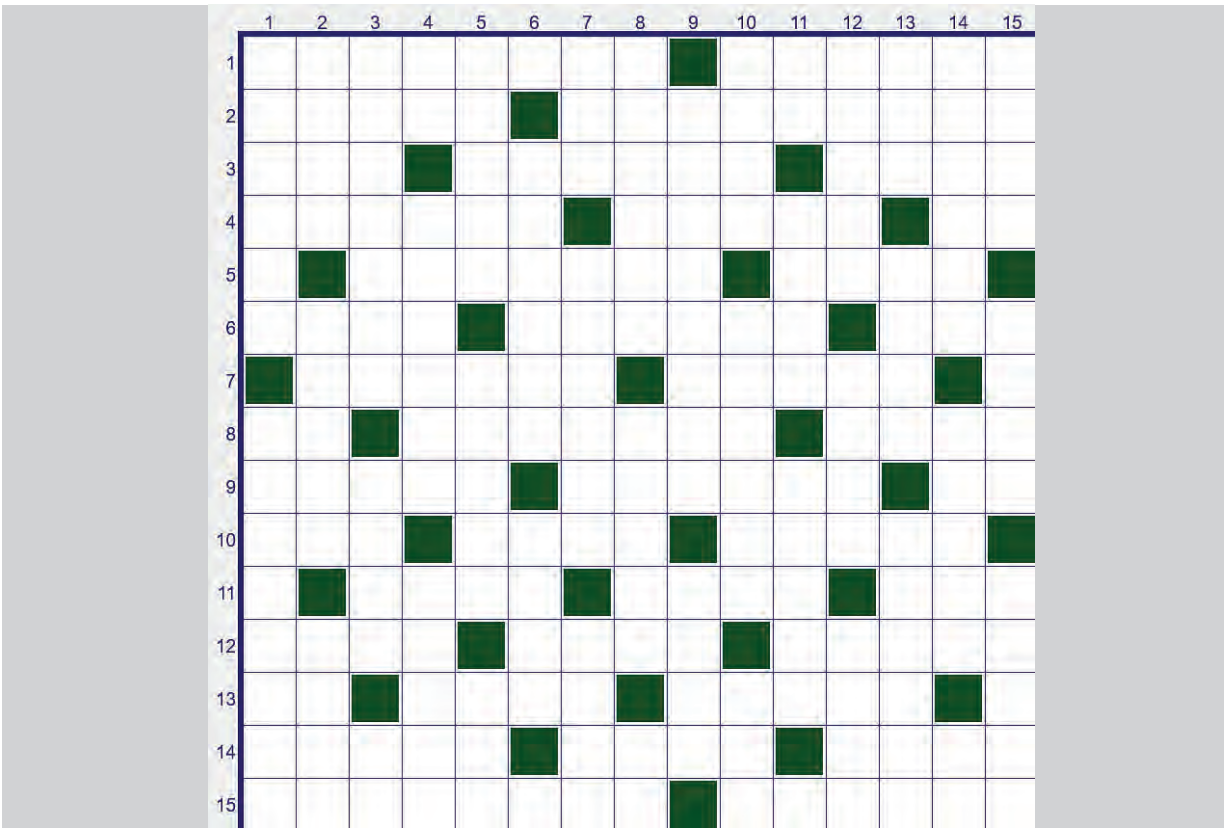


Σταυρόλεξα



Οριζόντια

1. Αμετακίνητοι, άτεγκτοι — Η πρωτεύουσα του Ομάν.
2. ... Λάμα: ο θρησκευτικός αρχηγός του Θιβέτ — Δημαγωγός... σαν πολιτικός.
3. Μονολεκτική πρόσκληση — Λάκκος, σκαμμένο μέρος — Γαλλική αντιστασιακή οργάνωση.
4. «Υπολοχαγός...»: παλιά ταινία με τη Βουγιουκλάκη — Αμέταλλο χημικό στοιχείο — Άλαλη... Άννα.
5. Θαλάσσιος, θαλασσινός (αρχ.) — Φίρμα επίπλων γραφείου.
6. ... Μπερνάρ: παλιά, Γαλλίδα ηθοποιός — Πρωταρχικό, θεμελιακό — Μονάδα φωτομετρίας.
7. Άφωνος, άλαλος — Βάνιο...: Φιλανδός πολιτικός ηγέτης.
8. Μουσικός φθόγγος — Πλούτος που κινδυνεύει από πυρκαγιές — Ροδίτικη σαμπάνια.
9. Αθλητικό δικαστήριο (αρχικά) — Εργαλείο των χτιστών — Τα αρχικά του μεγαλύτερου δήμου της χώρας μας.
10. Ψυχαγωγεί... Ιταλούς — «Νόστιμον» το χαρακτήριζε ο Όμηρος — Ατμοσφαιρικοί μπορεί να είναι.
11. Λέγεται η Αδαμάκη — Κατευθύνουν υποζύγια — Το τσακάλι των... αρχαίων.
12. Η μητέρα των Τιτάνων — Αμοιβή καλλιτέχνη (ξ.λ.) — Κάθεται... στα αβγά της.
13. Άφωνη... αγάπη — Έλλη...: δημοσιογράφος — Εξπρές γνωστό και από μυθιστόρημα της Αγκάθα Κρίστι.
14. Προηγούνται της... αφορμής — Φυτική χρωστική ουσία — Δερμάτινη κούνια για μωρά.
15. Ευγενής Ιάπωνας πολεμιστής — Δημήτριος βαφτίστηκε.

Κάθετα

1. Είναι και το ήπαρ — Κοιλότητα του λαιμού.
2. Δεν είναι ο... άρρωστος — Αρχαία περιοχή στην Ερυθρά θάλασσα — Ο Μοριάς στην αρχαιότητα.
3. Κι έτσι η αλατιέρα — Βοηθητικό ρήμα (αρχ.) — Τιμώ... αθόρυβα.
4. Δηλώνει και αμφιβολία — Έμειναν... τα εμβρόντητα — Ιστορική πόλη της Ρουμανίας.
5. Με πούπουλα... διαπόμενε στο Ουέστ — Με βήμα πορείας (επίρρ.) — Όργανο σχεδιαστών.
6. Ποιτής μας από τη Ζάκυνθο — Στρώμα από βρομιά.
7. Τα θέλει ο... πλεονέκτης — Νοσήματα που δεν μας ανησυχούν — Δεν παράγουν ήχο (ουδ.).
8. Αρχαίο ποίημα σκωπτικού χαρακτήρα — Ο οικοδεσπότης, ο νοικοκύρης — Πρώτα στο... είδος.
9. Τρώει στο ίδιο τραπέζι με άλλον — Χημικό στοιχείο.
10. Ποτά σερβίρονται στους θαμώνες του — Προάσιο της Αθήνας — Περιοδικό για κομπιούτερ.
11. Βρίσκονται στο... χαλί — Μαθηματικό σύμβολο — Μικρού πλάτους ροή νερού.
12. Δυτικές... νησιωτική χώρα του Ειρηνικού — Μια απ' τις εγκυρότερες ευρωπαϊκές αθλητικές εφημερίδες — Άλαν...: παλιός ηθοποιός.
13. Φυτική βαφή — Άλλη λέξη για το απόβαρο — Ο πρώτος βασιλιάς της Ελλάδας.
14. Αεικίνητος, ακούραστος — Προπάντων (επίρρ.) — Λίγο... κόστος.
15. Κινέζικο μουσικό όργανο — Πυκνά, χοντρά — Ο κατασκευαστής σάκων.

Sudoku

Εύκολο

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

Δύσκολο

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

Η συνταγή της εβδομάδας

Μαυρομάτικα με χόρτα

Συστατικά

- 1 κρεμμύδι
- 1 σκ. σκόρδο
- 2 φρέσκα κρεμμυδάκια
- 3 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1/2 ματσάκι μυρώνια
- 1/2 ματσάκι άνηθο
- 800 γρ. σπανάκι
- αλάτι
- πιπέρι
- 200 γρ. ντομάτα
- 1 κ.σ. πελτέ ντομάτας
- 450 γρ. μαυρομάτικα φασόλια, κατεψυγμένα
- 200 γρ. νερό
- ξύσμα λεμονιού, από 1 λεμόνι
- χυμό λεμονιού, από 1 λεμόνι

Για το σερβίρισμα

- ελαιόλαδο
- πιπέρι
- λεμόνι

Μέθοδος Εκτέλεσης

Τοποθετούμε μια κατσαρόλα σε δυνατή φωτιά και βάζουμε το ελαιόλαδο. Κόβουμε το κρεμμύδι, το σκόρδο και το άσπρο μέρος από τα φρέσκα κρεμμύδια σε μικρά κομμάτια και τα βάζουμε στην κατσαρόλα. Σοτάρουμε να καραμελώσουν. Ψιλοκόβουμε τα μυρώνια, τον άνηθο και βάζουμε τα κοτσάνια στην κατσαρόλα. Τα τρυφερά σημεία τα αφήνουμε στην άκρη. Βάζουμε το σπανάκι σε κομμάτια, αλάτι, πιπέρι και αφήνουμε 4-5 λεπτά



να μαραθεί και να πέσει ο όγκος του. Τρίβουμε την ντομάτα και τη βάζουμε στην κατσαρόλα. Προσθέτουμε τον πελτέ ντομάτας, τα μαυρομάτικα, το νερό και ανακατεύουμε. Καλύπτουμε με το καπάκι και σιγοβράζουμε σε μέτρια φωτιά για 10-15 λεπτά. Αφαιρούμε από τη φωτιά και προσθέτουμε τα υπόλοιπα μυρώνια και τον άνηθο, το πράσινο μέρος από τα φρέσκα κρεμμύδια ψιλοκομμένα, το ξύσμα και τον χυμό του λεμονιού και ανακατεύουμε. Σερβίρουμε με ελαιόλαδο, πιπέρι και λεμόνι.