

Ορεκτικά

6 ΤΙ ΜΑΓΕΙΡΕΥΕΤΑΙ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΗΝΑ Όσα δεν πρέπει να χάσεις το Φεβρουάριο.

8 NEW IN TOWN Κυκλοφορούμε και καταγράφουμε ό,τι νέο υπάρχει στη διασκέδαση.

9 ΔΟΚΙΜΑΣΑΜΕ ΚΑΙ ΜΑΣ ΑΡΕΣΕ Όλα όσα οπειώνωμε στο μπλοκάκι μας με την ένδειξη super.

10 & 14 ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΗΣ Τα παγωτά τα απολαμβάνουμε όλο το χρόνο, ούμφωνα με τον Pierrick Gautier των παγωταριών «Napoléon», ενώ ο νικητής του 5ου Διαγωνισμού Sommelier, Βάσος Μανόλη, μας αναλύει την αγάπη του για το καλό κρασί.

16 ΛΑΤΙ ΚΑΙ ΠΙΠΕΡΙ Από τα πογνωστά κινέζικα εστιατόρια της Λευκωσίας, το Dragon ανακανίζεται και εμείς δοκιμάζουμε την επίσης αναενωμένη του κουζίνα.

18 BITS & BITES Ο «Ρατατού» κάνει βουτίες στο Διαδίκτυο και ανακαλύπτει τις πιο τρελές ιδέες.

20 MULTI TASTE «Μπουκίτσες» από την αγορά με βάση το design.

56 TRAVELLER WITH A CAUSE Αφορμές για να βγεις από την κουζίνα και να μπεις στο αεροπλάνο.

58 MATTER OF TASTE Φοράμε μάσκες, πάμε στο Καρναβάλι της Βενετίας και μένουμε σε δύο κουκλόσικα ξενοδοχεία.

60 NOTE BOOK Η Μαριάννα Καραβαλή, κάνει βόλτες στην Dijon και ανακαλύπτει τα καλύτερα εστιατόρια και φυσικά τις πιο καλές μουστάρδες.

62 TASTE DIARY Χορεύουμε ταγκό στο Moreno Hotel.

Kυρίως Πιάτο food

82 ΤΟ ΓΛΩΣΣΑΡΙ ΤΟΥ ΜΕΝΟΥ Για να μην «κολλάσ» ους λέξεις.

84 A TASTE OF...STAR ANISE. Ο αστεροειδής γλυκάνισος είναι όχι μόνο όμορφος αλλά και πολύ χρήσιμος στη μαγειρική και τη ζαχαροπλαστική.

86 GOURMET TASTING Μπαίνουμε στο Cheese Room του Il Paesano και μαθαίνουμε τα πάντα για το τυρί.

88 BHIMA-BHIMA Είναι ιδανική για τα απογεύματα με τούν και ανάλαφρο. Φτιάχνουμε αναρόπτια με λεμόνι.

90 ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ Αυτή είναι η εποχή του κάστανου. Με αυτό μπορείς να φτιάξεις υπέροχα γλυκά όπως το διάσημο Mont Blanc.



128

recommended

Φρέσκο φιλέτο τόνου ψημένο στη σχάρα και περιχυμένο με σοσ από σαφάρι και αρωματικά βότανα όπως θυμάρι, μουστάρδα και πιπέρι από τους Γιώργο Κόκκινο και Κώστα Αργυράκη του Juice Zone.

92 ΠΙΑΤΑ ΗΜΕΡΑΣ Ανάβουμε φούρνο και φτιάχνουμε υπέροχα πιάτα αυ gratin.

96 MIX & MATCH DINNER Μετά από τις γιορτές, κάλεσε φίλους και μαγειρέψει τους νόστιμα, υγιεινά και light πιάτα.

102 HEALTHY & JUICY Ο δύο σεφ του Juice Zone, Γιώργος Κόκκινος και Κώστας Αργυράκης, ετοιμάζουν ελαφριά πιάτα, με σούλομι, κοτόπουλο και φρέσκα λαχανικά.

108 ΑΠΟ ΤΗ ΦΥΣΗ ΜΕ ΑΓΑΠΗ Κάνουμε βόλτα στα δάση, μαζεύουμε μανιτάρια και τα μαγειρέυει για μας ο Χριστάκης Αχιλλέως Executive Chef του Mediterranean Beach Hotel.

120 MADE IN CYPRUS Η Μαριλένα Ιωαννίδου μαγειρεύει φρέσκα φασόλια με κολοκούθι και φύλλα κάρι και σπαγάτι με μολόχες και κόκκινες πιπεριές.

122 WINE & SPIRITS Μαθαίνουμε πώς να φτιάχνουμε κέρα με λικέρ στο οπίνι και προτείνουμε τα πιο βασικά.

124 Q&A Ερωτήσεις και απαντήσεις για το κρασί για να μην σε πιάσουν αιδιάβαστο.

126 ΤΣΙΜΠΗΜΑΤΑ Τα νέα από το μενού της αγοράς.

Επιδόρπιο

114 ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΙΚΟ ΤΩΝ LIGHT Φτιάχνουμε θεοτέσσια γλυκά με βάση τα εξωτικά φρούτα.

Special Dishes

22 ΣΤΕΛΙΟΣ ΠΑΡΛΙΑΡΟΣ Πάμε Κολωνάκι, γνωρίζουμε το διάσημο Έλληνα ζαχαροπλάστη και κάνουμε μαζί του «γλυκιές» κουβέντες.

28 LIQUEUR STORIES Μαθαίνουμε την ενδιαφέρουσα ιστορία του λικέρ και παρουσιάζουμε συνταγές για να φτιάξεις το δικό σου λικέρ στο σπίτι.

32 ΓΥΑΛΙΝΟΣ ΚΟΣΜΟΣ Το κάθε ποτό χρειάζεται και το κατάλληλο ποτήρι. Φτιάχνουμε οδηγό για τα ουσιάτα ποτήρια και δίνουμε οδηγίες χρήσης ώστε να απολαμβάνεις το ποτό σου καλύτερα.

38 KITCHEN PLAYGROUND Οι μικροί μπόμπηρες μπορούν να είναι η τέλεια παρέα στην κουζίνα, φτιάνει να τους δείξεις τον τρόπο.

42 BREAKFAST IN BED Απολαμβάνουμε τα κυριακάτικα πρωινά με πρόγευμα στο κρεβάτι, σερβιρισμένο με τέσσερις διαφορετικούς τρόπους.

46 ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΓΕΥΜΑ Η σύμβουλος διατροφής και ιδιοκτήτρια του Eating Well, Αλίκη Οικονομίδου μαγειρεύει για τις φίλες της ελαφριά και υγιεινά πιάτα.

44 SKI RESORTS Πάμε Ευρώπη, φοράμε τα σκι και κάνουμε ολάλιο σε τέσσερις διαφορετικές περιοχές.

70 HEALTH FARMS Η Ελβετία ήταν ανέκαθεν η χώρα των health farms. Εμείς τοκάρουμε εννιά από τις πιο γνωστές.

edi to rial

Με τη Μαρία Θ. Μασούρα
maria.massoura@mediamorfosis.com.cy

Smoke Away



Aνήμερα Πρωτοχρονιάς βρεθήκαμε σε café της παλιάς πόλης. Μόλις μπήκα μέσα, συνειδοποιήσα πως κάπι παράξενο συνέβαινε. Προχωράσαμε, βρήκαμε μετοζόρι, ένα τραπεζάκι και καθίσαμε. Αμέσως κατάλαβα. Ήταν η πρώτη μέρα που απαγορευόταν το κάπνισμα σε δημόσιους χώρους. Και εκείνο που με δένει ήταν το γεγονός ότι δεν θα έφτανε στη μύτη μου θα ήταν τσιγαρίσια ενώ τώρα μύριζα καφέδες και τοστ. Άσε που δεν θα υπήρχε περίπτωση να μην ήταν όλα ένα «τοπίο στην ομίχλη» (ούτε ο Αγγελόπουλος δεν θα το πετύχαινε τόσο πολύ) ενώ η αιμόσφαιρα εκείνη τη μέρα ήταν πεντακάθαρη και όταν πήγα σπίτι δεν χρειάστηκε να βγάλω τα ρούχα μου έξω στη βεράντα και να περιμένω δυο μέρες να φύγει ο καπνός.

Δυο μέρες μετά, πήγαμε clubbing. Μείναμε ως αργά και όταν περνούσε κόσμος από δίπλα μου, μύριζα αρώματα και κολόνιες. Ένα δυο τύποι που τόλμησαν να ανάψουν τσιγάρο απλά αντιμετώπισαν τα δολοφονικά βλέμματα των υπολοίπων και το έσβησαν. Και έτσι μπήκαμε σε μια καινούρια εποχή, τελείως πρωτόγνωρη για τα δεδομένα μας. Έτσι όπως γίνεται σε Ιταλία, Αγγλία, Αμερική και τις υπόλοιπες κάτιες. Σίγουρα καμία σχέση με την Ελλάδα όπου ο νόμος της απαγόρευσης έχει τόσα παραθυράκια που πραγματικά πιστεύω ότι με το που επιβλήθηκε ο νόμος, αυξήθηκε το κάπνισμα!! Τί θα κάνει αυτός ο νόμος στο χώρο της εστίασης; Είμαι σίγουρη πως θα δούμε διαφορά. Ήδη ακούστηκαν παράπονα για μείωση του κόσμου σε μπαρ και εστιατόρια και το facebook γέγισε γκρουπ με κόσμο που θέλει να καταργηθεί ο νόμος αφού «καταπατούνται τα δικαιώματα του». Προφανώς ναι, δεν κάνουν ότι θέλουν και σίγουρα ο καθένας έχει δικαίωμα να απολαμβάνει τη ζωή του και τις συνήθειες του. Όταν όμως αυτή η συνήθεια, βλάπτει όχι μόνο τους ίδιους αλλά και τους γύρω, τότε τα πράγματα δεν είναι τόσο απλά.

Την καλύτερη απάκα πιν έριξε ένας τύπος σε ρεπορτάζ στο δελτίο ειδήσεων. Είπε ότι δεν το βρίσκει τόσο δύσκολο, ως καπνιστής να συμμορφωθεί γιατί η Κύπρος έχει ήπιο κλίμα και δεν θα πεθαίνει από το κρύο αν βγαίνει έξω να καπνίσουν. Όπως και να έχει, ένας τόσο σημαντικός νόμος σίγουρα δεν θα ικανοποιήσει τους πάντες.

Το μόνο που έχω να πω είναι πως πλέον θα μπορούμε να τρώμε KAI να μυρίζουμε το φαγότο μας στα εστιατόρια, δεν θα μας έρχονται καπνοί στα μούτρα (κυρίως από φτηνάρικα τεράστια πούρα) και όταν θα ξενυχτάμε δεν θα πηγαίνουμε σπίτι μας και να βίχουμε σαν να έχουμε καπνίσει ένα χωράφι καπνό.

Έτσι λοιπόν, αφού υιοθετήσαμε ένα πιο υγιεινό τρόπο ζωής με την αρχή του 2010, εμείς στο Taste ακολουθούμε το μοτίβο της εποχής και σου προτείνουμε συνταγές με υπεροχά υγιεινά πιάτα. Επίσης πήραμε το μανιτάρι, του αλλάξαμε τα φώτα και βρήκαμε πολλούς τρόπους να το μαγειρέψεις. Για επιδόρπιο σερβίρουμε θεσπέσια γλυκά με βάση εξωτικά φρούτα. Και αν ποτε είχες την απορία σε ποιο ποτήρι θα σερβίρεις το κρασί Βουργουνδίας, υπάρχει ένα μεγάλο αφέρωμα για τα μυστικά των ποτηριών και ποιο είναι το κατάλληλο για το κάθε ποτό.

Με λίγα λόγια, ένα τεύχος αποτοξίνωσης και ομαλής επιστροφής στην καθημερινότητα. Γιατί για να μπορείς να απολαύσεις όλα τα καλά της ζωής, το πιο σημαντικό απ' όλα είναι να αγαπάς το σώμα σου και να του συμπεριφέρεσαι καλά.

taste

ΕΚΔΟΤΕΣ - ΔΙΕΥΘΥΝΤΕΣ

ΝΙΚΟΣ ΧΡ. ΠΑΤΤΙΧΗΣ

ΜΥΡΤΩ ΜΑΡΚΙΔΟΥ

GROUP MAGAZINE MANAGER

Σταύρος Χριστοδούλου

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ Σάντια Ζένιου

ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ Νίνα Θεοχαρίδου

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ ΓΕΥΣΗΣ Λένα Τσουκαλά

ΒΟΗΘΟΣ ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ Μαρία Θ. Μασούρα

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΑΤΕΛΙΕ Νίκη Ανδρέου

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ Χριστάλλα Κυριάκου

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Τάνια Σταυρίνο, Μαριάννα Καραβαλή, Αθηνά Διανέλλου, Πιερρή Πλαναγή, Ιωάννα Χριστοδούλου, Κωνσταντίνα Γεωργίου

PHOTO EDITOR Στέλλα Ανδρονίκου

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ

Αγγελίνα Μαγιδή, Παναγιώτης Μηνά, Σωτηρία Γιαννακά, Agisilau & Spyrou Advertising Photography, Charlie Makkos, @dreamstime.com

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ Σοφοκλής Καρπασίτης

ΔΙΟΡΘΩΣΗ Μαρία Ζερβού, Μαρία Καπάταν, Μαρία Καλλιμάχου

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ N & M MEDIAMORFOSIS Ltd

Διογένους 1, Έγκωμη ΤΘ 21094, 1501, Λευκωσία. Τηλ. Κέντρο: 22744000, Σύνταξη φαξ: 22591442, 22590516. Λογιστήριο τηλ.: 22744211,

φαξ: 22590170 Διαφημίσεις τηλ.: 22744474, φαξ: 22590470, taste@mediamorfosis.com.cy

Το TASTE είναι συνδεδεμένο περιοδικό με το Δημοσιογραφικό Οργανισμό Ο ΦΙΛΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΛΤΔ

ΓΕΝΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ

Μιχάλης Καρής

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ

Γιάννης Καφαρίδης

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΠΩΛΗΣΕΩΝ & MARKETING

Ρένος Ονουφρίου

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ IT & ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΩΝ ΕΚΔΟΣΕΩΝ

Τάσος Γιαβρούτας

CREATIVE & ADVERTISING MANAGER

Μαριλένα Παλάζη

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ

Στέλιος Ονουφρίου

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΠΩΛΗΣΕΩΝ

Θάλεια Καλού

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΥ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ & ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ

Μάγια Χαραλάμπους

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΤΕΧΝΙΚΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ (ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ)

Σταύρος Φουκαρίδης

SENIOR EVENTS ORGANIZER

Χριστίνα Αναστασίου

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Θεοδώρα Ξενοφώντος, τηλ. 22744115

ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΙ, ΕΚΤΥΠΩΣΗ, ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ

Proteas Press Ltd, Παλαιός δρόμος Λευκωσίας-Λεμεσός, Βιομηχανική Περιοχή Νίσσου 2571 Νίσσου Τ.Θ. 21098 1501 Λευκωσία, τηλ. 22479000, FAX: 22479200

email: info@proteaspress.com.cy

ISSN 1986-0358

COPYRIGHT © N&M MEDIAMORFOSIS LTD

Απαγορεύεται αυστηρά η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική, μερική ή περιληπτική ή κατά προτίμηση ή διασκευή-απόδοση του περιεχομένου (κειμένου ή φωτογραφίας) με οποιονδήποτε τρόπο, πλεκτρονικό, φωτοτυπικό, ποχυγράφηση ή άλλο, χωρίς τη γραπτή έγκριση ή άδεια του εκδότη.