

ΟΙ ΔΟΚΙΜΑΣΜΕΝΕΣ ΧΡΥΣΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΤΕΥΧΟΣ 96 • 16/10/2016 • ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΝ "Φ" ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ, ΜΕΤΑ ΣΤΑ ΠΕΡΠΤΕΡΑ



Ουγγαρέζικο γκουλάς 29

Σπιτικά μαγειρευτά

Παραδοσιακά, το σπιτικό φαγητό σημαίνει φαγητό στην κατσαρόλα, αυτό που μαγείρευαν οι γιαγιάδες μας και όλες οι γιαγιάδες του κόσμου και αντικατοπτρίζει την εφευρετικότητα και την ικανότητα της νοικοκυράς, να πραγματοποιεί με όσα υλικά έχει στη διάθεσή της, μεγάλες γαστρονομικές δημιουργίες. Είναι ο αντίποδας του fast food που γίνεται βιομηχανικά και του ανούσιου έτοιμου φαγητού. Σας προσφέρουμε λοιπόν αυτό το τεύχος, που είναι αφιερωμένο σε αυτά τα παραδοσιακά φαγητά, από την κυπριακή, την ελληνική αλλά και τη διεθνή κουζίνα, για το οικογενειακό σας τραπέζι αλλά και για τους ξένους σας. Είναι κλασικές συνταγές που δύσκολα θα βρείτε στα εστιατόρια, που όταν μαγειρεύονται το σπίτι μοσχοβολά και οι μυρωδιές ανοίγουν την όρεξη. Μαζί με αυτά, θα βρείτε και εξαιρετές συνταγές με τα εποχικά μήλα και αχλάδια, μια δέσμη με πιάτα που φτιάχνονται εύκολα με ό,τι σας βρίσκεται στο σπίτι και όπως πάντα, τις επίκαιρες, χρήσιμες και πρακτικές στήλες μας και τις συνταγές των φίλων και συνεργατών μας.

Νίνα Θεοχαρίδου

How to

Εξηγούμε βήμα με βήμα πώς προετοιμάζονται τα μύδια για μαγείρεμα και δίνουμε tips για κριτσίνια και ζάχαρη άχνη.

Παραδοσιακή κουζίνα

Φτιάχνουμε για σας δυο κλασικές συνταγές: Φανουρόπιτα με πορτοκάλι και κανέλα και χούμους.

Βήμα με βήμα

Η Νίνα Θεοχαρίδου φτιάχνει για σας μια εξαιρετική κλασική ιταλική συνταγή: Πικάτα κοτόπουλου με λεμόνι.

Γρήγορα κι απδά

Ο Πιερίς Παναγή φτιάχνει για σας μια πολύ νόστιμη σπανακόπιτα με φέτα και πράσα.

Μαγειρεύοντας για φίδοις

Η Άννα Κορτέση μαγειρεύει με πάθος φαγητά για όσους προσέχουν τη σιλουέτα τους και μας δίνει δείγματα της δουλειάς της.

Αφιέρωμα

Η ιστορία του σουφλέ, συμβουλές για να το πετύχετε και ένα μπουκέτο με κλασικές συνταγές που γίνονται εύκολα, φτάνει να ακολουθήσετε τις οδηγίες μας.

Συνταγές

Κλασικές γαστρονομικές δημιουργίες, όπως τις έφτιαχνε πινδιά μας γιαγιά, αλλά και οι γιαγιάδες άλλων χωρών, που κρύβουν μέσα τους την πείρα και τη σοφία της παράδοσης.

Φαγητό στο πι και φι

Σας βγάζουμε από την αμικανία όταν δεν ξέρετε τι να φτιάξετε, με εξαιρετικά νόστιμες συνταγές, που γίνονται χωρίς ίδιαίτερη προσπάθεια και με πολύ απλά υλικά.

Στο επόμενο

Ένα αφιέρωμα στην πιο δημοφιλή κουζίνα, την ιταλική, με κλασικές συνταγές για antipasti, πρώτα και κυρίως πιάτα και επιδόρπια.

12

20

56

64