

Πολιτιστικός Σύλλογος Κρανιάς Ασπροποτάμου



Γιορτή Κράνου

Κυριακή 13/9/2026
ΚΡΑΝΙΑ ΑΣΠΡΟΠΟΤΑΜΟΥ

 Σας περιμένουμε
11:30 π.μ.

 **Λα Κόρνυ**

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΚΡΑΝΙΑΣ
ΑΣΠΡΟΠΟΤΑΜΟΥ

*Στον τόπο μας,
με γεύση παράδοσης*

Συνταγές με κράνα και φρούτα του δάσους

ΛΙΚΕΡ ΚΡΑΝΟΥ



Υλικά

ΓΙΑ ΤΟ ΓΡΗΓΟΡΟ ΛΙΚΕΡ

- 1 κιλό κράνα (φρούτα)
- 1 λίτρο νερό
- 1 κιλό ζάχαρη
- 1 ξυλάκι κανέλας
- 3-4 γαρύφαλλα
- 750 ml αλκοόλ

*προαιρετικά 1-2 φύλλα αρμπαρόριζας

ΓΙΑ ΤΟ ΛΙΚΕΡ ΑΡΓΗΣ ΩΡΙΜΑΝΣΗΣ

- Ισχύουν όλα τα παραπάνω υλικά εκτός από νερό-δε χρειάζεται

Βήματα

1. ΓΙΑ ΤΟ ΓΡΗΓΟΡΟ ΛΙΚΕΡ. Πλένουμε τα κράνα και τα στραγγίζουμε. Βάζουμε σε κατσαρόλα τα κράνα μαζί με το νερό και τη ζάχαρη και σιγοβράζουμε για 45'. Ενδιάμεσα ξαφρίζουμε, όσο χρειαστεί.
2. Σουρώνουμε σε σουρωτήρι που έχουμε βάλει ένα τούλι και πατάμε τα φρούτα ώστε να βγάλουν ότι επέμεινε. Όταν κρυώσει καλά προσθέτουμε το αλκοόλ και αποθηκεύουμε σε γυάλινες μπουτίλιες!!
3. ΓΙΑ ΤΟ ΛΙΚΕΡ ΑΡΓΗΣ ΩΡΙΜΑΝΣΗΣ. πλένουμε και σκουπίζουμε καλά τα κράνα. Βάζουμε σε γυάλινα μεγάλα βάζα εναλλάξ μια τα κράνα-μια τη ζάχαρη, στο τέλος αφήνουμε το στρώμα της ζάχαρης και παραχώνουμε μέσα το ξύλο κανέλας με τα γαρύφαλλα.
4. Αφήνουμε σε ντουλάπι ή άλλοι τα αφήνουν στον ήλιο σφραγισμένα για 1 μήνα ώστε να βγάλουν τα υγρά τους. Τότε τα σουρώνουμε καλά με τον ίδιο τρόπο και προσθέτουμε το αλκοόλ! Αφήνουμε μια βδομάδα και αποθηκεύουμε!!
5. Πίνεται σαν λικέρ ή σαν κοκτέιλ με πάγο και σόδα ή άλλο ποτό!!

ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΚΡΑΝΟΥ



Υλικά (Παραδοσιακή Αναλογία)

- 1 κιλό ώριμα κράνα
- 500 γρ. έως 700 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική (ανάλογα με το πόσο ξινά είναι)
- 1 ποτήρι νερό
- Χυμός από 1/2 λεμόνι

Εκτέλεση

1. Πλύσιμο: Πλένουμε καλά τα κράνα και αφαιρούμε τυχόν κοτσάνια.
2. Βρασμός: Τα βάζουμε σε κατσαρόλα με λίγο νερό (ίσα που να τα σκεπάζει) και τα βράζουμε για 10 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν και να φουσκώσουν.
3. Πολτοποίηση: Τα αφήνουμε να κρυώσουν λίγο και τα περνάμε από ένα τρυπητό ή σουρωτήρι, πιέζοντάς τα με μια κουτάλα για να κρατήσουμε τον πολτό και να πετάξουμε τα κουκούτσια
4. Δέσιμο: Βάζουμε τον πολτό στην κατσαρόλα μαζί με τη ζάχαρη και τον χυμό λεμονιού. Βράζουμε σε μέτρια φωτιά ανακατεύοντας συχνά.
5. Έλεγχος: Για να δούμε αν έδωσε η μαρμελάδα, βάζουμε ένα πιατάκι στην κατάψυξη, μετά στάζουμε στο παγωμένο πιατάκι λίγη μαρμελάδα και αν με το δάχτυλό μας σχηματίζονται ρυτίδες, είναι έτοιμη.

ΧΟΙΡΙΝΟ ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ ΤΟΥ ΔΑΣΟΥΣ



Υλικά

- 1 κιλό χοιρινό
- 300 γρ. φρούτα του δάσους (Δαμάσκηνα, βατόμουρα, κράνα, χαμοκέρασα)
- 2 κ.σ. ελαιόλαδο
- 4 κ.σ. μέλι
- 1 μικρό κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1 σκ. σκόρδο
- 1 φλ. κόκκινο κρασί ή κονιάκ
- 2 κ.σ. κρέμα μπαλσάμικο
- Αλάτι και πιπέρι

Εκτέλεση

1. **Προετοιμασία κρέατος:** Αλατοπιπερώνουμε το χοιρινό και το θωρακίζουμε σε ένα τηγάνι με ελαιόλαδο μέχρι να ροδίσει από όλες τις πλευρές και το σιγοβράζουμε.
2. **Φτιάχνουμε τη σάλτσα:** Σε άλλο σκεύος, σοτάρουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο με λίγο ελαιόλαδο.
3. Σβήνουμε με το κόκκινο κρασί ή κονιάκ και προσθέτουμε τα φρούτα του δάσους, το μέλι και την κρέμα μπαλσάμικο.
4. Σιγοβράζουμε τη σάλτσα μέχρι να δέσει και να γίνει παχύρρευστη.
5. Περιχύνουμε το χοιρινό με τη ζεστή σάλτσα από τα φρούτα του δάσους, παίρνουν μια βράση ώστε να δέσουν τα υλικά και σερβίρουμε.

Καλή επιτυχία!