

23.10.2016

ΒΗΜΑ

www.vimagourmet.gr ■ ΤΕΥΧΟΣ 107

ΓΟΥΡΜΕΤ

ΣΟΥΠΕΣ

αχνιστές και αρωματικές

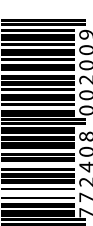
ΠΙΤΕΣ

με άποψη

ΣΟΚΟΛΑΤΑ

για σιράσιμο

10

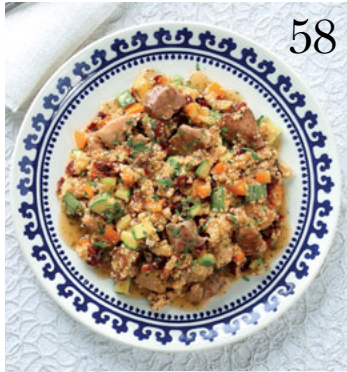


9 772408 002009

ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙ ΣΤΙΣ 23/10 ΜΕ
«ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ»
ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ
ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΜΕ €3,50

Βρέχει γεύσεις

ΑΦΙΕΡΩΜΑ: ΓΙΟΡΤΗ ΚΡΑΣΙΟΥ



EDITORIAL 4
ΓΛΥΚΟΞΙΝΑ
 Η Μελίσα Στοίλη κυκλοφορεί και καταγράφει..... 6-7
ΛΙΧΟΥΔΗΣ ΤΟΥΡΙΣΤΑΣ
 Ο Κοσμάς Βίδος περιπλανιέται στη Σγκαπούρη 10
ΤΑΞΙΔΙ
 Η Ιωάννα Σουφλήρη εξερευνά τη Σύρο..... 12-14
ΕΠΙΛΟΓΕΣ
 Ο Αρχέστρατος τριγυρίζει και προτείνει ... 16
ΓΕΥΣΗΓΝΩΣΙΑ
 Ωδή στη Σπονδή 18-19
ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΩΡΙΑ ΣΤΗ ΓΕΥΣΗ
 Γενετικός οδηγός για τη Νέα Υόρκη 20-21
ΣΥΝΔΑΙΤΥΜΟΝΑΣ
 Ο Αρνό Λαρσέ ελαφραίνει τα γλυκά μας 22
 Ο Κώστας Αθανασίου αναζητά ατόφιες γεύσεις 24
ΕΛΩ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
 Τα γευστικά νέα του Βορρά 26
ΙΔΙΟΤΡΟΠΙΕΣ ΣΤΗΝ ΚΟΥΖΙΝΑ
 Ο Παράξενος ανακαλύπτει τις χορτόπιτες της πόλης..... 30-31
ΠΩΛΕΙΤΑΙ ΕΝΤΟΣ
 Βόλτα στη φθινοπωρινή Αθήνα..... 34-35
ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ
 Ο Γκίκας Ξενάκης ζυμώνει πίτες 36-40
ΣΕ ΠΡΩΤΟ ΕΝΙΚΟ
 Ο Γιάννης Μπαξεβάνης φτιάχνει μυρωδάτες σούπες 42-46
ΚΥΡΙΑΚΑΤΙΚΟ ΤΡΑΠΕΖΙ
 Ο Λευτέρης Λαζάρου καλεί φίλους ... 48-52

ΣΤΟ ΑΨΕ-ΣΒΗΣΕ
 Γρήγορες προτάσεις και ονακ με οβγό 54-57
ΣΗΜΕΡΑ ΜΑΓΕΙΡΕΥΩ
 Ο Μάκκας Γεωργιάδης στρώνει καθημερινό τραπέζι 58-62
ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ
 Ο Τάσος Μπίκος εξερευνά τις παραδόσεις της Πελοποννήσου 64-65
ΠΡΩΙΝΟ ΞΥΤΙΝΗΜΑ
 Η Μαρία Πρασά ετοιμάζει το πρώτο γεύμα της ημέρας 66-67
ΣΧΟΛΕΙΟ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ
 Στρώνουμε σοκολάτα στο σπίτι 68-78
ΑΦΙΕΡΩΜΑ: ΚΡΑΣΙ ΟΙΝΟΛΟΓΙΟ
 Ταυριάσματα φαγητού και κρασιού 80-82
ΟΙΝΟ-ΠΝΕΥΜΑΤΑ
 Ο Τεττοίριστα και τα υπερεκτιμημένα κρασιά 84
ΚΡΑΣΙΑ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ
 Η ιστορία του Sherry 86-87
ΤΟ ΛΕΜΕ, ΤΟ ΞΕΡΟΥΜΕ;
 Οδηγός οινικής πλοήγησης 88-89
ΒΛΕΠΩ/ΑΚΟΥΩ/ΜΑΘΑΙΝΩ
 Τα νέα της αγοράς 94
INDEX
 Αναζητήστε τις συνταγές μας με βάση το κυρίαρχο υλικό τους 96
ΤΡΟΦΟΣΥΛΛΕΚΤΗΣ
 Από την Ηπειρο στο Περού 98



ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ
 Κυκλοφορεί μαζί με «Το Βήμα της Κυριακής»
 Μιχαλακοπούλου 80, Τ.Κ. 115 28 Αθήνα
 τηλ. 211 3657 000, 210 7766 000, fax 211 3659 101
 e-mail: vimagourmet@tovima.gr, www.vimagourmet.gr

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ
 Δημοσιογραφικός Οργανισμός Λαμπράκη
 Δημήτριος Λαμπράκης (1931-1957)
 Χρήσιμος Δ. Λαμπράκης (1957-2009)

ΕΚΔΟΤΗΣ: Σταύρος Π. Ψυχάρης

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ: Αντώνης Β. Καρακούσης

Διευθύντρια: Ιωάννα Σουφλήρη

Αρχισυντάκτρια: Μελίσα Στοίλη

Creative art director: Αντώνης Κ. Κοκκαλιδής

Επιμέλεια ύλης: Κέλυ Σόκου

Συντακτική ομάδα: Αλεξάνδρα Ανθίδου, Αρχέστρατος, Ερη Βαρδάκη, Κοσμάς Βίδος, Σίμος Γεωργόπουλος, Γιάννης Ζουμπούλακας, Αγγέλα Κρεμέζη, Νατάσα Μωράκη, Παράξενος, Τεττοίριστα, Γιζν & Τόνικ, Μαρία Τζίτζη, Τροφουλλέκτις

Deputy art director: Νίκος Μαχίικας

Photo editor: Ρένα Γαλιώτου

Διόρθωση κειμένων: Ράνια Ντούμα, Ελένη Τερζοπούλου

Φωτογραφίες: Αναστασία Αδαμάκη, Γιώργος Δρακόπουλος, Λευτέρης Σιαράπης - Νίκος Τσίρος (BHMMA Studio), Μανώλης Κάπα (βοηθ. φωτογράφου), Νίκος Παλιόπουλος (επεξεργασία εικόνας)

Εκτέλεση συνταγών - food styling: Αντονία Καπί, Ματίνα Πετρούτσά, Olivia Webb

Προτείνουν συνταγές:

Τάσος Αντωνίου, Μάκκας Γεωργιάδης, Βίκυ Κουμάντου, Λευτέρης Λαζάρου, Γιάννης Μπαξεβάνης, Τάσος Μπίκος, Νικόλας Νικολακόπουλος, Γκίκας Ξενάκης

Εμπορική διεύθυνση ΔΟΛ: Δέσποινα Βουδούρη

Διευθύντρια διαφήμισης: Ολυμπία Πρωτοπαπαδάκη (τηλ. 211 3659 718)

Direct market: Μάγδα Γεωργίου (mgeorgiou@dolnet.gr, τηλ. 211 3659 716)

Διαφημιστικό τμήμα: Γεωργία Νάτσιου (gnatsi@dolnet.gr, τηλ. 211 3659 734)

Διαφημίσεις Β. Ελλάδος: Τάνια Ντεντεγιάν (tdedegian@dolnet.gr, τηλ. 2310 241 197)

Υποδοχή διαφήμισης: Αναστασία Χατζηπαντωνίου (τηλ. 211 3659 892)

Διευθυντής marketing: Διομήδης Γεώργας

Creative media: Νικόλας Φαράκλας (Director), Αργυρώ Κουτρούμπα, Χριστίνα Γερασιμίδου, Θωμάς Παπανικολάου

Εκτύπωση-βιβλιοδεσία: Iris AEBE

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΔΟΛ

Σταύρος Π. Ψυχάρης, Πρόεδρος ΔΣ
 Χριστίνα Τσοτούσουρα-Ψυχάρη, Αντιπρόεδρος ΔΣ
 Πάνος Στ. Ψυχάρης, Διευθύνων Σύμβουλος
 Α. Χρηστάκης, Οικονομικός Σύμβουλος
 Ν. Αναστασόπουλος, Οικονομικός Διευθυντής
 Ν. Πιμπλής, Νομικός Σύμβουλος

Ελλην πρεσβευτής

Μόλις το περασμένο Σαββατοκύριακο, στον ιστότοπο του «Saveur», τον εμβληματικού αμερικανικού περιοδικού γαστρονομίας, διάβαξα για τις καλύτερες μάντολες του κόσμου. Ποιες ήταν; Μα, αυτές της Κεφαλονιάς! Το άρθρο με τον εύγλωπο τίτλο «Μη φύγετε από αυτό το ελληνικό νησί χωρίς να δοκιμάσετε τα καλύτερα καραμελωμένα αμύγδαλα του κόσμου» υπέγραφε η ιστορικός και συγγραφέας Αν Μπράμλεϊ.

Και στα μέσα του περασμένου Σεπτεμβρίου, ο αμερικανός σεφ Ντέιβιντ Λίμποβιτς, ο οποίος ζει στο Παρίσι, ανέβασε στο διάσημο ομώνυμο μπλογκ του ένα άρθρο για την Τήνο, την οποία επισκέφτηκε για αναφυχή. Ο Λίμποβιτς εκθειάζει (δικαίως) τη φυσική ομορφιά του νησιού και την καθαριότητα των χωριών. Όσο για το φαγητό, σημειώνει: «Δεν είχαμε ούτε ένα κακό γεύμα καθ' όλη τη διάρκεια της παραμονής μας. Τα εστιατόρια χρησιμοποιούν πολύ φρέσκα υλικά και οι μάγειρες και οι σερβιτόροι είναι πολύ περήφανοι για αυτό που φέρνουν στο τραπέζι μας».

Θα συμφωνήσετε νομίζω ότι το ελληνικό φαγητό μπορεί και πρέπει να γίνει ο καλύτερος πρεσβευτής της χώρας μας. Με ή χωρίς την

αρωγή της πολιτείας! Γιατί, σίγουρα, ούτε οι μάγειρες και οι σερβιτόροι της Τήνου που εντυπωσίασαν τον Λίμποβιτς ούτε η Εβελίνα Καπάτου που έδειξε τα μυστικά της παρασκευής της κεφαλονίτικης μάντολας στην Αν Μπράμλεϊ είχαν την αρωγή κανενός. Είχαν, όμως, ένα μυστικό: αγαπούν τη δουλειά που κάνουν και είναι περήφανοι για το προϊόν που παράγουν.

Βεβαίως, καλό είναι συνυπάρχει και η αρωγή της πολιτείας. Το διαπιστώσαμε πρόσφατα στη Σύρο, όπου μια μεγάλη ομάδα δημοσιογράφων της γεύσης βρέθηκε προσκεκλημένη στο νησί από το Επιμελητήριο Κυκλάδων και είχε την ευκαιρία να γνωρίσει καλύτερα τους άξιους παραγωγούς και εστιάτορες του νησιού.

Κλείνοντας, θα ήθελα να σας προσκαλέσω να μαγειρέψετε μαζί μας εμπνεόμενοι από τις φθινοπωρινές συνταγές μας και, αν είστε μπλόγκερ, να υποβάλετε υποψηφιότητα στα φετινά Food Blog Awards.

Ιωάννα Σουφτέρη



INDEX ΣΥΝΤΑΓΩΝ



Σαλάτες

- Σαλάτα με ρόκα
και βινεγκρέτ σύκου → 48
Πατατοσαλάτα με καπνιστό
σολομό και κάππαρη → 55

Σνακ

- Αραβικές πίτες
με παστράμι → 57
Φρυγανισμένο ψωμί
με πάστα αβοκάντο → 66

Αβγά

- Ανοιχτά τοστ με (αβγά και)
αβοκάντο → 56
Αβγά με σάλτσα ντομάτας
και γραβιέρα → 67

Λαχανικά και χορταρικά

- Πλαστός Θεσσαλίας
με άγρια χόρτα → 36
Κολοκυθόσουπα με ξινό
τραχανά και φρέσκια
μυζήθρα → 42
Ζωμός από καπνιστά κολοκυθάκια
με αφρό σπαραγγιών → 44

Κρέας

- Τηγανητά
κιμαδοπιτάκια → 38
Κρεατόπιτα με κατσικάκι,
μάραθο και βωλάκι
Τήνου → 40
Χοιρινός λαιμός
με λιαστές
ντομάτες → 58
Μοσχαράκι ρόστο → 61
Λαγυτό Αρκαδίας → 63

Κοτόπουλο

- Κοτόσουπα με σπανάκι
και καυκαλήθρες → 45
Κοτόσουπα με ξινόχοντρο
και δικταμο → 46
Χάντρες με κοτόπουλο → 59
Μπαρδουνιώτικο
κοτόπουλο → 64

Οσπρία

- Φακές με ρύζι
και κρεμμύδια → 62

Ψάρι και θαλασσινά

- Μπακαλιάροπιτα
με πλιγούρι → 39
Ντοματόσουπα με μους
από λαβράκι και μύδια → 43
Κριθαρότο με γαρίδες → 49
Χταπόδι κατσαρόλας
με κρέμα φάβας → 50
Ψάρι πλακι → 60

Γλυκά

- Γαλατόπιτα Θεσσαλίας
με βουβαλισιο γάλα → 37
Κορμός πραλίνας
με μπισκότα → 52
Σοκολατάκια σακούλας → 72
Κούπες σοκολάτας → 74
Βραχάκια σοκολάτας → 76
Μπάρες σοκολάτας με
αποξηραμένα φρούτα → 78

Αποκρυπτογράφηση

- 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)
→ θ.δ. = θερμοκρασία δωματίου

ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική, μερική ή περιληπτική, η κατά παράφραση ή διασκευή απόδοση του περιεχομένου του περιοδικού με οποιοδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό, φωτοτυπικό, ηχογράφησης ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Νόμος 2121/1993 και κανόνες Διεθνούς Δικαίου που ισχύουν στην Ελλάδα.