



# Μέρες Φωτεινές

**ΒΡΕΘΗΚΑ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΛΙΓΕΣ ΒΔΟΜΑΔΕΣ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ.** Για πέντε μέρες, εξερευνήσαμε σχεδόν όλο το βόρειο μέρος του νησιού. Από τα Χανιά, στο Ρέθυμνο και το Ηράκλειο και από εκεί Άγιο Νικόλαο, Ελούντα και Πλάκα. Μια μέρα διασχίσαμε τις απέραντες εκτάσεις από ελιόδεντρα και ανεβίκαμε πάνω, στα Ανώγεια, τη γενέτειρα του Νίκου Ξυλούρη και του Λουδοβίκου των Ανωγείων.

Ξαναθυμήθηκα γιατί έχουν να λένε για την κρητική κουζίνα και διατροφή. Στο Κολυμπάρι, λίγο έξω από τα Χανιά και την Πλάκα, με θέα τη Σπιναλόγκα, δοκίμασα υπέροχο ψάρι. Ολόφρεσκο, ψημένο στα κάρβουνα, με κατάλευκη σάρκα, μαζί με βραστά χόρτα και μπόλικο κρητικό ελαιόλαδο. Τα καλύτερα υλικά, σε πολύ καλές τιμές και πάνω στο κύμα. Αυτό που μου έκανε εντύπωση είναι πόσο πολύ οι Κρητικοί πρωσθούν τα δικά τους προϊόντα. Εκτός από το φαγητό, από το αεριούχο νερό μέχρι την πορτοκαλάδα, σχεδόν πάντα, μας προσέφεραν κρητικής προέλευσης προϊόντα. Κατάφεραν δυλαδή να κάνουν αυτό που θα έπρεπε να κάνουμε και εμείς στην Κύπρο. Να δημιουργήσουν μια αλυσίδα εγχώριας παραγωγής και κατανάλωσης.

Αν υπάρχει κάτι που θα έπρεπε να κάνουμε τώρα, είναι αυτό. Περισσότερη παραγωγή, περισσότερη κατανάλωση τοπικών προϊόντων, έμφαση στις εξαγωγές μοναδικών κυπριακών προϊόντων (οι κυπριακές πατάτες είναι από τις καλύτερες, ενώ κάποτε φημιζόμασταν για την εξαγωγή εσπεριδοειδών). Είναι θέμα των αρχών να δημιουργήσουν την κατάλληλη πολιτική.

Η τουριστική σεζόν έχει ήδη αρχίσει. Τώρα θα φανεί πόσο μπορούμε να εκμεταλλευτούμε και να αναδείξουμε τα θετικά στοιχεία της χώρας και να τα προωθήσουμε στους τουρίστες.

Όσον αφορά εμάς και την καθημερινότητά μας, το δεδομένο είναι ένα. Έχουμε τον ήλιο και έχουμε τη θάλασσα. Και αυτό δεν μπορεί να μας το πάρει κανείς. Γι' αυτό και εμείς, από αυτό το τεύχος, έχουμε μπει σε καλοκαιρινή διάθεση και αναζητούμε τα μέρη που μπορείς να δοκιμάσεις τα καλύτερα πιάτα με ψάρια και θαλασσινά. Και επειδή σου έχουμε υποσχεθεί ότι θα σου δίνουμε πάντα λύσεις, θα βρεις επίσης τα σωστά τίρη και συνταγές για να μπορείς να μαγειρεύεις υπέροχα με κατεψυγμένα ψάρια και θαλασσινά.

Οι μέρες και οι νύκτες μας γίνονται οιολένα και πιο όμορφες, απολαμβάνοντας, τη νέα μόδα, παγωμένο παγωτό! Έχουν ξεφυτρώσει παντού και εμείς τα καταγράψαμε όλα. Αν προτιμάς κάτι πιο «νυκτερινό», τα μπαράκια αιλάζουν και οι μπάρμαν κάνουν παιχνίδι με ευφάνταστα κοκτέιλ.

Αυτά και άλλα πολλά θα διαβάσεις σε αυτό το τεύχος, λίγο πριν μπει το καλοκαιράκι.

*Maria Tsakiridou*

## ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΜΗΝΑ

### ΣΗΜΑΝΣΕΙΣ



### 2 EDITORIAL

**4 Ο,ΤΙ ΝΕΟ** Τα καινούρια εστιατόρια, μενού, μπαράκια και ό,τι άλλο μας κινέτο ενδιαφέρον στην Κύπρο.

**6 ΔΟΚΙΜΑΣΑΜΕ** Η ομάδα του Taste καταγράφει τα συν και τα πλον της γεύσης.

**8 ΜΥΡΙΣΕ ΘΑΛΑΣΣΑ** Πού θα δοκιμάσετε το ωραιότερο ψάρι και θαλασσινά στις ταβέρνες της Κύπρου.

**14 ΜΕΝΩ ΕΝΤΟΣ** Ανακαλύπτουμε τους μικρούς θησαυρούς της κυπριακής κουλοτούρας.

**16 ΔΡΟΜΟΙ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ** Εξερευνούμε τη δεύτερη διαδρομή των «Δρόμων του Κρασιού» του Κυπριακού Οργανισμού Τουρισμού.

**18 WINE TASTING** Ο Μάρκος Ζαμπόρτας παρουσιάζει το Οινοποιείο Μακκάς στο χωριό, Στατός - Άγιος Φώτιος.

**20 TASTE PRESENTS: ΠΑΓΩΜΕΝΟ ΓΙΑΟΥΡΤΙ** Η νέα μανία της Κύπρου.

**26 GOING OUT** Οι καλύτερες προτάσεις για φαγητό, ποτό και καφέ αυτού του μήνα.

**30 SHAKE IT!** Τα κοκτέιλ νέας εποχής στα μπαράκια της Κύπρου.

**34 ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΓΕΥΜΑ** Ο νεαρός σεφ Αλμπέρτο Συμιλίδης, μαγειρεύει πιάτα al fresco για τους φίλους του.

**39 ΧΡΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΝΟΙΞΗΣ** Διακόσμησε το τραπέζι σου με αντικείμενα σε παστέλι αποχρώσεις.

**40 WHERE TO SHOP** Κάνουμε βόλτες στα καταστήματα και στο διαδίκτυο και ανακαλύπτουμε τα πιο ωραία της αγοράς.

**41 ΜΕΡΕΣ ΑΝΟΙΞΗΣ** Δώσε μια ανοιξιάτικη πονή στο τραπέζι σου με αντικείμενα της αγοράς.

**42 ΦΤΙΑΞΕ ΚΗΠΟ** Βγές έξω, φύτεψε λουλουδιά και διακόσμησε το σπίτι σου.

**44 BE MY CHEF** Ένα βήμα πιο κοντά στο καλοκαίρι μας φέρνουν οι σεφ της φαροταβέρνας «Το Παραγάδι» με τις συνταγές τους.

**49 KITCHEN DIARIES** Στην κουζίνα της σεφ Κατίνας Σπιταλίωτη, ιδιοκτήτριας της φαροταβέρνας «Το Παραγάδι».

**51 THE RECIPE** Η συνταγή του εξωφύλλου.

**52 ΑΦΙΕΡΩΜΑ** Ορεκτικά και κυρίως πιάτα με ψάρια και θαλασσινά, πώς να φτιάξεις μπακαλαράκια, ποια βότανα και μυρωδικά τους πάνε & όλα τα μυστικά για τα κατεψυγμένα!

**64 ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΟΥΛΙΟΥ ΤΟ ΓΑΛΑ!** Υπέροχα και δροσιστικά γλυκά, με γαλακτοκομικά προϊόντα & tips για την τέλεια πανακότα.

**70 MADE IN CYPRUS**

Η Μαριλένα Ιωαννίδου παρουσιάζει δυο παραδοσιακές συνταγές με αιανάρη.

**71 ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ** Πάνω από 500 διευθύνσεις και τηλέφωνα από εστιατόρια, μπαρ και café.

**76 WINE & SPIRITS** Ψάρι και ούζο πάνε μαζί!

**78 MARKET** Τα νέα της αγοράς.

**80 ΚΕΡΔΙΣΕ ΤΟΙ/TAY-TΟΤΗΤΑ** Διαγωνισμόι για τους αναγνώστες του Taste.

