλείφετε με τον κρόκο και πασπαλίζετε με σουσάμι ή τον παπαρουνόσπορο. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 200° C, στις αντιστάσεις, για 15-20'.

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Ψιλοκόβετε το κρεμμύδι και τον μαϊντανό.
2. Αναμειγνύετε σε ένα μπολ τον κιμά, το ψιλοκομμένο κρεμμύδι, τον μαϊντανό, τις νιφάδες βρόμης, το ελαιόλαδο, το αυγό, τη μουστάρδα, το ξίδι, την πάπρικα, το αλάτι και το πιπέρι.
3. Ζυμώνετε όλα τα υλικά περίπου για 5-6', με κινήσεις από κάτω προς τα πάνω, και κατά διαστήματα βρέχετε τα χέρια σας με νερό. Καλύπτετε με μεμβράνη το μπολ και το τοποθετείτε στο ψυγείο για 1 ώρα.
4. Ανάβετε τον φούρνο στους 180° C, στις αντιστάσεις.
5. Λαδώνετε ελαφρώς τα χέρια σας και πλάθετε 12-13 μικρά μπιφτεκάκια, τα οποία στη συνέχεια τοποθετείτε σε ταψί όπου έχετε στρώσει λαδόκολλα.
6. Ψήνετε για περίπου 30' (αναλόγως τον φούρνο).

## ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

ΦΤΙΑΧΝΕΤΕ ΤΑ BURGERS  
ΒΑΖΟΝΤΑΣ Ο,ΤΙ ΥΛΙΚΑ  
ΘΕΛΕΤΕ, ΟΠΩΣ ΝΤΟΜΑΤΑ,  
ΤΥΡΙ, ΚΡΕΜΜΥΔΙ, ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ,  
ΚΕΤΣΑΠ ΚΤΛ.





Ποιος δεν αγαπάει τα πάρτι;  
Ειδικά ένα πάρτι με λαχταριστά φαγητά  
και γλυκά, αλλά και ωραία παρουσίαση.  
Στο βιβλίο αυτό θα βρείτε 30 πρωτότυπες  
συνταγές για αλμυρά και γλυκά,  
που θα συνοδεύσουν τις γιορτές  
και τα γενέθλια μικρών και μεγάλων,  
οι περισσότερες εύκολες και γρήγορες,  
και επιπλέον θα σας δώσουν την ευκαιρία  
να δημιουργήσετε με απλά υλικά.  
Επίσης, σας παρουσιάζουμε μια εύκολη  
και εντυπωσιακή τούρτα για όλους!



Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ  
[www.psichogios.gr](http://www.psichogios.gr)

ISBN 978-618-01-0882-8



9 786180 108828

ΚΩΔ. ΜΗΧ.ΣΗΜ.: 15966