



Δύο απολαυστικά βιβλία μαγειρικής για το lockdown



Το δεύτερο βιβλίο είναι λίγο πιο παλιό, αλλά παραμένει από πέτρι που κυκλοφόρησε η ελληνική του έκδοση, φρέσκο και εντυπωσιακό. Κινείται σε άλλα μονοπάτια, σε αυτά της υψηλής γαστρονομίας και πρόκειται για το «45 συνταγές από την Ελλάδα, φτιαγμένες με αγάπη» του διάσημου, βραβευμένου με αστέρι Michelin για το εστιατόριο του στο Παρίσι, σεφ Ανδρέα Μαυρομάτη. Εντός, υπάρχουν προτάσεις από κάθε μεριά της Ελλάδας, αλλά και από την πατρίδα του, την Κύπρο. Για την ιστορία, απλά να σας αναφέρω ότι Ανδρέας Μαυρομάτης διατηρεί με τους αδελφούς του το περίφημο «Le Mavrommatis», που βραβεύεται με αστέρι Michelin από το 2018. Δικά του είναι επίσης και πέντε ακόμα εστιατόρια με το όνομα «Maison Mavrommatis» - τέσσερα στο Παρίσι και ένα στην Κύπρο- καθώς και εννιά delicatessen με ελληνικά και κυπριακά προϊόντα σε Παρίσι, Νίκαια και Μασσαλία. Ο διάσημος σεφ έχει επίσης βραβευτεί με το Χρυσό Μετάλλιο των Μαγείρων της Γαλλίας.

Την Madame Ginger την πρωταγωνίστρια του ελληνικού food blogging τη γνωρίσαμε μέσω των #EatLikeALocal γευστικών αναζητήσεων της. Γελαστή, κεφάτη και μονίμως στο ψάξιμο, μας αποκάλυψε μέσω των εκπομπών της μαγειρικά κόλπα, αλλά και νόστιμες γωνιές της πόλης. Πριν από λίγο καιρό κυκλοφόρησε το πρώτο της βιβλίο με 61 νόστιμες, εύκολες και θρεπτικές συνταγές που να μην ακολουθούν τη vegan τάση αλλά απευθύνονται σε όσους θέλουν να πειραματιστούν στην κουζίνα με παραδοσιακές συνταγές, αλλά αναπάντεχα υλικά.

Στις σελίδες του θα βρείτε σύγχρονες τάσεις και τεχνικές, διότι η Madame Ginger είναι αναμφισβήτητα κορίτσι του καιρού της, έναν οδηγό για τα απαιτούμενα υλικά των συνταγών, αλλά και προτάσεις για τα απαραίτητα σκεύη μαγειρικής. Κάθε συνταγή συνοδεύεται από τις απαραίτητες διατροφικές πληροφορίες, τις οποίες έχει επιμεληθεί ο διαιτολόγος-διατροφολόγος Μιχάλης Κάβδας. Δε λείπουν, επίσης, και παρατηρήσεις σχετικά με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της, όπως για παράδειγμα το ποσοστό των πρωτεϊνών που περιέχει ή την ώρα που θα χρειαστείτε για να τη μαγειρέψετε. Το βιβλίο κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Μίνωας, ξεχωρίζει για την αισθητική του και φιλοδοξεί να μάθει στους αναγνώστες γλυκές και αλμυρές συνταγές με λαχανικά φρούτα, όσπρια, ζυμαρικά, ξηροί καρποί, σπόροι, δημητριακά και γαλακτοκομικά.

