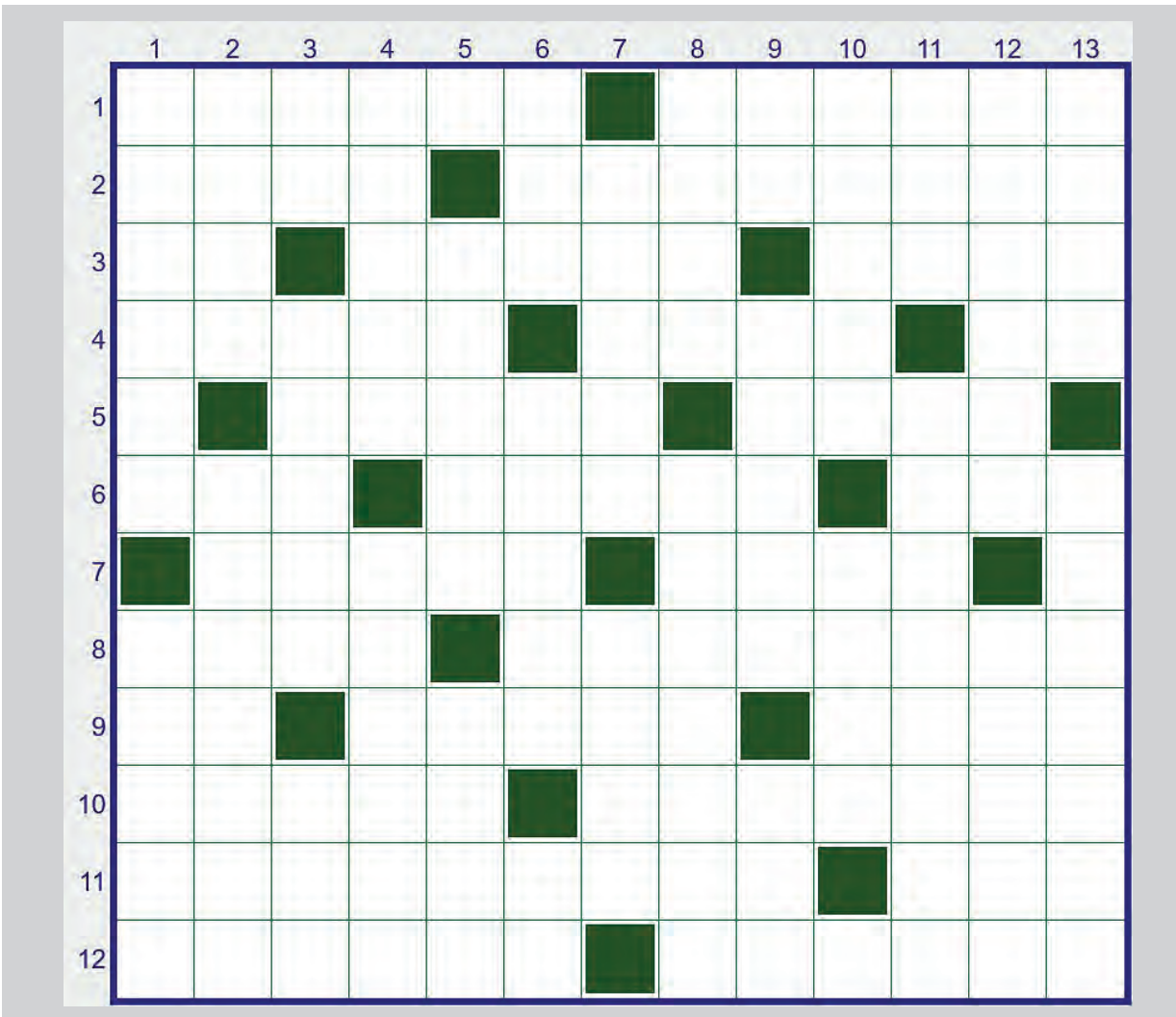


Σταυρόλεξα



Οριζόντια

1. Ενωμένα φρύδια — Κιτρίνισμα από φόβο.
2. Γίδα, κατσίκια — Απόστολος...: συνθέτης.
3. Αθόρυβη... νίκη — Δαιμόνια που... εισάγονται — Ντάριλ...: Αμερικανίδα ηθοποιός.
4. «Πέφτουν» στις εκπώσεις — Βαρετοί μας την... προκαλούν — Μέσα στη... λίρα.
5. Δεν είναι ο... καβατζής — Ντόναλντ...: ήρωας του Ντίσνεϊ.
6. Ραδιοτηλεοπτικό συμβούλιο (αρχικά) — Ομάδα εγκάθετων — Άγγλου... αγάπη.
7. Τι φορούν νοικοκυρές — Πολεμικό όχημα.
8. Πλαίσιο, περιθώριο (ξ.λ.) — Το μικρότερο παιδί σε μια οικογένεια.
9. Μέσα στη μόδα (ξ.λ.) — Το όνομα του ηθοποιού Ρέινολντς — Μυθικός Ινδός ήρωας.
10. Πάντα υπάρχει κάποια για να συμβεί κάτι — Ήταν στην καταγωγή ο Ακίρα Κουροσάβα.
11. Αντρικό ένδυμα — Βουνό της Κορσικής.
12. Κι όμως, μολονότι — Φιλέλληνας φαραώ.

Κάθετα

1. Έχει το χρώμα της στάχτης (ξ.λ.) — Υποχωρώ.
2. ... Ρουρκ: ηθοποιός — Εξαιρετικά περιορισμένες.
3. Λίγα από τα... λίγα — Προτρέπει να... ξεκινήσεις — Συνομογραφία εκρηκτικής ύλης.
4. «Σπάει» κωδικούς ηλεκτρονικών υπολογιστών — Ύφασμα υφασμένο με δύο κλωστές.
5. Ρουμάνος συγγραφέας — Ανήλικος άνθρωπος (αρχ.).
6. ... Μπούα: παλιός, Ουγκαντέζος δρομέας — Πόλη της Πολωνίας — Αρχή... κολακείας.
7. Την «κρατάμε» στο μακροβούτι — Το μαλλί των προβάτων.
8. Κου Κλουξ...: ρατσιστική οργάνωση — Είδος μουσικής σύνθεσης.
9. Συνεχόμενα στο... πεδίο — Λίμνη της Φιλανδίας — Αντιδικτατορικά αρχικά.
10. Νόστιμα λουκουμία — Λέγεται η Κοντού.
11. Σκοτώνεται... αναίμακτα — Επώνυμο αγωνιστών του 1821.
12. Σωλήνας υδραντλίας — Είδος γιαπωνέζικης πορσελάνης.
13. Έγραψε τον «Πατάτα» — Άγριο βόδι.

Sudoku

Εύκολο

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

Δύσκολο

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

Η συνταγή της εβδομάδας

Κοτόπουλο λεμονάτο με αγκινάρες

Συστατικά

- 1 1/2 κιλό φιλέτο στήθος κοτόπουλου
- 4-5 κ.σ. ελαιόλαδο
- αλάτι
- πιπέρι
- 50 γρ. αλεύρι γ.ο.κ.
- 2 κρεμμύδια
- 2 σκ. σκόρδο
- 750 γρ. αγκινάρες
- 80 γρ. κρασί λευκό
- χυμό λεμονιού, από 1 λεμόνι
- 400 γρ. νερό
- 1 κ.σ. ζωμό κοτόπουλου σε βαζάκι
- 2 κ.σ. εστραγκόν

Για το σερβίρισμα

- πιπέρι

- ελαιόλαδο
- λεμόνι, σε φέτες
- μαϊντανό

Μέθοδος Εκτέλεσης

Τοποθετούμε ένα τηγάνι σε δυνατή φωτιά και προσθέτουμε 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο. Κόβουμε το κοτόπουλο σε κομμάτια 2-3 εκ. και τα βάζουμε σε ένα μπολ. Προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι, αλεύρι και ανακατεύουμε. Μεταφέρουμε το κοτόπουλο στο καυτό τηγάνι και σοτάρουμε 3-4 λεπτά να πάρει χρώμα. Τοποθετούμε μια κασαρόλα σε δυνατή φωτιά και βάζουμε 2 κ.σ. ελαιόλαδο. Κόβουμε τα κρεμμύδια και τα σκόρδα σε μικρά κομμάτια, τα βάζουμε στην κασαρόλα και σοτάρουμε.



Προσθέτουμε τις αγκινάρες, το κοτόπουλο και σβήνουμε με το κρασί. Προσθέτουμε τον χυμό λεμονιού, το νερό, τον ζωμό, το εστραγκόν και ανακατεύουμε. Καλύπτουμε με το καπάκι και σιγοβράζουμε σε μέτρια φωτιά για 20-25 λεπτά. Σερβίρουμε με πιπέρι, ελαιόλαδο, φέτες από λεμόνι και μαϊντανό.