

5.4.2015

ΒΗΜΑ

www.vimagourmet.gr ■ ΤΕΥΧΟΣ 96

GOURMET

3

ΠΑΣΧΑΛΙΝΑ ΜΕΝΟΥ

Με κατσίκι
και αρνί

Μαγειρίτσα
έτσι
κι αλλιώς
+
ΠΟΠ
ορεκτικά



9 772408 002009

ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΣΤΙΣ 5/4
ΜΕ ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ
ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ
ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΜΕ €3,50



Ανοιξιάτικες
σαλάτες



Σπιτικές
μουστάρδες



Γιορτινά
γλυκά

EDITORIAL ΓΛΥΚΟΞΙΝΑ

Η Μελίσσα Στοϊλή κυκλοφορεί και καταγράφει

ΛΙΧΟΥΔΗΣ ΤΟΥΡΙΣΤΑΣ

Ο Κοσμάς Βίδος επιστρέφει στα κουλουράκια των παιδικών του αναμνήσεων

ΣΙΝΕ ΚΟΥΖΙΝΑ

Επιτραπέζιο φλερτ

ΒΙΒΛΙΟ

Γαστρονομικοί θησαυροί και οδηγός για αρχάριους

ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Ο Αρχέστρατος τριγυρίζει και προτείνει στέκια και καλούδια

ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΩΡΙΑ ΣΤΗ ΓΕΥΣΗ

Βόλτα στις λαϊκές αγορές του κόσμου μάς πάει η Αγγλαία Κρεμέζη

ΔΙΚΑΙΟ ΕΜΠΟΡΙΟ

Μάθημα ηθικής κατανάλωσης από την ActionAid

ΓΕΥΣΙΓΝΩΣΙΑ

Ο Σίμος Γεωργόπουλος ξεμυτίζει απ' τ' αβγό

ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΕΝΤΟΣ

Ανοιξιάτικα ψώνια

ΜΙΚΡΑ & ΖΟΥΜΕΡΑ

Αυτοψία στα στέκια της Αθήνας

ΕΔΩ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Η Αλεξάνδρα Ανθίδου μάς στέλνει νέα όλο γεύση

ΚΛΑΣΙΚΗ & ΠΕΙΡΑΓΜΕΝΗ

Η μαγειρίτσα, η ιστορία της και η μοντέρνα εκδοχή της

ΣΗΜΕΡΑ ΜΑΓΕΙΡΕΥΩ

Ο Τάσος Μπίκος ετοιμάζει το μενού της Μεγάλης Εβδομάδας

ΠΑΣΧΑΛΙΝΑ ΜΕΝΟΥ

ΜΕ ΑΡΝΙ ΣΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ

από τον Λευτέρη Λαζάρου

ΜΕ ΚΑΤΣΙΚΙ

από τον Γιάννη Μπαξεβάνη

ΜΕ ΑΡΝΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΣΑΡΟΛΑ

από τον Γιάννη Λουκάκο

ΑΝΟΙΞΙΑΤΙΚΕΣ ΣΑΛΑΤΕΣ

Ο Στέλιος Μαστοράκος «ζωγραφίζει» την άνοιξη στα πιάτα μας

ΟΥΖΟΜΕΖΕΔΕΣ ΜΕ ΠΟΠ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Η αναμονή της σούβλας εμπνέει τον Στέλιο Αποστόλου

ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Σπιτικές μουστάρδες ετοιμάζει η Βίκυ Κουμάντου

ΩΡΑ ΓΙΑ ΓΛΥΚΑ ΜΕ ΚΡΕΜΑ

Ο Σπύρος Αρτελάρης σερβίρει τα επιδόρπια της γιορτής

ΟΙΝΟ - ΠΝΕΥΜΑΤΑ

Τις ξένες ποικιλίες του τόπου μας γεύεται ο Terroirista

ΚΡΑΣΙΑ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

Η Μαρία Τζίτζη μάς ταξιδεύει στην Πορτογαλία

ΤΖΙΝ ΚΑΙ ΤΟΝΙΚ

Μπαρότσαρκα με γαϊδούρι

ΤΟ ΚΟΚΤΕΪΛ ΤΟΥ ΜΗΝΑ

Ο Παναγιώτης Φράγκος πίνει το Ονομα του Ρόδου

INDEX

Αναζητήστε τις συνταγές μας με βάση το κυρίαρχο υλικό τους

ΤΡΟΦΟΣΥΛΛΕΚΤΗΣ

Πασχαλινό τραπέζι στα νησιά



ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ: Ιωάννα Σουφλήρη
ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΡΙΑ: Μελίσσα Στοϊλή
CREATIVE ART DIRECTOR: Αντώνης Κ. Κοκκαλίδης
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΥΛΗΣ: Κέλλυ Σώκου
DEPUTY ART DIRECTOR: Νίκος Μαχίκας
ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Κλειώ Λαδοπούλου
PHOTO EDITOR: Ρένα Γαλιώτου
ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ: Αλεξάνδρα Ανθίδου, Αρχέστρατος, Ερη Βαρδάκη, Κοσμάς Βίδος, Σίμος Γεωργόπουλος, Γιάννης Ζουμπουλάκης, Αγγλαία Κρεμέζη, Terroirista, Τζιν & Τόνικ, Μαρία Τζίτζη, Τροφосυλλέκτης
ΣΥΝΤΑΓΟΓΡΑΦΟΙ: Στέλιος Αποστόλου, Σπύρος Αρτελάρης, Αλέξανδρος Κοσκινάς, Βίκυ Κουμάντου, Λευτέρης Λαζάρου, Γιάννης Λουκάκος, Στέλιος Μαστοράκος, Γιάννης Μπαξεβάνης, Τάσος Μπίκος, Γκίκας Ξενάκης, Παναγιώτης Φράγκος
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ: Νίκη Σκαμάγκα
ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΙ: Αναστασία Αδαμάκη, Παναγιώτης Μπελτζινίτης, Λευτέρης Σιαράνης - Νίκος Τσίρος (BHMASTUDIO)
ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ - FOOD STYLING: Αντωνία Κατή, Στέλιος Μαστοράκος
ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ: Ράνια Ντούμα, Ελένη Τερζοπούλου

ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΔΟΛ: Βασιλική Αλμπάνη

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ: Ολυμπία Πρωτοπαπαδάκη (τηλ. 211 3659 718)

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

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΠΕΡΙΟΔΙΚΩΝ: Γεωργία Νάτσι

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΜΕΝΗΣ ΑΓΟΡΑΣ-DIRECT MARKET: Μάγδα Γεωργίου (mgeorgiou@dolnet.gr τηλ. 211 3659 716)

CREATIVE DEPARTMENT CREATIVE MEDIA DIRECTOR: Νικόλας Φαράκλας

CREATIVE MEDIA MANAGER: Αργυρώ Κουτρούμπα

SENIOR ART DIRECTOR: Χριστίνα Γερασιμίδου Κωνσταντίνος Κωλέτσος

ΓΡΑΦΕΙΟ ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ: Αγ. Σοφίας 10, Τ.Κ. 54622 Θεσσαλονίκη, τηλ. 2310 241 197, fax: 2310 243 781

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ: Τάνια Ντεντεγιάν (tdedegian@dolnet.gr)

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗ: Multimedia AE

ΕΚΤΥΠΩΣΗ-ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ: Iris AEBE

GOURMET

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

ΤΟ ΒΗΜΑ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ

Δημοσιογραφικός Οργανισμός Λαμπράκης Α.Ε.

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΛΑΜΠΡΑΚΗΣ (1922-1957)
 ΧΡΗΣΤΟΣ Δ. ΛΑΜΠΡΑΚΗΣ (1957-2009)

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

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

Σταύρος Π. Ψυχάρης, Πρόεδρος ΔΣ
 Χριστίνα Τσούτσουρα-Ψυχάρη, Αντιπρόεδρος ΔΣ
 Πάνος Στ. Ψυχάρης, Διευθύνων Σύμβουλος
 Ν. Περφάνης, Οικονομικός Διευθυντής
 Ν. Πιμπλής, Νομικός Σύμβουλος

Ευχαριστίες και προσκλήσεις

Με πολλά και τεράστια «ευχαριστώ» θα ήθελα να αρχίσω τη σημερινή μας επικοινωνία, αγαπητοί αναγνώστες. Κατ' αρχάς, θα ήθελα να ευχαριστήσω την Ευτυχία, τον Κωνσταντίνο, την Ιωάννα, την Ξανθίππη, τη Σωτηρία, την Τίνα, την Αγάπη, τον Μιχάλη, την Αναστασία, την Αρτεμη, τη Σοφία, τον Σήφη, τη Μαρία-Ελένη, τον Γιώργο, την Αντωνία, τον Γιάννη, τον Παναγιώτη, τον Μιχάλη και τον Ελευθέριο που ήρθαν στην κουζίνα μας εκείνο το ηλιόλουστο μεσημέρι του Σαββάτου να μαγειρέψουμε μαζί και να γνωριστούμε καλύτερα. Ήταν υπέροχο να σας έχουμε κοντά μας και θέλουμε να σας ξαναδούμε.

Ομολογώ πως μας Ξαφνιάσατε ευχάριστα: «Ξεκίνησα για εισαγωγικό μάθημα και κατέληξα σε μεταπτυχιακό!» είπε ο σεφ μας Στέλιος Μαστοράκος, εκφράζοντας απόλυτα και τη δική μας γνώμη. Αλλά και εκείνος ήταν μια αποκάλυψη για εμάς. Δεν είχαμε ποτέ καμία αμφιβολία για τις μαγειρικές ικανότητές

του, αλλά δεν ξέραμε ως εκείνο το Σάββατο και πόσο καλός δάσκαλος ήταν. Τον ευχαριστούμε από καρδιάς και εκείνον και το επιτελείο του: τον σεφ Νίκο Κουφαλιώτη και τους συνεργάτες τους, Γιάννη Μισθό και Μάριο Σελίμη.

Ενα τεράστιο «ευχαριστώ» σε όλους εσάς που ανταποκρινόμενοι στην πρόσκλησή μας να μαγειρέψουμε μαζί πλημμυρίσατε το e-mail μας με αιτήματα. Θα θέλαμε πολύ να σας είχαμε όλους κοντά μας, αλλά πρακτικοί λόγοι μας αναγκάζουν να επιλέγουμε (με κλήρωση) μια μικρή ομάδα ανθρώπων. Μην απογοητεύεστε όμως, γιατί θα υπάρξουν πολλά μαθήματα ακόμη...

Αφού λοιπόν εκφράσω τις θερμές ευχαριστίες μου στον πρώτο χορηγό μας, την εταιρεία Μαρινόπουλος, θα ήθελα να σας προσκαλέσω να λάβετε μέρος στην κλήρωση για το επόμενο μάθημα της σειράς που θα γίνει το Σάββατο 25 Απριλίου. Θα προηγηθεί, την Τετάρτη 22 Απριλίου, ένα μάθημα με την ευγενική χορηγία του καταστήματος Rockwell (περισσότερα στις σελ. 22 και 49). Διαλέγετε και παίρνετε...

Εχω και ακόμη μία πρόσκληση να απευθύνω. Αυτή όμως δεν αφορά μόνο αναγνώστες μας. Αφορά τους/τις bloggers μαγειρικής, που είναι κατά κάποιον τρόπο οι διαδικτυακοί μας συνάδελφοι. Δεν είναι λίγες οι φορές που έχουμε θαυμάσει τη δουλειά τους και έχουμε εμπνευστεί από αυτήν. Σκεφτήκαμε λοιπόν να τους βραβεύσουμε. Για να κάνουμε τη βράβευσή τους περισσότερο δίκαιη, θα χρειαστούμε και τη βοήθεια των αναγνωστών μας. Αλλά γι' αυτό θα σας ενημερώσουμε αργότερα. Προς το παρόν θα ήθελα να προσκαλέσω τους/τις bloggers που επιθυμούν να διεκδικήσουν κάποιο από τα βραβεία μας να καταθέσουν τις υποψηφιότητές τους μπαίνοντας στην ιστοσελίδα μας (πληροφορίες στη σελ. 61).

Θερμές ευχές για ένα Καλό Πάσχα γύρω από ένα τραπέζι γεμάτο αγάπη!

Ιωάννα Σουφλιέρη
ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ ΣΥΝΤΑΞΗΣ



INDEX ΣΥΝΤΑΓΩΝ

ΝΤΙΠ, ΑΛΕΙΜΜΑΤΑ

- Ντιπ με λιαστές ντομάτες, κεφαλοτύρι και κουκουνάρι > 70
- Μουστάρδα με αποξηραμένα βερίκοκα και δενδρολίβανο > 89
- Δίχρωμη μουστάρδα με γλυκό κρασί > 89
- Μουστάρδα με μέλι και κουρκουμά > 89

ΟΡΕΚΤΙΚΑ

- Κεφαλλονίτικη κρεατόπιτα με χοιρινό > 54
- Μελιτζάνες «μπογαλάκια» με αρνί > 62
- Κρεμμυδόψωμο με χοιρινά κεφτεδάκια > 63
- Μανιτάρια γεμιστά με λουκάνικο > 71
- Κροστίνι με αποξηραμένα σύκα Ταξίαρχη Ευβοίας > 82

ΣΑΛΑΤΕΣ

- Πατατοσαλάτα με βινεγκρέτ μελιού και μουστάρδας > 74
- Αβγοσαλάτα με σικορέ > 76
- Σαλατικά του αγρού με μανιτάρια > 77
- Πασχαλινή πανδαισία > 78

ΜΕ ΤΥΡΙ

- Σαλάτα με κανταΐφι, φρέσκο ανθότυρο και γλυκό κολοκύθας > 64
- Χωριάτικη σαλάτα σε κρίθινο καλάθι > 79
- Σαλάτα με ροκφόρ και φράουλες > 80

- Παντζαροσαλάτα με σπανάκι και προβολόνη > 81
- Κροκέτες ανθότυρου με σάλτσα πορτοκαλιών Μάλεμε > 85
- Φορμαέλα Αράχοβας με πικάντικη σάλτσα ντομάτας > 86

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

- Παπαρδέλες με σάλτσα λαχανικών > 48
- Ρύζι με λαχανικά και ελιές > 50
- Ζεστή σαλάτα με αγκινάρες και μυρωδικά > 52

ΣΟΥΠΕΣ

- Μαγειρίτσα > 41
- Μαγειρίτσα με μοσχάρι ουρά, γλυκάδια και χόρτα > 42



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

ΑΡΝΙ, ΚΑΤΣΙΚΙ

- Παϊδάκια σε μπόλια με σάλτσα μελιού > 56
- Αρνάκι στη λαδόκολλα με πατάτες και πικάντικη γραβιέρα > 58
- Κατσίκι σιγομαγειρεμένο με γεμιστές αγκινάρες > 66
- Αρνί στην κατσαρόλα με ανοιξιότικα χόρτα > 72
- Παϊδάκια σε κρούστα από φιστίκια Αιγίνης > 84

ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ

- Λινγκουίνι με μύδια > 45
- Γαρίδες με ρεβίθια, αβοκάντο και κάππαρη > 46
- Καλαμάρια με ψητά λαχανικά στη σχάρα > 47
- Κεφτέδες με φάβα Φενεού και μύδια > 83

ΓΛΥΚΑ

- Πασχαλινά κουλουράκια > 9
- Μανταρινόπιτα > 60
- Ελαφρύ ρυζόγαλο με ψητές ελιές και σάλτσα βερίκοκου > 68
- Τιραμισού στο ποτήρι > 75
- Κρέμα καραμελέ σοκολάτα > 90
- Τάρτες με κρέμα μαστίχας και ροδάκινα > 91
- Ζελέ φράουλα με κρέμα βασιλικού > 92
- Ανοιξιότικα ρολάκια με κρέμα λεμονιού > 93
- Τσιζκέικ με φράουλες > 94

ΚΟΚΤΕΪΛ

- Το όνομα του ρόδου > 104