

Οι κρίθινες κουλούρες τής Καλύμνου (BΙΝΤΕΟ)

/ [Ορθόδοξες Προβολές](#)



Η ομάδα της Αγροτικής Ανάπτυξης της Ενωμένης Ρωμηοσύνης Καλύμνου συμμετείχε στην παρασκευή κρίθινων κουλούρων (παξιμάδια από κριθάρι) με βάση την τοπική παραδοσιακή συνταγή της κυρίας Χρυσής Τρικοίλη.

Οι κρίθινες κουλούρες είναι παραδοσιακό προϊόν σίτισης, που μπορεί να διατηρηθεί έως και ένα χρόνο εκτός ψυγείου.

Στο βίντεο που ακολουθεί, μπορεί κανείς να καταγράψει τη συνταγή και να δει όλα τα στάδια παρασκευής.

Μία βρεγμένη κρίθινη κουλούρα με παρθένο ελαιόλαδο του τόπου, αλάτι, φρέσκια ντομάτα και κρεμμύδι από τον λαχανόκηπο και θυμάρι ή ρίγανη ή θρούμπη από τα βουνά της Καλύμνου, προαιρετικά δε κατσικίσιο τυρί ή κοπανιστή, μπορεί να γίνει ένα μοναδικό πλήρες και υγιεινό γεύμα με αρώματα και γεύσεις, που μένουν αξέχαστα.

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ:

```
<span data-mce-type="bookmark" style="display: inline-block; width: 0px; overflow: hidden; line-height: 0;" class="mce_SELRES_start"></span>
```