

## Γιορτή Μεσσηνιακής Γαστρονομίας 2019

*Παραδοσιακές τοπικές συνταγές με υλικά και τεχνικές του σήμερα*

### ΤΟ ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΒΕΡΓΟΥ

#### “ Λαδόψωμο με Σύγκλινο και Φέτα”

##### Υλικά:

1 κιλό αλεύρι (1/2 σκληρό και 1/2 κίτρινο)  
200 γραμμάρια προζύμι  
8 γραμμάρια μαγιά ξηρή  
λίγο αλάτι  
Νερό όσο χρειαστεί για να έχουμε μια μαλακή ζύμη  
200 γραμμάρια γλίνα (λάδι στο οποίο συντηρείται το σύγκλινο)  
500 γραμμάρια σύγκλινο  
200 γραμμάρια φέτα τριμμένη σε χοντρά κομμάτια

##### Εκτέλεση:

Ζυμώνουμε το αλεύρι με το προζύμι, τη μαγιά, το αλάτι και το νερό (χλιαρό). Αφού κάνουμε μια ζύμη εύπλαστη που δεν κολλάει στα χέρια, σκεπάζουμε και αφήνουμε να διπλασιαστεί σε όγκο. Αφού φουσκώσει προσθέτουμε και ζυμώνουμε να ενσωματωθούν πρώτα η γλίνα, μετά το σύγκλινο και τέλος η φέτα. Πλάθουμε σε ότι σχήμα θέλουμε και αφήνουμε και πάλι να φουσκώσει. Φουρνίζουμε στους 180<sup>ο</sup> για περίπου 50'.

##### Σύνθεση:

Ανοίγουμε με τον πλάστη φύλλα σε μέτριο πάχος, τοποθετούμε τη γέμιση, σκεπάζουμε τη γέμιση, σκεπάζουμε με δεύτερο φύλλο. Χαράζουμε σε κομμάτια και ψήνουμε στους 180<sup>ο</sup>, ώσπου να ροδίσει καλά η επιφάνεια.

## “ Πίτα με Κίτρινη Κολοκύθα, Σύγκλινο, Σφέλα και Φασκόμηλο”

### Υλικά:

750 γραμμάρια αλεύρι σκληρό

150 γραμμάρια βούτυρο πρόβειο

150 γραμμάρια ελαιόλαδο

200 γραμμάρια γιαούρτι

1 αυγό χτυπημένο

2 καλές πρέζες αλάτι

Νερό όσο χρειαστεί για να έχουμε μία εύπλαστη ζύμη που να μην κολλάει στα χέρια.

### Για τη γέμιση:

1 κιλό κολοκύθα τριμμένη

2 μέτρια πράσσα ψιλοκομμένα (το λευκό μέρος)

1 μεγάλο κρέμμυδι ψιλοκομμένο

100 γραμμάρια ελαιόλαδο

10 φύλλα φρέσκα φασκόμηλο ψιλοκομμένο

10 κλωνάρια φρέσκο θυμάρι

Λίγο αλάτι

300 γραμμάρια σύγκλινο

150 γραμμάρια σφέλα τριμμένη σε χοντρό τρίφτη πιπέρι.

### Εκτέλεση:

#### ΖΥΜΗ:

Στο μίξερ βάζουμε το αλεύρι, το ελαιόλαδο, το βούτυρο σε θερμοκρασία δωματίου, το γιαούρτι, το αυγό και το αλάτι. Ζυμώνουμε με το γάντζο, προσθέτοντας νερό όσο χρειαστεί. Καλύπτουμε τη ζύμη με μεμβράνη και αφήνουμε να ξεκουραστεί.

#### ΓΕΜΙΣΗ:

Σωτάρουμε στο ελαιόλαδο τα πράσσα, το κρεμμύδι και μετά την κολοκύθα. Βάζουμε ελάχιστο αλάτι και αφήνουμε τα λαχανικά να βγάλουν όλα τα υγρά τους. Ρίχνουμε στη γέμιση, αφού κατεβάσουμε από τη φωτιά το φασκόμηλο και το θυμάρι. Προσθέτουμε το σύγκλινο και το πιπέρι και αφού κρυσώσει τέλος προσθέτουμε τη σφέλα.

#### ΣΥΝΘΕΣΗ:

Ανοίγουμε με τον πλάστη φύλλα σε μέτριο πάχος, τοποθετούμε τη γέμιση, σκεπάζουμε τη γέμιση, σκεπάζουμε με δεύτερο φύλλο. χαράζουμε σε κομμάτια και ψήνουμε στους 180° , ώσπου να ροδίσει καλά η επιφάνεια.