

DELI ORIGINS

ΜΕ
ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΜΕΝΗ
ΟΝΟΜΑΣΙΑ
ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ

*Ένας πλήρης οδηγός
για τα Π.Ο.Π τυριά της
χώρας μας*



DELI ORIGINS SERIES-01 - CHEESE

2022

by Deligate





περιεχόμενα

- 
- 03** ΠΟΠ ΑΝΕΒΑΤΟ
 - 04** ΠΟΠ ΓΑΛΟΤΥΡΙ
 - 05** ΠΟΠ ΚΑΛΑΘΑΚΙ ΛΗΜΝΟΥ
 - 06** ΠΟΠ ΚΑΣΕΡΙ
Συνταγή για αυθεντική
κασερόπιτα
 - 10** ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ ΑΓΡΑΦΩΝ
 - 11** ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ ΚΡΗΤΗΣ
 - 12** ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ ΝΑΞΟΥ
 - 14** ΠΟΠ ΚΑΤΙΚΙ ΔΟΜΟΚΟΥ
Δροσερό cheesecake με
ΠΟΠ προϊόντα
 - 17** ΠΟΠ ΚΕΦΑΛΟΓΡΑΒΙΕΡΑ
 - 18** ΠΟΠ ΚΟΠΑΝΙΣΤΗ
 - 19** ΠΟΠ ΛΑΔΟΤΥΡΙ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ
 - 21** ΠΟΠ ΜΑΝΟΥΡΙ
Στο σαγανάκι λέμε ναι

23 ΠΟΠ ΜΕΤΣΟΒΟΝΕ

25 ΠΟΠ ΜΠΑΤΖΟΣ

26 ΠΟΠ
ΕΥΝΟΜΥΖΗΘΡΑ
ΚΡΗΤΗΣ

27 ΠΟΠ ΠΗΧΤΟΓΑΛΟ
ΧΑΝΙΩΝ

28 ΠΟΠ ΣΑΝ ΜΙΧΑΛΗ

29 ΠΟΠ ΦΕΤΑ
Ποια φέτα είναι ΠΟΠ

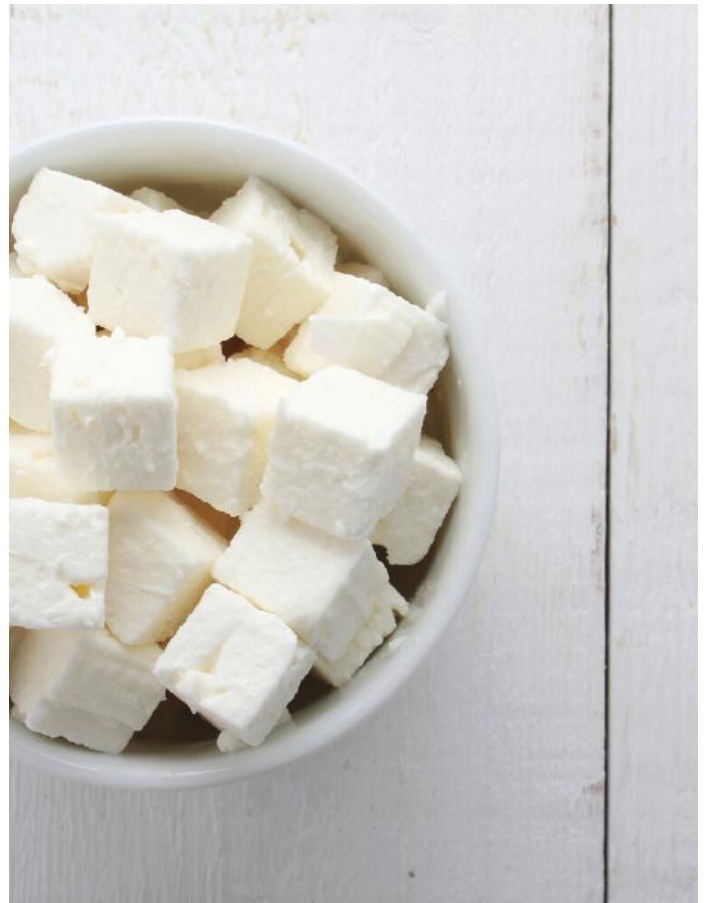
34 ΠΟΠ ΣΦΕΛΑ

35 ΠΟΠ ΦΟΡΜΑΕΛΛΑ
ΑΡΑΧΩΒΑΣ
ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ
Το διαμάντι της
Αράχωβας

37 ΠΟΠ ΞΥΓΑΛΟ
ΣΗΤΕΙΑΣ

38 ΠΓΕ ΚΡΑΣΟΤΥΡΙ ΚΩ/
ΤΥΡΙ ΤΗΣ ΠΟΣΙΑΣ

39 ΠΟΠ ΑΡΣΕΝΙΚΟ
ΝΑΞΟΥ



ΠΟΠ

ΑΝΕΒΑΤΟ

**Νομός Γρεβενών και Δήμος Βοΐου
Κοζάνης**

Είναι ένα τυρί μαλακό, φρέσκο και κατάλευκο. Παράγεται στα Γρεβενά και στην Κοζάνη από γάλα πρόβειο ή κατσικίσιο ή μίγμα τους, που αρμέγεται από ζώα που εκτρέφονται αποκλειστικά στην περιοχή αυτή.

Για την παρασκευή του το μόνο που χρειάζεται είναι πυτιά και αλάτι. Αφού ωριμάσει για 2 μήνες, το Ανεβατό είναι έτοιμο για σερβίρισμα. Δοκιμάστε το σε πίτες ή αλείψτε το στο ψωμί για μια ελαφρά δροσερή υπόξινη και λίγο αλμυρή γεύση

*** Το βάφτισαν Ανεβατό γιατί όταν οι βοσκοί έβαζαν στα καζάνια με το γάλα την πυτιά, μετά από λίγες ώρες το τυρί ανέβαινε στην επιφάνεια**





ΠΟΠ ΓΑΛΟΤΥΡΙ

Περιφέρεια Ηπείρου και
Περιφέρεια Θεσσαλίας

Αναζητήστε το για να απολαύσετε τη δροσερή, υπόξινη γεύση ενός τυριού που μοιάζει με γιαούρτι!!

Το αυθεντικό Γαλοτύρι παράγεται μόνο στην Ήπειρο και τη Θεσσαλία, συνήθως μόνο από πρόβειο λιπαρό γάλα, που αρμέγεται από ζώα που εκτρέφονται αποκλειστικά στις περιοχές αυτές.

Εκτός από το αλάτι, για να ετοιμαστεί, χρειάζεται να ωριμάσει 2 μήνες σε βαρέλια.

***Μια μόνο κουταλιά του απογειώνει γευστικά σαλάτες και παραδοσιακές πίτες. Το ίδιο ευχάριστα συνοδεύει μια φέτα ψωμί ή συνδυάζεται με φρούτα και μέλι.**



ΠΟΠ ΚΑΛΑΘΑΚΙ ΛΗΜΝΟΥ

Νήσος Λήμνος

Το στρογγυλό σχήμα του και τα ανάγλυφα σημάδια που αποκτά κατά τη στράγγιση του σε καλαθάκια, του έδωσαν το όνομα Καλαθάκι Λήμνου! Ένα ιδιαίτερο, μαλακό, λευκό τυρί άλμης με ανάγλυφη μορφή, ελαφριά, πικάντικη γεύση και πλούσιο άρωμα που χαρίζει τη νοστιμιά του σε τοπικές και μη παραδοσιακές συνταγές .

Παράγεται από πρόβειο γάλα ή μίγμα του με γίδινο, που προέρχεται από ζώα που βόσκουν στο νησί της Λήμνου. Μετά την πήξη του ... κολυμπάει σε άλμη για περισσότερο από 3 μήνες για να ωριμάσει.

*** Ανακαλύψτε το...**



ΠΟΠ ΚΑΣΕΡΙ

Νομός Θεσσαλονίκης, Νομός Χαλκιδικής, Νομός Καβάλας, Νομός Δράμας, Νομός Σερρών, Νομός Φλώρινας, Νομός Γρεβενών, Περιφέρεια Θεσσαλίας, Νομός Ξάνθης και Νομός Λέσβου

Κασέρι.... ο πιο πιστός φίλος του ψωμιού! Με ιστορία που ξεπερνά τον έναν αιώνα, είναι το ένα και μοναδικό κίτρινο τυρί στη Βόρεια Ελλάδα.

Για την παραγωγή του χρειάζεται γάλα, πυτιά, αλάτι και ... υπομονή. Το γάλα (πρόβειο ή μίγμα με γίδινο) πρέπει να προέρχεται από ζώα που βόσκουν στα εύφορα βοσκοτόπια της Μακεδονίας, της Θεσσαλίας, της Ξάνθης και της Λέσβου. Η υπομονή πρέπει να έχει διάρκεια τουλάχιστον 90 ημέρες. Τόσο χρειάζεται το Κασέρι για να ωριμάσει και να μας χαρίσει το πλούσιο άρωμα και την εξαιρετική του γεύση

***Εκτός από το ψωμί, τολμήστε το και στο μαγείρεμα - είναι ακόμη πιο απολαυστικό!**





ΠΟΠ ΚΑΣΕΡΙ

*Ο πιο πιστός
φίλος του
ψωμιού!*



Συνταγή για αυθεντική κασερόπιτα

**Για να φτιάξουμε τη γέμιση θα
χρειαστούμε:**

300 ml φρέσκο γάλα
500 γρ. Κασέρι ΠΟΠ τριμμένο
2 αυγά κατά προτίμηση ελευθέρας βοσκής
Αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Αρχικά, βράζουμε σε μια κατσαρόλα το γάλα προσέχοντας να μην το κάψουμε. Μόλις έχουμε το γάλα μας ζεστό προσθέτουμε το τριμμένο κασέρι και ανακατεύουμε καλά να λιώσει. Ρίχνουμε το φρεσκοτριμμένο πιπέρι και κατεβάζουμε από τη φωτιά.

Αφήνουμε το μείγμα να κρυώσει για 5 -10 λεπτά και όσο περιμένουμε χτυπάμε καλά τα αυγά σε ένα μπολ. Στη συνέχεια τα ρίχνουμε στο μείγμα. Ανακατεύουμε καλά για να ολοκληρώσουμε το μείγμα μας. Αν νομίζετε ότι χρειάζεται προσθέστε και λίγο αλάτι.



**Για να τη στήσουμε στο ταψί θα
χρειαστούμε**

10 φύλλα κρούστας
200 ml φρέσκο γάλα
Ακόμη 2 αυγά
50 ml ελαιόλαδο (για το άλειμμα) και,
Λίγο ακόμη αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 170° C και αλείφουμε το ταψί με λίγο ελαιόλαδο. Στη βάση του ταψιού τοποθετούμε τα 5 από τα 10 φύλλα κρούστας, αλείφοντας το κάθε ένα με ελαιόλαδο. Στη συνέχεια ρίχνουμε τη γέμιση. Τη στρώνουμε ομοιόμορφα και μετά τοποθετούμε τα άλλα 5 φύλλα, αλείφοντας και αυτά με ελαιόλαδο. Γυρίζουμε προς τα μέσα τις άκρες των φύλλων. Χωρίς να το λυπόμαστε, αλείφουμε την επιφάνεια της πίτας με αρκετό ελαιόλαδο και χαράζουμε με ένα κοφτερό μαχαίρι τα κομμάτια της πίτας μας.

Στο ίδιο μπολ που χτυπήσαμε τα αυγά της γέμισης χτυπάμε τα άλλα 2 αυγά με το γάλα και το αλατοπίπερο, μέχρι να έχουμε ένα ομοιογενές μείγμα. Περιχύνουμε την πίτα και αφήνουμε 5-10 λεπτά για να απορροφηθεί το μείγμα.

Ψήνουμε για περίπου 1 ώρα στις αντιστάσεις του φούρνου. Μόλις ροδίσει η πίτα μας, είναι έτοιμη. Τη βγάζουμε από το φούρνο, αφήνουμε να κρυώσει για 30 λεπτά και έπειτα κόβουμε κομμάτια και σερβίρουμε.

Καλή απόλαυση

ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ

ΑΓΡΑΦΩΝ

Δημοτική ενότητα Αργιθέας του Δήμου Αργιθέας, Δημοτική ενότητα Ιθώμης του Δήμου Μουζακίου, Δήμος Λίμνης Πλαστήρα, Δημοτική ενότητα Ιτάμου του Δήμου Καρδίτσας, Δημοτική ενότητα Μεναλαΐδας του Δήμου Σοφάδων και Δημοτική ενότητα Ταμασίου του Δήμου Σοφάδων

Είναι σκληρή αλλά με.... γλυκιά και ευχάριστη γεύση! Κατάγεται από την ιστορική περιοχή των Αγράφων, από την οποία έχει πάρει και το όνομα της. Έχει σώμα, με χρώμα λευκοκίτρινο και διάσπαρτες τρυπούλες.

Αναδύει όλα τα αρώματα της Πίνδου καθώς παράγεται από πρόβειο γάλα ή από πρόσμειξη του με γίδινο που αρμέγεται από ζώα που βόσκουν στην περιοχή. Το γάλα που χρησιμοποιείται παστεριώνεται και αφού πήξει, τοποθετείται σε άλμη, αλατίζεται και μετά ωριμάζει σε κατάλληλες θερμοκρασίες για 4-6 μήνες.

*** Αν και συνοδεύει ευχάριστα ως επιτραπέζιο τυρί τα λευκά κρασιά... δοκιμάστε τη και στη μαγειρική**





ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ ΚΡΗΤΗΣ

Περιφέρεια Κρήτης

Ψάχνετε τυρί πλούσιο σε ασβέστιο; Η Γραβιέρα Κρήτης είναι η σωστή επιλογή. Παράγεται μόνο στην Κρήτη από πρόβειο γάλα ή από πρόσμειξη του με γίδινο που συλλέγεται από ζώα που βόσκουν στο νησί. Ωριμάζει υπομονετικά για τουλάχιστον 3 μήνες πριν παρουσιαστεί στο κοινό. Θα την αναγνωρίσετε από το λευκοκίτρινο χρώμα της και τις μικρές τρύπες που έχει στο σκληρό της σώμα.

Γευτείτε τη όπου και να τη συναντήσετε. Η ελαφριά αλμυρή της γεύση και το πλούσιο άρωμα της θα σας θυμίσουν Κρήτη.

*** Δοκιμάστε τη σκέτη, με φρούτα ή ψωμί ακόμη και μαγειρεμένη**





ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ ΝΑΞΟΥ

Νήσος Νάξος



Μια νησιωτική γραβιέρα ... που όμοια της δεν έχει. Το κλίμα και η ιδιαίτερη βλάστηση της Νάξου αλλά και η μεγάλη εμπειρία των τυροκόμων της μας χαρίζουν τη μοναδική Γραβιέρα Νάξου. Ένα σκληρό αχνοκίτρινο τυρί, με ιδιαίτερη γεύση και πλούσιο άρωμα βουτύρου.

Παράγεται εξ' ολοκλήρου από αγελαδινό γάλα ή μίγμα του με πρόβειο και γίδινο που συλλέγεται από ζώα τα οποία βόσκουν στο νησί της Νάξου.

***Μην χάσετε την ευκαιρία να τη δοκιμάσετε! - Είναι μία από τις κορυφαίες γραβιέρες που έχουμε**



*Μια νησιωτική
γραβιέρα ...
που όμοια της
δεν έχει.*

**ΠΟΠ ΓΡΑΒΙΕΡΑ
ΝΑΞΟΥ**

ΠΟΠ ΚΑΤΙΚΙ ΔΟΜΟΚΟΥ

Δημοτική ενότητα Δομοκού και
Δημοτική ενότητα Ξυνιάδος του
Δήμου Δομοκού

Μια παραδοσιακή συνταγή που διασώζεται από πολύ παλιά μας χαρίζει το εξαιρετικό Κατίκι Δομοκού!

Ένα δροσιστικό, ελαφρά ξινό και εντελώς ... άπαχο λευκό τυρί που μοιάζει με πηχτή κρέμα. Παράγεται με μια εξαιρετικά απλή τεχνική από γάλα αιγοπροβάτων που βόσκουν στην περιοχή του Δομοκού.

Με μόλις 13% λιπαρά και ελάχιστο αλάτι είναι η καλύτερη επιλογή για μια ισορροπημένη διατροφή.

***Απλώστε το και απολαύστε το παντού στο ψωμί, στη φρυγανιά, στα ζυμαρικά, στη σαλάτα !!**



Δροσερό cheesecake με ΠΟΠ προϊόντα



Τραγανό μπισκότο με ΠΓΕ Κρητικό παξιμάδι

300 γρ παξιμάδια Κρητικά ΠΓΕ

50 γρ. βούτυρο

1 κ.σ. μέλι ΠΟΠ Ελάτης Μαινάλου Βανίλια

1 κ.σ. καστανή ζάχαρη

μισο κ.γ. κανέλα

1 πρέζα ξύσμα λεμόνι

λίγη βανίλια ή βανιλίνη

Τρίβουμε τα παξιμάδια στο μπλέντερ να γίνουν χύμα και τα ρίχνουμε σε μια κατσαρόλα στην οποία έχουμε πρώτα λιώσει το βούτυρο. Με μια κουτάλα ανακατεύουμε να ενσωματωθεί το βούτυρο στα παξιμάδια και αποσύρουμε από τη φωτιά. Προσθέτουμε τα αρωματικά -κανέλα, ξύσμα- και το μέλι. Στρώνουμε σε μια στρογγυλή φόρμα περίπου 23 εκατοστών με αποσπώμενα πλαϊνά. Πατάμε καλά με ένα κουτάλι ώστε να έχουμε μια ομοιόμορφη στρώση μπισκότου. Τοποθετούμε για δέκα λεπτά στο ψυγείο.

Κρέμα cheesecake με ΠΟΠ Κατίκι Δομοκού

400 γρ κρέμα γάλακτος ζωική

150 γρ. ΠΟΠ Κατίκι Δομοκού

250 γρ τυρί κρέμα

140 γρ. άχνη ζάχαρη

βανίλια ή βανιλίνη

ξύσμα μισού λεμονιού

Τοποθετούμε στον κάδο του μίξερ όλα τα υλικά και με το fouette χτυπάμε σε χαμηλή ταχύτητα για ένα λεπτό και σε πιο δυνατή για τα επόμενα δυο λεπτά. Μόλις η κρέμα σφίξει είναι έτοιμη. Την στρώνουμε πάνω από το μπισκότο αφού βεβαιωθούμε ότι το μπισκότο έχει κρυώσει και την αφήνουμε στο ψυγείο για μια ώρα.

Μαρμελάδα ΠΟΠ Κεράσι Τραγανό Ροδοχωρίου

400 γρ. ΠΟΠ κεράσια τραγανά Ροδοχωρίου

200 γρ νερό (1 ποτήρι του νερού)

40 γρ corn flour

200 γρ ζάχαρη

Σε μια κατσαρόλα μεσαίου μεγέθους βάζουμε τα κεράσια απύρηντα, τη ζάχαρη και το μισό ποτήρι νερό. Μόλις πάρουν βράση ρίχνουμε το corn flour αφού πρώτα το διαλύσουμε στο υπόλοιπο μισό ποτήρι νερό. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και περιμένουμε να πήξουν ανακατεύοντας ήπια. Μόλις τα κεράσια πήξουν τα βάζουμε στο ψυγείο εφάπτωντας μια μεμβράνη στην επιφάνειά τους ώστε να μην πιάσουν όψη. Τα αφήνουμε στο ψυγείο για ένα περίπου τέταρτο και αφού κρυώσουν τα τοποθετούμε πάνω από την κρέμα τυριού. Αφήνουμε το γλυκό να δέσει όλο μαζί για δυο με τρεις ώρες στο ψυγείο. Με ένα μαχαίράκι ξεκολλάμε τις άκρες της φόρμας και έπειτα αφαιρούμε τα πλαϊνά. Κόβουμε σε κομμάτια και σερβίρουμε το cheesecake με ένα φυλλαράκι δυόσμου και λίγο ξύσμα λεμονιού.



ΠΟΠ

ΚΕΦΑΛΟΓΡΑΒΙΕΡΑ

Περιφέρεια Δυτικής Μακεδονίας, Περιφέρεια Ηπείρου, Νομός Αιτωλοακαρνανίας και Νομός Ευρυτανίας

Ο τίτλος της «πιο αλμυρής γραβιέρας» πηγαίνει δικαίως στην Κεφαλογραβιέρα.

Εκτός από αλμυρή είναι ελαφρώς πικάντικη, λίγο κίτρινη και λίγο σκληρή. Για να αποκτήσει τα πλούσια αρώματά της πρέπει να ωριμάσει σε χαμηλή θερμοκρασία για 3 μήνες

Παράγεται από πρόβειο γάλα ή από μίγμα του με λίγο κατσικίσιο που προέρχεται από ζώα που βόσκουν στα εύφορα λιβάδια της Δυτικής Ελλάδας και της Ευρυτανίας.

Μπορεί όταν ακούτε Κεφαλογραβιέρα το πρώτο πιάτο που σας έρχεται στο μυαλό να είναι ... μακαρόνια με κιμά αλλά να ξέρετε ότι νοστιμίζει τριμμένη ή λιωμένη ένα σωρό άλλα φαγητά!

*** Απολαύστε την με λίγο τσίπουρο ή με ένα υπέροχο λευκό κρασί**



ΠΟΠ ΚΟΠΑΝΙΣΤΗ

Νομός Κυκλάδων



Κοπανιστή σημαίνει ...πικάντικη νοστιμιά σε μορφή κρέμας και με άρωμα κυκλαδίτικο! Θα την αγαπήσετε αμέσως γιατί δεν έχει μόνο ωραία, πιπεράτη γεύση αλλά και αλμυρή.

Το φρέσκο βούτυρο που μπαίνει κατά την διάρκεια της παρασκευής της είναι εκείνο που της χαρίζει την τόσο έντονη γεύση και την τόσο κρεμώδη υφή.

Ωριμάζει γρήγορα και φυσικά, με μικρή βοήθεια από την «μάννα» της, ένα κομμάτι παλιάς, καλής κοπανιστής.

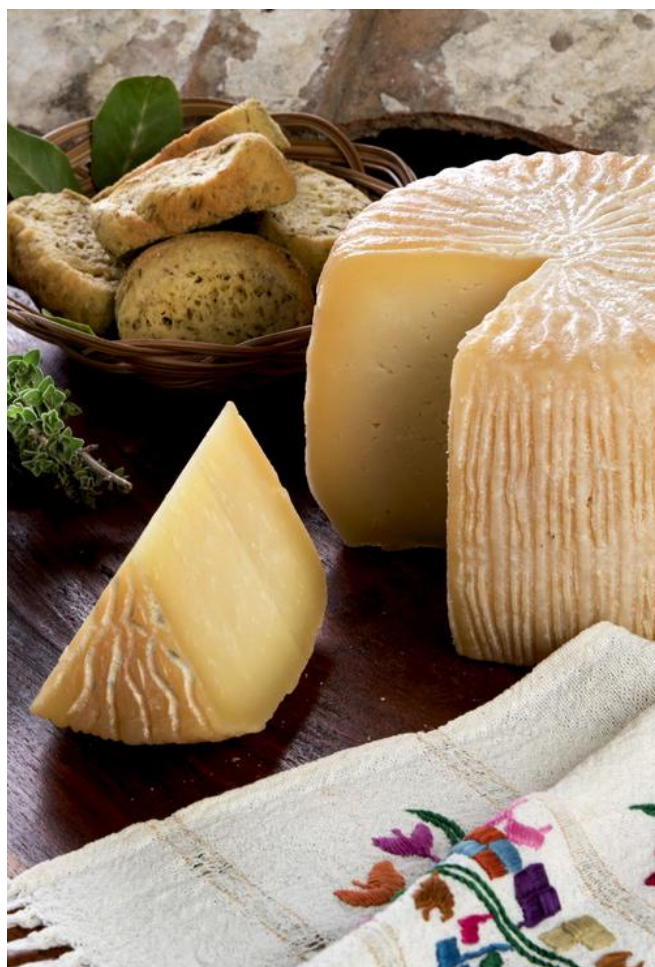
Παράγεται από γάλα (κυρίως κατσικίσιο ή πρόβειο) που προέρχεται από ζώα που βόσκουν αποκλειστικά στις Κυκλάδες

*** Μυρίστε την προσεχτικά και θα ανακαλύψετε τα αρώματα από τα μοναδικά βοσκοτόπια των Κυκλάδων.**



ΠΟΠ ΛΑΔΟΤΥΡΙ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ

Νήσος Λέσβος



Ένα εκλεκτό τυρί με γεύση πιπεράτη που «γεννιέται» μέσα στο λάδι. Παράγεται από γάλα πρόβειο ή αιγοπρόβειο που προέρχεται αποκλειστικά από ζώα που βόσκουν στο νησί της Λέσβου.

Ωριμάζει για τουλάχιστον 3 μήνες και για να συντηρηθεί μπορεί να παραμείνει μέχρι και ένα χρόνο μέσα στο λάδι... εξού και το όνομα.

Γνωστό και ως «κεφαλάκι Μυτιλήνης», χαρίζει επί χρόνια την υπέροχη νοστιμιά του στο περίφημο «Σφουγγάτο Μυτιλήνης» και σε πολλές ακόμη τοπικές παραδοσιακές συνταγές

*** Ιδανικός μεζές για ούζο**



*Ένα εκλεκτό
τυρί που
«γεννιέται»
μέσα στο λάδι.*

**ΠΟΠ ΛΑΔΟΤΥΡΙ
ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ**



ΠΟΠ ΜΑΝΟΥΡΙ

Περιφέρεια Θεσσαλίας,
Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας
και Περιφέρεια Δυτικής
Μακεδονίας

Μαλακό, λευκό τυρί, με ελαφρά αλμυρή γεύση και χαρακτηριστικό άρωμα γάλακτος.

Το Μανούρι παράγεται με γάλα πρόβειο ή αιγοπρόβειο που προέρχεται αποκλειστικά από τη Θεσσαλία, την Κεντρική ή τη Δυτική Μακεδονία.

Η τεχνική για την παραγωγή του είναι απλή: ανάμιξη τυρογάλακτος με γάλα ή κρέμα, θέρμανση και στράγγιση.

***Παραμένει το ίδιο νόστιμο είτε είναι φρέσκο είτε όταν σκληρύνει. Όσο είναι φρέσκο συνδυάζεται ιδανικά με πίτες και σαλάτες. Όταν σκληρύνει είναι ιδανικό για μακαρονάδες.**



Στο σαγανάκι λέμε ναι!

Σαγανάκι, ένας εύκολος και απλός μεζές που έχει μόνο μια δυσκολία: ποιο τυρί να χρησιμοποιήσουμε. Οι επιλογές μας πολλές! Από τα ελληνικά λευκά τυριά πέρα από την απόλυτα γνωστή φέτα προτείνουμε το ΠΓΕ τυρί της Πόσιας ή αλλιώς Κρασсотύρι της Κω και το ΠΟΠ Καλαθάκι Λήμνου. Για πιο πιπεράτη γεύση μπορείτε να δοκιμάσετε και την ΠΟΠ Σφέλα από τη Λακωνία ή τη Μεσσηνία

Από τα κίτρινα τυριά προτείνουμε το Λαδοτύρι Μυτιλήνης, τη Γραβιέρα Νάξου και τη Φορμαέλα Αράχωβας Παρνασσού όλα τους τυριά με Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης (ΠΟΠ).

Τα λευκά τυριά, επειδή είναι πιο μαλακά τα κόβουμε σε φέτες πάχους περίπου 2 εκ. Τα κίτρινα τυριά καθώς είναι πιο σκληρά μπορούμε να κόψουμε σε πιο λεπτές φέτες (1-1,5 εκ.)



Βρέχουμε με κρύο νερό τα κομμάτια και μετά τα αλευρώνουμε. Το αλεύρι θα μας δώσει τη χρυσή κρούστα όταν ψηθεί. Σε ένα μικρό τηγάνι, βάζουμε λίγο ελαιόλαδο και το αφήνουμε να κάψει. Μόλις κάψει, βάζουμε τη φέτα του τυριού και τηγανίζουμε για λίγο και από τις δύο μεριές μέχρι να ροδίσει (περίπου 2 λεπτά από κάθε μεριά).

Σερβίρουμε όσο είναι ζεστό, στάζοντας από πάνω λίγο λεμόνι και το συνοδεύουμε με ούζο ή τσίπουρο.

Το όνομα σαγανάκι προέρχεται από το τουρκικό *sahan* (σαχάν), τηγάνι, δηλαδή το ομώνυμο σκεύος μέσα στο οποίο συνήθως προετοιμάζεται.

ΠΟΠ ΜΕΤΣΟΒΟΝΕ

Δήμος Μετσόβου



Τυρί καπνιστό, πεντανόστιμο και πολύ ξεχωριστό.

Πήρε το όνομα του από το Μέτσοβο, την περιοχή όπου παράγεται. Όσο για το άρωμά του ... το παίρνει από τον καπνό! Πώς γίνεται αυτό; Αφού ωριμάσει το τυλίγουν με σχοινί και το κρεμούν σε χώρο με καπνό που προέρχεται από το κάψιμο χόρτων, φύλλων και βοτάνων.

Για την παραγωγή του χρησιμοποιείται γάλα αγελαδινό ή μίγμα του με λίγο πρόβειο και κατσικίσιο που προέρχονται από την περιοχή του Μετσόβου.

***Γνωρίστε την ελαφρώς αλμυρή και πικάντικη γεύση του τρώγοντας το ωμό. Για μια μοναδική γευστική εμπειρία... ψήστε το στα κάρβουνα και βάλτε του λεμόνι**

*Τυρί καπνιστό,
πεντανόστιμο
και πολύ
ξεχωριστό*

**ΠΟΠ
ΜΕΤΣΟΒΟΝΕ**

ΠΟΠ ΜΠΑΤΖΟΣ

**Περιφέρεια Δυτικής Μακεδονίας
και Περιφέρεια Κεντρικής
Μακεδονίας**

Ένα λευκό σκληρό τυρί άλμης για
τους λάτρεις πολύ αλμυρών
γεύσεων!

Παράγεται με γάλα πρόβειο ή
αιγοπρόβειο που προέρχεται από
τη Θεσσαλία, την Κεντρική ή τη
Δυτική Μακεδονία.

Ωριμάζει σε άλμη για
τουλάχιστον 3 μήνες κερδίζοντας
με τον τρόπο αυτό μια ιδιαίτερα
αλμυρή γεύση που κρύβει
πικάντικες και υπόξινες
λεπτομέρειες.

Είναι από τα αρχαιότερα ελληνικά
τυριά που παράγονταν στις
στάνες από τους βοσκούς. Το
όνομα του εξάλλου είναι μπάτζος
δηλαδή ο βοσκός που έπηζε το
γάλα.

***Καταπληκτικός μεζές ως
σαγανάκι!**



ΠΟΠ ΞΥΝΟΜΥΖΗΘΡΑ ΚΡΗΤΗΣ

Περιφέρεια Κρήτης



Σχήμα μπορεί να μην έχει έχει όμως, υπέροχη γεύση και άρωμα Κρήτης!

Η Ξυνομυζήθρα Κρήτης παράγεται με αιγοπρόβειο γάλα που προέρχεται από ζώα που βόσκουν σε όλη την Κρήτη. Η διαδικασία απλή: ανάμιξη τυρογάλακτος με λίγο γάλα, θέρμανση, στράγγισμα, αλάτισμα και ωρίμανση για 2 μήνες σε βαρέλια.

Είναι ένα λευκό, μαλακό τυρί που, όπως μαρτυρά το όνομα του, έχει υπόξινη γεύση.

***Απλώνεται υπέροχα στον περίφημο κρητικό ντάκο και κρύβεται τέλεια στις εξίσου φημισμένες σαρικόπιτες.**



ΠΟΠ ΠΗΧΤΟΓΑΛΟ ΧΑΝΙΩΝ

Νομός Χανίων

Στα Χανιά της Κρήτης εκτός από ξυνομυζήθρα, παράγεται και το Πηχτόγαλο Χανίων.

Το τυρί αυτό λέγεται και «πρώτο τυρί» γιατί φτιάχνεται μόνο από γάλα πρόβειο, κατσικίσιο ή μίγμα τους. Εμφανισιακά μοιάζει με λευκό, πυκνό γιαούρτι... ωστόσο μυρίζει σαν ολόφρεσκο γάλα! Όσο δυνατό είναι το άρωμα του, άλλο τόσο δυνατή είναι και η γεύση του: έντονη και ελαφρώς ξινή.

***Είτε το δοκιμάσετε σκέτο, είτε σε πίτες, είτε ... σε σαλάτες να είστε σίγουροι ότι θα σας ενθουσιάσει**

ΠΟΠ ΣΑΝ ΜΙΧΑΛΗ

Νήσος Σύρος



Σαν το Σαν Μιχάλη δεν έχει άλλο τυρί!

Ένα σχεδόν συλλεκτικό τυρί αφού για κάθε κιλό του χρειάζονται 10 κιλά γάλα.

Παράγεται μόνο στη Σύρο από γάλα αγελαδινό που προέρχεται από ζώα που βόσκουν στο νησί. Αφού ωριμάσει για τουλάχιστον 4 μήνες είναι έτοιμο να σας εντυπωσιάσει ... με την αλμυρή και πικάντικη γεύση του, τα πλούσια αρώματά του και το χρυσοκίτρινο χρώμα του.

Ταιριάζει τέλεια με φρούτα και συνοδεύει ευχάριστα ώριμα κρασιά

***Αναζητήστε το εξαιρετικό
Σαν Μιχάλη 12μηνης
ωρίμανσης**

ΠΟΠ ΦΕΤΑ

Περιφέρειες Ανατολικής
Μακεδονίας- Θράκης, Κεντρικής
Μακεδονίας, Δυτικής
Μακεδονίας, Ηπείρου,
Θεσσαλίας, Στερεάς Ελλάδας,
Δυτικής Ελλάδας, Αττικής,
Πελοποννήσου και Νήσος
Λέσβος



Ό,τι πιο ελληνικό..., ό,τι πιο αυθεντικό. Το ολόλευκο, γυαλιστερό διαμάντι που μεταμορφώνει κάθε φαγητό σε μια μοναδική γευστική εμπειρία.... Ναι είναι η αυθεντική ελληνική φέτα

Παράγεται εδώ και χρόνια από αγνό αιγοπρόβειο γάλα - χωρίς καθόλου συντηρητικά. Ωριμάζει για 2 μήνες μέσα σε άλμη αποκτώντας το άρωμα και τη γεύση που μας κερδίζει.

Μαλακιά ή σκληρή, τότε αλμυρή και τότε πικάντικη, παραμένει πάντα άκρως εθιστική και λαχταριστή.

Ο πλούσιος, γευστικός κόσμος της φέτας δεν αποκαλύπτεται μονάχα όταν την απολαμβάνουμε μόνη της. Είναι το μυστικό της απόλαυσης της ίδιας της ελληνικής διατροφής. Οι αλμυρές και οι πικάντικες αποχρώσεις της συνδυάζονται αρμονικά με την γλύκα των λαδερών, η έντονη, πλούσια γεύση της χαρίζει ακόμη μεγαλύτερη νοστιμιά στα τηγανητά, η ήπια, ελαφριά αίσθηση που αφήνει στο στόμα, γλυκαίνει τα ζυμαρικά. Είναι τόσο ιδιαίτερη η ταυτότητα της γεύσης της, που μπορεί να δώσει νοστιμιά ακόμη και στα θαλασσινά. Το ταξίδι των γεύσεων της, όμως, δεν τελειώνει εδώ! Είναι το πιο ταιριαστό τυρί για τις σαλάτες και ο καλύτερος φίλος των φρούτων.

*** Τίποτα δεν θα σας κάνει να νιώσετε καλύτερα την γεύση της Ελλάδας από μία χωριάτικη σαλάτα με ένα μεγάλο κομμάτι φέτας λουσμένο με ελαιόλαδο.**



ΠΟΠ ΦΕΤΑ

**Ό,τι πιο
ελληνικό...,
ό,τι πιο αυθεντικό!**

Ποια φέτα είναι ΠΟΠ;

Την αγαπημένη μας φέτα τη συναντούμε άλλοτε πιο μαλακιά και άλλοτε πιο σκληρή. Άλλοτε λίγο πιο αλμυρή και άλλοτε λίγο πιο πικάντικη. Αλλού θα τη βρούμε ή θα τη ζητήσουμε ως φέτα Καλαβρύτων και αλλού ως φέτα Αμφιλοχίας ή φέτα Ηπείρου. Και εύλογα αναρωτιόμαστε: Αφού διαφέρουν μεταξύ τους γιατί όλες τις αποκαλούμε φέτα;

Φέτα είναι μόνο μία και η φέτα είναι πάντα ΠΟΠ. Είτε πρόκειται για φέτα Θεσσαλίας, είτε Ηπείρου είτε Στερεοελλαδίτικη. Πάντα είναι λαχταριστή και άκρως εθιστική.

Η ονομασία «φέτα» κατοχυρώθηκε οριστικά ως Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης (ΠΟΠ) το 2002. Έκτοτε μπορεί να χρησιμοποιείται μόνο για το λευκό τυρί που παράγεται από αιγοπρόβριο γάλα, που ωριμάζει μέσα σε άλμη και πληροί τις εξής προδιαγραφές:



- Το γάλα που χρησιμοποιείται για την παραγωγή του να προέρχεται αποκλειστικά από την ηπειρωτική Ελλάδα, τη Λέσβο, τη Λήμνο και τη Σαμοθράκη.
- Το πρόβριο γάλα πρέπει να συμμετέχει στην παραγωγή της φέτας σε ποσοστό τουλάχιστον 70% . Το υπόλοιπο 30% μπορεί να είναι μόνο γίδινο γάλα.
- Το γάλα να προέρχεται από ζώα που τρέφονται με την τοπική χλωρίδα κάθε περιοχής, κυρίως σε ελεύθερες βοσκές.
- Η υγρασία δεν πρέπει να υπερβαίνει το 56% και η λιποπεριεκτικότητα να είναι τουλάχιστον 43%
- Η ωρίμανση διαρκεί τουλάχιστον 2 μήνες μέσα σε ξύλινα βαρέλια ή σε δοχεία από λευκοσίδηρο (τενεκέδες).
- Κατά την παραγωγή της απαγορεύεται η προσθήκη συντηρητικών και αντιβιοτικών.



Τα μικρά μυστικά της φέτας

Είδαμε από τις προδιαγραφές ότι μπορούμε να παράγουμε φέτα είτε αποκλειστικά από πρόβειο γάλα είτε από μείγμα πρόβειου γάλακτος με γίδινο. Στην περίπτωση που συμμετέχει και το γίδινο γάλα η συμμετοχή του δεν πρέπει να υπερβαίνει το 30%.

Εδώ κρύβεται ένα μυστικό.

Όταν συμμετέχει το γίδινο γάλα η φέτα γίνεται πιο σκληρή. Αντιθέτως οι φέτες από πρόβειο γάλα είναι πιο βουτυράτες στην υφή.

Όταν η ωρίμανση της γίνεται σε ξύλινα βαρέλια η φέτα γίνεται πιο πικάντικη. Επίσης πιο πικάντικη γίνεται όταν στην παραγωγή της συμμετέχει και γίδινο γάλα το οποίο είναι από τη φύση του πιο πικάντικο.

Επίσης θεωρείται ότι το γάλα των ζώων που βόσκουν σε ηλιόλουστες ορεινές περιοχές δίνει φέτα πιο πικάντικη, σε σχέση με το γάλα από κοπάδια που βόσκουν σε σκιερά, υγρά μέρη.



Και γιατί να μην αγοράσω το λευκό τυρί που έχει καλύτερη τιμή;

Για να εκτιμήσουμε την αξία της φέτας θα πρέπει να γνωρίσουμε πρώτα τις διαφορές της από το λευκό τυρί άλμης.

Το λευκό τυρί άλμης μπορεί να είναι από αγελαδινό ή από γίδινο γάλα ή από μείγμα πρόβειου και γίδινου αλλά με αναλογίες διαφορετικές από αυτές που επιτρέπονται για την παραγωγή φέτας.

Το λευκό τυρί άλμης μπορεί να παραχθεί από οποιοδήποτε είδος γάλακτος (αγελαδινό, πρόβειο, γίδινο, βουβάλου και μίγματα αυτών) αλλά και από μερικώς αποβουτυρωμένο γάλα ή μίγματα αυτών με κρέμα γάλακτος (αφρόγαλα).

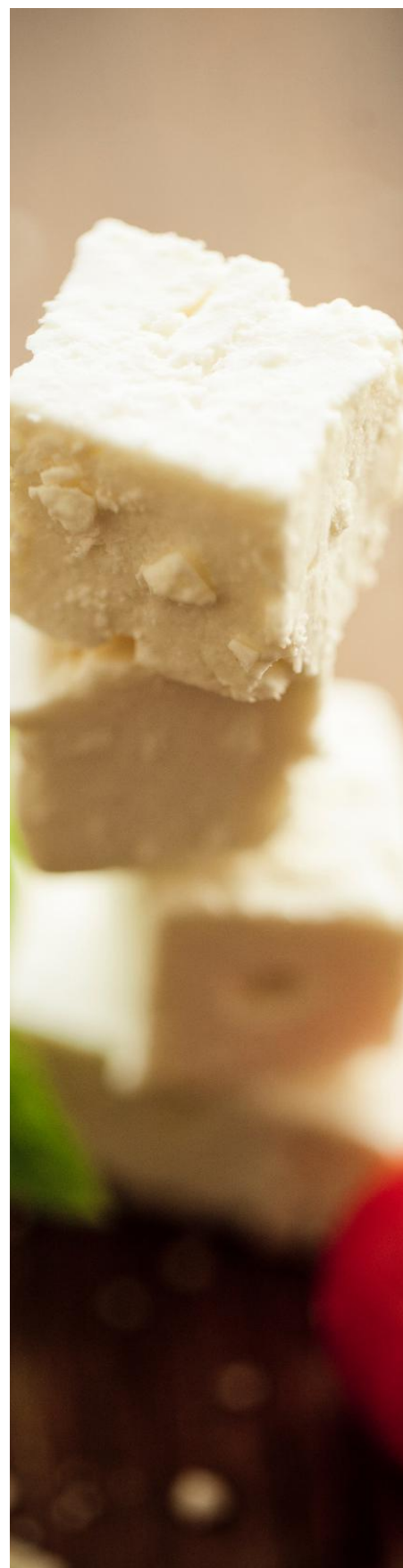
Η ωρίμανση του λευκού τυριού μπορεί να γίνει και σε πλαστικά δοχεία.

Το λευκό τυρί χρειάζεται ωρίμανση μέσα σε άλμη τουλάχιστον 15 ημέρες εφόσον το γάλα έχει υποστεί παστερίωση ή δυο μήνες εφόσον το γάλα δεν έχει παστεριωθεί.

Στο λευκό τυρί επιτρέπεται, η προσθήκη ορισμένων συντηρητικών.

Το λευκό τυρί που παράγεται αποκλειστικά από γίδινο γάλα είναι τυρί σκληρό, με γεύση διαφορετική από αυτή της φέτας. Επίσης το λευκό τυρί από αγελαδινό γάλα με την παραδοσιακή τεχνολογία της φέτας, είναι τυρί σκληρό που τρίβεται εύκολα και δεν αφήνει στο στόμα την ευχάριστη αίσθηση που αφήνει η φέτα.

Την επόμενη φορά που θα επιλέξουμε ή θα δοκιμάσουμε μια φέτα ας μη μείνουμε μόνο στο ότι η φέτα λέγεται έτσι ...γιατί την κόβουμε και τη σερβίρουμε σε φέτες.





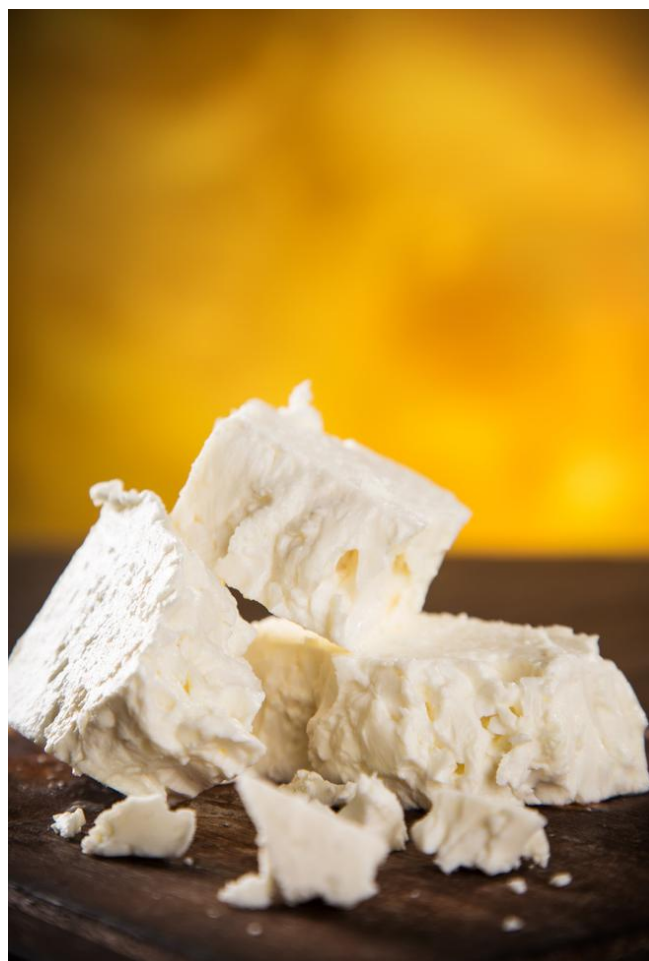
ΠΟΠ ΣΦΕΛΑ

Νομός Λακωνίας, Νομός
Μεσσηνίας

Η «φέτα της φωτιάς»! Ένα λευκό τυρί άλμης με έντονη και πιπεράτη γεύση. Η πιπεράτη γεύση της μπορεί ... να σας κάψει αλλά μη διστάσετε να τη δοκιμάσετε ... είτε ωμή είτε ψητή

Παράγεται με παραδοσιακό τρόπο στη Μεσσηνία και τη Λακωνία μόνο με πρόβειο ή αιγοπρόβειο γάλα που προέρχεται από ζώα που βόσκουν στην περιοχή.

*** Σφέλα σημαίνει λωρίδα ή φέτα ... όπως δηλαδή κόβεται το τυρί όταν το ετοιμάζουμε για να το σερβίρουμε**



ΠΟΠ ΦΟΡΜΑΕΛΛΑ ΑΡΑΧΩΒΑΣ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

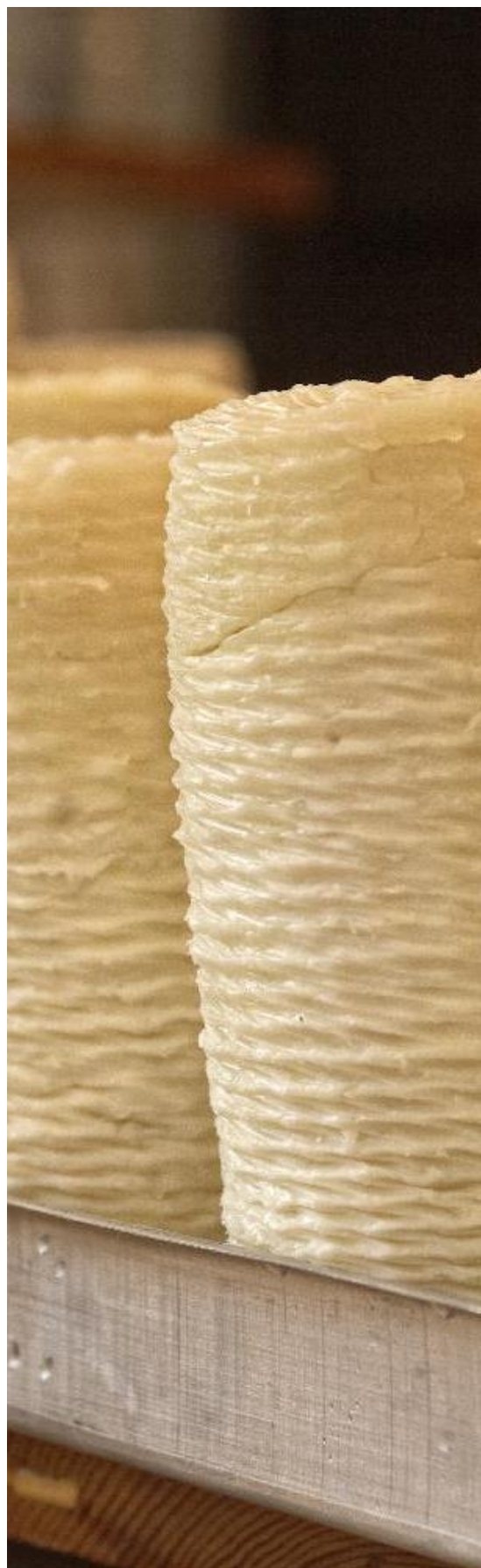
Δημοτική Ενότητα Αράχωβας του
Δήμου Διστόμου- Αράχωβας-
Αντίκυρας

Στην Αράχωβα Παρνασσού, δίπλα στους Δελφούς, παράγεται ένα ξεχωριστό τυρί μέσα σε μικρά ξύλινα καλαθάκια.

Ένα τυρί που δεν είναι πολύ σκληρό, είναι όμως ... πολύ νόστιμο, με γεύση πικάντικη και λίγο αλμυρή και πλούσια αρώματα.

Το γάλα που χρησιμοποιείται για την παραγωγή της Φορμαέλλας προέρχεται από πρόβατα ή/και κατσίκια που τρέφονται σε όλη τους τη ζωή με την πλούσια βλάστηση του Παρνασσού.

***Εντυπωσιακή στην όψη πριν τεμαχιστεί, υπέροχη όταν ψηθεί, εξαιρετικά γευστική ως σαγανάκι ... με λίγο λεμόνι**





Το διαμάντι της Αράχωβας

Η Αράχωβα πριν γίνει το κοσμοπολίτικο θέρετρο που όλοι μας γνωρίζουμε ήταν γη τσοπάνηδων. Εκεί οι ντόπιοι είχαν αναπτύξει την γεωργία αλλά κυρίως την κτηνοτροφία. Και δημιούργησαν εξαιρετικά προϊόντα. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει ο κ. Ανδρίτσος, εκπρόσωπος του Κτηνοτροφικού Σωματείου Αράχωβας, στην αίτηση του για την αναγνώριση της ονομασίας προέλευσης: Πριν από εκατό, ίσως και περισσότερα χρόνια, οι κτηνοτρόφοι, κάτοικοι της Αράχωβας είχαν εφεύρει και παρήγαγαν ένα μοναδικό είδος τυριού γνωστό με την ονομασία Φορμαέλα. Και συνεχίζει...

Η νοστιμιά της φορμαέλας είναι φανταστική και οφείλεται σε τέσσερις λόγους.

- Στη μοναδική, άγρια και αυτοφυή βλάστηση που υπάρχει στην ευρύτερη περιοχή. Μια περιοχή που εκτείνεται περιμετρικά της πόλης της Αράχωβας σε μια ακτίνα γύρω στα 10 με 15 χιλιόμετρα. Η άγρια και αυτοφυής βλάστηση στην περιοχή αυτή είναι απόλυτα κατάλληλη για τη διατροφή των ζώων
- στις απίθανες κλιματολογικές συνθήκες διαβίωσης των ζώων
- στη μοναδικότητα των ζώων μιας καθαρά ντόπιας ποικιλίας. Μιας ποικιλίας που μπορεί να έχει μέση και όχι υψηλή παραγωγή γάλακτος αλλά έχει μοναδικές αντοχές αλλά και νοστιμότητα κρέας
- στον παραδοσιακό τρόπο παραγωγής της φορμαέλας που είναι και μοναδικός



ΠΟΠ ΞΥΓΑΛΟ ΣΗΤΕΙΑΣ

Δήμος Σητείας

Ένα παραδοσιακό, δροσερό τυρί με μορφή κρέμας γεύση υπόξινη και λίγο αλμυρή. Αν και μοιάζει αρκετά με το Γαλοτύρι και το Κατίκι Δομοκού είναι λιγότερο αλμυρό. Το μυστικό του; Το αλάτι μπαίνει από την αρχή στο γάλα.

Παράγεται από γάλα πρόβειο ή αιγοπρόβειο που προέρχεται από ζώα που κυκλοφορούν μόνο στα βοσκοτόπια της Σητείας.
Θα το συναντήσετε και σαν Ξύγαλο Στειακό

***Ανακαλύψτε την ιδιαίτερη γεύση του δοκιμάζοντας το σαν ορεκτικό. Αν σας ανοίξει την όρεξη συνοδεύστε με αυτό ντολμαδάκια και λαδερά**

ΠΓΕ ΚΡΑΣΟΤΥΡΙ ΚΩ/ ΤΥΡΙ ΤΗΣ ΠΟΣΙΑΣ

Νήσος Κω



Ένα ιδιαίτερο, μαλακό τυρί από το νησί του Ιπποκράτη. Δεν θα το συναντήσετε πουθενά αλλού. Για την παρασκευή του χρειάζεται γάλα, πυτιά, αλάτι και ... οινολάσπη.

Το γάλα προέρχεται από κατσίκια ή/και πρόβατα που τρέφονται σε όλη τους τη ζωή στους βοσκότοπους της Κω. Η οινολάσπη προέρχεται από τα βαρέλια στα οποία ωριμάζουν τα ντόπια κρασιά.

Μόλις πήξει το τυρί κολυμπάει για 2-3 μήνες στην άλμη και μετά για ένα ακόμη μήνα στην οινολάσπη για να αποκτήσει τα ιδιαίτερα αρώματά του και το χρώμα του. Απέξω έχει χρώμα κοκκινωπό αλλά από μέσα είναι εντελώς λευκό.

*** ΟΙ ΝΤΟΠΙΟΙ ΤΟ ΛΕΝΕ ΚΑΙ
ΔΙΑΜΑΝΤΙ ΤΗΣ ΚΩ**



ΠΟΠ ΑΡΣΕΝΙΚΟ ΝΑΞΟΥ

Νήσος Νάξος



Ένα δυνατό, ανθεκτικό και σκληρό τυρί δεν θα μπορούσε να μην είναι αρσενικό.

Παρασκευάζεται με ανοιξιάτικο αιγοπρόβειο γάλα, που προέρχεται από τα ζώα που βόσκουν ελεύθερα στην ορεινή Νάξο.

Αφού πήξει και στραγγίξει καλά, παραμένει υπομονετικά για 6 μήνες πάνω σε ξύλινες τάβλες για να ωριμάσει. Κατά τους μήνες αυτούς δέχεται τακτικά επαλείψεις με λάδι.

Θυμίζει κεφαλοτύρι αλλά δεν είναι. Έχει έντονη πικάντικη γεύση, πλούσιο και ευχάριστο άρωμα και χρώμα υποκίτρινο.

*** Απολαύστε το ψημένο ως σαγανάκι**

Τι είναι το *deligate*

Μια πρωτοβουλία που έχει ως σκοπό να δώσει σε όλα τα προϊόντα της Ελλάδας με Ονομασίας Προέλευσης ή Γεωγραφική Ένδειξη τον πρωταγωνιστικό ρόλο που τους αξίζει. Έναν ρόλο τον οποίο, έχουμε όλοι την υποχρέωση να τιμήσουμε καθώς τα προϊόντα αυτά κρύβουν μέσα τους στοιχεία της ιστορίας μας, του πολιτισμού μας και, της παράδοσης μας. Για περισσότερες πληροφορίες [εδώ](#)



deligate