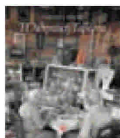


Συνταγές & αναμνήσεις

ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΤΗΣ ΓΕΥΣΗΣ

Της ΕΛΕΑΝΝΑΣ ΒΛΑΣΤΟΥ



«Η αθηναϊκή ταβέρνα» Πύργος Πίττας (Ίνδικτος)

Ταυτόχρονα ιστορία που διατρέχει το χρόνο, τυπολογική καταγραφή και ταξινόμηση, χρονικό και ανάλυση, προσωπική περιήγηση, εμμονή και μεράκι, αλλά και οδοντός της αθηναϊκής ταβέρνας.



Η γαστρονομία ως καλή τέχνη Ζ.Α. Μπριγία - Σαβαρέν (Σταχασίτης)

Σε μια εποχή που η γευστικότητα έχει βρει την αποδοχή και την υποδοχή που της αξίζει, το βιβλίο του γαστρονόμου Σαβαρέν (εξού και το ομώνυμο γλυκό), που πρωτοκυκλοφόρησε το 1825, έρχεται να μας πείσει ότι η απόλαυση ενός καλού φαγητού ίσως αποτελεί την πιο σημαντική ζωτική λειτουργία του ανθρώπου.



Η φιλοσοφία στην κουζίνα (Πολύτροπος)

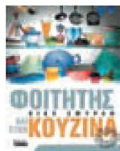
Οι σελίδες του βιβλίου μάς καλωσορίζουν σε μια αλλόκοτη φιλοσοφική κουζίνα. Τρώγοντας ελιές και ξερά σύκα με τον Πλάτωνα, έχοντας συντροφιά τον Καντ και τον Κίρκεγκορ, καθαρίζοντας πατάτες με τον Βιτγκενστάιν, οι ιδέες αποκτούν γέυση και το φαγητό μια θέση στη φιλοσοφική σκέψη.



Απίκιος Άπαντα Πάννης Ευσταθιάδης (Μελάνι)

Ο Πάννης Ευσταθιάδης αποκαλύπτει το ρωμαϊκό προσωπείο και συγκεντρώνει σ' ένα βιβλίο τα γαστρονομικά κείμενα των περασμένων 20 ετών. Όλα επικεντρωμένα στην πνευματικότητα και την κοινωνικότητα της τροφής.

Βιβλία για αρχάριους



Φοιτητής και στην κουζίνα Βίκυ Συμυρή (Ελληνικά Γράμματα)

Απευθύνεται σταθερά σ' αυτούς που έχουν βαρεθεί τα delivery και αποφάσισαν να πάρουν τα πράγματα στα χέρια τους.



Μαγειρεύουμε; Ναι, αλλά απλά, εύκολα, αγνά Θόδωρος Πιπέρης (Μεταίχμιο)

Όλα τα οικεία ελληνικά φαγητά με ύφος προσωπικής αφήγησης από φίλο και καλή καταγραφή των υλικών από έναν ακόμα πιο στενό φίλο.



Οι βασικές συνταγές μαγειρικής Κέντα Μπλακ (Μεταίχμιο)

Όλες οι συνταγές παρουσιάζονται με εικονογραφημένα βήματα για αρχάριους (και εύκολα φαγητά), αλλά και μερικές συνταγές για πιο προχωρημένους.

Λογοτεχνική κουζίνα



Σασπένς Καραμελέ Άνν Μαρτινέτι & Φρανσουά Ριβιέρ (Ηλέκτρα)

Τα 66 μυθιστορήματα της Κρίστι περιέχουν άπειρο υλικό για τις διατροφικές συνήθειες της Μις Μαρπλ και του Πουαρό, αλλά και κλασικές αγγλικές συνταγές.



Η σούπα του Κάφκα Μαρκ Κρικ (Μεταίχμιο)

Ο Μαρκ Κρικ δανείζεται τη φωνή των συγγραφέων (Τζέιν Οстин, Μαρσέλ Προυστ κ.ά.) για συνταγές – ιστορίες για μαγειρική αλλά και ανάγνωση.

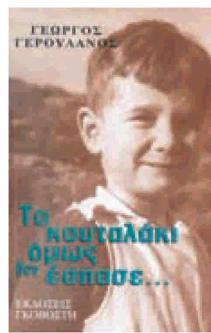


Η σάλτσα ήταν σχεδόν τέλεια Άνν Μαρτινέτι & François Rivière (Πατάκι)

Ο Άλφρεντ Χίτσκοκ υπήρξε bon vivant, όπως μαρτυρούν ο σωματότυπος, αλλά και οι βιογράφοι του. 80 συνταγές από το σκινοθέτη που δεν είχε χάσει ποτέ γεύμα και που έπινε σαμπάνια στο πλάτο. ▶



Στις αρχές του προηγούμενου αιώνα, στους Τράκωνες, στους πρόποδες του Υμηττού βρισκόταν ένα μεγάλο κτήμα. Εκεί, 75 χρόνια τώρα, στέκεται ένα σπίτι ανάμεσα σε λεμονιές, πορτοκαλιές και μεγάλα κυπαρίσσια. Το κτήμα μοιάζει με σκηνικό: ένας ελαιώνας, μελίσοια που βγάζουν τρεις τόνους μέλι, πτηνοτροφείο, αλογα, μπιστόνι με λαχανικά, στάβλος με αγελάδες που παράγουν 15 κιλά γάλα την ημέρα, 300 πρόβατα και κάπου ανάμεσα, σαν στολίδι, ένα εκκλησάκι του 11ου αιώνα. Το 1922 ένα μέρος του παραχωρήθηκε στο κράτος για να φιλοξενηθεί πρόσφυγες της Μικράς Ασίας, οι οποίοι συμβίωσαν και δουλέψαν για χρόνια με τους ιδιοκτήτες. Ένα νιόπαντρο ζευγάρι μετακομίζει εκεί το 1929, είναι η Δέσποινα και ο Ιωάννης Γερουλιάνος. Εκείνη τελείωσε την



Υγιεινά



Καλή όρεξη, υγιεινές συνταγές για μια καλύτερη ζωή
 Gordon Ramsay *(Πατάκη)*

Ο Gordon Ramsay υπήρξε κάποτε υπέρβαρος και ο πεθερός του ευθύνεται για τον εθισμό του στη γυμναστική. Οι στόχοι του πλέον είναι οι εξής: να τρέξει δέκα μαραθώνιους πριν κλείσει τα 45 και να μαγειρέψει 125 υγιεινά γεύματα χωρίς να κάνει κανένα συμβιβασμό στη νοστιμιά.



Συνταγές και διαιτολογία για υγιεινή διατροφή
 Ελένη Χαριστή-Πιωτάκη *(Μεταίχμιο)*

Πρακτικός οδηγός διατροφής για όλους και ειδικά για τους διαβητικούς. Περιλαμβάνει καθημερινά διαιτολόγια – δίνεται και η συνταγή εκτέλεσης του κυρίως γεύματος.



Υγιεινή διατροφή για παιδιά
 Anita Bean *(Ελληνικά Γράμματα)*

Τι πρέπει να τρώνε και τι να αποφεύγουν. Πώς θα μάθουν να δοκιμάζουν τα φαγητά που μέχρι πρότινος απέρριπταν. Η συγγραφέας λαμβάνει υπόψη τις ελληνικές συνήθειες, καθοδηγώντας τους μικρούς και αφιρχνίζοντας τους μεγάλους.

Σεφ Έλληνες & Ξένοι



Στην κουζίνα με τον Μπουρνταίν
(Νάρκισσος)

Χιούμορ και αμεσότητα από την ανοιχτή κουζίνα του εστιατορίου Le Al του Αλαίν Μπουρνταίν στη Νέα Υόρκη.



Η λαχταριστή κουζίνα
 Πωλ Μικουκ *(Ποταμός)*

Η βίβλος της γαλλικής κουζίνας. Παροικωρημένους μάγειρες.



Κινέζικη κουζίνα
 Βαγγέλης Δρίσκακ *(Πατάκη)*

Ταξίδεψε, μάζεψε γνώσεις και εμπειρία και βραβεύτηκε, γιατί κατάφερε να απλοποιήσει τα πιάτα, με προσβάσιμη σε εμάς υλικά και γεύση αυθεντική.

Η ΚΟΥΖΙΝΑ ΤΩΝ ΓΕΡΟΥΛΑΝΩΝ

οικοκυρική σχολή στη Ζυρίχη κι εκείνος σπούδασε γεωπόνος στη Γερμανία. Ο Γεώργιος, ο Μαρίνος (πατέρας του Παύλου, σημερινού υπουργού Πολιτισμού), ο Στέφανος και ο Νίκος, τα παιδιά τους, γεννήθηκαν λίγα χρόνια αργότερα. Εδώ αναπτύχθηκε η στενή σχέση της οικογένειας με τη γη και την κουζίνα. Το κτήμα οτήθηκε σαν μια πρώτη βιολογική φάρμα, πολυδυναμική, έτσι ώστε να επιβιώνει σε άσχημες χρονιές κάποιων προϊόντων, και αρκούντως παραγωγική, ώστε να φτιαχτεί το «Εργοστάσιο γαλακτοκομίας Τράκωνες». Η οικοδέσποινα Δέσποινα Γερουλιάνου υπήρξε δεινή μάγειρσα. Το σπίτι ανοίγει σε μεγάλες γιορτές, όπως τα Χριστούγεννα, όπου φτιαχτόταν βασιλόπιτα μεγάλη σαν ρόδα άμαξας και το τραπέζι στολιζόταν με κρύσταλλα και πορσελάνες. Τα Εσόδια της Θεοτόκου ισοδυναμούν με γιορτή της συγκομιδής και η Καθαρή Δευτέρα συνοδεύεται με αυστηρή νηστεία και μ' ένα γιορτινό μεγάλο εορταστικό μπουφέ: ντολμαδάκια γιαλατζί, γίγαντες πλακί, πατατοσαλάτα, σαλάτα πατζάρια, κουνουπίδι, ταραμοσαλάτα, χαλβά και κρασί. Το κελάρι ήταν γεμάτο γυάλινα βάζα με κονσερβοποιημένα λαχανικά και μαρμελάδες. Στην καθημερινότητα, όταν η οικογένεια μα-

ζεούταν γύρω από το τραπέζι, «εκείνα που αγαπούσαμε πολύ ήταν τα αγκινάρακια και λατρεύαμε τις τάρτες» γράφει ο ένας γιος, ο Γεώργιος, στο βιβλίο του «**Το κουταλάκι όμως δεν έσπασε...**» (εκδ. Γκοβόστη), αλλά «αυτό που υπήρχε σε αφθονία στο κτήμα ήταν τα κολοκυθάκια μας» λέει ο Στέφανος, «ακόμα θυμάμαι τη γεύση τους, ήταν πολύ μικρά σε μέγεθος, πάρα πολύ φρέσκα και κυρίως άφθονα». Η Δέσποινα Γερουλιάνου για να σπάσει τη μονοτονία είχε εφευρέσει 101 κολοκυθοσυνταγές. Οι 65 από αυτές βρίσκονται στο βιβλίο «**Συνταγές με κολοκυθάκια**» (εκδ. Γκέμμα), εκείνη το εικονογραφεί και εκεί βρίσκεται κι ένα τμήμα του ημερολογίου της που αφορά το κτήμα και τους ανθρώπους του. Είναι ίσως το πιο «χειροποίητο» βιβλίο μαγειρικής. Συνταγές για ωμά, βραστά, σούπα, στο φούρνο, με κίμα, γιαντί, πλακί, τηγανητά, γεμιστά, παπουτσάκια. Το κάθε κολοκυθί μοιάζει διαφορετικό από το άλλο. Η μία συνταγή προϋποθέτει κολοκυθία 3-5 εκατοστών, σε άλλες χρειάζονται τα μεγάλα των 16 εκατοστών. Όλα χρησιμοποιούνται, οι ανθοί και τα βλαστάρια. Τα κολοκυθία μοιάζουν ζωντανά και με προσωπικότητα, ειδικά όταν μας προτρέπει «να μην τα τραυματίσουμε και να χρ-

σιμοποιούμε αρκετό λεμόνι γιατί τους πάει». Παραδίδει μαθήματα οικιακής οργάνωσης και μια αφήγηση σπάνια γύρω από τα στιγμιότυπα μιας αστικής οικογένειας του 20ού αιώνα. Τα κολοκυθάκια γράφει «μπορούν να εξάψουν τη φαντασία κάθε καλού μάγειρα ή μαγειρίσας, πάντα είναι νόστιμα και ξεσταίνονται εύκολα εάν περισσέψουν» ακόμα κι αν ο άνδρας της είχε τις αντιρρήσεις του, λέγοντας ότι «τα κολοκυθία μένουν πάντα κολοκυθία χωρίς μεγάλο γευστικό ενδιαφέρον», τα πιάτα γυρίζουν πάντα άδεια στη κουζίνα. Τι απέγινε το κτήμα; Ο πόλεμος κατέστρεψε ένα μεγάλο μέρος του, καθώς ο ελαιώνας χρησιμοποιήθηκε από τους Γερμανούς για να κρύψουν πυρομαχικά. Το 1951 το ηλεκτρικό φως έφτασε μέχρι το κτήμα, μαζί με όλες τις ανέσεις, αλλά η παραγωγή είχε ήδη αρχίσει να φθίνει. Το «Εργοστάσιο γαλακτοκομίας Τράκωνες» καταστράφηκε και τα μηχανήματα πουλήθηκαν στη γαλακτοβιομηχανία ΕΒΓΑ. «Ο μεγάλος υπαίτιος ήταν η υψηλή φρολογία και κυρίως η κακοδαιμονία του ελληνικού κράτους» μας λέει ο Στέφανος Γερουλιάνος. Τι έχει μείνει; Οι ανέμελες αναμνήσεις στη φύση, αλλά και κάτι ακόμη πιο ισχυρό, οι γευστικές μνήμες. **Α**

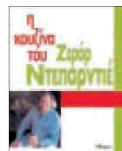
Παράδοση



Μικρή γεύση αθανασίας, Λύκειο των Ελληνίδων
(Ποταμός)

Μια γεύση από την ιστορία του Λυκείου των Ελληνίδων και από τη ζωή της ελληνικής αστικής οικογένειας στις αρχές του 20ού αιώνα. Συνταγές και συμβουλές για τη φροντίδα του σπιτιού παραμένουν διαχρονικές.

Ηθοποιοί σε νέους ρόλους



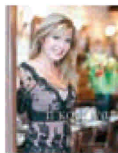
Η κουζίνα του Ζεράρ Ντεπαρντιέ
(Ποταμός)

Ο μεγάλος γάλλος Ντεπαρντιέ, στο νέο πειστικό ρόλο του μάγειρα, μας ανοίγει την πολύ γαλλική κουζίνα του και μας μαγειρεύει 150 συνταγές.



Γεύσεις αστέρων Θεοδωρή Αγγελασόπουλος (Exit)

Ο Γερασίμος Σκιαδαρέσης, η Άννα Παναγιωτοπούλου, ο Αντώνης Λουδάρος, η Κάτια Δανδουλάκη, ο Πάννης Ζουγανλής και πολλοί ακόμα ηθοποιοί αφήνουν για λίγο τα σανίδι και πιάνα του μαγειρικού σκεύη στο πλευρό του Θεοδωρή Αγγελασόπουλου δημιουργώντας φαγητά που αγαπούν και στέλλουν μέρος των εσόδων στην WWF.



Η κουζίνα της μάμας μου

Ντίνα Νικολάου (Φερενίκη)

Η Ντ. Νικολάου αφήνει λίγο τον Πρωινό Καφέ και το παρισινό εστιατόριο Evane για να πάει στο πατρικό της στη Κυρτώνη. Μητέρα και κόρη μάς ξεναγούν στις γευστικές αναμνήσεις τους.



Κάθε μέρα ελληνικά

Αργυρώ Μπαρμπαρίγου (Λυμπερής)

Η Αργυρώ μαγειρεύει επαγγελματικά εδώ και 15 χρόνια. Χρειάστηκαν 2,5 χρόνια για να μαζέψει 151 ελληνικές συνταγές για όλες τις περιστάσεις: γρήγορες, καθημερινές, γιορτινές, γλυκές και αλμυρές.



Παίρνοντας φωτιά

Ρίτσαρντ Ράνγκεμ (Αυγό)

Ο διάσημος ειδικός στα πρωτεύοντα θηλαστικά Ρίτσαρντ Ράνγκεμ παρουσιάζει μια προκλητική εναλλακτική εξήγηση: ότι η εξελικτική μας επιτυχία είναι αποτέλεσμα της μαγειρικής – η μετάβαση από τα ωμά στα μαγειρεμένα φαγητά ήταν ο παράγοντας κλειδί στην ανθρώπινη εξέλιξη.



Γλυκές ιστορίες

Στέλιος Παρλιάρος (Καθημερινή)

Ο Στέλιος σε νέες περιπέτειες. Περιοδικό με συνταγές, μυστικά ζαχαροπλαστικής και ρεπορτάζ, θα κυκλοφορεί από 19/5 στα περίπτερα. Πιλαισιωμένος από τη δημοσιογραφική ομάδα του «Γαστρονόμου» της «Καθημερινής», φιλοδοξεί να κάνει την υψηλή ζαχαροπλαστική καθημερινή υπόθεση.

Παιδικά μαγειρικά βήματα



Αργυρές Ζαραμπούκισσες

Αργυρώ Μπαρμπαρίγου (Κέδρος)

Η Α. Μπ. γνωρίστηκε με την εικονογράφο Σοφία Ζαραμπούκα στην Πάρο και από κοινού με τις μαγειρικές γνώσεις και τις ζωγραφικές βάζουν τους μικρότερους να παίζουν στην κουζίνα.



Η τουρουπίτα μαγειρεύει μαζί με τα παιδιά

Βάσω Ψαράκη (Πατάκι)

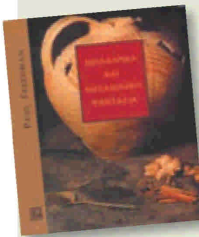
ΜΠΑΧΑΡΙΚΑ ΚΑΙ ΜΕΣΑΙΩΝΙΚΗ ΦΑΝΤΑΣΙΑ

(Paul Freedman, εκδ. Κονιδιάρη)

Ο πόθος, η μόδα και οι γεύσεις κινούν αυτοκρατορίες.

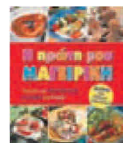
Ο Πολ Φρίντμαν, καθηγητής ιστορίας στο πανεπιστήμιο του Γέιλ, δούλεψε χρόνια επάνω στον τρόπο που η «παράλογα» μεγάλη δημοτικότητα των μπαχαρικών στη μεσαιωνική Ευρώπη, ενισχυμένη από τη μυστηριώδη προέλευσή τους και τις υψηλές τιμές τους, ενθάρρυνε τις προσπάθειες να ανακαλυφθούν αυτές οι εξωτικές χώρες με τις μαγικές, μεθυστικές μυρωδιές. Η σύγχρονη εποχή ξεκινούσε – μαζί με τις επεκτατικές διαθέσεις των Ευρωπαίων.

Ο Φρίντμαν, με διάθεση αλχημιστή και μοντέρνου ντοκιμαντερίστα, παραθέτοντας ιστορίες, στοιχεία και γοητευτικές περιγραφές, ανιχνεύει την ιδιαίτερη σχέση των ανθρώπων με αυτά τα υλικά που, όπως τα ναρκωτικά ή τα διαμάντια ή απλώς λίγη ζάχαρη, καπνός ή βαμβάκι, άλλαξαν την ιστορία του κόσμου. Από



την υπερ-διακόσμηση και «μεταποίηση» της εικόνας των φαγητών που σερβίρονταν στα συμπόσια της ανώτερης τάξης – κεφαλές αγριόχοιρου τυλιγμένες σε φύλλα χρυσοῦ και πράσινο ζελέ, κριτέδες σαν μήλα, αυγά από γάλα αμυγδαλίου, κανέλα και ζαφωρά, ψωμί βαμμένο κόκκινο από αίμα κύκνου – μέχρι τις φαρμακευτικές εφαρμογές των μπαχαρικών, το θεραπευτικό τους ρόλο και την αρωματική τους χρήση σε μία εποχή που θαμπωνόταν και ζαλιζόταν από τις ευωδιές σε βαθμό υπέρβασης. Η μετάφραση της Ντίνας Σιδέρη είναι αρκετά καλή ώστε να αποδίδει ακόμα και τα «οσωτά ρήματα» για τον τρόπο που τεμαχιζόταν η τροφή στον Μεσαίωνα – π.χ. ένας άρχοντας έπρεπε να ξέρει να προστάζει «ξέλυσε τη νήσσα» ή «ξεκοκάλισε τον οξύρρυγχο» και όχι «φέρε μου κρέας». Έτσι και ένα βιβλίο χρειάζεται αυτές τις μικρές, γοητευτικές λεπτομέρειες για να γίνει απολαυστικό – τα μπαχαρικά του, θα λέγαμε. -ΓΙΑΝΝΗΣ ΝΕΝΕΣ

Σ' ένα κάστρο μέσα στο δάσος μια παρέα παιδιών συναντά την Τουρουπίτα, τη δημοφιλή Μάγισσα της Κουζίνας, μαζί μαγειρεύουν 24 συνταγές όπως: Σούπα του πειρατή, τουρουπιτάκια, σαλάτα ουράνιο τόξο.



Η πρώτη μου μαγειρική

Ψυχογιός

Εάν είστε πάνω από 5 ετών, μπορείτε να προετοιμάσετε τα γεύματα της οικογένειας. Συνταγές για σταθερά παιδικά πρώτα βήματα. ■