

10.5.2015

ΒΗΜΑ

www.vimagourmet.gr ■ ΤΕΥΧΟΣ 97

GOURMET

ΤΡΑΠΕΖΑΚΙΑ ΕΞΩ!

Μπιφτέκια

από τον Λευτέρη

Λαζάρου

Μεζέδες για μπίρα

Σοκολατένια γλυκά

με φρούτα



9 772408 002009

ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΣΤΙΣ 10/5
ΜΕ ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ
ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ
ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΜΕ €3,50



ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ
Παρφέ και σεμιφρέντο

➤ EDITORIAL ➤ ΓΛΥΚΟΞΙΝΑ Η Μελίσα Στοίλη κυκλοφορεί και καταγράφει			
➤ ΛΙΧΟΥΔΗΣ ΤΟΥΡΙΣΤΑΣ Ο Κοσμάς Βίδος λιγουρεύεται ινδικό	4	➤ ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΕΝΤΟΣ Ανοιξιάτικο σεργιάνι στα μαγαζιά	28-29
➤ ΣΙΝΕ ΚΟΥΖΙΝΑ Δείπνο για ένα έγκλημα	6-7	➤ ΜΙΚΡΑ & ΖΟΥΜΕΡΑ Αυτοψία στα στέκια της Αθήνας	30
➤ ΕΠΙΛΟΓΕΣ Ο Αρχέστρατος τριγυρίζει και προτείνει στέκια και καλούδια	10-11	➤ ΕΔΩ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ Η Αλεξάνδρα Ανθίδου μάς στέλνει νέα όλο γεύση	32
➤ ΣΥΝΔΑΙΤΥΜΟΝΑΣ Η Αλεξάνδρα Στράτου μαγειρεύει αναμνήσεις	12	➤ ΚΛΑΣΙΚΗ & ΠΕΙΡΑΓΜΕΝΗ Τα μπαρμπούνια σαβόρο, η ιστορία τους και η μοντέρνα εκδοχή τους	34-36
➤ ΓΕΥΣΙΓΝΩΣΙΑ Ο Σίμος Γεωργόπουλος επιστρέφει στον Βασιλαίνα	14-18	➤ ΣΗΜΕΡΑ ΜΑΓΕΙΡΕΥΩ Ο Τάσος Μπίκος ετοιμάζει το μενού της εβδομάδας	38-46
	22-23	➤ ΚΥΡΙΑΚΑΤΙΚΟ ΤΡΑΠΕΖΙ Ο Γιάννης Λουκάκος μαζεύει την παρέα	48-51
	24-25	➤ ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ ΠΑΝΤΟΣ ΚΑΙΡΟΥ Τέσσερις προτάσεις από τον Λευτέρη Λαζάρου	52-56
		➤ ΜΕΖΕΔΕΣ ΓΙΑ ΜΠΙΡΑ Ο Στέλιος Μαστοράκος μάς κερνάει στη βεράντα	58-64
		➤ ΣΕ ΠΡΩΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ Φεστιβάλ ελληνικής γαστρονομίας από τον Γιάννη Μπαξεβάνη	66-69
		➤ ΜΕ ΠΟΠ ΠΡΟΪΟΝΤΑ Το ανεβατό Γρεβενών εμπνέει τον Στέλιο Αποστόλου	70-71
		➤ ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ Τουρσί αγκινάρας ετοιμάζει η Βίκυ Κουμάντου	72-73
		➤ ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ Ο Νικόλας Νικολακόπουλος μάς μαθαίνει τα πάντα για το parfait και το semifreddo	74-78
		➤ ΩΡΑ ΓΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΜΕ ΦΡΟΥΤΑ Ο Σπύρος Αρτελάρης δοκιμάζει προκλητικούς συνδυασμούς	80-84
		➤ ΟΙΝΟ - ΠΝΕΥΜΑΤΑ Τις οικογενειακές «ποικιλίες» γεύεται ο Terroirista	86-88
		➤ ΚΡΑΣΙΑ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ Η Μαρία Τζίτζη μάς ταξιδεύει στη Μαδέρα	90-91
		➤ ΤΖΙΝ ΚΑΙ ΤΟΝΙΚ Μπαρότσαρκα στο Κουκάκι	92
		➤ ΤΟ ΚΟΚΤΕΪΛ ΤΟΥ ΜΗΝΑ Ο Παναγιώτης Φράγκος πίνει Black Velvet	93
		➤ ΚΛΕΙΣΤΕ ΤΡΑΠΕΖΙ Οι επιλογές του μήνα	94
		➤ ΒΛΕΠΩ, ΑΚΟΥΩ, ΜΑΘΑΙΝΩ Τα νέα της αγοράς	95
		➤ INDEX Αναζητήστε τις συνταγές μας με βάση το κυρίαρχο υλικό τους	96
		➤ ΤΡΟΦΟΣΥΛΛΕΚΤΗΣ Ελάτε για μεζέ!	98



GOURMET

ΤΟ ΒΗΜΑ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΜΑΖΙ ΜΕ «ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ»
ΜΙΧΑΛΑΚΟΠΟΥΛΟΥ 80, Τ.Κ. 115 28 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ. 211 3657 000, 210 7766 000, FAX 211 3659 101
e-mail: vimagourmet@tovima.gr, www.vimagourmet.gr

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ
ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΛΑΜΠΡΑΚΗ
Δημήτριος Λαμπράκης (1931-1957)
Χρήστος Δ. Λαμπράκης (1957-2009)

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΔΟΛ
Σταύρος Π. Ψυχάρης, Πρόεδρος ΔΣ
Χριστίνα Τσοτύσουρα-Ψυχάρη, Αντιπρόεδρος ΔΣ
Πάνος Στ. Ψυχάρης, Διευθύνων Σύμβουλος
Ν. Πεφάνης, Οικονομικός Διευθυντής
Ν. Πημπλής, Νομικός Σύμβουλος

ΕΚΔΟΤΗΣ: Σταύρος Π. Ψυχάρης
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: Αντώνης Β. Καρακούσης

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ: Ιωάννα Σουφλήρη

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΡΙΑ: Μελίσα Στοίλη
CREATIVE ART DIRECTOR: Αντώνης Κ. Κοκκαλίδης
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΥΛΗΣ: Κέλλυ Σώκου

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ: Αλεξάνδρα Ανθίδου, Αρχέστρατος, Ερη Βαρδάκη, Κοσμάς Βίδος, Σίμος Γεωργόπουλος, Γιάννης Ζουμπούλακης, Αγγελάκη Κρεμζή, Terroirista, Τζιν & Τόνικ, Μαρία Τζίτζη, Τροφουσυλλεκτής

DEPUTY ART DIRECTOR: Νίκος Μαχίκας

ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Κλειώ Λαδοπούλου

PHOTO EDITOR: Ρένα Γαλιώτου

ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ:
Ράνια Ντούμα, Ελένη Τερζοπούλου

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ:
Αναστασία Αδαμάκη, Παναγιώτης Μπελτζινίτης, Λευτέρης Σιαράνης - Νίκος Τσίρος (BHMASTUDIO)

ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ - FOOD STYLING:
Αντωνία Κατή, Στέλιος Μαστοράκος

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ
MARKETING:
Αγγελική Κουκουμέλη

CREATIVE MEDIA:
Νικόλας Φαράκλας
(Director),
Αργυρώ Κουτρούμπα,
Χριστίνα Γερασιμίδου,
Κωνσταντίνος
Κωλέτσος

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ
ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ:
Γεωργία Νάτσου

ΕΚΤΥΠΩΣΗ-
ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ:
Iris AEBE

ΕΜΠΟΡΙΚΗ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΔΟΛ:
Βασιλική Αλμπάνη

ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ:
Ολυμπία Πρωτοπαπαδάκη
(τηλ. 211 3659 718)

DIRECT MARKET:
Μάγδα Γεωργίου
(mgeorgiou@dolnet.gr
τηλ. 211 3659 716)

ΔΙΑΦΗΜΙΣΕΙΣ ΒΟΡ. ΕΛΛΑΔΟΣ:
Τάνια Ντεντεγιάν
(tdedegian@dolnet.gr
τηλ. 2310 241 197)

ΥΠΟΔΟΧΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ:
Αναστασία Χατζηφαντωνίου
(τηλ. 211 3659 892)

ΠΡΟΤΕΙΝΟΥΝ ΣΥΝΤΑΓΕΣ:

Στέλιος Αποστόλου, Σπύρος Αρτελάρης, Αλέξανδρος Κοσκινάς, Βίκυ Κουμάντου, Λευτέρης Λαζάρου, Γιάννης Λουκάκος, Στέλιος Μαστοράκος, Γιάννης Μπαξεβάνης, Τάσος Μπίκος, Νικόλας Νικολακόπουλος, Γκίκα Ξενάκη, Παναγιώτης Φράγκος

Ανοιξιάτικα τραπεζώματα

Γυρίζοντας από τις (ολιγοήμερες, είναι η αλήθεια) διακοπές του Πάσχα η Αθήνα μάς υποδέχθηκε μοσχομυρίζοντας χάρη στις ανθισμένες νεραντζιές. Πραγματικά δεν έχω καλύτερη εποχή για περπάτημα στην αγαπημένη, αν και ταλαιπωρημένη από πολλά δεινά, πόλη μας. Με αυτό το ανοιξιάτικο άρωμα να γεμίζει τα ρουθούνια μας σχεδιάσαμε το τεύχος που κρατάτε σήμερα στα χέρια σας. Εκφράζει την ανάγκη μας για βόλτες με τη zaketa ανάρριχτα, για τραπεζώματα σε ανθισμένες αυλές και βεράντες, για παγωτό στο χέρι...

Με τις νεραντζιές να δανείζουν το άρωμά τους στον αέρα και τους μαθητές να μετρούν αντιστροφα τον χρόνο που τους μένει μέχρι να αφήσουν τα θρανία τους, υποδεχθήκαμε και πάλι στην κουζίνα μας τους αναγνώστες εκείνους που θέλησαν να γίνουν για λίγο μαθητές. Πέρασαμε υπέροχα μαζί σας και μάθαμε πολλά: από τεχνικές φιλεταρίσματος ψαριών και μυστικά για τις ζύμες και το ρυζότο έως συνταγές για ισπανική παέγια και ζυμαρικά με ελληνική υπογραφή.

Μας στενοχωρεί που δεν μπορούμε να σας έχουμε όλους κοντά μας. Θα το θέλαμε πολύ. Γι' αυτό σκεφτήκαμε να κάνουμε κάτι ακόμη. Εκτός λοιπόν από τα θρανία της κουζίνας μας (που σας περιμένουν και πάλι, όπως μπορείτε να δείτε σε επόμενες σελίδες), σας προσκαλούμε και στα «θρανία» των σελίδων μας. Από σήμερα ο pastry chef και καθηγητής ζαχαροπλαστικής Νικόλας Νικολακόπουλος θα δίνει μαθήματα σε όλους μας. Μάθημα πρώτον: parfait και semifreddo, για λόγους ευνόητους. Δοκιμάστε να δημιουργήσετε τις δικές σας παραλλαγές ακολουθώντας τις οδηγίες του και μη μείνετε μόνο σε αυτό: βάλτε στην ψησταριά τα μπιφτέκια του Λευτέρη Λαζάρου ή τα σουβλάκια του Γιάννη Λουκάκου, ετοιμάστε για την παρέα τα μεζεδάκια του Στέλιου Μαστοράκου, εντυπωσιάστε με την τσουκνιδόσουπα του Γιάννη Μπαξεβάνη...

Με άλλα λόγια, ελπίζουμε να σας εμπνεύσουμε για άλλη μία φορά και φυσικά να γνωρίσουμε από κοντά τους επόμενους τυχερούς που θα καθήσουν στα θρανία της κουζίνας μας.

Ιωάννα Σουφλιέρη
ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ

INDEX ΣΥΝΤΑΓΩΝ

ΟΡΕΚΤΙΚΑ

- Ταρτάκια με καπνιστή
μελιτζανοσαλάτα > 58
Παλμιέ με λουκάνικο
και τσένταρ > 59
Πεϊνιρλί με βουβαλίσιο
λουκάνικο > 64
Αγκινάρες τουρσί > 73

ΤΥΡΙΑ

- Μεσογειακά ντακάκια με σπιτική
τυροκαφετή > 61
Αρωματικά τυροπιτάκια
με 2 τυριά > 62
Μους με ανεβατό και ξηρούς
καρούς > 70
Κροκέτες από ανεβατό
σε διάφορες κρούστες > 71

ΡΥΖΙ & ΖΥΜΑΡΙΚΑ

- Ρύζι μπιριάνι > 11
Σπαγκέτι με πέστο πιπεριάς
Φλωρίνης > 42
Πιλάφι με καλαμπόκι, πιπεριές
και λάιμ > 50

ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ

- Κοτόπουλο με μανιτάρια
σε σάλτσα μπίρας > 39
Μαριναρισμένο κοτόπουλο
με μπαχαρικά και σος
γιαουρτιού > 49
Μπιφτέκια κοτόπουλου
με παταοσαλάτα > 56

ΚΙΜΑΔΕΣ

- Μπιφτέκια με μετσοβόνη
και τραγανές πατάτες > 40
Μπιφτέκια με μοσχαρίσιο
κιμά > 52
Αρνίσια κεφτεδάκια με ντιπ
γιαουρτιού > 60
Γιουβαρλάκια σε ποντιακή
τσουκνιδόσουπα > 66

ΨΑΡΙ

- Μπαρμπούνια σαβόρο > 35
Μπαρμπούνια σαβόρο
σεβίτσε > 36



- Ξιφίας στον φούρνο
με ντομάτα και ελιές > 44
Μπιφτέκια με σολομό > 54
Μπακαλιάρος με θαλασσινά
σε σκορδαλιά > 68

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

- Χταπόδι γιουβέτσι > 46
Μπιφτέκια με γαρίδες
και λαχανικά > 53
Μύδια σαγανάκι με πουρέ
μελιτζάνας > 67
Χταποδάκι με φάβα
και βινεγκρέτ αγγουριού > 69

ΓΛΥΚΑ

- Φράουλες με κρέμα
γιαουρτιού και λευκής
σοκολάτας > 51
Parfait σοκολάτας υγείας,
γάλακτος ή λευκής > 76
Semifreddo φράουλας,
μάνγκο ή ανανά > 78
«Σούπα» πικρής σοκολάτας > 80
Τάρτες σοκολάτας με μάνγκο
και πάσιον φρουτ > 81
Σοκολατένιο σαβαρέν
με φρούτα > 82
Μπράουνι με φραμπουάζ > 83
Τηγανητές μπανάνες
με σάλτσα σοκολάτας > 84

ΚΟΚΤΕΪΛ

- Black Velvet > 93

ΑΠΟΚΡΥΠΤΟΓΡΑΦΗΣΗ

- κ.κ. = κουταλάκι του καφέ
- κ.γ. = κουταλιά του γλυκού
- κ.σ. = κουταλιά της σούπας
- έ.π. ελαιόλαδο = έστρα παρθένο
ελαιόλαδο
- φλ. = φλιτζάνι (200 ml)
- θ.δ. = θερμοκρασία δωματίου