



Μηνιαίο ενημερωτικό δελτίο για το έργο TRACEUS, συγχρηματοδοτούμενο από το πρόγραμμα Erasmus+ της ΕΕ



ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

- ◆ Ενημέρωση για το έργο

Η πλατφόρμα του έργου TRACEUS ολοκληρώνεται και θα είναι διαθέσιμη στις αρχές Μαρτίου.

Με χαρά καλωσορίζουμε επίσης δύο ακόμη εταίρους από τη Γαλλία και την Ισπανία, οι οποίοι ανυπομονούν να δουλέψουν στο έργο.

Οι Γάλλοι εταίροι συνεχίζουν να προωθούν το έργο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μέσω καινοτόμων και ελκυστικών κουίζ για τα τρόφιμα. Μην ξεχάσετε να ακολουθήσετε τις σελίδες μας στο Instagram και στο Facebook.

Εθελοντές στο έργο TRACEUS

Οι εθελοντές μας έχουν περισσότερα κίνητρα από ποτέ για να βοηθήσουν στην εξέλιξη του έργου. Μια από τις δικές μας, η Μπρέντα δήλωσε ότι ήθελε να συμμετάσχει στο έργο για να συμβάλει στη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς.



«Λατρεύω την ιδέα να συγκεντρώσω ένα αρχείο με παλιές συνταγές και τις αναμνήσεις που τις συνοδεύουν. Το φαγητό, όπως και η μουσική από τα εφηβικά μας χρόνια, μπορεί να ξυπνήσει τόσο όμορφες αναμνήσεις από καλές στιγμές του παρελθόντος. Αλλά δεν είναι μόνο η αναδρομή στο παρελθόν. Το να κοιτάζεις το μέλλον είναι εξίσου σημαντικό... Αν και αγχωμένη με την καθημερινότητα, πιέζω τον εαυτό μου να μάθει τις νέες δεξιότητες ηχογράφησης που θα χρειαστούν».

Είναι πολύ σημαντικό για εμάς να στηρίζουμε όλους τους ανθρώπους που είναι πρόθυμοι να μάθουν, για να διασφαλίσουμε την επιτυχία αυτού του έργου. Γι' αυτό, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε όλους τους εθελοντές που εργάζονται μαζί μας, από όλη την Ευρώπη.



Πίτα Γκίνες και τσένταρ **ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ**

- 2 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- 1 κιλό αρνίσιο κιμά
- 2 κρεμμύδια, ψιλοκομμένα
- 2 καρότα, ψιλοκομμένα
- 2 σέλινα, ψιλοκομμένα
- 3 σκελίδες σκόρδο, λιωμένες
- 1½ κουταλιά της σούπας απλό αλεύρι
- 440ml κονσέρβα Guinness
- 2 φλιτζάνια (500ml) ζωμό βοδινού κρέατος
- ¼ φλιτζανιού (60ml) σάλτσα Worcestershire
- 3 κουταλάκια του γλυκού αποξηραμένη μέντα
- 2 κουταλάκια του γλυκού αλεσμένο κύμινο
- 1 κιλό πατάτες desiree, αποφλοιωμένες, ψιλοκομμένες
- ¾ φλιτζανιού (180ml) γάλα
- 2 κρόκοι αυγών
- Μοσχοκάρυδο
- 150 γρ. τσένταρ, χοντροτριμμένο

ΜΕΘΟΔΟΣ

- Ζεσταίνετε το λάδι σε μια κατσαρόλα με βαριά βάση σε μέτρια προς δυνατή φωτιά, προσθέτετε τον κιμά και μαγειρεύετε, σπάζοντας τους σβώλους με μια ξύλινη κουτάλα, για 8 λεπτά ή μέχρι να εξατμιστούν τα υγρά. Προσθέστε το κρεμμύδι, το καρότο, το σέλινο και το σκόρδο και μαγειρέψτε, ανακατεύοντας συχνά, για άλλα 5 λεπτά. Πασπαλίστε με το αλεύρι και ανακατεύετε για 1 λεπτό ή μέχρι να ενσωματωθεί καλά. Ανακατεύοντας συνεχώς, προσθέστε τη μπίρα, το ζωμό, τη σάλτσα Worcestershire, το δυόσμο και το κύμινο, αφήστε τα να πάρουν βράση και μαγειρέψτε, ανακατεύοντας συχνά, για 20 λεπτά ή μέχρι η σάλτσα να πήξει και το αρνί να μαλακώσει. Αλατοπιπερώνετε και αδειάζετε σε ένα πυρέξ 8 φλιτζανιών (2 λίτρων).
- Σε μια κατσαρόλα, καλύψτε τις πατάτες με κρύο αλατισμένο νερό, αφήστε τις να βράσουν και μαγειρέψτε για 15-20 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν πολύ. Στραγγίζετε σε σουρωτήρι. Προσθέστε το γάλα στην κατσαρόλα, αφήστε το να σιγοβράσει, στη συνέχεια αποσύρετε από τη φωτιά, προσθέστε την πατάτα και πολτοποιήστε την μέχρι να γίνει λεία. Προσθέστε τους κρόκους, το μοσχοκάρυδο, τα δύο τρίτα του τυριού και αλατοπιπερώστε.
- Προθερμαίνετε το φούρνο στους 200°C. Καλύψτε το αρνί με τον πουρέ, σκόρπιστε με το υπόλοιπο τυρί και ψήστε για 30 λεπτά ή μέχρι η πατάτα να πάρει χρώμα και η σάλτσα να φουσκώσει. Αφήστε να κρυώσει για 15 λεπτά πριν σερβίρετε.