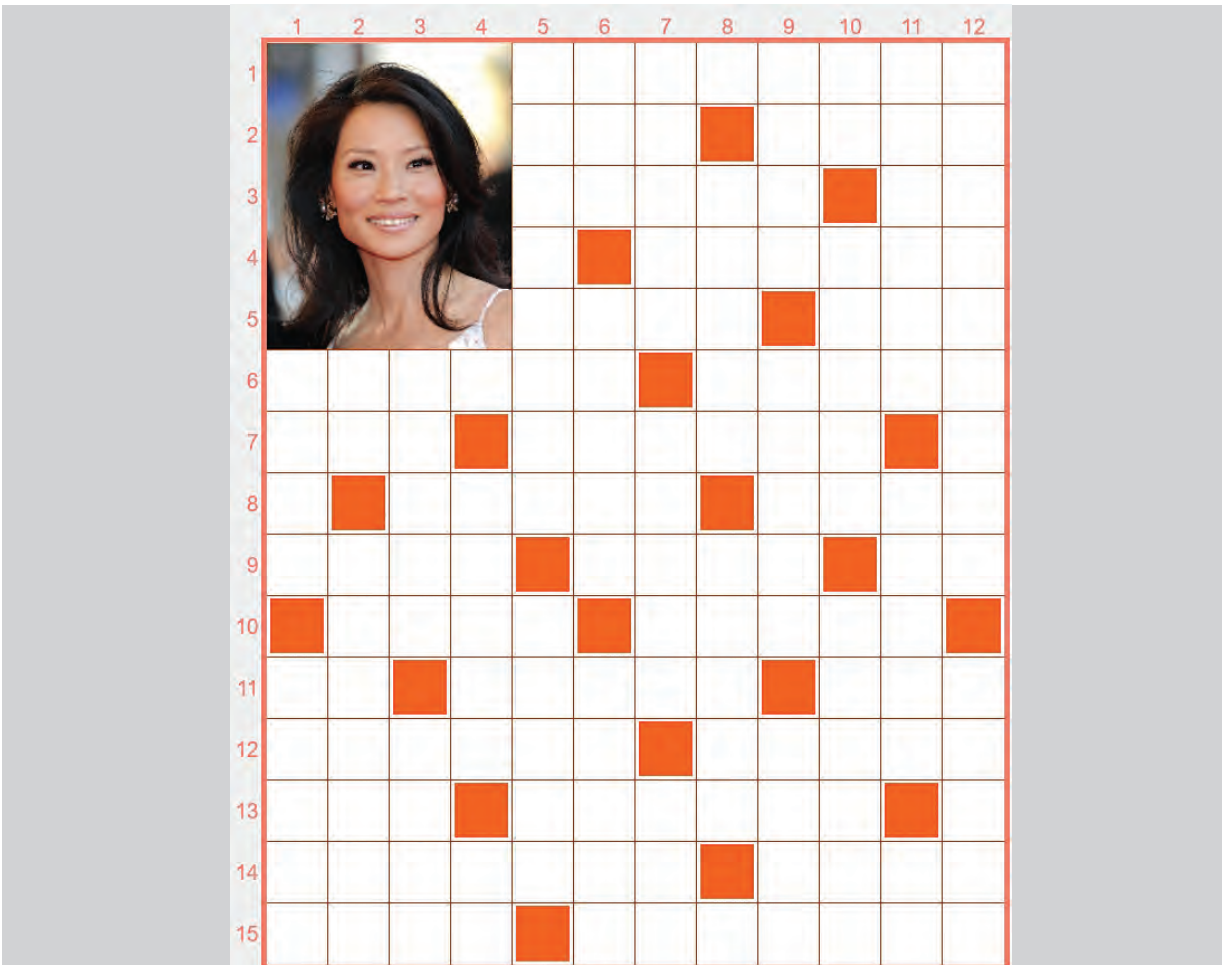


Σταυρόλεξα



Οριζόντια

1. Της οδήγησης... σε σχολή οδηγών.
2. Τα αρχικά της κρατικής ραδιοφωνίας — Δολοφονήθηκε από τη Σαρλότ Κορντέ.
3. Το σάλι — Τα έχει ο... λαθραίος.
4. Περιοχή της Χαλκιδικής.
5. Ύψυλος άνθρωπος (μτφ.) — Είδος μουσικής.
6. Πόλη της Αττικής με περίφημα, άλλοτε, μεταλλεία — Πολύ δυνατή του αετού.
7. ... Σουμάκ: τραγουδίστρια — Βυζαντινός στρατηγός που κατανίκησε τους Γότθους.
8. Επιτυχία στη σκοποβολή — Ανθεκτικό... σκαρί.
9. Τ' αρχικά μιας κρατικής υπηρεσίας — Τα... πάτησε ο πενντάρης — Άρθρο πληθυντικού.
10. Υποδιαίρεση μεγάλου επικού ποιήματος — Το όνομα του ηθοποιού Πεζirkιανίδη.
11. Αθόρυβο... νήπιο — Ο ιδρυτής του Οθωμανικού κράτους — Γκρέγκορι...: Αμερικανός ηθοποιός.
12. Απάντηση σε κάλεσμα — Πόλη της Ιταλίας.
13. Ασκεΐται και... ψυχολογική — Αρχαίος χαλκουργός.
14. Θερμοφόρες οι ηλιακές — Εφεύρε το φερόνυμο περίστροφο.
15. Πρωταγωνίστησε στο «Ρόλερμπολ» — Φρικαλέα, βδελυρά.

Κάθετα

1. Λούσι...: η εικονιζόμενη — Κιμ...: παλιά ηθοποιός.
2. Αριθμός Μητρώου — Η κόκκινη πιπεριά.
3. Νύμφες της ελληνικής μυθολογίας — Διεθνής ένωση εναέριων μεταφορών.
4. Ο γενάρχης μυθικού μαντικού γένους — Παραπόταμος του Δούναβη.
5. Τιμητική προσφώνηση της Παναγίας — ... Βίλα: αγγλική ομάδα ποδοσφαίρου.
6. Από συμπέρασμα ακολουθείται — Λιώνουν μέταλλα σε αυτή — Πιέτρο...: σπουδαίος Ιταλός δρομέας.
7. Τούρκικο... ανάκτορο — Η κεραία του πλοίου — Αρχικά στρατιωτικής σχολής.
8. Δύσκολα εκνευρίζεται — Κύρια θεότητα των Καρχηδονίων.
9. Ξέσπασμα... Ανατολίτη — Λεγόταν ο Φεραίος — Γάλλοι αντάρτες της Κατοχής.
10. Η νότα του διαπασών — Όρος της άρσης βαρών — Αναφορική αντωνυμία της Αρχαίας.
11. Έτσι πεθαίνει ο... γενναίος — Λα...: λιμάνι της Γαλλίας — Σπάικ...: Αμερικανός σκηνοθέτης.
12. Άραβες πειρατές — Η κίτρινη... προειδοποιεί.

Sudoku

Εύκολο

1				8	7	9
5			8	7	2	
8	7		3		1	5
		7		9	8	
9	8			3	2	6
		4		6	5	
7	6		2		9	4
4				7	6	1
	9					7

Δύσκολο

	2					9
		6	7	8		1
		9	1			
			8	9	1	
8						6
			5	6	7	
		8	9			
		2	3	4		6
4						2

Η συνταγή της εβδομάδας

Κεφτεδάκια από φακές και πλιγούρι

Συστατικά

- 2 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι
- 2 σκ. σκόρδο
- 1/4 ματσάκι μαϊντανό
- 150 γρ. φακές, βρασμένες
- 150 γρ. πλιγούρι, βρασμένο
- 1 αυγό, μέτριο
- 1 κ.γ. πελτέ ντομάτας
- 2 κ.σ. παρμεζάνα, τριμμένη
- 90 γρ. ψωμί, τριμμένο
- αλάτι
- πιπέρι

Μέθοδος Εκτέλεσης

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 200οC στον αέρα.

Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο. Ζεσταίνουμε σε ένα τηγάνι σε μέτρια φωτιά το ελαιόλαδο, σοτάρουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο για 2 λεπτά, και τα μεταφέρουμε σε ένα μπολ. Ψιλοκόβουμε τον μαϊντανό. Προσθέτουμε στο μπολ τον μαϊντανό, τις φακές, το πλιγούρι, το αυγό, τον πελτέ ντομάτας, την παρμεζάνα, το ψωμί, αλάτι και πιπέρι. Πλάθουμε το μείγμα σε κεφτεδάκια 30 γρ. το καθένα. Θα δημιουργήσουμε περίπου 17 κεφτεδάκια. Αν χρειαστεί, προσθέτουμε ακόμα λίγο τριμμένο ψωμί στο μείγμα και ανακατεύουμε με τα χέρια μας. Μεταφέρουμε τα κεφτεδάκια σε ένα ταψί το οποίο έχουμε στρώσει με λαδόκολλα και τα ψήνουμε στον φούρνο για 15-20 λεπτά.



Αναποδογυρίζουμε τα κεφτεδάκια στα μισά του χρόνου ώστε να ροδίσουν και από την άλλη πλευρά. Αφαιρούμε τα κεφτεδάκια από τον φούρνο. Σερβίρουμε με ψιλοκομμένο μαϊντανό.