

# περιεχόμενα



48

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ  
ΑΓΑΠΗ ΜΟΥ  
Γαστρονομική  
εξόρμηση

4. FOOD DIARY

6. FOOD TRENDS

10. ΤΟ ΓΚΟΥΡΜΕ ΚΕΛΛΑΡΙ ΤΟΥ  
ΧΕΙΜΩΝΑ Λιχουδιές από σπίτι

20. KOKS Το βορειότερο  
βραβευμένο με αστέρι Michelin  
εστιατόριο

22. SEACUTERIE Τα αλλαντικά  
της θάλασσας

26. KOYZINA ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ  
Τροφοσυλλέκτες σε μοντέρνους  
καιρούς

13

CUCINA POVERA

Η πλούσια «κουζίνα των φτωχών»



34. ΘΑΝΑΣΗΣ ΠΑΚΑΤΑΡΙΔΗΣ

Ο τροφοσυλλέκτης γιατρός

42  
ΓΑΛΑΤΕΙΑ  
ΠΑΜΠΟΡΙΔΗ

Το δικό της Christmas cake



36. ΕΞΩΤΙΚΑ ΥΛΙΚΑ

Οκτώ εξωτικά συστατικά  
από όλο τον κόσμο

46. MASSIMO BOTTURA Ο σεφ  
που θέλει να αλλάξει τον κόσμο

52. UMAMI Η πέμπτη γεύση

58. KOYZINA NIKKEI

Ο συνδυασμός περουβιανής  
και ιαπωνικής κουζίνας

64. MICHELIN GUIDE 2022.

Τα εστιατόρια της Ελλάδας με  
αστέρια μισελέν

68. SHAK ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ. Ο κύριος  
Family Chef

69. XO SAUCE Το ασιατικό  
gourmet καρύκευμα

70. ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΜΕ  
ΛΙΧΟΥΔΙΕΣ ΤΟΥ ΟΒΕΛΙΣ

Ψητό αγριογύρουνο

72. DELICATESSEN Συκόπιτας  
εγκώμιον

74. ΤΣΑΙ Οι νέες τάσεις

76. ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ  
Καφτερά chillies

78. Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ  
ΖΥΜΩΣΗΣ Ο Φώτης  
Παπαδήμας μας φωτίζει

80. POST PASTAM Ωδή στις  
τηγανητές πατάτες

ERIC VILDGAARD

Από τις συμμορίες στα αστέρια  
Michelin

