

Йогуртовые реки с сырными берегами



Для греков сыр – это не просто закуска или дополнение к блюду, в Греции сыр – это основа кухни, он может использоваться как в сочетании с другими продуктами, так и как самостоятельное блюдо.

Культура сыра в Греции

Среднестатистический грек предпочитает на завтрак полутвердый или твердый сыр и свежий батон хлеба. Проголодавшись, любой житель Эллады вне зависимости от возраста и социального положения с удовольствием съест tyropita – очень вкусный традиционный сырный пирог. Ни один обед не обойдется без феты с орегано и оливковым маслом. А на ночь в Греции предпочитают фрукты и, конечно же, сыр.

Каждый остров и район страны имеет свой собственный сорт сыра, например для жителей Кефалонии лучший из сыров – кефалонийский, а для населения острова Закинф – ладотири. Практически все греческие сыры делают из козьего или овечьего молока.

Разнообразие сыров



Греческие сыры делятся на рассольные (содержатся в рассоле, из-за чего имеют водянистую структуру), твердые, свежие (имеют нежную консистенцию) и сыры из сыворотки.

Гравьера



Критская гравьера

Самый известный греческий твердый сыр – гравьера. Классическую гравиеру делают из козьего или овечьего молока, но некоторые современные производители заменяют его на коровье. Этот сыр имеет насыщенный сливочный вкус с легким сладковато-фруктовым привкусом. Его текстура – податливая, но твердая. Гравиера, которую готовят на острове Наксос из коровьего молока, отличается ореховым привкусом.

Касери



Сыр Касери

Еще один вкусный твердый сыр называется касери. Его делают из смеси овечьего (его должно быть не меньше 80%) и козьего молока или из цельного овечьего молока. Касери имеет вкус масла с солоноватым привкусом, который в процессе еды становится более сладким.

Кефалотири



Из непастеризованного цельного овечьего молока делают сыр кефалотири, в Греции его называют «мужским». В зависимости от цвета молока, цвет сыра варьируется от белого до желтого. Он имеет свежий вкус с привкусом овечьего молока и немного острым послевкусием. Жирность кефалотири находится в пределах 40-55%. Для сыра ладотири, который изготавливается только на острове Закинф, используется козье молоко. Готовый сыр хранится в оливковом масле, из-за чего он приобретает необычный вкус.

Сыры, приготовленные из сыворотки

Из сыворотки готовят большое количество сыров, например, антотири, манури, ксинотири, мизитра.



Антотиро. Фото с сайта - tastefull.wordpress.com

Антотиро делают из сыворотки овечьего или овечьего и коровьего молока. В его вкусе и аромате ощущаются полевые травы и цветы, которыми питались животные, из чьей сыворотки приготовлен сыр. Антотиро имеет копченый привкус. Этот сыр твердый и рассыпчатый.



Манури

Один из древнейших сыров Греции – **манури**. Для его изготовления используют сыворотку из-под кефалотири или феты. Манури – это мягкий сливочный сыр, который имеет молочный, немного цитрусовый вкус и просто тает во рту.



Ксинотури – непастеризованный сыр из сыворотки козьего и овечьего молока. Его вкус можно описать как смесь вкусов ланолина, жженого сахара и кислинки сыворотки. Нежный рассыпчатый сыр, сделанный из сыворотки и сливок или молока, носит название мизитра. Если в состав сыра входит много молока, то его хранят в соли и высушивают, получая твердый сыр для натирания. Очень кислая Мизитра носит название Ксиномизитра.

Галотири



Галотири. Фото с сайта - www.cookipedia.co.uk

Галотири из старейших свежих сыров – галотири, который делается из цельного овечьего или козьего молока. Этот сыр, как правило, намазывают на хлеб, его жирность всего 14%.

Из коровьего молока греки готовят такие сыры, как на Наксосе, например, «Гравьера Наксоса», и на Сиросе - «Сан-Михалис», а в районе Меццо делают очень вкусный копченый сыр.

Божественная Фета



Фета. Фото с сайта - www.yiannislucacos.gr

Самым известным рассольным сыром Греции является фета. Согласно легенде, фету из овечьего молока первым сделал циклоп Полифей, но на самом деле авторство сыра принадлежит пастухам-кочевникам. Свое название сыр получил только в XVII в. Несмотря на то, что фета считается традиционным греческим сыром, права на его название Греция получила только в 2002 г.

Настоящий сыр фета изготавливается только из овечьего или смеси козьего (30%) и овечьего (70%) молока. Причем молоко должно быть только от тех коз и овец, которые паслись на пастбищах Фракии, Македонии, Эпира, Пеллопоннеса, Фессалии, Лесбоса и центральной Греции, потому что такое молоко имеет неповторимый вкус и аромат. Фета маринуется в оливковом масле или в рассоле. Вкус сыра должен быть молочным и немного кислым, его жирность составляет 40-60%. Вкус феты зависит от того, в какое время года она была сделана: весной и летом она очень ароматная, ведь в этот период животные едят много зелени, «осенняя» фета терпкая, а «зимняя» - пряная и острая. Чтобы сыр был вкуснее, его нужно долго выдерживать в рассоле, но максимальное время выдержки не должно превышать трех месяцев. В настоящей фете содержится огромное количество витамина В12, много кальция, рибофлавина, витамина А, В6, цинка насыщенных жиров и пантотеновой кислоты. Но в этом сыре много холестерина и натрия, а его калорийность составляет 264 кКал на 100 г. Чтобы фета была менее соленой, ее можно замочить в минеральной воде или молоке.

Как приготовить греческие сыры в домашних условиях

Вы хотите порадовать родных и близких домашними сырами собственного приготовления? Этот несложный рецепт будет по силам даже новичкам, никогда прежде не занимавшимся сыроделием. Именно этот рецепт на протяжении многих десятилетий успешно используют греческие фермеры.

Вам понадобятся:

- Большая кастрюля
 - Деревянная ложка
 - Ткань для сыра
 - Веревка
 - Дуршлаг
- Ингредиенты:
- 2 литра цельного молока
 - 1/3 чашки, 80 мл свежего лимонного сока
 - Из этого у вас получится около 450 г сыра.

Приготовление:

Вскипятите молоко в большой кастрюле до температуры 80 градусов. Помешивайте деревянной ложкой, чтобы молоко не прилипло ко дну кастрюли. Уберите с огня и добавьте лимонный сок.

Продолжайте аккуратно помешивать молоко, каждый раз двигаясь в одном и том же направлении. Через некоторое время вы увидите, как молоко разделяется на куски. Это творог, который впоследствии превратится в сыр, тогда как жидкая часть станет сывороткой.

Накройте кастрюлю и дайте молоку настояться в течение 2 часов. В это время найдите 2 отдельные ёмкости для творога и сыворотки. Разместите дуршлаг в раковине. Положите в дуршлаг ткань для сыра.

Положите творог в покрытый тканью дуршлаг. Когда остатки сыворотки стекут, крепко завяжите концы ткани веревкой. Повесьте получившийся у вас мешочек стекать на 2-3 часа до тех пор, пока остатки сыворотки окончательно не стекут из ткани.

Разверните ткань. Ваш сыр готов, можете насладиться его оригинальным вкусом.

Греческий йогурт



Греческий йогурт

В Греции, как и во всем мире, любят молочные продукты. Многие из них не отличаются от привычных нам. К традиционным можно отнести, пожалуй, только йогурт. Йогурт в Греции очень густой и нежный, на вкус немного кислый. Готовится он из овечьего, козьего или коровьего молока и молочнокислых бактерий. Йогурт может различаться по жирности и густоте. Густота зависит от того, процеживался ли он или нет. Греческий йогурт очень полезен, в нем много витаминов, кальция, белков и полезных микроорганизмов. Настоящий йогурт можно узнать по сливочной пленочке, которая образуется на его поверхности.

Йогурт в Греции используют и в качестве десерта, добавив в него мед, и как заправку для пирогов и острых мясных блюд, а если добавить в него чеснок и тертый огурец, то получится потрясающий острый соус тзатзики.

Как приготовить греческий йогурт самостоятельно

Если у вас есть обычный йогурт, и вы хотите сделать из него густой и нежный греческий йогурт, воспользуйтесь этими хитростями:

- Покройте сито марлей или муслином.
- Поместите сито сверху над миской – так, чтобы оно упиралось в ее края.
- Налейте йогурт в сито, поместите эту конструкцию (сито + миска) в холодильник и оставьте на несколько часов сцеживаться. В это время лишняя жидкость будет стекать в миску.
- Вылейте остатки стекшей жидкости из миски и наслаждайтесь густым, вкусным и истинно греческим йогуртом.