

ΒΗΜΑ Gourmet

61

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2011

ΑΠΛΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ, ΜΕΓΑΛΕΣ ΑΠΟΛΑΥΣΕΙΣ

Ελιές υπάρχουν!

50 ΠΡΩΤΟΤΥΠΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΡΠΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ



ΤΑ ΜΗΛΑ, ΤΑ ΚΑΡΥΔΙΑ ΚΑΙ Η ΚΑΛΗ ΦΑΚΗ
Το οροπέδιο Δομοκού και οι άνθρωποί του

Τα 10 καλύτερα γλυκά κρασιά νέας γενιάς

ΑΠΛΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ...

Μπαμπανέτσα	σελ. 28
Μους αβγοτάραχο	σελ. 32
Συκωταριά αρνίσια λαδορίγανη	σελ. 37
Κουνουπίδι με ελιές	σελ. 51
Μοσχαράκι με ελιές	σελ. 52
Ταλιατέλες με πέστο ελιάς, δενδρολίβανο και αντσούγιες	σελ. 53
Τουρλού στο τηγάνι	σελ. 54
Κολοκύθα με τραχανά, ντομάτα και φρέσκα μυρωδικά	σελ. 55
Κοτόπουλο με πάστα ελιάς, ντομάτα και καπνιστό τυρί	σελ. 59
Γλώσσες με ελιές στο τηγάνι	σελ. 60
Εύκολο σπανακόρυζο με ελιές	σελ. 61
Πατατοσαλάτα με τόνο και ελιές	σελ. 62
Χοιρινή τηγανιά με ελιές	σελ. 62
Λαβράκι γιαχνί με πατάτες και ελιές	σελ. 64
Τάρτα με τυρί μετσοβόνε, ελιές, αχλάδια και δενδρολίβανο	σελ. 65
Κέικ με ελιές και κρέμα φέτας	σελ. 66
Αρνί στη γάστρα με πιπεριές και ελιές	σελ. 68
Χταπόδι με μάραθο και πράσινες τσακιστές ελιές	σελ. 70
Μεθυσμένα μπιφτεκια με ελιές	σελ. 73
Φασολάδα	σελ. 74
Μπαστούνια με ελιές	σελ. 75
Σουτζουκάκια με ελιές	σελ. 76
Κοτόπουλο με ελιές	σελ. 76
Μπακαλιάρος με κρούστα ελιάς και καροτάκια τουρσί	σελ. 79
Φακές με σύγκλινο και σάλτσα δεμένη με ελαιόλαδο	σελ. 80
Σαλάτα με πατάτες «τσακιστές», παντζάρια και πράσινες ελιές	σελ. 81
Βούτυρο αρωματισμένο με χυμό από ελιές	σελ. 82
Χτυπητό αβγό στο ποτήρι με λάδι και ψωμί	σελ. 82
Ελιές τσουβαλάτες	σελ. 88
Ελιές πράσινες στην άρμη	σελ. 89
Κέικ με ελαιόλαδο	σελ. 94
Κέικ με φιστίκια Αιγίνης	σελ. 96
Μπράουνις με καρύδια	σελ. 96
Κέικ με πορτοκάλι	σελ. 97
Κέικ με σοκολάτα υγείας	σελ. 97
Κέικ σοκολάτας χωρίς ψήσιμο	σελ. 100
Σούπα λαχανικών βελουτέ	σελ. 103
Ουρά βοδινού στιφάδο	σελ. 105
Αγριογούρουνο με βασιλομανίταρα και γλυκοπατάτες	σελ. 107



Σελ. 80



Σελ. 97

...ΜΕΓΑΛΕΣ ΑΠΟΛΑΥΣΕΙΣ

Αποψη: Η τυρένια πατέλα της Μαρίας Χαραμή	σελ. 14
Ημερολόγιο: Τα fast της ποιότητας από την Ελένη Ψυχούλη	σελ. 16
Όλα στα κάρβουνα: Το ούζο θέλει μεζέ, συμβουλεύει ο Δημήτρης Ρουσσουνέλος	σελ. 18
Το τραπέζι του μήνα: Fabrizio's	σελ. 22
Γαστρογνωμία: Στο Meat & More και στις Μαγικές Κατοαρόλες	σελ. 24
Ρεπορτάζ: Τα ωραία του Δομοκού	σελ. 26
Εποχικά: Κάστανα, Ρόδι, Παντζάρια, Χταπόδι	σελ. 34
Κλασική συνταγή: Λαδορίγανη	σελ. 36
Θεωρία: Ελιές και ελαιόλαδο	σελ. 38

Ντουλάπι: Ελαιόλαδο μικρών και μεγάλων παραγωγών και βρώσιμες ελιές	σελ. 44
Εργαλείο: Τα πάντα για τις ελιές και το λάδι	σελ. 92
Συνεντεύξεις: Οδοιπορικό στη γεύση	σελ. 102
Βίοι παράλληλοι: Κτήμα Τσέλεπου vs Κατόγι & Στροφιλιά	σελ. 108
Υπό δοκιμή: Ελληνικά γλυκά κρασιά	σελ. 112
Οινοσοφιστίες: Τα νέα του κρασιού	σελ. 116
Κοκτέιλ: Voïvode	σελ. 118
Διαγώνισμα: Πάστα σοκολατίνα	σελ. 122

ΑΠΟΚΡΥΠΤΟΓΡΑΦΗΣΗ

κ.κ. = κουταλάκι του καφέ • κ.γ. = κουταλιά του γλυκού • κ.σ. = κουταλιά της σούπας
 • έ.π. ελαιόλαδο = έξτρα παρθένο ελαιόλαδο • φλ. = φλιτζάνι (200 ml)
 ◎●=Χρόνος αναμονής • ◎○=Χρόνος προετοιμασίας • ◎⊕=Χρόνος μαγειρέματος