

ΟΙ ΔΟΚΙΜΑΣΜΕΝΕΣ ΧΡΥΣΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΤΕΥΧΟΣ 82 • 13/9/2015 • MAZI ME TON "Φ" ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ, ΜΕΤΑ ΣΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ



Ορτύκια με άρωμα κουμανδάριας και πορτοκάλι 33

Made in Cyprus

Το τεύχος αυτό είναι αφιερωμένο σε όλα τα προϊόντα που μας χαρακτηρίζουν. Ό,τι είναι δικό μας, είτε αποκλειστικά, είτε γιατί το υιοθετήσαμε αιώνες τώρα και το λατρεύουμε. Πιάσαμε λοιπόν το χαλλούμι, την αναρί, το γιαούρτι, τα αλλαντικά μας, τα ζυμαρικά μας, το πλιγούρι, το μέλι, το ελαιόλαδό μας και πολλά άλλα και τα παρουσιάσαμε σε υπέροχες συνταγές που τα αναδεικνύουν και μας δείχνουν νέους τρόπους για να τα χρησιμοποιήσουμε. Το εγχείρημα φιλόδοξο, όμως όπως θα δείτε, το αποτέλεσμα ήταν ένα μπουκέτο από υπέροχες πρωτότυπες συνταγές που σίγουρα θα σας εκπλήξουν ευχάριστα. Τα κυπριακής παραγωγής προϊόντα, είτε από μικρά εργαστήρια είτε από μεγαλύτερες μονάδες παραγωγής, δεν υστερούν σε τίποτε από τα διεθνή και ελπίζουμε αυτό το τεύχος να αποτελέσει έναυσμα για να δοκιμάσετε και εσείς να τα χρησιμοποιήσετε σε δικής σας έμπνευσης συνταγές. Σας ευχόμαστε καλά μαγειρέματα!

Νίνα Θεοχαρίδου

How to

Συμβουλές για να φτιάχνετε λιαστές υπομάτες, πέστο βασιλικού, παγωτό καρπούζι σε ξυλάκι και ένα τρίκ για τα καλαμπόκια

Παραδοσιακή κουζίνα

Η Χρύσω Λέφρου φτιάχνει για σας απολαυστικά μπουρέκια με αναρί και υπέροχο μαχαλεπί

Βήμα – βήμα

Ένα «βασιλικό πιάτο» φτιαγμένο με απλά υλικά:
Συκωτάκια κοτόπουλου και μανιτάρια με κουμανταρία

Γρήγορα & απλά

Ο Πιερίης Παναγή μας δείχνει πώς να φτιάχνουμε εύκολες και νόστιμες μπάρες δημητριακών χωρίς ίννος συντηρητικά

Στην κουζίνα της μαμάς

Σπιτικά Cypsaκες για το κολατσί των παιδιών στο σχολείο από τη Χρύσω Λέφρου, που αν τα φτιάχνετε μαζί τους θα τα απολαύσουν ακόμα περισσότερο

2

Μαγειρεύοντας για φίδονς

Η Ζαμπέλα Νεοφύτου, πετυχημένη επαγγελματίας στο χώρο της διακόσμησης και των φωτιστικών φτιάχνει για σας υπέροχες συνταγές

4

Αφιέρωμα

Η Νίνα Θεοχαρίδου γράφει για το γιαούρτι και την ιστορία του και σας προτείνει υπέροχες συνταγές

6

Συνταγές

Πολλές πρωτότυπες συνταγές για πρώτα πιάτα και σνακ, κυρίως πιάτα και επιδόρπια, όλα φτιαγμένα με παραδοσιακά κυπριακά προϊόντα

8

ΜΕ ΤΗ ΣΤΗΡΙΞΗ ΤΟΥ ΚΟΤ

Στο επόμενο 64

Τον Οκτώβρη θα απολαύσουμε μαζί υπέροχες συνταγές από την τάσσο προσφηλή μας ιταλική κουζίνα

10

