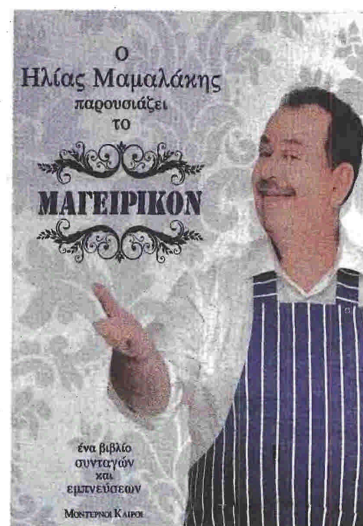


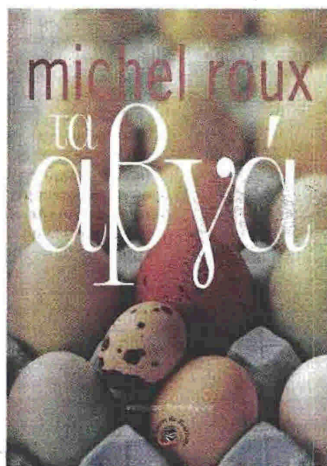
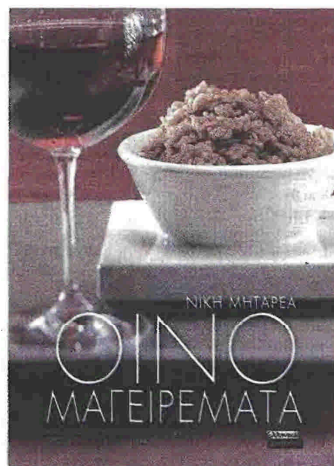
**ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ**

12

Η ΝΑΥΤΕΜΠΟΡΙΚΗ \ ΤΕΧΝΗ + Ζωή \ ΕΒΔΟΜΑΔΑ 10 - 16 ΙΟΥΛΙΟΥ 2009

**«Να γλύφεις τα δάχτυλά σου» σε κάθε σελίδα που γυρνάς****Βιβλία στο πιάτο μας**

Βρίσκονται σταθερά στις κορυφαίες θέσεις των ευπώλητων, με πολλές επανεκδόσεις. Τα βιβλία γαστρονομίας, την τελευταία πενταετία, αποτελούν μία από τις αιχμές της αγοράς βιβλίου, προσελκύουν ευρύ κοινό με ποικίλα ποιητικά χαρακτηριστικά και εξελίσσονται σε άρτιες εικαστικά εκδόσεις. Προσφέρουν γνώσεις για τις τροφές και τις αρχές της διατροφής, ιστορικά στοιχεία και, φυσικά, ευφάνταστες υπογραφές. Κυριολεκτικά «να γλύφεις τα δάχτυλά σου» σε κάθε σελίδα που γυρνάς.



[ ΤΗΣ ΝΙΚΗΣ ΜΗΤΡΕΑ ]  
niki@oinomageiremata.com

**ΠΟΛ ΜΠΟΚΥΣ**  
**«Η Λαχταριστή κουζίνα του Πολ Μποκύς Υψηλή τέχνη και φρέσκα υλικά»**

Ο Πολ Μποκύς είναι ένας από τους σπουδαιότερους Γάλλους σεφ, που ενσαρκώνει την υψηλή γαλλική μαγειρική. Αυτό το βιβλίο του είναι ένας ύμνος στα ολόφρεσκα υλικά και στην προσπάθεια ανάδειξης των αρωμάτων, της γεύσης, της υφής των συστατικών τους και μαζί της εκλεπτυσμένης τεχνικής που καταλάγει τέχνη. «Κάθε πρωί πηγαίνω

στην αγορά και περιπλανιέμαι στους πάγκους - είναι μια λιονέζικη συνήθεια, την οποία δύσκολα θα απέβαλλα» δηλώνει μέσα από τις σελίδες του νόστιμου βιβλίου. Εκτός από τις συνταγές, στις σελίδες του δίνονται μαγειρικοί κανόνες, όπως για τις προετοιμασίες πριν από το μαγείρεμα, μέσο χρόνο ψυγμάτων ορισμένων ψιτών, αρτύματα, μυρωδικά και πώς αρταίνουμε τις σαλάτες, αλλά και πίνακες -οδηγός αγοράς με το βάρος (ψάρια, κρέατα) που αντιστοιχεί σε ένα άτομο. Η λαχταριστή κουζίνα του Πολ Μποκύς θεωρείται βιβλός της γαλλικής σύγχρονης μαγειρικής.

• Εκδόσεις Ποταμός

**ΜΕΛΙΝΑ ΣΕΛΑΛΜΑ**  
**«Οι συνταγές της Μελίνας»**

Η Μελίνα Σελάμα «μαγειρεύει» συνταγές gourmet με ελάχιστες θερμίδες και μέσα από το βιβλίο της μας ταξιδεύει στο κόσμο των γεύσεων, με στόχο την απόλαυση, αλλά και τη σωστή απόλαυση βάρους. Το βιβλίο περιλαμβάνει χρήσιμες συμβουλές για τη σωστή προετοιμασία του φαγητού και την υγιεινή της κουζίνας, καθώς και 20 ολοκληρωμένα μενού. Όπως ισχυρίζεται και η συγγραφέας «το βιβλίο της είναι το κλειδί που ανοίγει την πόρτα στην απόλαυση της υγιεινής διατροφής».

• Εκδόσεις Ισόρροπο

**ΗΛΙΑΣ ΜΑΜΑΛΑΚΗΣ**  
**«Το Μαγειρικό»**

Ο Ηλίας Μαμαλάκης δεν χρειάζεται συστάσεις. «Το Μαγειρικό» είναι το πιο πρόσφατο βιβλίο του και ίσως το πιο ώριμο, όπως ο ίδιος ομολογεί. «Η φρεσκάδα αντικαθίστανται από την ωριμότητα. Ο απαιτησίες αυξάνονται, οι εμπειρίες πληθαίνουν και βλέπεις τα πράγματα με ένα διαφορετικό τρόπο.» Το βιβλίο αυτό παρουσιάζει μια λαχταριστή φωτογραφία πιάτων με συνταγές-εμπνεύσεις από τις δεκαετίες του '90. Είναι συνταγές που ο ίδιος ο Ηλίας έχει ξεχωρίσει και «παραδίει τις εμπειρίες του για ένα ταξίδι με μια

ολόφρεσκα άποψη για τον κόσμο της γεύσης».

• Εκδόσεις Μοντέρνοι Καιροί

**HERVE THIS**  
**«Μοριακή Γαστρονομία Καταρόλες και δοκιμαστικοί σωλήνες»**

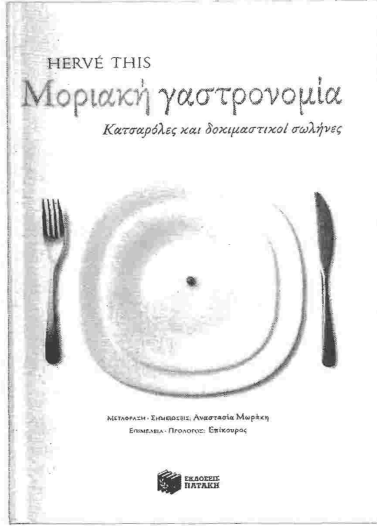
Ένα βιβλίο που αποκαλύπτει τα μυστικά της μοριακής γαστρονομίας και λύνει τις παρεξηγήσεις. Δεν περιέχει συνταγές, αλλά δίνει επιστημονικές εξηγήσεις -με ευχάριστο τρόπο- σε μια σειρά ερωτημάτων, όπως πώς θα τηγανίσουμε σωστά τις πατάτες. Ενδιαφέρον παρουσιάζει ο πρόλογος του Επίκουρου, κριτικού εστιατορίων, που επιμελήθηκε και



**ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ**

Η ΝΑΥΤΕΜΠΟΡΙΚΗ \ ΤΕΧΝΗ + ΖΩΗ \ ΕΒΔΟΜΑΔΑ 10 - 16 ΙΟΥΛΙΟΥ 2009

13



τη μετάφραση του βιβλίου, που δίνει πληροφορίες γύρω από το κίνημα της μοριακής γαστρονομίας.

• **Εκδόσεις Πατάκη**

**ΕΥΗ ΒΟΥΤΣΙΝΑ**

«**Λευκαδικά μαγειρέματα Γεύσεις, αφηγήσεις και έθιμα στον κύκλο του χρόνου**»

Ένα βιβλίο που σε ταξιδεύει, μέσα από την μαγειρική, στην όμορφη Λευκάδα και τους ανθρώπους της. Η Λευκαδίτσα συγγραφέας θέλησε να γνωρίσει και να εμβαθύνει στις μαγειρικές καταβολές της. Το

βιβλίο της σε συστέλλει με τις παραδοσιακές συνταγές και τα προϊόντα της Λευκάδας, ενώ οι μαρτυρίες ντόπιων γυναικών για υλικά και τη χρήση τους δίνουν ενδιαφέρουσες λύσεις και ιδέες.

• **Εκδόσεις Fagotto books**

**ΕΦΗ ΓΙΑΛΟΥΣΗ-ΧΑΤΖΗΧΡΗΣΤΟΥ**

«**Μυτιληνιές γεύσεις Συνταγές από την πόλη και τα χωριά της Λέσβου**»

Η συγγραφέας, που ασχολείται αρκετά χρόνια επαγγελματικά με την κουζίνα, θέλησε να συγκεντρώσει

τις συνταγές του ντισού της που μαγειρεύονται στα σπίτια ακόμη και σήμερα. Οι συνταγές είναι εύκολες, δίνουν έμφαση στα τοπικά προϊόντα και αντικατοπτρίζουν την ιστορία και τον πολιτισμό του τόπου. Επίσης, υπάρχουν κεφάλαια αφιερωμένα σε υλικά όπως ο τραχανάς, ζύμες για φύλλο, λιαστές ντομάτες αλλά και συνταγές που τίθενται να εκλειφθούν από τη Λέσβο.

• **Εκδόσεις Αιολίδα**

**ΝΙΚΗ ΜΗΤΑΡΕΑ**

«**Ονομαγέριμα**»

Το βιβλίο κατέκτησε διεθνή διάκριση στο πλαίσιο του διαγωνισμού για τα παγκόσμια βραβεία βιβλίων μαγειρικής «Gourmand World Cookbook Awards 2006» ως το «Καλύτερο βιβλίο Μαγειρικής με Κρασί στο Κόσμο».

Κρασί και φαγητό, όχι μόνο πώς συνδυάζονται στο τραπέζι, αλλά και πόσο καλή παρέα κάνουν στην καταρράδα. Ένα βιβλίο με 80 συνταγές, απλές, καθημερινές, με κοινό χαρακτηριστικό τους τον πρωταγωνιστικό ρόλο του κρασιού στη μαγειρική τους. Τόσο στην μαγειρική όσο και στις προτάσεις του κρασιού που συνοδεύει την κάθε συνταγή συμμετέχουν ποικιλίες που ονομασιάζονται στην πατρίδα μας. Εκτός από τις συνταγές, το βιβλίο περιλαμβάνει οδηγίες για το «πώς μαγειρεύουμε με κρασί», γενικά στοιχεία για το κρασί όπως ποικιλίες, ταίριασμα οίνου και εδεσμάτων, εργαλεία σερβιρίσματος. Για όσους κάνουν τα πρώτα τους βήματα στον κόσμο του κρασιού.

• **Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα**

• **Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα**

**ΝΤΙΝΑ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

«**Η κουζίνα της μαμάς μου**»

Στο βιβλίο αυτό η σεφ Ντίνα Νικολάου επιστρέφει στην Κυριτώνη, τη γενέτειρά της, και με τη βοήθεια της μητέρας της, μας ταξιδεύει μέσα από τις σελίδες του σε παραδο-

**...Και στο ποτήρι μας****LAROUSSE**

Εγκυκλοπαίδεια του κρασιού

Για τους λάτρεις του κρασιού, αλλά και για όσους θέλουν να μυηθούν στα μυστικά του, το βιβλίο αυτό σε ταξιδεύει στους αμπελώνες του κόσμου. Πώς θα κάνεις τη σωστή επιλογή οίνου μέσα από την τεράστια ποικιλία κρασιών, πώς να σερβίρεις το κρασί, αλλά και πώς να συγγείσεις και να διαχειριστείς την κάβα. Ποια είναι τα μυθικά κρασιά; Ποιες ποικιλίες είναι της μόδας; Ποια κρασιά μεταγγίζονται, αλλά και πολλά ενδιαφέρονται θέματα από το μαγικό κόσμο του κρασιού.

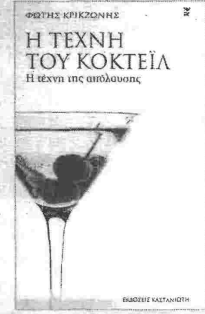
• **Εκδόσεις Οξύ**

**ΦΩΤΗΣ ΚΡΙΚΩΝΗΣ**

Η τέχνη του κοκτέιλ

Ένας μπόρμιν με πολύχρονη πείρα και συγγραφέας του βιβλίου, ο Φώτης Κρικώνης, συμβουλεύει και προτείνει την τέχνη της απόλαυσης μέσα από ένα ποτήρι κοκτέιλ. Μια διασκεδαστική απόλαυση, αφού ένα κοκτέιλ είναι μια περιπέτεια γεύσης, ένα ταξίδι. Η τελετουργία της προετοιμασίας του και οι συνταγές των κοκτέιλ από τα πιο συνηθισμένα μέχρι τα πλέον γνωστά σε βάζουν στο παιχνίδι. Το βιβλίο περιλαμβάνει 1.300 αναγνωρισμένα κοκτέιλ από όλο τον κόσμο. Για επαγγελματίες, αλλά και ερασιτέχνες μπόρμιν.

• **Εκδόσεις Καστανιώτης**



σιακές γευστικές απολύσεις. Καθημερινές συνταγές της ελληνικής κουζίνας, από την ευωδιαστή στραπατσάδα μέχρι τους γαργαλιστικούς λουκουμάδες.

• **Εκδόσεις Φερενίκη**

**MICHEL ROUX**

«**Τα αβγά**»

Ο καταξιωμένος σεφ Michel Roux είναι ένας άνθρωπος με πάθος για τις διαφορετικές κουζίνες. Εδώ καταπίνεται με ένα από τα πιο θρησκευτικά όσο και παλιά τρόφιμα, το αβγό. Κάθε κεφάλαιο του βιβλίου αναπτύσσεται γύρω από μια μέθοδο μαγειρέματος των αβγών. Οι αυθεντικές συνταγές του συγγραφέα προάγουν νέους συνδυασμούς γεύσεων και ένα ελαφρύτερο και απλούστερο ύψος μαγειρέματος.

• **Εκδόσεις Les Livres du Tourisme**

**MARINA ANNINOY**

- **ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΗ**

«**Γεύσεις εμπνευσμένες από την εβδομάδα τέχνης**»

Ένα βιβλίο που φέρνει τα πρώτα πιάτα του κινηματογράφου στο τραπέζι σας. Σε γενικές γραμμές, όλες οι ταινίες περιέχουν κάποια ανα-

φορά στο φαγητό ή περιλαμβάνουν κάποιες σκανές γεύματος. Ο κινηματογράφος και το φαγητό έχουν στενή σχέση και το βιβλίο αυτό εμπνέεται από τις ταινίες. Η συνέχεια στην κουζίνα σας.

• **Εκδόσεις Ερμείας**

**ΕΛΕΝΗ ΨΥΧΟΥΛΗ**

«**26 σεφ σε 26 λεπτά**»

Για ποιο λόγο μπαίνει κάποιος στην κουζίνα; Τι πρέπει να ξέρει ένας επίδοξος μάγειρας, για να πετύχει τα πρώτα γεμιστά του; Πώς οργανώνεται ένα φυγείο, ένα ράφι, ένα ντιουλάκι; Πώς διαλέγει κανείς το ιδανικό μαρούλι; Η δημοσιογράφος γεύσης Ελένη Ψυχούλη μαζεύει γύρω της 26 καλύτερους σεφ της ελληνικής σκηνής και τους ζητά, μέσα από τις ευκόλες και γρήγορες συνταγές τους, να ανοίξουν το μονοπάτι της οπτικής κουζίνας σε όποιον έχει βαρεθεί το ντελίβερι, ακυρώνοντας το μύθο που θέλει τους μετρο κουζίνας να δημιουργούν περίπλοκες, ακατανόητες και τρομακτικές συνθέσεις φορώντας τη στολή και τον επαγγελματικό τους σκούφο.

• **Εκδόσεις Φερενίκη**

[SID: 3846399]