



# Η Κάρα

## ΤΗΣ ΓΕΙΤΟΝΙΑΣ σας



- Η μπύρα και τα είδη της
- Φύλαξη & αγορά κρασιού
- Κρασί, ώρα και σερβίρισμα
- Τι μπορείτε να βρείτε στην κάβα της γειτονιάς σας
- Σύντομα τρικ
- Το μενού ανάλογα με το είδος της εκδήλωσης
- Στις γιορτές χαρίστε καλάθια
- Συνταγές με ποτά
- Η ιστορία του ουίσκι
- Τα ηδύποτα (Λικέρ)
- Η φύση και τα φάρμακά της



# Η κάβα της γειτονιάς

Στη μεγάλη απρόσωπη πόλη, μέσα στα τσιμεντένια κουτιά, συμβαίνουν μικρά θαύματα που χρωματίζουν και ομορφαίνουν την καθημερινότητά μας.

Ένα απ' αυτά σας παρουσιάζουμε σ' αυτό το τεύχος δηλαδή την "Κάβα της γειτονιάς".

Τους ειδικούς της απόλαυσης του κρασιού, της μπύρας, του λικέρ, του καφέ, του ούζου, αλλά και όλων των εισαγόμενων δημοφιλών ποτών, ουίσκυ, βότκα, κονιάκ και πολλών άλλων βέβαια.

Διαβάστε, από τους ειδικούς, πώς θα επιλέξετε κρασί, πώς θα το φυλάξετε στο σπίτι, τις ιδιότητες του λευκού και του κόκκινου και ακόμα συνταγές με ποτά.

Μάθετε όσα πρέπει να γνωρίζετε για την μπύρα, το αγαπημένο ποτό του Ελλήνα.

Επιπλέον διαβάστε αφροδιασιακές συνταγές των αρχαίων μας προγόνων και τις φαρμακευτικές ιδιότητες του ποτού και των τροφών.

Υπάρχει εξίσου σημαντική αναφορά για την εύρεση ισορροπημένης συνύπαρξης και γευστικού βάρους ποτών και φαγητών.

ΕΝΩΣΗ ΔΙΑΚΙΝΗΤΩΝ ΕΜΠΟΡΩΝ  
ΟΙΝΩΝ & ΠΟΤΩΝ ΑΘΗΝΑΣ



## Το σήμα μας

Όλες οι κάβες και όλα τα πρατήρια ποτών, έχουν σχηματίσει τοπικές ενώσεις και μία Πανελλήνια Ομοσπονδία.

Η ΕΝΩΣΗ ΔΙΑΚΙΝΗΤΩΝ ΕΜΠΟΡΩΝ ΟΙΝΩΝ ΠΟΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ που φροντίζει για την άριστη ποιότητα των προϊόντων που πωλούνται από τα καταστήματα των μελών της, φιλοτέχνησε αυτό το σήμα που κοσμεί την είσοδο των πρατηρίων και καβών που είναι μέλη της.

Το σήμα αποτελεί ένδειξη ενημερωμένου καταστήματος, με ποιοτικά χαρακτηριστικά και άριστες τιμές.

**Αναζητήστε αυτό το σήμα.**

## Πάρτε μας τηλέφωνο

Στην εποχή μας το καλύτερο δώρο είναι το ποτό. Τα γλυκά παχαίνουν, δεν συντηρούνται για μακρύ χρονικό διάστημα και πολλές φορές είναι ανεπιθύμητα.

Ένα καλάθι με κρασί ή ποτά ή βέβαια μεμονωμένο μπουκάλι, όμως, μας απαλλάσσει από το άγχος του προσωπικού δώρου και είναι το ίδιο επιθυμητό στον παραλήπτη.

Υπέροχα λικέρ, εκπληκτικά κокτέιλς, παλιωμένα ουίσκυ και πολλά άλλα βέβαια, μας περιμένουν στο ράφι.

**Ελάτε στο κατάστημα να διαλέξετε** κρασιά μικρών παραγωγών ή πάρτε μας τηλέφωνο στον αριθμό του εξωφύλλου για να σας τα στείλουμε στο σπίτι έτοιμα για δώρο.

## Φυλάξτε αυτό το τεύχος!

Αυτό το τεύχος περιέχει πολύτιμες συμβουλές για την φύλαξη, την συντήρηση, τα είδη και το σερβίρισμα των ποτών, τα πρατήρια που θα χρονιμοποιήσετε, την σειρά των ποτών.

Συμβουλές που θα μεγιστοποιήσουν την απόλαυσή σας και θα ομορφύνουν την ζωή σας.



# Συμβουλές από την «κάρα της γειτονιάς σας»

Όσα θα θέλατε να μάθετε για την μπύρα

## • Ιστορία της μπύρας

Ο ζύθος και η τέχνη της ζυθοποιίας είναι γνωστά στον άνθρωπο εδώ και χιλιάδες χρόνια. Αναφέρεται ότι οι Σουμέριοι το 6000 π.Χ. είχαν αναπύξει ευπόριο ζύθου. Επίσης από πάπυρους που σώζονται φαίνεται ότι οι Αιγύπτιοι περί το 4000 π.Χ. χρησιμοποιούσαν το κριθάρι, καθώς και άλλα δημητριακά για την παρασκευή ζύθου.

Μετά από πολλά χρόνια ο ζύθος έγινε πολύ γνωστός στη Βόρεια Ευρώπη και κυρίως στους Αγγλοσάξωνες και Τεύτονες οι οποίοι κατοικούσαν στη σημερινή Βρετανία, Γερμανία, Βέλγιο και Ολλανδία. Βέβαια, δεν είναι γνωστό πώς, πότε και από ποιούς έμαθαν την τέχνη της ζυθοποιίας. Αναφέρεται ότι ένας Έλληνας περιηγητής που ταξίδευσε στην Βόρεια Γαλλία περί το 325 π.Χ. περιέγραψε σχετικά με την παρασκευή του ζύθου και μάλιστα αναφέρει την μεγάλη κατανάλωση ζύθου που παρατίροσε εκεί.

Περί το τέλος του 17ου αιώνα η κατανάλωση ζύθου ήταν σημαντική και ήταν διαδεδομένη κυρίως σε μοναστήρια της Κεντρικής Ευρώπης. Ένας από τους λόγους ήταν η κακή ποιότητα του πόσιμου νερού. Ένας άλλος λόγος ήταν το ότι οι άνθρωποι πίστευαν ότι ο ζύθος ήταν υγρό με φαρμακευτικές ιδιότητες για πολλές ασθένειες.

## • Είδη της μπύρας

Υπάρχουν δύο μεγάλες κατηγορίες (οικογένειες) ανάλογα με την μαγιά που χρησιμοποιείται κατά τη ζύμωση τους.

1. Μπύρες που παράγονται με βυθοζύμην (bottom fermenting). Η μαγιά κατακάθεται στον πυθμένα του δοχείου ζύμωσης. Πρόκειται για μπύρες τύπου Lager, με ανοιχτό χρώμα (ξανθίές) και αποτελούν το 90% της παγκόσμιας παραγωγής μπύρας. Εδώ ανίκουν και οι μπύρες Pils ή Pilsen με το έντονο άρωμα και γεύση λυκίσκου, και οι μπύρες Bock (μαύρες), Munich και Dortmunder (από τις ομώνυμες Γερμανικές πόλεις).

2. Μπύρες που παράγονται με αφροζύμην (top fermenting). Η μαγιά ανεβαίνει στην επιφάνεια του δοχείου ζυμώσης. Πρόκειται για μπύρες τύπου Ale, με σκούρο χρώμα (κόκκινο-μαύρο) και που αποτελούν το 10% της παγκόσμιας παραγωγής μπύρας. Εδώ ανίκουν οι μπύρες Stout και Porter οι οποίες έχουν έντονο άρωμα βύνης, οι μπύρες weiss ή

wheat beers οι οποίες έχουν σαν πρώτη ίδια εκτός από κριθάρι και σιτάρι και περιέχουν μαγιά γι' αυτό είναι θολές καθώς και οι μοναστηριακές μπύρες που παράγονται στα μοναστήρια, κυρίως του Βελγίου (trappist beers)

Μία ειδική κατηγορία ζύθου είναι οι μπύρες με χαμηλή (low alcohol) ή καθόλου (free alcohol) περιεκτικότητα σε αλκοόλ καθώς και οι μπύρες με λιγότερες θερμίδες (light beers)



## • Πρώτες ύλες

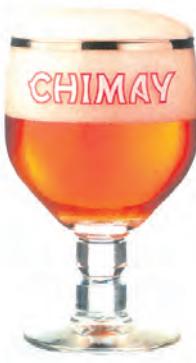
1) **Νερό:** Το 93-95% της μπύρας είναι νερό. Για την παραγωγή 1lt μπύρας απαιτούνται 5-6 λίτρα νερού. Αυτό σημαίνει πως η ποιότητα του νερού "παίζει" καθοριστικό ρόλο στο τελικό προϊόν. Γι' αυτό γίνονται συνεχείς δειγματοληψίες και αναλύσεις.

2) **Κριθάρι - Βύνη:** Το κριθάρι έχει 65% άμυλο και ένζυμα που βοηθούν τη διάσπασή του, 12% πρωτεΐνες και ανόργανα συστατικά. Το κριθάρι πρέπει να μετατραπεί σε βύνη, κατά τη βυνοποίηση όπου το άμυλο μετατρέπεται σε σάκχαρα

3) **Μαγιά:** Η μαγιά που χρησιμοποιείται μετατρέπει τα σάκχαρα του γλεύκους σε αλκοόλ και διοξείδιο του άνθρακος.

4) **Λυκίσκος:** Ο λυκίσκος είναι αναρριχόμενο φυτό που καλλιεργείται σε κάρωση με ψυχρό κλίμα. Στη μπύρα δίνει την πικράδα και το άρωμα. Άρχισε να χρησιμοποιείται μετά τον 8ο αι. μ.Χ. Στη ζυθοποιία χρησιμοποιούνται τα άνθη από τα οποία παράγονται διάφορες μορφές λυκίσκου π.χ. εκκύλισμα.

\*: Για την παρασκευή ορισμένων τύπων μπύρας χρησιμοποιούνται και άλλες πρωτες υλες όπως: σιτάρι, ρύζι, καλαμπόκι, φρούτα κ.α. τα οποία δίδουν στη μπύρα διάφορες ιδιότητες (χρώμα, άρωμα και γεύση).



## • Παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα και συμβουλές για τη σωστή αποθήκευση

**Φως:** Είναι εχθρός της μπύρας. Πρέπει να αποθηκεύεται σε σκοτεινό μέρος και όχι κάτω από τον ήλιο ή αλλο τεχνητό φως

**Θερμοκρασία:** Επηρεάζεται η διάυγεια, η γεύση και η διάρκεια ζωής της. Να αποφεύγονται οι ακραίες θερμοκρασίες κατά τη μεταφορά και την αποθήκευση.

**Χρόνος:** Επηρεάζει την ποιότητα, γεύση και τη φρεσκάδα της. Όσο πιο φρέσκια είναι τοσο καλύτερη.

**Δυνατές μυρωδιές:** Μπορεί να περάσουν από την συσκευασία και να επηρεάσουν την ποιότητα της.



Καρβα της γειτονιάς σας





# Συμβουλές από την «Κάβα της γειτονιάς σας»

Όσα θα θέλατε να μάθετε για την μπύρα

## ● Πως πίνουμε σωστά μια μπύρα

Οι μπύρες lager / pilsen σερβίρονται σε 5 – 7 oC και οι μπύρες ale / stout σε 10- 12 oC

Χρησιμοποιούμε ειδικά ποτήρια μπύρας που τη βοηθάνε να ελυεθερώθει το άρωμα και ο αφρός της. Πρέπει να είναι καθαρά και χωρίς ίχνος λίπους διότι καταστρέφεται ο αφρός της. Σερβίρεται πάντα με αφρό ο οποίος οφείλεται στα ίδια τα φυσικά συστατικά της και είναι ένδειξη για την ποιότητα και το άρωμά της.



## ● Μπύρα και υγεία

Από την αρχαιότητα είναι γνωστό ότι η μπύρα έχει και θεραπευτικές ιδιότητες και σύμερα αναγνωρίζεται ότι η **υπευθυνή** κατανάλωσή της έχει ευεργετικές επιδράσεις στον άνθρωπο που οφείλονται σε ορισμένα συστατικά της. Περιέχει όλες τις βιταμίνες της ομάδος B που προέρχονται κυρίως από τη μαγιά που είναι απαραίτητες ένα-



ντι πολλών ασθενειών. Πολλά ανόργανα συστατικά που προέρχονται από το νερό και το κριθάρι είναι βασικά για τη λειτουργία διαφόρων συστημάτων του οργανισμού.

Οι αντιοξειδωτικές ενώσεις (πολυφαινόλες) που προέρχονται από το κριθάρι και το λυκίσκο μειώνουν τις καρδιοπάθειες και το άγχος. Οι ενώσεις του λυκίσκου δρουν κατά της οστεοπόρωσης και έχουν καταπραϋντική δράση. Τα φυτοοιστρογόνα του λυκίσκου δρουν κατά του καρκίνου και έχουν αγχολυτική δράση. Δεν περιέχει παθογόνα μικρόβια λόγω του βρασμού του γλεύκους και της παστερίωσης. Έχει αποδειχθεί ότι κάνει καλό στις γυναίκες κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης και λωχείας. Από τα αλκοολόχα ποτά η μπύρα είναι αυτό με το χαμηλότερο ποσοστό αλκοόλης (συνήθως 0,5 – 7,0 %). Η μπύρα δεν παχαίνει, λόγω των λίγων θερμίδων που έχει.

## Επόλογος

Η αγαπημένη, η σύντροφος, η γοντευτική συνοδός, η εκλεκτή της παρέας!

Ξανθιά, κόκκινη, μαύρη, lager, pilsen, ale, stout, μοναστηριακή, μυστηριώδης και απρόβλεπτη, με γεύσεις και αρώματα που σαγηνεύουν, προσφέρει αξέχαστες γευστικές εμπειρίες.

Ανάλαφρη, απαλή, ευχάριστα πικρό, γλυκόπικρο, δροσιστική, δυνατή, γεμάτη, ξηρή, φρουτώδης, πικάντικη, αρωματική, ιδιαίτερη, ξεχωριστή, με αλκοόλ ή χωρίς, μέσα σε δυναμική, ελκυστική φιάλη, σε κουτί ή σε βαρέλι, σερβιρισμένη αφρίζουσα σε λαμπερά ποτήρια, η μπύρα είναι, πάνω απ' όλα, ένα φυσικό προϊόν, αντάξιο της εμποτοσύνης σας.

Διαλέξτε αυτή που σας ταιριάζει και απολαύστε την υπεύθυνα.



Στην υγεία σας!





# Συμβουλές από την «κάρα της χειτονιάς σας»

Φύλαξη & αγορά κρασιού

## ● ΚΡΑΣΙ ΜΟΝΑΧΙΚΟ

Το κρασί είναι μοναχικό . Δεν θέλει άλλες παρές και κυρίως μοσχοβολιαστές , γιατί έχει την ιδιότητα να τραβάει τις οσμές ( πατάτες , κρεμμύδια , πετρέλαιο , λάδι κ.λ.π.) . Το πολύ - πολύ να του κάνουν παρέα άλλα αλκοολούχα ποτά . Ο χώρος πρέπει να εξαερίζεται και να είναι καθαρός.

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΑΙ ΥΓΡΑΣΙΑ

Το κρασί θέλει υγρασία . Εξ ου και τα υπόγεια και τα κελάρια . Ομως μπορείτε να κάνετε και κωρίς αυτά . Ενα μπολ με νερό μέσα στην ..ντουλάπα, που έχετε τα κρασιά , και ένα υγρόμετρο θα σας εξασφαλίσει άψογα . Αν έχετε αποθήκη ή υπόγειο , υπάρχου λύσεις . Απλώστε κάτω από την κάβα χαλίκι ή άμφο και καταβρέξτε το . Εχει το ίδιο αποτέλεσμα . Μπορείτε επίσης να σπάσετε το τσιμέντο κάτω από το ντουλάπι και έτσι να βγείτε στο έδαφος , όπου επίσης θα απολαύσετε μια φυσική υγρασία .

## ● ΚΡΑΣΙΑ ΠΑΓΩΜΕΝΑ

Όλα τα κρασιά -με εξαίρεση τα αφρώδη και κάποια γλυκά-ημίγλυκα κάτω από τους 8 °C μοιάζουν με νερό και οι γευστικές-αρωματικές τους ουσίες δεν "αποδίδουν" , ενώ και η ίδια η γλώσσα "μουδιάζει".

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΑΙ ΨΥΓΕΙΟ

Αν ένα κρασί φυλάσσεται στο ψυγείο , θα πρέπει να τοποθετείται στο διαμέρισμα με τη λιγότερη ψύξη (π.χ. στη "φρουτιέρα") και να βγαίνει έγκαιρα πριν το σερβίρισμα για να πάσει την κατάλληλη θερμοκρασία (ειδικά αν μιλάμε για κόκκινο) .

## ● ΤΙ ΔΕΝ ΑΓΑΠΑΕΙ ΤΟ ΚΡΑΣΙ

Το κρασί όπως δεν αγαπάει το κούνημα , δεν αγαπάει και το φως !! Άκομα δεν μπορεί την "ορθοστασία " . Γι' αυτό ξαπλώστε τις φιάλες , έτσι ώστε να αναπαύεται αλλά και να υγραίνει το φελλό του για να μην στεγνώνει.

## ● ΚΟΥΝΗΜΑ ΚΡΑΣΙΟΥ

Του κρασιού δεν του αρέσει το κούνημα . Γιαυτό, κατά τη μεταφορά του, ούτε να το καταταλαπωρείτε ούτε να το αφήνετε στο αυτοκίνητο , στον ήλιο , να σκάσει στους 40 - 50 βαθμούς το καλοκαίρι.

## ● ΑΓΟΡΑ ΚΡΑΣΙΟΥ

**Το κρασί είναι ειδικό προϊόν και πρέπει να αγοράζεται από εξειδικευμένους χώρους , δηλαδή στις κάβες .** Αποφεύγετε μαγαζιά που δεν προσέχουν το κρασί ή το έχουν και "λιάζεται " ή το ταλαιπωρούν με " ορθοστασία " .

**α) κόκκινα κρασιά.** Προτιμήστε στα κόκκινα κρασιά , σοδειές πριν από 3-4 χρόνια . Εκτός και αν θέλετε να απολαύσετε με τους φίλους σας πώς παλαιώνει και οξειδώνεται ένα ξινόμαυρο ή ένα καμπερνέ . Τότε μπορείτε να ρισκάρεται και καμιά δεκαριά χρόνια και ό,τι ίθελε προκύψει .

**β) λευκά τελευταίας σοδιάς.** Προτιμάτε τα λευκά τελευταίας σοδειάς και προσοχή διότι , κυρίως τη μεταβατική περίοδο , μεταξύ της μιας και της άλλης χρονιάς , εκεί στο Σεπτέμβριο - Νοέμβρη, όλοι οι έμποροι προσπαθούν να ξεφορτωθούν παλαιότερες χρονιές .

**Ανακαλύψτε  
ελληνικούς θησανδρούς!**

Γηγενείς ελληνικές ποικιλίες,  
αι απειλούμενα θησανδρά μαν κληρονομήθηκαν  
από την αρχαιότητα στη σημερινή ελληνική οικονομία:  
«Αθέρινο» και «Μασκόπαναρο».

η πικάλακατ σίνη από την  
ποικιλομέγιο αμπελάνα της Μακεδονίας  
και τη φερτιδά της Ειάργυρος Τσάνταλης.

Το γοητευτικό άρωμα και η δροσορεή.  
Ηρό ωντάνια παραδοσιαλή γεύση τους,  
με αδιαφορία στην οίμηρα αυτό ποντίγιο οας  
και συνδιάλογτα πιέροκα  
με της ρεύσης της μεσημεριανής κλεψύτης.

**Evangelos Tsantalis a.e.**

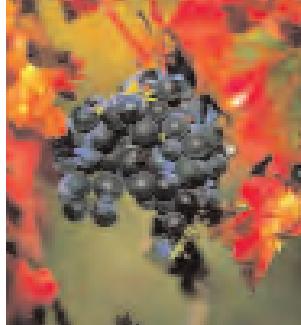


# Συμβουλές από την «κάβα της γειτονιάς σας»

Κρασί, ώρα και σερβίρισμα

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΟΚΚΙΝΟ ΚΑΙ ΠΟΤΗΡΙ

Για τους ερυθρούς ξηρούς οίνους παλαιώσος προτιμώνται τα κάπως μεγαλύτερα ποτήρια, γιατί τα κρασιά αυτά χρειάζονται χρόνο επαφής με τον αέρα για να αναπτύξουν πλήρως το μπουκέτο τους.



## ● ΚΡΑΣΙΑ ΓΛΥΚΑ ΚΑΙ ΠΟΤΗΡΙΑ

Για τα γλυκά κρασιά χρονιμοποιούνται ποτήρια κάπως μικρά και με στενό στόμιο.

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΑΙ ΠΟΤΗΡΙ

Τα ποτήρια έχουν μεγάλη σημασία. Το σωστό ποτήρι διεκδικεί ένα μεγάλο μερίδιο στην απόλαυση του κρασιού. Πρέπει να είναι κολονάτο και στο σχήμα που απαιτεί το αντίστοιχο κρασί. Υπάρχουν ποτήρια - φετίχ, όπως τα Riedel που, όταν τα χρονιμοποιήσεις, αμέσως καταλαβαίνεις τη διαφορά.

Καλό θα ήταν τα ποτήρια του κρασιού να είναι σχετικά λεπτά, διαφανή και χωρίς υπερβολικά διακοσμητικά σχέδια, για να διατηρείται η οπική επαφή με το περιεχόμενο.

Ποτέ δεν γεμίζουμε το ποτήρι μέχρι τα χείλη. Το σωστό είναι να σερβίρουμε το κρασί μέχρι τη μέση του ποτηριού και λίγο χαμπλότερα. Ο λόγος είναι ότι πρέπει να έχουμε χώρο για να το ανακινύσουμε, έτσι ώστε να απολαύσουμε τα αρώματά του.

Επειδή το λευκό κρασί καταναλώνεται σε χαμπλή θερμοκρασία, το ποτήρι των λευκών κρασιών οφείλει να είναι κατά τι μικρότερο (σε σχέση με αυτό των ερυθρών), ούτως ώστε να αδειάζει και να ξαναγεμίζει σε τακτά διαστήματα, χωρίς να προλάβει το περιεχόμενο να ζεσταθεί.

Το ποτήρι του κρασιού πρέπει να έχει κολώνα και να το πάνουμε από αυτήν για να μην θερμαίνουμε με τα χέρια μας το κρασί.



## ● ΦΙΑΛΗ ΚΡΑΣΙΟΥ

Ανοίγουμε τη φιάλη του κρασιού με προσοχή, δημιουργώντας όσο λιγότερο τρίμματα φελλού γίνεται: κεντράρουμε σωστά το τιρμπουσόν και φυσικά δεν τρυπάμε το φελλό πέρα ως πέρα. Μετά το άνοιγμα, με ένα καθαρό μαντήλι σκουπίζουμε το λαι-

μό της φιάλης από μέσα και από έξω, για να εξαφανίσουμε τυχόν υπολείμματα φελλού, ιζήματος ή σούνης.

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΑΙ ΩΡΑ

Το κρασί έχει και την ώρα του. Οπως δεν μπορεί να καταναλωθεί για πρωινό, έτσι και η κάθε ώρα μέσα στην ημέρα έχει το κρασί της. Δεν είναι ευχάριστο να πίνουμε κόκκινα κρασιά και βαριά κρασιά μεσημέρι ή δροσερά και παγωμένα τις κρύες νύχτες του χειμώνα.

## ● ΚΡΑΣΙΑ ΤΟΠΙΚΑ ΚΑΙ ΠΙΑΤΑ

Τα τοπικά πιάτα είναι καλό να συνδυάζονται με αντίστοιχα τοπικά κρασιά.

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΑΙ ΦΑΓΗΤΟ

Το κρασί δεν αγαπάει, άρα δεν ταιριάζει διαίτερα με λαχανικά, σαλάτες, σάλτσες που έχουν ξίδι, σούπες, πιάτα που έχουν έντονο λεμόνι, αβγά, ξινά φρούτα και σοκολάτα.

## ● ΚΡΑΣΙΑ ΚΑΙ ΣΕΙΡΑ

Αν σε ένα τραπέζι πούμε πάνω από ένα είδος κρασιού, τότε η σωστή σειρά είναι: πρώτα τα λευκά, μετά τα ροζέ και τέλος τα κόκκινα.

## ● ΚΡΑΣΙΑ ΚΟΚΚΙΝΑ ΚΑΙ ΣΕΙΡΑ

Αν σε ένα τραπέζι έχουμε πάνω από ένα είδος κόκκινου κρασιού, η σωστή σειρά είναι: πρώτα τα ποι φρέσκα και φρουτώδη και ακολουθούν τα παλαιωμένα.

## ● ΠΡΙΝ ΤΟ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑ ΚΡΑΣΙΟΥ

Πριν το σερβίρισμα του κρασιού, μυρίζουμε το φελλό και δοκιμάζουμε λίγο από το κρασί σε ένα ξεχωριστό ποτήρι για να σιγουρευτούμε ότι δεν υπάρχουν περίεργες και δυσάρεστες οσμές.

## ● ΚΡΑΣΙ ΚΑΙ ΣΑΜΠΑΝΙΕΡΑ

Οσο πίνουμε, διατηρούμε το κρασί σε σαμπανίερα. Ιδιαίτερα το καλοκαίρι, αλλά και το χειμώνα, το κρασί ζεσταίνεται με πολύ γρήγορους ρυθμούς.

## ● ΠΟΙΟ ΚΡΑΣΙ ΠΑΕΙ ΜΕ ΤΙ



Τα λευκά ξηρά κρασιά συνδυάζονται αρμονικά με τα θαλασσινά, τα λευκά κρέατα και τα γλυκά τυριά.

Τα ξηρά ροζέ βρίσκονται θέση σε γεύματα με λευκά κρέατα ή με αλλαντικά και τυριά.

Τα ελαφριά κόκκινα κρασιά με έντονο φρουτώδες άρωμα συνοδεύουν ψητά και βραστά κρέατα και πουλερικά.

Τα πο τανικά κόκκινα κρασιά και τα παλαιώσος συνδυάζονται με σάλτσα, κυνήγι και τυριά.

Τα γλυκά κρασιά μπορούν να αποτελέσουν ένα εξαισίο απεριτίφ ή να συνοδεύσουν το επδόρπιο.

## ● ΤΟ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΠΟΤΗΡΙ.

Ποιο είναι το ιδανικότερο ποτήρι για να απολαύσουμε πραγματικά το κρασί που επιλέξαμε;

Λεπτό και διαφανές, ώστε να επιτρέπει την ικανοποιητική ορατότητα του χρώματος του κρασιού.

Σε σήμα τουλίπας, ώστε με τον ημισφαρικό βυθό του να αναδίδεται το άρωμα του κρασιού και να συγκεντρώνεται στο κλειστό στόμιό του. Το ψηλό μακρύ πόδι του ποτηριού επίσης προφυλάσσει το περιεχόμενο από τη θερμότητα που μπορεί να μεταδώσει το χέρι μας.

Το ποτήρι θα πρέπει να συμπληρώνεται μόνο κατά τα 2/3 του με κρασί.





Ζ | ΗΠΟΡΕΙΤΕ να βρείτε στην «Κάβα της γειτονιάς σας»



## «Μεθύστε» με την ποιότητα και την ποικιλία μας



- κρασί χύμα, εμφιαλωμένο, ποικιλιακό, τοπικό, συλλογές μικρών παραγωγών ονομασίας προελεύσεως
- ποικιλίες μπύρας
- ειδικές πολυτελείς συσκευασίες
- ποτά απ' όλο τον κόσμο
- ποικιλίες καφέ
- εκλεκτούς διαλεγμένους ξηρούς καρπούς
- ζαχαρώδη προϊόντα
- αναψυκτικά



Σεβαστείτε το  
περιβάλλον  
Ανακυκλώστε  
τα άδεια κουτάκια

Όλες οι κάβες και όλα τα πρατήρια ποτών, έχουν σχηματίσει τοπικές ενώσεις και μία Πανελλήνια Ομοσπονδία.

**Η ΕΝΩΣΗ ΔΙΑΚΙΝΗΤΩΝ ΕΜΠΟΡΩΝ ΟΙΝΩΝ ΠΟΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ** που φροντίζει για την άριστη ποιότητα των προϊόντων που πωλούνται από τα καταστήματα των μελών της, φιλοτέχνισε αυτό το σήμα που κοσμεί την είσοδο των πρατηρίων και καβών που είναι μέλη της.

Το σήμα αποτελεί ένδειξη ενημερωμένου καταστήματος, με ποιοτικά χαρακτηριστικά και άριστες τιμές.

Αναζητήστε αυτό το σήμα.



Κάβα της γειτονιάς σας

# ΤΑ ΗΛΥΠΟΤΑ (ΛΙΚΕΡ)

ΓΙΑ ΠΟΛΛΟΥΣ Η ΓΕΥΣΗ ΤΟΥ ΚΑΘΑΡΟΥ ΠΟΤΟΥ, ΕΙΤΕ ΜΙΛΑΜΕ ΓΙΑ ΟΥΙΣΚΙ, ΕΙΤΕ ΜΙΛΑΜΕ ΓΙΑ ΡΟΥΜΙ, ΦΑΙΝΕΤΑΙ ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΗ ΑΠΟ ΟΣΟ ΘΑ ΝΗΕΛΑΝ. ΜΕ ΤΟ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΟΙ ΑΝΩΡΩΠΟΙ ΑΥΤΟΙ, ΠΡΟΤΙΜΟΥΝ ΤΗ ΓΛΥΚΥΤΗΤΑ ΕΝΟΣ ΕΛΑΦΡΟΤΕΡΟΥ ΠΟΤΟΥ, ΟΠΩΣ ΤΑ ΛΙΚΕΡ. Η ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΞΙΣΟΥ ΜΕΓΑΛΗ.

**E**να λικεράκι το πίνουν όλοι. Από τη γαγιά που θα βίξει στα κρυφά λίγο τσέρι στο ποτηράκι, καθώς ετοιμάζεται να παρακολουθήσει την αγαπημένη της εκπομπή στην τηλεόραση, μέχρι τις φίλες που θα αναλύσουν το σύμπαν πάνω από δύο μικρά ποτήρια Drambuie, τα γλυκά ποτά βρίσκονται στο "μεσαίο" εκείνο χώρο ανάμεσα στα πατροπαράδοτα, κρασί και μπύρα, και τα δυνατά ποτά, για τα οποία μιλήσαμε ήδη. Λεν υπάρχει αμφιβολία ότι τα νόδύποτα έχουν τη χάρη τους, μόνο που πρόκειται για μια χάρη άλλου τύπου από αυτήν που διαθέτει το ουίσκι ή η βότκα. Το άρωμα των ποτών αυτών και η γλυκύτητά τους είναι το βασικότερό τους χαρακτηριστικό, αυτό που κάποιοι θα μισούσουν και κάποιοι θα αγαπήσουν.

Η λέξη λικέρ (liqueur) προέρχεται από το λατινικό ρήμα liquefacere, που σημαίνει υγροποιώ. Η ιστορία τους ξεκινά, κατά πάσα πθανότητα, το Μεσαίωνα, και για την επινόσοή τους ο νόδυα φαίνεται ότι ανήκει μάλλον στους φιλέρευνους μοναχούς και αλχημιστές της εποχής. Φτιάχνονται είτε με απόσταξη είτε με διάθηση και για να αποκτήσουν το χαρακτηριστικό τους άρωμα, χρησιμοποιούνται φρούτα, βότανα, καρποί κ.λπ. Ανάμεσα στα παλαιότερα λικέρ είναι η Βενεδίκτην, την οποία έφτιαξε ο Dom Bernardo Vincelli το 1510 σε ένα μοναστήρι Βενεδίκτινων μοναχών. Παρόμοια είναι η ιστορία του Chartreuse, που πρωτοφτάχτηκε το 1605 στο μοναστήρι La Grande Chartreuse. Με το πέρασμα των αιώνων και τη σταδιακή δημιουργία των άλλων οινοπνευματωδών ποτών, ο χώρος των λικέρ αποτέλε-



σε έδαφος πειραματισμών από ανήσυχα πνεύματα σε όλο τον κόσμο. Οι καρποί τους δίνουν γεύση και άρωμα στα ποτά μας μέχρι σήμερα.

## Kahlua

H Kahlua είναι ένα ακόμα από εκείνα τα ποτά που έχουν είτε φανατικούς φίλους είτε φανατικούς εχθρούς. Η καταγωγή του είναι μεξικάνικη και έχει άρωμα καφέ. Η παρασκευή ποτών σαν την Kahlua είναι πολύ απλή και δεν χρειάζεται παρά ζάχαρη, βανίλια, στιγματικό καφέ και βότκα.

## Drambuie

Πολλοί θεωρούν ότι το Drambuie δεν συγκαταλέγεται στα λικέρ, αφού η γεύση των malt whiskies που περιέχει είναι πολύ έντονη. Το όνομα του προέρχεται από τη Γαλατική διάλεκτο (Dram σημαίνει ποτό και Buie σημαίνει που ικανοποιεί). Το Drambuie δημιουργείται από την ανάμειξη περισσότερων από 30 παλαιωμένων malt whiskies με σιρόπι από μέλι και τη θρυλική συνταγή που φυλάσσεται μυστική από το 1745.



## Cointreau

To Cointreau μετρά 150 χρόνια ζωής. Ήταν καρπός των πειραματισμών των Adolphe και Edouard-Jean Cointreau, ζαχαροπλαστών από την Angers. Με τη βούθεια του "guigné" (ένα είδος πικροκέρασο) έφτιαξαν αρχικά το Guignolet, το οποίο σημειώσεις μεγάλη επιτυχία, ωθώντας τους να εγκαταλείψουν τη ζαχαροπλαστική και να αφοσιωθούν στην ποτοποιία. Ο γιος του Edouard-Jean, Edouard και αυτός συνέχισε τα πειράματα χρησιμοποιώντας φλούδες πορτοκαλιού και μετά από μερικές προσπάθειες το Cointreau ήταν μια

πραγματικότητα. Ήταν 1849.

## Grand Marnier

To ποτοποιείο του Jean Baptiste Lapostole άνοιξε το 1827 στη μικρή γαλλική πόλη Neauphle le Chateau. Σιγά-σιγά απέκτησε μια μικρή αλλά πιστή πελατεία και κάποια φύμη. Η μικρή επικείρωση πέρασε στα χέρια του γιου του, Eugene, αλλά λόγω της γερμανικής κατοχής, το 1870, τα ποτά δεν ανήκαν στα άμεσα ενδιαφέροντα του κόσμου. Ο Eugene βρέθηκε να περνά από την πόλη Cognac και σκέφτηκε να αγοράσει ένα τμήμα της παραγωγής κονιάκ που έμενε απούλοπτο. Τελειώνει ο πόλεμος και ανιψιός του Eugene, Alex Marnier Lapostole, αρχίζει τα πειράματα με το κονιάκ και διάφορα αρωματικά. Η μεγάλη ανακάλυψη έγινε, όταν χρησιμοποιήσε άρωμα από φλούδα πορτοκαλιού. Το Grand Marnier είχε γεννηθεί.

## Tia Maria

Η πρώτη σημασία της έκφρασης Tia Maria στα ισπανικά είναι "Θεία Μαρία", αλλά στην περίπτωση του ενδιαφέροντος αυτού ηδύποτου, που φτιάχνεται με βάση το ρούμι, πρέπει να ισχύει η δεύτερη, που ελεύθερα θα μπορούσαμε να αποδώσουμε ως "η κοπελιά Μαρία", μιας και ο μύθος λέει ότι πάρε το όνομά του από ένα κορίτσι που έζησε στην Τζαμάικα πριν από 300 χρόνια, και εξαιτίας των πολέμων της εποχής βρέθηκε μακριά από τους γονείς του. Η συνταγή με την οποία παρασκευάζεται το Tia Maria είναι μυστική αλλά όλοι αναγνωρίζουν την ύπαρξη αρώματος καφέ, βανίλιας και σοκολάτας.

# Συμβουλές αγών την «κάρα της γειτονιάς σας»

## • ΤΣΑΪ ΠΑΓΩΜΕΝΟ ΚΑΙ ΕΙΔΗ

Σε δύο κάθε είδος τσαγιού μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να φτιάχνουμε παγωμένο τσάι. Όμως, ορισμένα είναι καλύτερα επειδή κρατάνε το κρυστάλλινο χρώμα τους περισσότερο ή δεν πικρίζουν. Σε γενικές γραμμές, το μαύρο κινέζικο τσάι δεν είναι ό,τι το καλύτερο, γιατί δεν κρατάει η γεύση του για πολύ. Προτιμότερο είναι το Orange Pekoe, το Oolong και το Keemum, τα οποία μπορούμε να βρούμε στα σούπερ μάρκετ.

Σερβίρετε το παγωμένο τσάι σε ποτήρια με παγάκια. Άν φτιάξετε το τσάι από βραδύς, την άλλη πρέπει πικρίζει. Να το φτιάχνετε φρέσκο κάθε πημέρα. Ποτέ να μη χρησιμοποιήσετε την καφετείρα για να βράσετε νερό για το τσάι σας. Άλλαζει τελείως τη γεύση.



## • ΤΣΑΪ ΚΑΙ ΕΜΦΙΑΛΩΜΕΝΟ ΝΕΡΟ

Πολύ συχνά το χλωρίο αλλοιώνει έντονα το νερό της βρύσης. Γι' αυτόντο λόγο έχει προτιμότερο να ετοιμάζετε το τσάι σας με ουδέτερο εμφιαλωμένο νερό.

## • ΤΣΑΪ ΠΙΡΑΣΙΝΟ ΚΑΙ ΛΕΥΚΟ

Για τα λευκά πράσινα ή λευκά τσάγια θα πρέπει το νερό να είναι λιγότερο ζεστό απ' ό,τι για τα μαύρα τσάγια.

## • ΤΣΑΪ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ

Κάθε τσάι έχει το δικό του χρόνο προετοιμασίας που εξασφαλίζει την καλύτερη ισορροπία του αρώματος και της γεύσης του.

Τσάι λευκό 2-3 λεπτά, Τσάι πράσινο 2-3 λεπτά, Τσάι μαύρο 4-5 λεπτά, Darjeeling αιγαίνατικό 2-3 λεπτά, Pu 'Ehr 4-5 λεπτά, Τσάι Μαύρο αρωματικό 4-5 λεπτά, Πράσινο αρωματικό 2-4 λεπτά, Wulong αρωματικό 5-6 λεπτά, Rooibos 6-8 λεπτά, Αποξηραμένα φρούτα 8-10 λεπτά, Βότανα 8-10 λεπτά, Mate 8-10 λεπτά.

Coca-Cola



# Σύντομες συμβουλές από την «Κάρα της γειτονιάς σας»

**Δ**

## ΙΑΦΑΝΑ ΠΑΓΑΚΙΑ

Για πεντακάθαρα, εντυπωσιακά, διάφανα παγάκια, χροσιμοποιείστε βραστό νερό!

## ΠΑΓΑΚΙΑ ΧΡΩΜΑΤΙΣΤΑ

Για εντυπωσιακά χρωματιστά παγάκια! Βάλτε στη θήκη με τα παγάκια λίγες σταγόνες μέντας, γρεναδίνης ή λεμονιού. Για ακόμα πιο εντυπωσιακά αποτελέσματα μπορείτε να βάλετε σε κάθε θήκη ένα φύλλο μέντας, ένα φρούτο του δάσους ή ένα φραμπουάζ.

**Α**

## ΡΩΜΑΤΙΚΗ ΖΕΣΤΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Πώς θα αρωματίσετε την σοκολάτα σας;

Μείγμα για το άρωμα : 5 gr κάρδαμο . 5 gr ένα stick κανέλα , 1 ξεραμένο τσίλι , ένα σωληνάκι βανίλια , 100gr ελαφριά καφέ ζάχαρη . Αλέστε όλα τα αρωματικά συστατικά και αποθηκεύστε .

Για το κύπελλο : 5 cl κρέμα γάλακτος , 25 cl γάλα , 25 gr μαύρη σοκολάτα , ένα κουταλάκι του τσαγιού αρωματικό μείγμα και έτοιμη σαντιγί .

Τρόπος εκτέλεσης : Ζεσταίνετε ( χωρίς να βράσετε ) την κρέμα και το γάλα και μετά ανακατεύετε με τη σοκολάτα και το αρωματικό μείγμα μέχρι να σοκολάτα να λειώσει . Σερβίρετε με σαντιγί αν θέλετε .

## ΔΙΑΦΟΡΑ ΠΟΤΑ

## kcal/100ml ΘΕΡΜΙΔΕΣ

ΜΠΥΡΑ 5%	45
ΧΥΜΟΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ	45
COCA-COLA	50
ΓΑΛΑ	65
ΚΡΑΣΙ 12%	85
ΛΙΚΕΡ 35%	200
ΒΟΤΚΑ / ΟΥΪΣΚΥ 45%	250



**Ζ ΟΚΤΕΙΛΣ**

Ολοι γνωρίζουμε τι είναι το κοκτέιλ, μίγμα από διάφορα ποτά, είναι η πρώτη ερμηνεία που δίνουν τα λεξικά και κάθε μίγμα γενικότερα χαρακτηρίζεται σαν κοκτέιλ.

Σήγουρα δύως η καθιέρωση παιγκοσμίως, της λέξης κοκτέιλ οφείλεται στα οινοπνευματώδη ποτά και ποιο συγκεκριμένα στην εντύπωση που δημιούργησαν, σε κάποιον μανιώδη πότη τα πολύχρωμα μπουκάλια τους.

Κάποτε λοιπόν, πριν από πολλά χρόνια στην Αγγλία ήταν κάποιος που του άρεσε πολύ να πίνει. Όταν λέμε πολύ εννοούμε πολύ. Κι έπινε τα πάντα, άλλοτε τζίν, άλλοτε ρούμι, άλλοτε ουίσκι, άλλοτε βότκα, λικέρ, οπιδίποτε. Παράλληλα πειραματίζόταν και με τις γεύσεις και δεν έχανε την ευκαιρία να αναμιγνύει διάφορα ποτά αναζητώντας καινούργιες οινοπνευματικές συγκινήσεις.

Μια τέτοια ευκαιρία του δόθηκε κάποτε, που

είχε πάει επίσκεψη στο σπίτι κάποιου φίλου του και είδε αραδιασμένα, επάνω στο μπουφέ, πολλά μπουκάλια με διάφορα ποτά. Τα μπουκάλια αυτά είχαν διάφορα χρώματα, ανάλογα με το ποτό που περιείχε το καθένα. Ο φίλος μας γοντεύτηκε από το θέαμα, και φαίνεται πως θα είχε και κάποια ποιητική προδιάθεση, γιατί εντελώς αυθόρυμπτα, βλέποντας τα μπουκάλια με το πολύχρωμο περιεχόμενο, είπε: Τί θαυμάσιο θέαμα! «Φανταχτερό» σαν ουρά πετεινού! Κι αμέσως πήρε ένα ποτήρι κι άρχισε να ρίχνει μέσα λίγο από το περιεχόμενο του κάθε μπουκαλιού. Ο άλλος που τον παρακολούθησε, βλέποντας αυτό το ανακάτωμα που έβαλε στο ποτήρι του, τον ρώτησε:

- Και τώρα τι είναι αυτό που θα πεις;

Και ο εφευρετικός πότης, χωρίς να διστάσει, απάντησε:

- Ουρά πετεινού!

Φυσικά, επειδή ήταν Άγγλος, αυτό το είπε στη γλώσσα του. Κι επειδή στα αγγλικά ο πετεινός λέγεται κοκ και η ουρά τέιλ, το είπε ΚΟΚΤΕΙΛ.

**Τ ΣΑΓΙΕΡΑ**

Προσοχή !!! Μια τσαγιέρα ξεπλένεται απλώς με ζεστό νερό και δεν καθαρίζεται αποτέ με απορρυπαντικό.

## ΤΣΑΪ

Για κάθε φλυτζάνι τσαγιού , υπολογίζετε 2 γραμμάρια ή ένα κουτάλι του γλυκού γεμάτο ή κοφτό, ανάλογα με το μέγεθος των φύλλων του τσαγιού.

## ΤΣΑΪ ΚΑΙ ΕΜΦΙΑΛΩΜΕΝΟ ΝΕΡΟ

Πολύ συχνά το χλώριο αλλοιώνει έντονα το νερό της βρύσης. Γι' αυτόν το λόγο είναι προτιμότερο να ετοιμάζετε το τσάι με ουδέτερο εμφιαλωμένο ή φιλτραρισμένο νερό.

## ΤΣΑΪ ΚΑΙ ΝΕΡΟ

Αποφεύγετε να ρίχνετε νερό που βράζει πάνω στο τσάι, διότι θα κάψει τα φύλλα και θα καταστρέψει τα αρώματα του.





## OKKINA ΠΑΛΑΙΩΜΕΝΑ ΚΡΑΣΙΑ

Τα κόκκινα κρασιά και κυρίως τα παλαιωμένα τα μεταγγίζουμε σε καράφα μεγάλης διαμέτρου , έτοι ώστε να "αναπνεύσει" το κρασί και να αποδώσει οωστά το μπουκέτο των αρωμάτων του .



## ΚΡΑΣΙ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΨΥΞΗ

Ποτέ δεν βάζουμε ένα κρασί στην κατάψυξη. Το θερμοκρασιακό σοκ το καταστρέφει. Επίσης ποτέ δεν αφίνουμε κρασί στο ψυγείο για μεγάλο χρονικό διάστημα. Αποκτά μια δυσάρεστη οσμή από την μακρόχρονη ψύξη.



## ΠΡΑΝΤΙ

Το μπράντι προέρχεται κυρίως από την απόσταξη λευκού κρασιού . Το απόσταγμα αυτό γίνεται καλύτερο αν παραμείνει σε δρύινα βαρέλια και παλιώσει για μερικά χρόνια . Το μπράντι είναι από τα ποτά που αξίζει να έχει κανείς στο σπίτι του , γιατί προσφέρεται συνήθως μετά το φαγητό ή προστίθεται στον καφέ . Το κονιάκ και το άρωμανικ είναι τα δύο πιο γνωστά γαλλικά μπράντι . Το ελληνικό μπράντι έχει στοιχεία από τη σταφίδα και θεωρείται δυνατό . Το ισπανικό βασίζεται στο κεράσι .



## ΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ ΚΡΑΣΙΟΥ

Για κάθε κρασί υπάρχει μία ιδεώδεις θερμοκρασία κατανάλωσης ..

Για τα λευκά ξηρά και τα ροζέ κρασιά 8-120 βαθμούς Κελσίου . (ποτέ παγωμένα )

Για τα λευκά γλυκά , τις σαμπάνιες και τα αφρώδη κρασιά 6-8 βαθμούς Κελσίου .

Για τα ελαφριά φρουτώδη κόκκινα κρασιά 10 - 12 βαθμούς Κελσίου .

Για τα υπόλοιπα κόκκινα κρασιά 15 - 18 βαθμούς Κελσίου . ( θερμοκρασία δωματίου ) .

Τα νεαρά κόκκινα κρασιά πρέπει να σερβίρονται πιο δροσερά από αυτά της παλαιώσης.

# ΙΟ ΜΕΝΟΥ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΙΔΟΣ ΤΗΣ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΩΡΑ/ΗΛΙΚΙΕΣ ΚΑΛΕΣΜΕΝΩΝ

## ΤΟ ΒΡΑΔΥ ΟΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΑΝΩ ΤΩΝ 50

### ΕΛΑΦΡΥΤΕΡΟ ΦΑΓΗΤΟ, ΟΧΙ ΠΟΛΛΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ ΜΠΕΡΔΕΜΕΝΕΣ

ΟΙ ηλικίες αυτές απαιτούν μεγαλύτερη ποιοτητα, παρα ποσοτητα, καλό κυριώς πιάτο με εκλεκτά συνοδευτικά, οχι βαρεία, ορεκτικά λίγα και ακρίβα, εκτίμοντις καλεσαλάτες, θελούν να περνανε πολλή ωρα γύρω από ενα τραπέζι συζητώντας και πινοντας κρασί και δεν επιθυμούν να φεγγούν «ΣΚΑΣΜΕΝΟΙ» από το φαγητό, εκτίμοντις ενα φίνο γλυκό ελαφρύ και ισως ενα καλό κονιάκ ή λικέρ. Οι ελληνες σπανιότατα πίνονται καφέ μετα το φαγητό.

### ΒΡΑΔΥ ΚΑΙ ΜΕΣΗΜΕΡΙ ΟΙ ΗΛΙΚΙΕΣ ΚΑΤΩ ΤΩΝ 50

ΑΝΤΕΧΟΥΝ ΤΙΣ ΜΕΓΑΛΕΣ ΠΟΣΟΤΗΤΕΣ, ΤΙΣ ΜΠΕΡΔΕΜΕΝΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ, ΑΡΕΣΚΟΝΤΑΙ ΣΤΙΣ ΠΕΡΙΕΡΓΑ ΝΟΣΤΙΜΑ ΕΞΩΤΙΚΑ ΚΑΙ ΞΕΝΟΦΕΡΜΕΝΑ ΦΑΓΗΤΑ, ΤΙΣ ΠΙΚΑΝΤΙΚΕΣ ΣΑΛΤΣΕΣ, 2-3 ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΑ, 2-3 ΟΡΕΚΤΙΚΑ, ΣΑΛΑΤΕΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΙΔΩΝ, ΤΥΡΙΑ, ΓΛΥΚΑ, ΚΑΛΟ ΚΡΑΣΙ, ΠΟΛΛΗ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕ ΧΙΟΥΜΟΡ. ΜΕΤΑ, ΕΙΝΑΙ ΠΡΟΘΥΜΟΙ ΝΑ ΣΥΝΕΧΙΣΟΥΝ ΤΗΝ ΒΡΑΔΥΑ ΤΟΥΣ ΚΑΙ ΆΛΛΟΥ ΜΕ ΠΟΤΟ.

## ΚΑΤΩ ΤΩΝ 20,

### ΚΑΛΟΝ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΛΑΣΣΙΚΑ ΣΝΑΚΣ ΜΠΟΥΦΕ

ΠΟΛΛΑ ΑΛΜΥΡΑ, ΑΠΛΑ ΚΛΑΣΣΙΚΑ ΦΑΓΗΤΑ, ΠΟΛΥ ΚΡΕΑΣ, ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ, ΠΑΤΑΤΕΣ, ΛΙΓΗ ΣΑΛΑΤΑ ΑΠΛΗ, ΠΟΛΛΑ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ (ΕΙΔΙΚΑ ΚΟΚΑ-ΚΟΛΑ), ΓΛΥΚΑ ΚΥΡΙΩΣ ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΑ.

ΚΑΘ'ΟΛΗ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ, ΚΑΛΟΝ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΜΕΖΕΔΕΣ ΚΑΙ ΑΛΜΥΡΑ ΠΑΝΩ ΣΤΟ ΤΡΑΠΕΖΙ, ΜΑΖΙ ΜΕ ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ, ΓΙΑΤΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΓΕΝΙΕΣ, ΠΟΥ ΟΛΗ ΤΗΝ ΩΡΑ ΤΣΙΜΠΟΛΟΓΑΝΕ.

### ΑΣ ΘΥΜΟΜΑΣΤΕ

- ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΑΠΟ ΔΥΟ ΑΜΥΛΑ ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ ΜΑΖΙ
- ΤΟ ΙΔΙΟ ΛΑΧΑΝΙΚΟ ΚΑΙ ΤΟ ΙΔΙΟ ΚΡΕΑΣ, ΔΕΝ ΜΠΑΙΝΟΥΝ ΚΑΙ ΣΤΟ ΟΡΕΚΤΙΚΟ ΚΑΙ ΣΤΟ ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ
- Ο ΣΑΛΤΣΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ
- ΤΟ ΨΑΡΙ ΠΑΕΙ ΠΡΩΤΟ ΚΑΙ ΤΟ ΚΡΕΑΣ ΔΕΥΤΕΡΟ
- ΤΟ ΤΥΡΙ ΣΕΡΒΙΡΕΤΑΙ ΚΑΙ ΩΣ ΟΡΕΚΤΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕ ΤΟ ΚΥΡΙΩΣ ΚΑΙ ΜΕΤΑ. ΟΙ ΣΑΛΑΤΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΩΜΕΣ ΚΑΙ ΒΡΑΣΜΕΝΕΣ, ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ DRESSING.

## ΝΑ ΜΗ ΞΕΧΑΣΩ ΝΑ ΠΑΡΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΑΒΑ

- 1 φιάλη μπύρα 500 ml / άτομο

- Απαραίτητα Ποτά/αναψυκτικά(2 ποτήρια το άτομο)

- κρασί ( 1 λίτρο τα 3 άτομα κατά μέσον όρο)

- ουίσκου, βότκα, τζίν, λικέρ

- πάγος

- εξοπλισμός (σερβίτσια, τραπεζία, καρέκλες, τραπεζομάντηλα)

(Οικονομική λύση / καλό χύμα κρασί σε κανάτες και ως απεριτίφ έτοιμο κοκτάι πλ σανγκρία - πορτοκαλάδα με σαμπάνια n campari (περίπου 300-500 το άτομο)

### ΠΡΟΣΘΕΤΑ

- μουσική
- οικιακή βοήθεια



καβα της γειτονιας σας

## Η ιστορία του ουίσκι.



Η ιστορία του ουίσκι είναι η ιστορία ενός λαού που είδαν τους εαυτούς των να έχουν το αναφαίρετο δικαίωμα της γενναιοδωρίας της φύσης. Η απόσταξη ήταν τόσο μέσα στη ζωή τους, όσο και η συγκομιδή των καρπών, η φροντίδα των ζώων στους λόφους και το ψάρεμα του σολομού στα ποτάμια. Για πολλούς αιώνες κράτησαν το ουίσκι για τους εαυτούς τους αποστάζοντας κυρίως για δική τους χρήση, μετατρέποντας το κριθάρι από τη συγκομιδή τους, τον φυτάνθρακα από τους λόφους και τα καθαρά νερά από τα ρυάκια σε "νε-

φύσην" whisky" παραφθάρηκε σε "usky", οπότε εντέλει καταλήξαμε στην λέξη whisky.

Το πνευματικό σπίτι της απόσταξης στη Σκοτία σίγουρα πρέπει να είναι τα Highlands. Η παραγωγή του ουίσκι φορολογείτο ήδη από την εποχή του Σκοτσέζικου Κοινοβουλίου. Όταν όμως το Βρετανικό κοινοβούλιο αποφάσισε να θεσπίσει ανάλογο του Αγγλικού φόρου στο φυτρωμένο κριθάρι και στη Σκοτία, τότε πραγματικά άρχισε η μεγάλη εποχή της παράνομης απόσταξης και λαθρεμπορίας ουίσκι. Το παράνομο ουίσκι ήταν ανώτερης ποιότητας από το νόμιμο, επειδή οι νόμιμοι παραγωγοί, για να κρατίσουν τον φόρο χαμπλό, χρησιμοποιούσαν μεγάλες ποσότητες



Από μια ειρωνεία της τύχης, πατέρας αυτής της εφεύρεσης (το 1830) ήταν ένας τελώνης, ο Aeneas Coffey, πρών γενικός ελεγκτής τελώνης στην Ιρλανδία. Ο αποστακτήρας τύπου Coffey όπως έγινε γνωστός, είχε μερικά σημαντικά πλεονεκτήματα σε σχέση με το παραδοσιακό αποστακτήρα. Μπορούσε να παράγει ουίσκι γρηγορότερα, σε μεγαλύτερες ποσότητες και φτηνότερα, η δε παραγωγή ήταν συνεχής και όχι όπως μέχρι τότε, σε δόσεις. Τέλος, επίσης σημαντικό, μπορούσε να εγκατασταθεί οπουδόποτε ακόμη και σε αστικές περιοχές στα πεδινά, επειδή σε αντίθεση με την παραδοσιακή απόσταξη, το τελικό προϊόν δεν εξαρτιόταν πλέον από το "κατάλληλο" κλίμα, το νερό ή τον φυτάν-

## Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΟΥΙΣΚΙ ΜΕΧΡΙ ΤΟΝ 19Ο ΑΙΩΝΑ



ρό της ζωής".

Οι ρίζες του ποτού καλύπτονται από μυστήριο. Όταν η πάχνη δεν κυλάει από την θάλασσα, μπορεί να φανταστείς ότι βλέπεις από το Mull του Kintyre στη Σκοτία, τις άσπρες φάρμες στους πράσινους λόφους της Ιρλανδίας. Στους σκοτεινούς χρόνους του Μεσαίωνα οι δύο χώρες ενώθηκαν και πλοιούσαν η μια την άλλη μοιράζοντας μια κοινή θρησκεία που σφυρολατήθηκε από τις Χριστιανικές ιεραποστολές, καθώς επίσης και μια κοινή γλώσσα, τα Gaelic (κέλτικη γλώσσα). Δεν πρέπει να αναρωτιέται λοιπόν κανείς γιατί η τέχνη της απόσταξης ήταν κοινή και για τις δύο χώρες. Όμως, σε ποια από τις δύο πρωτοξεκίνησε, οι ιστοροί συνεχίζουν να διαφωνούν.

φρέσκου κριθαριού. Και επειδή ακριβώς τα Highlands ήταν απροσπέλαστα, έγιναν το κέντρο παραγωγής του παράνομου ουίσκι.

Η παραγωγή του ουίσκι βοηθούσε την αγροτική οικονομία, αλλά και ένα κομμάτι της πήγαινε στην οικογενειακή κατανάλωση. Μια κούπα ουίσκι ζέστανε τα πνεύματα σε αυτό το κρύο και υγρό κλίμα. Το πίνανε είτε σκέτο, είτε με νερό, αλλά επίσης το ανακατεύανε με νερό και μέλι, ή γάλα και μέλι, ή ζάχαρη και βούτυρο που το καίγανε μέχρι να διαλυθεί η ζάχαρη με αυτό.

Ουίσκι με ζάχαρη και καυτό νερό, το λεγόμενο "whisky toddy", ήτανε συνηθισμένο ποτό στη Σκοτία του 18ου αιώνα, ιδιαίτερα στα πεδινά.

Η απόσταξη στη Σκοτία παρέμενε μια προέκταση της αγροτικής ζωής ακόμη και στα μέσα του 19ου αιώνα. Ήρθε όμως η εφεύρεση του "ενεργού αποστακτήρα" να φέρει την επανάσταση στην τεχνική της απόσταξης και να θέσει τα θεμέλια της βιομηχανίας, όπως είναι μέχρι σήμερα.



θρακα, για να διατηρείται μια σταθερή ποιότητα. Το ουίσκι πλέον μπορούσε να παραχθεί από φυτρωμένο ή όχι κριθάρι ζυμωμένο και με άλλα δημητριακά και ήταν εντελώς διαφορετικό από το malt whisky, το οποίο παρασκευαζόταν αποκλειστικά από φυτρωμένο κριθάρι. Αυτό το ουίσκι έγινε γνωστό σαν grain whisky.

Δεν πέρασε πολύς καιρός και φάνηκαν τα πρώτα δημηουργικά μυαλά, που άρχισαν να πειραματίζονται με το ανακάτεμα ουίσκι malt με ουίσκι grain. Το 1860 έγινε αποδεκτό νομοθετικά το ανακάτεμα του ουίσκι (blending) από διαφορετικά αποστακτήρια. Η εξισορρόπηση "γεμάτων" ουίσκι από τα Highlands με πο "ελαφρά" ουίσκι από τα πεδινά, επέτρεψε να γεννηθούν χαρακτηριστικές μάρκες (blended whiskies) που είχαν συγκεκριμένα και σταθερά χαρακτηριστικά μέσα στο χρόνο, και αναμφίβολα είχαν μεγαλύτερη απήκνηση στην παραγωγή.

H. & J. DEWAR LTD. © H. & J. DEWAR LTD. 2002. 00000000000000000000000000000000

Dewar's  
Special Reserve  
FINEST SCOTCH WHISKY  
AGED 12 YEARS

Some age.  
Others mature.



[www.dewars.gr](http://www.dewars.gr)

Απολαύστε υπεύθυνα

## ΤΟΡΤΕΛΙΝΙ ΜΕ ΡΟΚΑ, ΓΑΡΙΔΕΣ ΚΑΙ ΟΥΖΟ

500 γραμ. τορτελίνι με τυρί  
2 κολοκυθάκια κομμένα σε φέτες  
100 γραμ. ρόκα ψιλοκομμένη  
3 κουταλιές σούπας βούτυρο  
500 γραμ. γαρίδες μέτριες  
 $\frac{1}{2}$  ποτήριο κρασιού ούζο  
2 φλιτζάνια κρέμα γάλακτος  
Πιπέριο κονδρό από το Μύλο  
Αλάτι



Βράζουμε τις γαρίδες και τις καθαρίζουμε. Στοτάρουμε στο βούτυρο τα κολοκύθια επί 5', προσθέτουμε τις γαρίδες και μετά το ούζο. Χαμηλώνουμε την φωτιά και αφήνουμε να βράσουν 5'. Προσθέτουμε την κρέμα και μόλις πάρει 1-2 ελαφριές βράσεις, το βγάζουμε από την φωτιά. Βράζουμε τα τορτελίνι, τα σουρώνουμε και τα περιχύουμε με την σάλτσα, προσθέτουμε την ρόκα, ανακατεύουμε καλά και σερβίρουμε αμέσως.

**Καλή όρεξη από την «Κάρα της γειτονιάς»**

### Δίπλες με λικέρ

#### ΥΛΙΚΑ

15 κρόκους αβγών  
ένα φλιτζάνι του καφέ λικέρ λευκό καλής ποιότητας  
αλεύρι όσο χρειάζεται για τη ζύμη που πρέπει να είναι σφικτή  
300 γραμμάρια φυσικό μέλι (όχι σιρόπι)  
ένα φλιτζάνι του τσαγιού νερό  
λάδι για το ψήσιμο  
κανέλα  
καρύδια (όσο το δυνατό πιο φρέσκα)



#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Ρίχνετε τους κρόκους των αβγών σε μια βαθιά λεκάνη, τους χτυπάτμε λίγο, και αρχίζετε να ρίχνετε το αλεύρι και μετά το λικέρ, ζυμώνετε καλά ώσπου η ζύμη να γίνει σφικτή έτσι που ν' ανοίγεται σε φύλλα. Μετά την κόβετε σε κομμάτια τα οποία ανοίγετε σε φύλλα, πασπαλίζοντας στο σημείο όπου ανοίγετε το φύλλο με λίγο αλεύρι για να μπνούν κολλάει, κόβετε τα φύλλα σε ορθογώνια κομμάτια. Τοποθετείτε στη φωτιά ανοικτή κατσαρόλα με μπόλικο λάδι και όταν κάψει καλά, ρίχνετε μέσα τα κομμάτια του φύλλου τυλίγοντάς τα στα τρία μέσα στο καυτό λάδι και τα βγάζετε μόλις πάρουν ένα ξανθό ρόδινο χρώμα. Στο μεταξύ βάζετε το μέλι και το νερό να βράσουν, ξαφρίζετε και όταν είναι αρκετά ζεστό το σιρόπι, όχι όμως καυτό, βουτάτε μέσα τις δίπλες να μελωθούν καλά. Σερβίρετε σε πιατέλα και τις πασπαλίζετε με το ψιλοκομμένο καρύδι και την κανέλα.

## Συνταγές με μπύρα

### Μπριζόλα σε μπύρα

Υλικά για 4 άτομα

- 4 μπριζόλες μοσχαρίσιες
- 2 κουτάκια μπύρα
- 2 κουταλιές του γλυκού αλάτι
- 2 κουταλιές του γλυκού ππέρι
- λίγο ελαϊόλαδο

#### Εκτέλεσην

Αλαταπιπερώνετε τις μπριζόλες και τις τοποθετείτε σε μεγάλο και ρηχό σκεύος με καπάκι. Έπειτα αργά και προσεκτικά τις περιχύνετε με την μπύρα (χωρίς -κατά τα δυνατόν- να παρασύρετε το αλατο-ππέρι). Σκεπάζετε το ακεύος και το αφίνετε στο ψυγείο για 1 έως 2 ώρες. Έπειτα προθερμαίνετε τον φούρνο σε υψηλή θερμοκρασία. Βγάζετε τις μπριζόλες από τη μαρινάτα και τις τοποθετείτε στη σχάρα, την οποία προηγουμένως έχετε αλείψει με λάδι. Ψήνετε τις μπριζόλες, αλλάζοντας συχνά την πλευρά τους.

### Σοκολατίνια

#### «ΜΠΟΝΥΜΠΟΝ» με μπύρα

Υλικά για 36 σοκολατίνια

- 1 κονσέρβα (περίπου 400 γραμ.) συμπυκνωμένο γάλα
- 2/3 κούπας μπύρα
- 1 /4 κούπας κακάο
- 340 γραμ. γλυκόπικρης σοκολάτας σε μικρά κομματάκια
- 4 κουταλιές της σούπας βούτυρο χωρίς αλάτι

Για την επικάλυψη

- 500 γραμ. λιωμένης κουβερτούρας
- αμύγδαλα ή καρύδια

#### Εκτέλεσην

Ανακατεύετε το αυμπυκνωμένο γάλα με το κακάο και με την μπύρα, μέχρι το μείγμα να γίνει απαλό. Θα πρέπει να έχετε περίπου δύο κού-πες μείγματος. Βάζετε το μείγμα σε ένα βαρύ τηγάνι και το ζεσταίνετε μέχρι να σιγοβράσει. Κόβετε περίπου 200 γραμμάρια ασκολάτας και τα βάζετε σε ένα βαθύ μπωλ. Ρίχνετε το μείγμα με την μπύρα (αφού βράσει και γίνει καυτό) από μπωλ με τη σοκολάτα και ανακατεύετε γρήγορα με σπάτουλα έως ότου η σοκολάτα λιώσει.

Λιώνετε το βούτυρο στο ίδιο τηγάνι. Όταν πάρει βράση, βγάζετε το τηγάνι από τη φωτιά, προσθέτε την υπόλοιπη σοκολάτα (περίπου 140 γραμμάρια) και την ανακατεύετε καλά μέχρι να λιώσει. Στη συνέχεια ρίχνετε το μείγμα βουτύρου (από το τηγάνι) στο μείγμα με την μπύρα (στο μπωλ). Ανακατεύετε αργά, για να μη σηματισθούν φυσαλίδες.

'Όταν το μείγμα γίνει απαλό και ομοιόμορφο, το βάζετε σε ένα γυάλινο ταψί 22 x 22 x 5 και το αφίνετε να κρυώσει. 'Όταν κρυώσει, το σκεπάζετε και το τοποθετείτε στο ψυγείο για 1-2 ημέρες. Κόβετε το μείγμα σε τετράγωνα κομμάτια, τα οποία θα βουτίζετε στο μείγμα με τη λιωμένη κουβερτούρα και τους ξηρούς καρπούς. Στη συνέχεια τοποθετείτε τα κομμάτια σε ταψί στρωμένο με λαδόκολλα. Βάζετε ξανά το ταψί στο ψυγείο -αυτή τη φορά χωρίς να το σκεπάσετε - για 6 ώρες.

Εαν θέλετε τυλίγετε κάθε κομμάτι σε ασημόχαρτο. Στην κατάψυξη τα σοκολατίνια διατηρούνται ταχιτού 3 εβδομάδες.



# Αγόριν «κάβα της γειτονιάς σας»

ΣΤΟΥΣ ΦΙΛΟΥΣ ΚΑΙ  
ΤΟΥΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ  
ΧΑΡΙΣΤΕ ΚΑΛΑΘΙΑ

Πάρτε μας τηλέφωνο

Στην εποχή μας το καλύτερο δώρο είναι το ποτό. Τα γλυκά παχαίνουν, δεν συντηρούνται για μακρύ χρονικό διάστημα και πολλές φορές είναι ανεπιθύμητα.

Ένα καλάθι με κρασί ή ποτά ή βέβαια μεμονωμένο μπουκάλι, όμως, μας απαλλάσσει από το άγχος του προσωπικού δώρου και είναι το ίδιο επιθυμητό στον παραλόππη.

Υπέροχα λικέρ, εκπληκτικά κοκτέιλς, παλιωμένα ουίσκι και πολλά άλλα βέβαια, μας περιμένουν στο ράφι.

Ελάτε στο κατάστημα να διαλέξετε κρασιά μικρών παραγωγών ή πάρτε μας τηλέφωνο στον αριθμό του εξωφύλλου για να σας τα στείλουμε στο σπίτι έτοιμα για δώρο.



Καβα της γειτονιας σας



© 1990 Thompson