

Řeckou gastronomii požehnanou sluncem a úrodným přímořským krajem charakterizuje intenzivní chuť, jejíž tajemství se skrývá v tradiční jednoduché přípravě masa a zeleniny i v mistrném dochucování bylinkami a kořením...



Na jídelníčku v řecké domácnosti nesmí nikdy chybět **zeleninové saláty, maso a olivový olej.**

Do jídel se často přidává ovčí sýr, kterému se říká **feta**. Neméně známá je pochoutka z tučného řeckého jogurtu, který se používá například jako základ do **tzatziků**, což je okurkový salát s česnekem, jogurtem, koprem a mátou. Dalším známým salátem je **choriatiky**, u nás v Čechách se mu říká řecký. Součástí tohoto salátu je směs okurek, paprik, cibule, oliv, rajčat s již zmíněným sýrem feta a zálivkou s olivového oleje a vinného octa. Setkat se můžete také s **révovými listy plněnými rýží**, milovníci masa si určitě dopřejí **souvlaki**, tedy špíz z různých druhů masa. Známost specialitou je **moussaka**, jinými slovy vrstvy mletého masa, lilku a brambor, zalité bešamelem a zapečené v troubě.

**A co nás tedy čeká na jídelníčku?**

**PONDĚLÍ:**

**Masové kuličky Delfy v rajčatové omáče:** Šťavnaté masové kuličky s chutí po mátě, doplněné jemnou rajčatovou šťávou, která nepatrně voní po skořici.

**ÚTERÝ:**

**Vepřové ragů s celerem a olivami:** jemně ochucené vepřové maso v bílé smetanové omáče s navinulou chutí.

**Maková chalva s citronovou polevou:** vláčný piškot s celým mákem, obohacen mandlemi nebo vlašskými ořechy potřeny citronovou polevou.

**STŘEDA:**

**Řecká musaka:** zapečené brambory s masem, lilkem, zeleninou a sýrem. Chuť po použitých surovinách. Řecké národní jídlo. Místo lilků můžeme použít cukety nebo jinou zeleninu.

**ČTVRTEK:**

**Řecké biftečky s bramborovou kaší:** šťavnaté masové karbanátky s vůní oregána v jemné máslové šťávě.

**PÁTEK:**

**Těstovinový nákyp Pasticio s masem a rajčaty,sýrem:** těstovinový nákyp prokládaný okořeněným mletým masem,rajčaty,zapečený v omáčce se sýrem.V Řecku velmi oblíbené jídlo.