

## Culture

Επιπλέον  
παραστάσεις  
για το sold out  
Κιβώτιο



### Fashion

Οι καλύτερες εμφανίσεις στα Actor Awards

### Prima Mensa

Γιατί το ελαιόλαδο δεν είναι πια αυτονόητο;

### #NecNotice

Η μόδα των microbakery: Όταν το ψωμί γίνεται lifestyle αξεσουάρ



## Gourmet

### Το CTC Urban Gastronomy καλωσορίζει τον σεφ Vasco Coelho Santos

**Σ**το **CTC Urban Gastronomy** ο **Αλέξανδρος Τσιοτίνης** συνεχίζει να ανοίγει τον διάλογο της ελληνικής κουζίνας με τη διεθνή γαστρονομία. Τη **Δευτέρα 16 Μαρτίου**, η κουζίνα του εστιατορίου στον **Κεραμεικό** φιλοξενεί για μία μόνο βραδιά τον Πορτογάλο σεφ **Vasco Coelho Santos**, σε ένα **four-hands δείπνο** που φέρνει σε δημιουργική συνάντηση δύο διαφορετικές γαστρονομικές γλώσσες. Ο **Αλέξανδρος Τσιοτίνης**, βραβευμένος με **αστέρι Michelin** και **Χρυσό Σκούφο**, έχει διαμορφώσει από το 2015 τη μαγειρική ταυτότητα του **CTC** μέσα από μια προσωπική προσέγγιση που βασίζεται στην **εποχικότητα**, την ακρίβεια της τεχνικής και την ανάδειξη των υλικών της **μεσογειακής κουζίνας**. Στο συγκεκριμένο δείπνο υποδέχεται έναν από τους πιο ενδιαφέροντες εκπροσώπους της σύγχρονης πορτογαλικής



γαστρονομίας. Ο **Vasco Coelho Santos** είναι η δημιουργική δύναμη πίσω από το **Euskalduna Studio** στο **Πόρτο**, εστιατόριο που έχει τιμηθεί με **αστέρι Michelin**. Η κουζίνα του χαρακτηρίζεται από έντονη προσωπικότητα: αντλεί έμπνευση από **πορτογαλικά προϊόντα**, ενώ ταυτόχρονα ενσωματώνει διεθνείς επιρροές, συνδυάζοντας **καπνιστές γεύσεις**, πολυεπίπεδες υφές και αυστηρή τεχνική ακρίβεια. Το μενού της βραδιάς έχει σχεδιαστεί ως ένα **συνεργατικό tasting menu**, στο οποίο οι δύο σεφ ανταλλάσσουν ιδέες και τεχνικές. Η συνάντηση της **μεσογειακής διαύγειας** της κουζίνας του Τσιοτίνης με τη δυναμική και εκφραστική ματιά του Santos δημιουργεί ένα γαστρονομικό αφήγημα που κινείται ανάμεσα σε τόπους, υλικά και μνήμες. Η συγκεκριμένη συνεργασία εντάσσεται σε έναν ευρύτερο κύκλο **γαστρονομικών events** που πραγματοποιούνται στην Αθήνα μέσα στον Μάρτιο, με **Michelin-starred δείπνα**, οινικές εκδηλώσεις και διεθνείς συνεργασίες που ενισχύουν τον κοσμοπολίτικο χαρακτήρα της πόλης. Για ένα βράδυ, το **CTC** μετατρέπεται έτσι σε χώρο συνάντησης δύο διαφορετικών γαστρονομικών πολιτισμών, υπενθυμίζοντας πως η υψηλή κουζίνα παραμένει, πάνω απ' όλα, μια μορφή δημιουργικού διαλόγου.

.....

## World of mouth

## Culture

### Η ENTA στο θέατρο Τζένη Καρέζη

**Σ**το **Θέατρο Τζένη Καρέζη**, η παράσταση «**ENTA**» φέρνει στη σκηνή ένα σύγχρονο ελληνικό έργο που συνδυάζει το πολιτικό σχόλιο με την ένταση ενός ψυχολογικού δράματος. Το έργο υπογράφουν οι **Αντώνης Τσιοτσιόπουλος** και **Γιώργος Παλούμης**, οι οποίοι συνεργάζονται ξανά για να παρουσιάσουν μια ιστορία που συνομιλεί άμεσα με το παρόν και τις αντιφάσεις της σύγχρονης πολιτικής και κοινωνικής πραγματικότητας. Η αφήγηση τοποθετείται σε μια **μελλοντική Ελλάδα του 2032**, όπου η πολιτική σκηνή βρίσκεται σε κρίσιμο σημείο. Ο **Γεράσιμος Βαρδαβάς**, ένας πολιτικός που κυβέρνησε τη χώρα ως επικεφαλής μιας προοδευτικής συμμαχίας κομμάτων, βρίσκεται πλέον βαριά άρρωστος λίγο πριν από τις επόμενες εκλογές. Δίπλα του βρίσκεται η κόρη του, η **Έντα**, ενώ ο σύζυγός της **Πολύζος**, νυν υπουργός, διεκδικεί τη διαδοχή στην ηγεσία της πολιτικής παράταξης αλλά και, ενδεχομένως,



την πρωθυπουργία. Ένα μεγάλο **πολιτικό σκάνδαλο**, προσωπικές συγκρούσεις και φιλοδοξίες οδηγούν την οικογένεια αλλά και τη χώρα σε μια

κατάσταση έντασης που απειλεί να ανατρέψει τα πάντα. Το έργο λειτουργεί ως ένα **πολιτικό-ψυχολογικό δράμα** με δόσεις καυστικού χιούμορ και με σαφή αναφορά στην «**Έντα Γκάμπλερ**» του **Ίψεν**, μεταφέροντας την ένταση του κλασικού έργου σε ένα σημερινό κοινωνικό και πολιτικό πλαίσιο. Μέσα από αυτή τη σύγχρονη δραματουργική προσέγγιση, η παράσταση θέτει ερωτήματα γύρω από τη **δημοκρατία**, την **αλήθεια**, την **προσωπική και συλλογική ηθική**, αλλά και τα όρια της **αυτοθυσίας** όταν τίθεται το ζήτημα ενός «μεγάλου οράματος». Στη σκηνή συναντάμε ένα ισχυρό σύνολο ηθοποιών, με τους **Έλενα Τοπαλίδου**, **Στάθη Σταμουλακάτο**, **Ράνια Σχίζα**, **Αντώνη Τσιοτσιόπουλο**, **Θάνο Αλεξίου**, **Κώστα Φυτίλη** και **Παναγιώτα Παπαδημητρίου**. Τη σκηνοθεσία υπογράφει ο **Γιώργος Παλούμης**, ενώ τα σκηνικά και κοστούμια σχεδιάζει η **Νατάσσα Παπαστεργίου**, τους φωτισμούς ο **Βασίλης Κλωτσοτήρας** και τη μουσική ο **Κώστας Νικολόπουλος**.

## Culture

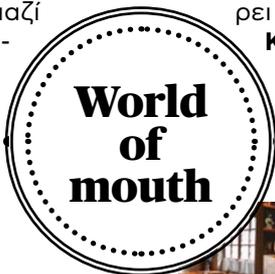
# Γιατί να δεις το A Knight of the Seven Kingdoms

**Η** νέα σειρά **A Knight of the Seven Kingdoms** έρχεται να διευρύνει τον κόσμο του **Game of Thrones**, αποδεικνύοντας ότι το σύμπαν του **George R.R. Martin** εξακολουθεί να αποτελεί ένα από τα πιο ισχυρά αφηγηματικά πεδία της σύγχρονης τηλεοπτικής παραγωγής. Η παραγωγή της **HBO** βασίζεται στις νουβέλες **"Tales of Dunk and Egg"** και μεταφέρει την ιστορία αρκετές δεκαετίες πριν από τα γεγονότα που γνωρίσαμε στη θρυλική σειρά, φωτίζοντας μια διαφορετική πλευρά του **Westeros**. Στο κέντρο της αφήγησης βρίσκεται ο **Ser Duncan the Tall**, γνωστός ως **Dunk**, ένας περιπλανώμενος ιππότης που προσπαθεί να βρει τη θέση του σε έναν κόσμο όπου η τιμή και η επιβίωση συχνά συγκρούονται. Τον ρόλο ενσαρκώνει ο **Peter Claffey**, ενώ δίπλα του εμφανίζεται ο νεαρός **Dexter Sol Ansell** ως **Egg**, ο σπιρτόζος ακόλουθός του που αργότερα θα αποδειχθεί πολύ πιο σημαντικός για την ιστορία του βασιλείου απ' όσο φαίνεται αρχικά. Η σχέση ανάμεσα στους δύο ήρωες αποτελεί τον βασικό άξονα της σειράς. Η χημεία των χαρακτήρων, μαζί με την αίσθηση περιπέτειας που θυμίζει κλασικές ιπποτικές αφηγήσεις, δημιουργεί ένα αφή-



γημα πιο ανθρώπινο και λιγότερο επικό σε κλίμακα από το **Game of Thrones**, χωρίς όμως να χάνει την ένταση και τη δραματική πυκνότητα που χαρακτηρίζει τον κόσμο του Martin. Ιδιαίτερη συζήτηση προκάλεσαν ήδη οι σκηνές δράσης της σειράς, με την **ιπποτική μονομαχία** που παρουσιάζεται

στα πρώτα επεισόδια να θεωρείται από πολλούς θεατές μία από τις πιο εντυπωσιακές που έχουν εμφανιστεί στην τηλεοπτική μεταφορά του σύμπαντος του Westeros. Παράλληλα, η σειρά επιλέγει έναν διαφορετικό αφηγηματικό ρυθμό: λιγότεροι χαρακτήρες, μικρότερη κλίμακα συγκρούσεων και μεγαλύτερη έμφαση στην προσωπική διαδρομή των ηρώων. Το αποτέλεσμα είναι μια ιστορία που εξερευνά την έννοια της **ιπποσύνης**, της **πίστης** και της **τιμής** σε έναν κόσμο όπου η εξουσία αλλάζει συνεχώς χέρια. Με την πρώτη σεζόν να αποτελείται από **έξι επεισόδια** και τη δεύτερη να βρίσκεται ήδη σε εξέλιξη παραγωγής, το **A Knight of the Seven Kingdoms** επιβεβαιώνει ότι το **Westeros** εξακολουθεί να προσφέρει νέες ιστορίες, ακόμη και μετά το τέλος του **Game of Thrones**. Αξίζει να το δείς γιατί επιστρέφει στον κόσμο του **Game of Thrones** μέσα από μια πιο ανθρώπινη ιστορία, βασισμένη στη σχέση δύο χαρακτήρων που εξελίσσονται μαζί. Ταυτόχρονα, προσφέρει μια διαφορετική ματιά στην ιστορία των **Seven Kingdoms**, φωτίζοντας γεγονότα και πρόσωπα που προηγήθηκαν της γνωστής αφήγησης.



## Gourmet

# Ο σεφ Κώστας Παπαθανασίου στο λονδρέζικο Lita Marylebone

**Σ**το **Λονδίνο** και συγκεκριμένα στην περιοχή του **Marylebone**, το εστιατόριο **Lita** περνά σε μια νέα δημιουργική περίοδο, διατηρώντας το **αστέρι Michelin** και αναθέτοντας τον ρόλο του **culinary director** στον Έλληνα σεφ **Κώστα Παπαθανασίου**. Η επιλογή σηματοδοτεί μια νέα φάση για το εστιατόριο, το οποίο ήδη έχει καθιερωθεί ως ένα από τα πιο ενδιαφέροντα σύγχρονα projects στην πρωτεύουσα της Μεγάλης Βρετανίας. Ο **Κώστας Παπαθανασίου** έχει διαγράψει μια σημαντική πορεία μέχρι τώρα που έχει περνώντας από απαιτητικές κουζίνες της Ευρώπης όπως τα **The Fat Duck**, **The Ledbury**, **The Social Company** και το τρίαστερο **Restaurant Frantzén**. Ξεκινώντας από τη **Λαμία**, εργάστηκε σε σημαντικά εστιατόρια της διεθνούς σκηνής και συνεργάστηκε με εμβληματικές προσωπικότητες της γαστρονομίας, ενώ τα τελευταία χρόνια βρίσκεται στο επίκεντρο υψηλών γαστρονομικών projects



στο εξωτερικό. Στο **Lita Marylebone**, η κουζίνα κινείται γύρω από μια σύγχρονη ευρωπαϊκή προσέγγιση που δίνει έμφαση στην **εποχικότητα**, στην ακρίβεια των τεχνικών και στη διακριτική

ανάδειξη των υλικών. Η νέα δημιουργική κατεύθυνση επιχειρεί να ενισχύσει τη γαστρονομική ταυτότητα του εστιατορίου, διατηρώντας την κομψότητα και την καθαρότητα που χαρακτηρίζουν τη λονδρέζικη σκηνή υψηλής εστίασης. Η άφιξη του Παπαθανασίου ως **culinary director** έρχεται σε μια στιγμή που το εστιατόριο έχει ήδη εδραιώσει τη θέση του στον χάρτη των **Michelin εστιατορίων του Λονδίνου**, ενώ παράλληλα επιδιώκει να εξελίξει περαιτέρω το γαστρονομικό του στίγμα. Στο επίκεντρο βρίσκεται μια κουζίνα, η οποία ισορροπεί ανάμεσα στη σύγχρονη τεχνική και σε μια πιο ουσιαστική, υλική προσέγγιση του πιάτου. Για τον **Κώστα Παπαθανασίου**, η νέα αυτή θέση αποτελεί ένα ακόμη βήμα σε μια πορεία που συνδέεται στενά με τη διεθνή υψηλή γαστρονομία. Ταυτόχρονα, επιβεβαιώνει την αυξανόμενη παρουσία των **Ελλήνων σεφ** σε σημαντικά εστιατόρια του εξωτερικού, όπου η τεχνική, η εμπειρία και η προσωπική μαγειρική ταυτότητα βρίσκουν πλέον ολοένα και μεγαλύτερη απήχηση.

## Culture

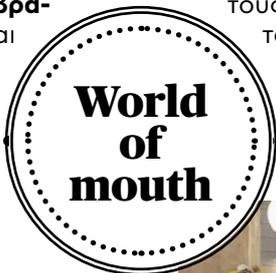
### Επιπλέον παραστάσεις για το sold out Κιβώτιο

**Η** θεατρική παράσταση «**Το Κιβώτιο**», βασισμένη στο εμβληματικό μυθιστόρημα του **Άρη Αλεξάνδρου**, συνεχίζει να γράφει τη δική της ξεχωριστή διαδρομή στο αθηναϊκό θέατρο. Στο **Studio Μαυρομιχάλη**, όπου παρουσιάζεται τα τελευταία χρόνια, το έργο συμπληρώνει πλέον **δέκα χρόνια συνεχούς παρουσίας**, επιβεβαιώνοντας ότι ορισμένα κείμενα διαθέτουν μια σπάνια αντοχή στον χρόνο και εξακολουθούν να συνομιλούν με κάθε νέα γενιά θεατών. Η μεγάλη ανταπόκριση του κοινού έχει ως αποτέλεσμα η παράσταση να είναι ήδη **sold out μέχρι και τη Μεγάλη Τετάρτη**, γεγονός που οδήγησε την παραγωγή στην ανακοίνωση **τριών επιπλέον παραστάσεων**. Οι νέες ημερομηνίες έχουν προγραμματιστεί για **Πέμπτη 19 Μαρτίου, Πέμπτη 26 Μαρτίου και Πέμπτη 2 Απριλίου**, δίνοντας ακόμη μία ευκαιρία σε όσους δεν πρόλαβαν να εξασφαλίσουν εισιτήριο να παρακολουθήσουν την παράσταση. Τη **δραματουργική επεξεργασία** και τη **σκηνοθεσία** συνυπογράφουν ο **Φώτης Μακρής** και η **Κλεοπάτρα Τολόγκου**, ενώ ο ίδιος ο Μακρής βρίσκεται επί σκηνής σε μια έντονη ερμηνευτική παρουσία που του χάρισε και **υποψηφιότητα για το βραβείο «Κάρολος Κουν»**. Στο επίκεντρο βρίσκεται ο τελευταίος επιζών μιας ομάδας ανταρτών, ο



ο οποίος αναλαμβάνει να εξηγήσει τις συνθήκες μιας παράδοξης αποστολής: τη μεταφορά ενός μυστηριώδους **κιβωτίου** μέσα από εχθρικό έδαφος προς τη διοίκηση μιας ανταρτοκρατούμενης πόλης. Η ιστορία εκτυλίσσεται

στα χρόνια του **ελληνικού εμφυλίου**, όταν μια ομάδα ανταρτών αναλαμβάνει να παραδώσει το κιβώτιο στον προορισμό του. Στην πορεία οι περισσότεροι χάνονται και μόνο ένας καταφέρνει να ολοκληρώσει την αποστολή. Όταν όμως το κιβώτιο ανοίγει, αποδεικνύεται **άδειο**, γεγονός που οδηγεί στη φυλάκιση του επιζώντα ως δολιοφθορέα. Προσπαθώντας να αποδείξει την αθωότητά του, γράφει αναφορές στον ανακριτή, επιχειρώντας να εξηγήσει το νόημα της αποστολής χωρίς να γνωρίζει αν κάποιος τις διαβάζει. Γραμμένο την περίοδο **1966-1972**, κυρίως στο **Παρίσι**, όπου ο συγγραφέας αυτοεξορίστηκε μετά τη δικτατορία, το έργο έχει ερμηνευτεί ως **πολιτική αλληγορία** για τον εμφύλιο, αλλά και ως ένα ευρύτερο σχόλιο για τις μορφές εξουσίας και τις ιδεολογικές βεβαιότητες του δυτικού κόσμου. Σήμερα, η θεατρική μεταφορά του **«Κιβωτίου»** εξακολουθεί να λειτουργεί ως μια δυνατή υπενθύμιση ότι ορισμένα κείμενα παραμένουν επίκαιρα όχι μόνο για την ιστορική τους διάσταση, αλλά και για τα ερωτήματα που θέτουν γύρω από την **ευθύνη**, την **πίστη** και τα όρια της ανθρώπινης συνείδησης.



## Gourmet

### Δι' Ευχών'

### - το νέο μπαρ στο Μετς

**Σ**την οδό **Αναπαύσεως 32**, στο **Μετς**, σε μια γειτονιά που εξακολουθεί να διατηρεί τη γοητεία της Αθήνας του παρελθόντος, το **Δι' Ευχών** εμφανίστηκε πρόσφατα ως ένα **bistro-bar** που επενδύει στην απλότητα των καλών υλικών και στη φροντισμένη εκτέλεση των κλασικών συνταγών. Ο χώρος, που στο παρελθόν φιλοξενούσε κατάστημα με είδη μνημοσύνου, ανακαινίστηκε με σεβασμό στη μνήμη του κτηρίου, αποκτώντας μια **vintage αισθητική** με ξύλινες λεπτομέρειες και ατμόσφαιρα παλιού αστικού σπιτιού. Πίσω από την μπάρα βρίσκεται η **Εύα Φράγκου**, bartender και συνιδιοκτήτρια, γνωστή από άλλα πετυχημένα projects της πόλης. Η φιλοσοφία του **cocktail menu** βασίζεται στις **κλασικές συνταγές**, με λίγα ή και καθόλου twists, δίνοντας έμφαση στην ακρίβεια της εκτέλεσης και στην ποιότητα των πρώτων υλών. Ανάμεσα στα ποτά που ξεχωρίζουν βρίσκονται ένα **Negroni** με δικό τους blend



βερμούτ, αλλά και σταθερές αξίες όπως το **Bloody Mary** και η **Margarita**. Η γαστρονομική πλευρά του χώρου δεν περιορίζεται στο ποτό. Το μικρό **bar food menu**

περιλαμβάνει πιάτα που λειτουργούν περισσότερο ως μεζέδες για το τραπέζι: **bruschetta** σε διαφορετικές εκδοχές, **σπιτικά τυροκομικά**, **ceviche** και επιλεγμένες **πιπέλες**, ενώ σε ειδικές περιστάσεις εμφανίζονται ακόμη και **στρείδια**, προσθέτοντας μια πιο γιορτινή διάσταση στη βραδινή εμπειρία. Η μουσική ακολουθεί τη λογική του **"oldies but goldies"**, με ελληνικά και διεθνή τραγούδια που κινούνται από τη **Μαρινέλλα** μέχρι τους **Ξύλινα Σπαθιά** και τη **Diana Ross**, δημιουργώντας ένα περιβάλλον που θυμίζει περισσότερο παλιό αθηναϊκό σαλόνι παρά σύγχρονο bar. Ανοικτό **καθημερινά από τις 17:00** (και **Κυριακή από τις 15:00**), το **Δι' Ευχών** λειτουργεί ήδη ως ένα νέο σημείο συνάντησης για την περιοχή και όχι μόνο.

## Travel

# The Artist Athens: Η αθηναϊκή φιλοξενία περνά σε νέα φάση

**Σ**την καρδιά του **Ψυρρή**, σε ένα από τα λίγα κτήρια που διατηρούν ακόμη το αυθεντικό ύφος της περιοχής, το **The Artist Athens** λειτουργεί ως ένα σημείο συνάντησης όπου η **φιλοξενία**, η **τέχνη** και η **γαστρονομία** συνυπάρχουν με φυσικό τρόπο. Στεγασμένο σε ένα ιστορικό βιοτεχνικό χώρο, διατηρεί στοιχεία της αρχικής του ταυτότητας δηλαδή το μωσαϊκό, το σίδηρο και το μάρμαρο, ενώ η αισθητική των **1970s** επανερμηνεύεται μέσα από μια σύγχρονη, **minimal industrial** προσέγγιση. Το κτήριο-μνημείο υπήρξε στο παρελθόν τόπος συνάντησης και διαβίωσης καλλιτεχνών. Σήμερα, ο ηθοποιός και πολιτικός μηχανικός **Παναγιώτης Σούλης** επαναπροσδιόρισε τη χρήση του, διατηρώντας την πολιτισμική του μνήμη, αλλά παράλληλα εντάσσοντάς το σε ένα σύγχρονο πλαίσιο φιλοξενίας. Το συγκρότημα αποτελείται από δύο κτήρια που ενώνονται αρμονικά, δημιουργώντας στον πρώτο όροφο έναν εσωτερικό «μυστικό κήπο» με εσπεριδοειδή. Συνολικά διαθέτει **17 δωμάτια**, σχεδιασμένα με ιδιαίτερη αισθητική, ώστε να δίνουν την αίσθηση της οικειότητας. Στο **ground floor**, το φυσικό αττικό φως διαπερνά τον χώρο από τις δύο εισόδους του κτηρίου, στις οδούς Μελανθίου και Καλαμίδα. Τα μεγάλα μοναστηριακά τραπέζια, η σάλα υποδοχής και το bar λειτουργούν ως σημείο καθημερινής συνάντησης για επισκέπτες του ξενοδοχείου, αλλά και για όσους περνούν από τη γειτονιά για **πρωινό, καφέ ή early drinks**. Στον επάνω όροφο, το **rooftop bar & restaurant** ανοίγει σε δύο ταράτσες με θέα τη φωτισμένη **Ακρόπολη**. Πριν από έναν χρόνο, ο **Λευτέρης Τσούγκας** εντάχθηκε στην ομάδα ως **consultant chef**, σηματοδοτώντας μια νέα περίοδο για την κουζίνα του εστιατορίου. Η προσέγγιση κινείται με έντονο **εποχικό χαρακτήρα**, βασισμένη στην τοπική πρώτη ύλη, ενώ οι σύγχρονες **fusion** επιρροές επαναδιατυπώνουν δημιουργικά τη σχέση ανάμεσα στην ελληνική παράδοση και τη σύγχρονη γαστρονομική έκφραση. Την επιμέλεια του bar έχει αναλάβει ο **Κώστας Τσισιόπουλος**, με ένα **cocktail menu**, το οποίο αντλεί έμπνευση από κλασικές συνταγές και ελληνικά αρωματικά στοιχεία. Η νεότερη προσθήκη είναι το **The Cellar**, ένας χώρος αφιερωμένος στο **κρασί** και στις θε-



World  
of  
mouth



ματικές γευστικές εμπειρίες. Σε ένα περιβάλλον όπου το ξύλο και η πέτρα παραπέμπουν παραδοσιακό κελάρι, φιλοξενούνται **οινικές δοκιμές**, παρουσιάσεις και δείπνα με σπάνιες ή παλαιωμένες ετικέτες, ενώ ο χώρος χρησιμοποιείται και για ιδιωτικές ή εταιρικές εκδηλώσεις υψηλής αισθητικής.



## Gourmet

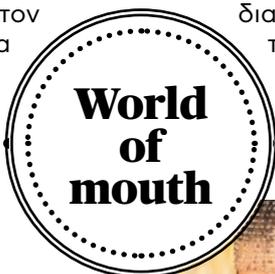
### Τέσσερις κυρίες της Κουζίνας στο Vibo Πειραιά

**Ο** Μάρτιος στο **Vibo Πειραιά** προτείνει έναν ιδιαίτερο γαστρονομικό κύκλο αφιερωμένο στη **γυναίκα και την ελληνική κουζίνα**. Το πειραιϊκό **bistrot**, με αφορμή την **Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας (8 Μαρτίου)**, φιλοξενεί τέσσερις καταξιωμένες μαγείρισσες από διαφορετικές περιοχές της Ελλάδας, οι οποίες αναλαμβάνουν για ισάριθμες βραδιές την κουζίνα του χώρου, μεταφέροντας στον Πειραιά τη γαστρονομική ταυτότητα των τόπων τους. Οι εμφανίσεις ξεκίνησαν ήδη στις **4 Μαρτίου**, με την **Αργυρώ Βάρδα** από το εστιατόριο «**Ελιά & Δυόσμος**» στο Σκαλάκι Ηρακλείου. Από το 2006 υπηρετεί τη **σύγχρονη κρητική κουζίνα**, με έμφαση στην **εποχικότητα**, τα **βιολογικά χόρτα** και τις παλιές συνταγές της Κρήτης, προσεγγίζοντας τη μαγειρική με απλότητα και ακρίβεια. Η σκυτάλη περνά σήμερα, **Σάββατο 7 Μαρτίου**, στη **Γιώτα Κουφαδάκη**, τη μαγείρισσα που συνδέθηκε με τη **Χαλκιδική** μέσα από το εστιατόριο «**Μπουκαδούρα**» στη Νικητή. Αυτοδίδακτη και ανήσυχη δημιουργικά, έχει συμβάλει καθοριστικά στον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζεται η παραδοσιακή κουζίνα της περιοχής. Πιάτα όπως η **κολομπαρόπιτα**



και οι **παστουρμάδες θαλάσσης** αποτελούν πλέον σημείο αναφοράς της δουλειάς της. Το **Σάββατο 14 Μαρτίου** είναι η σειρά της **Μαρίας Κλήμη** από το «**Μαγαζάκι που λέγαμε**» στα Ιωάννινα. Από το 2018,

η μαγειρική της βασίζεται σε συνεργασίες με **μικρούς παραγωγούς** και σε **τοπικά προϊόντα** της Ηπείρου. Το **παστίτσιο με μακαρούνες, κιμά προβατίνας και σάλτσα μορνέ** αποτελεί ένα από τα πιάτα που έχουν συνδεθεί με τη σύγχρονη γαστρονομική ταυτότητα της πόλης. Ο κύκλος ολοκληρώνεται στις **31 Μαρτίου** με την **Τασούλα Κουφοπούλου**, που μαζί με την κόρη της **Στεφάνια** διατηρεί από το 1995 το εστιατόριο «**Το Απόμερο**» στα Καμινάκια Καρδίτσας. Η κουζίνα τους παραμένει βαθιά **οικογενειακή και θεσσαλική**, με πιάτα όπως το **λεμονάτο αρνάκι στον ξυλόφουρνο**, τα **γεμιστά κυδώνια** και η **καρυδόπιτα-πουτίγκα** να αποτυπώνουν μια γαστρονομία αυθεντική και βιώματική. Σε αυτές τις βραδιές, τα πιάτα συνοδεύονται από **κρασιά των αντίστοιχων περιοχών**, διαθέσιμα και σε ποτήρι, δημιουργώντας έναν μικρό χάρτη της ελληνικής γεύσης μέσα στον Πειραιά. Για έναν μήνα, το **Vibo** μετατρέπεται σε χώρο συνάντησης διαφορετικών τοπικών κουζινών, όπου η μνήμη, ο τόπος και η προσωπική μαγειρική εμπειρία αποκτούν κοινό γευστικό αποτύπωμα.



## Fashion

### Οι καλύτερες εμφανίσεις στα Actor Awards

**Τ**α **Actor Awards 2026** επιβεβαίωσαν για ακόμη μία χρονιά ότι το **κόκκινο χαλί** παραμένει ένα από τα πιο ενδιαφέροντα πεδία έκφρασης της σύγχρονης **μόδας**. Με θεματική «**Reimagining Hollywood Glamour from the '20s & '30s**», οι εμφανίσεις της βραδιάς κινήθηκαν ανάμεσα σε αναφορές στην παλιά αίγλη του Χόλιγουντ και σε πιο σύγχρονες, τολμηρές ερμηνείες της βραδινής κομψότητας. Από τις πρώτες αφίξεις ήταν σαφές ότι οι σtar αντιμετωπίζουν πλέον το **red carpet** ως μια μορφή προσωπικής **αισθητικής δήλωσης**. Δημιουργίες υψηλής ραπτικής και επιμελημένο **styling** συνυπήρχαν με πιο σύγχρονες επιλογές που έδιναν έμφαση στη σιλουέτα, στην υφή και στις λεπτομέρειες των υλικών. Οίκοι όπως **Louis Vuitton, Gucci, Prada** και **Dior** βρέθηκαν για ακόμη μία φορά στο επίκεντρο, ντύνοντας αρκετές από τις σημαντικότερες παρουσίες της βραδιάς. Ανάμεσα στις εμφανίσεις που ξεχώρισαν ήταν εκείνη της **Gwyneth Paltrow**, η οποία επέστρεψε στα Actor Awards μετά από περισσότερες



από δύο δεκαετίες, επιλέγοντας μια μαύρη δημιουργία **Givenchy** με αισθητική που παρέπεμπε σε **lingerie silhouette** και λεπτομέρειες κεντήματος. Η επιλογή της συνδέθηκε άμεσα με το πνεύμα της φετινής θεματικής, που αντλούσε

έμπνευση από το **glamour** του μεσοπολέμου. Στο ίδιο πνεύμα, αρκετές παρουσίες κινήθηκαν ανάμεσα στο **vintage Hollywood** και σε πιο σύγχρονες γραμμές. Η **Teyana Taylor** εμφανίστηκε με **custom** δημιουργία **Thom Browne**, ενώ η **Demi Moore** επέλεξε **Schiaparelli couture**, επιβεβαιώνοντας τη συνεχιζόμενη επιρροή της υψηλής ραπτικής στο **κόκκινο χαλί** των μεγάλων κινηματογραφικών διοργανώσεων. Παράλληλα, το ενδιαφέρον δεν περιορίστηκε μόνο στις γυναικείες εμφανίσεις. Οι ανδρικές επιλογές κινήθηκαν σε πιο σύγχρονη κατεύθυνση, με προσηγμένα **tailoring σύνολα** και κοσμήματα που λειτουργούσαν ως διακριτικές, αλλά ουσιαστικές λεπτομέρειες στο τελικό αποτέλεσμα. Σε μια εποχή όπου η σχέση της **μόδας** με το **κινηματογραφικό star system** παραμένει στενή, τα **Actor Awards** συνεχίζουν να λειτουργούν ως ένας από τους σημαντικότερους καθρέφτες των αισθητικών τάσεων που διαμορφώνουν τη σύγχρονη κουλτούρα του κόκκινου χαλιού.





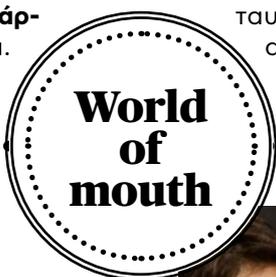
## Gourmet Πήγαμε για bianco στην Cookoovaya

**Σ**την **Cookoovaya**, το εστιατόριο του **Περικλή Κοσκινά** στα Ιλίσσια, η σύγχρονη ελληνική κουζίνα συνεχίζει να εξελίσσεται με τρόπο που συνδυάζει τεχνική ακρίβεια και γευστική καθαρότητα. Το μενού κινείται με άνεση ανάμεσα σε γνώριμες ελληνικές αναφορές και σε πιο σύγχρονες παρεμβάσεις, χωρίς να χάνει ποτέ τον βασικό του στόχο: την ανάδειξη της πρώτης ύλης. Το γεύμα ξεκίνησε με **καρπάτσιο τσιπούρας**, ένα πιάτο που αποτύπωσε αμέσως αυτή τη λογική ισορροπίας. Η λεπτή υφή του ψαριού συνδυαζόταν με **γύρη άγριου μάραθου**, **λεμόνι** και μια διακριτική πινελιά **yuzu**, δημιουργώντας μια γεύση φωτεινή και αρωματική. Στο ίδιο πνεύμα και τα **τηγανητά κολοκυθάκια** με **τζατζίκι**, **γραβιέρα** και **ρίγανη**, ένα πιάτο απλό, αλλά προσεγμένο στην εκτέλεση, που υπενθυμίζει διαρκώς ότι στην απλότητα κρύβεται η πραγματική δύναμη. Η **χορτόπιτα** με **άγρια χόρτα εποχής**, **σπανάκι**, **φέτα** και **μυρωδικά** πρόσθεσε μια ακόμη αναφορά στην ελληνική παράδοση, ενώ οι και **γαρίδες στα κάρβουνα** έφτασαν άψογα ψημένες στο τραπέζι. Από τα κυρίως πιάτα, το **σιγομαγειρεμένο κα-**



**τσικάκι στην κατσαρόλα** με **τηγανητές πατάτες** και **θυμάρι** ανέδειξε την θαλπωρή της ελληνικής παράδοσης, αν και για να το απολαύσετε σε όλο του το μεγαλείο ίσως χρειαστεί να παραγγείλετε μια μερίδα τηγανητές πατάτες ακόμη. Ωστόσο, το πιάτο που ξεχωρίζει διαχρονικά είναι το **ψάρι μπιάνκο**, μια κερκυραϊκή συνταγή που εδώ αποδίδεται με ιδιαίτε-

ρη φροντίδα. Η σάλτσα, βασισμένη στο **σκόρδο**, στο **λεμόνι** και στο **ελαιόλαδο**, δίνει με το ψάρι δημιουργώντας μια γεύση ταυτόχρονα έντονη και ισορροπημένη. Το αποτέλεσμα είναι μια σύνθεση που μεταφέρει καθαρά το άρωμα της **Κέρκυρας**, αποδεικνύοντας πως μια παραδοσιακή συνταγή μπορεί να παραμείνει επίκαιρη όταν εκτελείται με ακρίβεια. Το δικό μας γεύμα ολοκληρώθηκε με μια **τάρτα αχλάδι** με **καραμέλα βουτύρου** και **παγωτό βανίλια**, ένα επιδόρπιο που έκλεισε την εμπειρία με ισορροπημένη γλυκύτητα, αλλά υποσχασθήκαμε να επιστρέψουμε και για τον μπαμπά σε παλαιωμένο ρούμι. Στην **Cookoovaya**, η κουζίνα παραμένει πιστή στην ιδέα ότι η ελληνική γαστρονομία μπορεί να είναι ταυτόχρονα οικεία και σύγχρονη και το **μπιάνκο** αποτελεί ίσως το πιο χαρακτηριστικό παράδειγμα αυτής της προσέγγισης.



## Gourmet Έρχεται το Whisky live Athens

**Σ**τις **7 και 8 Μαρτίου 2026**, η **Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων** μετατρέπεται για ακόμη μία χρονιά σε σημείο συνάντησης για τους φίλους των αποσταγμάτων, φιλοξενώντας το **Whisky Live Athens 2026**. Ο διεθνής θεσμός, που αποτελεί μέρος του **Whisky Live Global**, επιστρέφει στη βάση του παρουσιάζοντας ένα διήμερο αφιερωμένο στο **whisky** αλλά και στη σύγχρονη σκηνή των **ελληνικών spirits**. Η φετινή διοργάνωση ανοίγει για πρώτη φορά δύο διαφορετικές διαδρομές γευσιγνωσίας. Από τη μία πλευρά, οι επισκέπτες θα περιηγηθούν στον κόσμο του **whisky**, δοκιμάζοντας περισσότερες από **200 ετικέτες**, ανάμεσα στους ειδικές εμφιαλώσεις και σπάνια αποστάγματα από σημαντικούς παραγωγούς. Από την άλλη, θα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν τη νέα γενιά των **ελληνικών αποσταγμάτων**, μέσα από σύγχρονα **τσιπούρα**, εξελιγμένα **βερμούτ**, ιδιαίτερα **gin** και δημιουργικά **λικέρ** που αναδεικνύουν τη δυναμική της ελληνικής παραγωγής. Κεντρικό στοιχείο της εμπειρίας παραμένει η **γευσιγνωσία**, με τη χρήση του ειδικού ποτηριού **Glencairn**, που



επιτρέπει στους επισκέπτες να εστιάσουν στα αρώματα και στα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά κάθε αποστάγματος. Παράλληλα, στη διάρκεια του διημέρου θα γίνουν **masterclasses** από σημαντικές προσωπικότητες του χώρου, προσφέροντας εξειδικευμένη γνώση γύρω από την

παραγωγή, την ιστορία και την απόλαυση του whisky και των spirits. Για πρώτη φορά φέτος θα πραγματοποιηθεί και **Whiskey Food Pairing** στο **Teeling Vagon**, σε συνεργασία με το **Teeling** και την **Κάβα Νέκταρ**, αναδεικνύοντας τις γευστικές δυνατότητες συνδυασμού των αποσταγμάτων με επιλεγμένα προϊόντα. Στην έκθεση θα υπάρχουν επίσης pairings με **ελληνικά τυριά**, **αλλαντικά** και **αυγοτάραχο**, ενισχύοντας τον γαστρονομικό χαρακτήρα της εμπειρίας. Η εμπειρία ολοκληρώνεται με την **VIP αίθουσα**, όπου οι επισκέπτες μπορούν να συμμετάσχουν σε **private tastings** διάρκειας μίας ώρας με σπάνιες ή συλλεκτικές εμφιαλώσεις, καθώς και με το νέο **Cigar Lounge**, που συνδυάζει **premium whiskeys** με επιλεγμένα **πούρα**. Με **live μουσική από DJs**, **food courts** και ειδικό **inhouse shop** της **Κάβας Νέκταρ**, το **Whisky Live Athens** επιβεβαιώνει ότι αποτελεί τη σπουδαιότερη εμπειρία γευσιγνωσίας αποσταγμάτων στην ελληνική σκηνή.

## Culture

# WOW - Women of the World Athens στο ΚΠΙΣΝ

**A**πό τις **27 έως τις 30 Μαρτίου 2026**, το **Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΚΠΙΣΝ)** φιλοξενεί για ακόμη μία χρονιά το **WOW - Women of the World Athens**, τη διεθνή διοργάνωση που αναδεικνύει ζητήματα γύρω από τη θέση των γυναικών, των θηλυκοτήτων και των δυαδικών ατόμων στη σύγχρονη κοινωνία. Στο πλαίσιο του φεστιβάλ, το **μουσικό πρόγραμμα** αποτελεί ένα από τα πιο ζωντανά και πολυσυλλεκτικά στοιχεία της διοργάνωσης, συνδυάζοντας συναυλίες, DJ sets και απρόσμενες performative δράσεις στον ανοιχτό χώρο του ΚΠΙΣΝ. Κεντρική παρουσία του φετινού προγράμματος είναι η **Imany**, η διεθνώς αναγνωρισμένη τραγουδοποιός με τη χαρακτηριστική βαθιά φωνή και τις soul και folk επιρροές. Η εμφάνισή της εντάσσεται στη λογική του φεστιβάλ που φέρνει στην Αθήνα καλλιτέχνες με ισχυρό προσωπικό στίγμα και διεθνή παρουσία. Δίπλα της, η **Τάνια Γιαννούλη**, μία από τις πιο σημαντικές Ελληνίδες δημιουργούς της σύγχρονης μουσικής σκηνής, παρουσιάζει τη δική της ιδιαίτερη μουσική προσέγγιση, όπου η **πιάνο σύνθεση** συναντά



στοιχεία αυτοσχεδιασμού και σύγχρονης αισθητικής. Το πρόγραμμα επεκτείνεται πέρα από τις συναυλίες, δίνοντας χώρο και σε πιο ανεπίσημες μουσικές εμπειρίες. **DJ sets**, pop-up μουσικές εμφανίσεις και ανοιχτές δράσεις δημιουργούν μια ατμόσφαιρα που συνδέει το φεστιβάλ με τον δημόσιο χώρο του ΚΠΙΣΝ. Στην **Αγορά του ΚΠΙΣΝ**, το κοινό θα συναντήσει μια σειρά από μουσικά events που λειτουργούν ως σημεία συνάντησης για τους επισκέπτες του φεστιβάλ. Ανάμεσα

στις πιο ιδιαίτερες στιγμές του προγράμματος είναι και το **roller skates party** που οργανώνεται σε συνεργασία με την κοινότητα **Patinia**, μετατρέποντας την Αγορά σε έναν ανοιχτό χώρο μουσικής και κίνησης, όπου το κοινό μπορεί να συμμετέχει ενεργά στην εμπειρία του φεστιβάλ. Το **WOW - Women of the World Athens** αποτελεί την ελληνική εκδοχή ενός διεθνούς φεστιβάλ που ξεκίνησε στο Λονδίνο και σήμερα πραγματοποιείται σε πόλεις σε όλο τον κόσμο, συνδυάζοντας συζητήσεις, τέχνη, μουσική και πολιτιστικές δράσεις. Στην αθηναϊκή του μορφή, το μουσικό πρόγραμμα λειτουργεί ως μια ανοιχτή γιορτή δημιουργικότητας, όπου διαφορετικές μουσικές φωνές και κοινότητες συναντώνται στον δημόσιο χώρο της πόλης.

### World of mouth

## Culture

# Η Εθνική Λυρική Σκηνή για πρώτη φορά στο Carnegie Hall της Νέας Υόρκης

**Σ**τις **15 Οκτωβρίου 2026**, η **Εθνική Λυρική Σκηνή** ταξιδεύει για πρώτη φορά στη **Νέα Υόρκη**, παρουσιάζοντας στο ιστορικό **Carnegie Hall (Stern Auditorium / Perelman Stage)** τη συναυλία **"Nikos Kazantzakis: An Odyssey in Music"**. Πρόκειται για μια ιδιαίτερη μουσική βραδιά αφιερωμένη στον **Νίκο Καζαντζάκη**, με έργα κορυφαίων Ελλήνων συνθετών που εμπνεύστηκαν από το έργο και την προσωπικότητα του μεγάλου συγγραφέα. Τη συναυλία θα διευθύνει ο διεθνώς καταξιωμένος μαέστρος **Βασίλης Χριστόπουλος**, μουσικός διευθυντής της Όπερας του Γκρατς, ενώ συμμετέχουν η **Ορχήστρα της ΕΛΣ** σολίστ μουσικοί και φυσικά δύο σημαντικές φωνές της διεθνούς λυρικής σκηνής: η διάσημη μεσόφωνος **Ανίτα Ρατοβελισβίλι** και η Ελληνίδα υψίφωνος **Μαρία Κωστράκη**. Η συναυλία πραγματοποιείται με τη στήριξη του **Ίδρυματος Σταύρος Νιάρχος**, στο πλαίσιο της ενίσχυσης της διεθνούς εξωστρέφειας της Εθνικής Λυρικής Σκηνής και



δημιουργεί μια μουσική γέφυρα ανάμεσα σε διαφορετικές γενιές της ελληνικής δημιουργίας, μέσα από έργα των **Μάνου Χατζιδάκι**, **Μίκη Θεοδωράκη**, **Νίκου Σκαλκώτα**, **Δημήτρη Μητρόπουλου**

και **Γιώργου Κουμεντάκη**. Όλοι οι συνθέτες συνδέονται με τον πνευματικό κόσμο του **Καζαντζάκη** και με την πολιτισμική ταυτότητα της **Κρήτης**, τόπο καταγωγής του συγγραφέα. Ανάμεσα στα έργα που θα παρουσιαστούν είναι η μουσική του **Μάνου Χατζιδάκι** για τον **«Καπετάν Μιχάλη»**. Παράλληλα, ο **Μίκης Θεοδωράκης** αποτυπώνει τον κόσμο του **«Ζορμπά»**, μέσα από τη μουσική της κινηματογραφικής μεταφοράς του έργου **Βίος και πολιτεία του Αλέξη Ζορμπά**, που χάρισε στον ήρωα μια παγκόσμια μουσική ταυτότητα. Στο πρόγραμμα περιλαμβάνεται επίσης το συμφωνικό έργο **"Amor Fati"** του **Γιώργου Κουμεντάκη**, εμπνευσμένο από τη φιλοσοφία του Καζαντζάκη και την κρητική μουσική παράδοση, το οποίο θα παρουσιαστεί για πρώτη φορά στην **Αμερική**. Τη βραδιά συμπληρώνουν οι **Τρεις Κρητικοί Χοροί** του **Νίκου Σκαλκώτα** και η **Κρητική γιορτή** του **Δημήτρη Μητρόπουλου**, έργα που αναδεικνύουν τη μουσική κληρονομιά της Κρήτης. Η συναυλία πραγματοποιείται υπό την αιγίδα της **Ελληνικής Ορθόδοξης Αρχιεπισκοπής Αμερικής**, ενώ μέρος των εσόδων θα διατεθεί στο **Hellenic Education Fund** της Αρχιεπισκοπής και στον οργανισμό **Μαζί για το Παιδί**.

# Γιατί το ελαιόλαδο δεν είναι πια αυτονόητο;

**Η** Ελλάδα μεγάλωσε με το **ελαιόλαδο** στο τραπέζι της. Στο γυάλινο μπουκάλι δίπλα στο ψωμί, στη **σαλάτα** που δεν χρειαζόταν τίποτε άλλο και φυσικά στο **τηγάني** της οικογένειας. Δεν ήταν απλά ένα προϊόν. Ήταν δεδομένο. Τα τελευταία δύο χρόνια, όμως τα πράγματα αλλάζουν. Για παράδειγμα, η μειωμένη **παραγωγή** σε ολόκληρη τη Μεσόγειο —με αιχμή την Ισπανία— σε συνδυασμό με τις ακραίες καιρικές συνθήκες και το αυξημένο κόστος καλλιέργειας, συμπίεσαν την προσφορά. Οι τιμές παραγωγού εκτοξεύθηκαν και η λιανική ακολούθησε. Σύμφωνα, μάλιστα, με τα διαθέσιμα στοιχεία, η παγκόσμια παραγωγή **ελαιολάδου** την περίοδο 2022-2023 μειώθηκε κατά περίπου **30%** σε σχέση με τον μέσο όρο της προηγούμενης πενταετίας, ενώ η Ισπανία κατέγραψε πτώση που ξεπέρασε το **50%** σε μία από τις πιο δύσκολες σοδειές των τελευταίων δεκαετιών (**Διεθνές Συμβούλιο Ελαιολάδου - ΙΟΕ, Υπουργείο Γεωργίας Ισπανίας**). Η σταδιακή ανάκαμψη που ακολούθησε δεν επανέφερε άμεσα τις τιμές στα προ κρίσης επίπεδα, καθώς η διεθνής ζήτηση παρέμεινε υψηλή. Το **έξτρα παρθένο** που κάποτε αγοράζαμε χωρίς δεύτερη σκέψη, σήμερα επιλέγεται με προσοχή, λόγω κόστους. Η ποσότητα μειώνεται από τη μία, μα η απόφαση να το συμπεριλάβεις στην καθημερινή σου διατροφή γίνεται ακόμη πιο συνειδητή. Στο μεταξύ, κάτι ακόμη αλλάζει κι αυτό δεν είναι άλλο από την αντίληψή μας γύρω από αυτό. Το **ελαιόλαδο** αρχίζει να αντιμετωπίζεται όχι μόνο ως βασικό αγαθό αλλά ως προϊόν ποιότητας, με χαρακτηριστικά που αξίζει να αναδειχθούν. Όροι όπως **μονοποικιλιακό, πρώιμη συγκομιδή, χαμηλή οξύτητα, ημερομηνία έκθλιψης**, εμφανίζονται όλο πιο συχνά στις ετικέτες και στις συζητήσεις. Δεν είναι πλέον λίγοι οι μικροί παραγωγοί, οι οποίοι επενδύουν σοβαρά σε **single estate** εμφιαλώσεις, περιορισμένες παρτίδες και φυσικά ιδιαίτερα προσεγμένη τυποποίηση. Μια αντίστοιχη «μετατόπιση» παρατηρείται και στην εστίαση. Εκεί όπου το λάδι ερχόταν ανώνυμα σε ένα κοινό, no name δοχείο, σήμερα εμφανίζεται εμφιαλωμένο, με σαφή προέλευση. Σε ορισμένα εστιατόρια, μάλιστα, παρουσιάζεται κατά τη διάρκεια του φαγητού ως πρόσθετη πρόταση- αναβάθ-

μιση της γευστικής απόλαυσης και μια συγκεκριμένη ελληνική ποικιλία — **Κορωνέικη, Αθηνολιά, Μανάκι** — με σύντομη περιγραφή των χαρακτηριστικών της. Δεν πρόκειται απλώς για συνοδευτικό, καθώς έτσι το ελαιόλαδο αποκτά σημαντικό ρόλο στο **αφήγημα του μενού**. Όπως συνέβη πριν χρόνια με το κρασί, έτσι και τώρα και αυτό περνά στη σφαίρα της επιλογής. Θα μου πείτε τώρα πως όλα τα παραπάνω δεν σημαίνουν ότι το ελαιόλαδο παύει να είναι καθημερινό. Σύμφωνα. Όλα τα παραπάνω όμως δείχνουν ότι **επαναποθετείται**. Η αυξημένη τιμή οδηγεί αρκετούς καταναλωτές σε πιο μετρημένη χρήση με κάποιους να επιλέγουν μικρότερες συσκευασίες καλύτερης ποιότητας και αρκετούς να στρέφονται σε απευθείας αγορές από παραγωγούς. Η έννοια του «χύμα» υποχωρεί, ενώ η **ιχνηλασιμότητα** αποκτά αξία. Πέρα από τα παραπάνω, υπάρχει και η πολιτισμική διάσταση. Σε μια χώρα όπου το λάδι ταυτίζεται με τη διατροφική ταυτότητα, η μετατροπή του σε **premium προϊόν** δημιουργεί ένα παράδοξο. Πώς διατηρείς την **οικειότητα** ενός βασικού συστατικού όταν η τιμή του το απομακρύνει από την αίσθηση της αφθονίας; Πώς ισορροπεί η αγορά ανάμεσα στη **μαζική κατανάλωση** και στην **αναβάθμιση**; Η απάντηση φαίνεται να βρίσκεται στη διαφοροποίηση. Η μεγάλη παραγωγή θα συνεχίσει να καλύπτει τις βασικές ανάγκες. Παράλληλα, όμως, αναπτύσσεται και μια κατηγορία που αντιμετωπίζει το **ελαιόλαδο** ως προϊόν γευστιγνωσίας. Εξειδικευμένα παντοπωλεία ακόμη και μεγάλα ξενοδοχεία οργανώνουν tastings όπου τα ελαιόλαδα δοκιμάζονται σε αδιαφανή μπλε ποτήρια - όπως επιβάλλει η διεθνής πρακτική, ώστε το χρώμα να μην επηρεάζει την κρίση- και κατόπιν συζητούνται για ώρες διάφοροι παράγοντες όπως τα **αρώματα**, το **σώμα** και η **επίγευση**. Το 2026 βρίσκει το ελληνικό **ελαιόλαδο** σε μια μεταβατική φάση. Η **κλιματική αβεβαιότητα** δεν επιτρέπει εύκολες προβλέψεις για την επόμενη σοδειά, ενώ η διεθνής ζήτηση παραμένει ισχυρή. Οι παραγωγοί επενδύουν σε πιο ανθεκτικές καλλιεργητικές πρακτικές και σε **σύγχρονα ελαιοτριβεία**. Ταυτόχρονα, η εσωτερική αγορά προσαρμόζεται σε νέα δεδομένα **τιμής** και **ποιότητας**. Το λάδι παραμένει στο τραπέζι. Απλώς δεν το θεωρούμε πια αυτονόητο.





Από τον **Νεκτάριο Β. Νώτη**  
nectarios@notice.gr

## Η μόδα των *microbakery*: Όταν το ψωμί γίνεται *lifestyle αξεσουάρ*

**T**α τελευταία χρόνια εμφανίζεται και στην Αθήνα, όλο και περισσότερο, η τάση των *microbakery*: Μικροί, *gourmet* φούρνοι, που ανοίγουν συχνά από γνωστούς *chef* και ζαχαροπλάστες, και **υπόσχονται** αυθεντικότητα, αργή ωρίμανση και ποιοτικά υλικά.

Στην πράξη όμως, πίσω από την αισθητική του *craft* συχνά κρύβεται μια μάλλον **προβληματική** σχέση ανάμεσα στην ποιότητα, την τιμή και την ειλικρίνεια προς τον καταναλωτή.

**Πρώτον, η σχέση ποιότητας-τιμής είναι συχνά δυσανάλογη.** Το ψωμί παρουσιάζεται ως σχεδόν γαστρονομικό προϊόν πολυτελείας, με τιμές, που θυμίζουν περισσότερο *delicatessen* παρά καθημερινό τρόφιμο. Μέχρι εδώ, όλα καλά. Δικαίωμα κάθε επιχειρήσης είναι να πουλάει τα προϊόντα της όσο θέλει. Όμως, πολλές από τις τεχνικές που προβάλλονται, ως καινοτομία — το προζύμι, η αργή ζύμωση κλπ. — αποτελούν βασική γνώση της ελληνικής αρτοποιίας εδώ και δεκαετίες. Επιπλέον, όπως πληροφορούμαι, υπάρχουν *microbakery*, τα οποία αγοράζουν έτοιμα προϊόντα από γνωστούς φούρνους, οι οποίοι πουλάνε και χονδρική.

**Δεύτερον, η αφήγηση περί αυθεντικότητας είναι επιλεκτική.** Από τη μία πλευρά γίνεται λόγος για παράδοση και επιστροφή στο ψωμί όπως παλιά, από την άλλη, όμως, η εικόνα χτίζεται γύρω από εισαγόμενα άλευρα, *trendy* ποικιλίες και μια αισθητική, που θυμίζει περισσότερο βόρεια Ευρώπη, παρά ελληνικό φούρνο. Η αυθεντικότητα καταλήγει να λειτουργεί περισσότερο ως *branding* παρά ως πραγματική σύνδεση με την τοπική παράδοση.

**Τρίτον, η σπανιότητα γίνεται εργαλείο marketing.** Η περιορισμένη παραγωγή παρουσιάζεται ως απόδειξη ποιότητας, αλλά στην πράξη δημιουργεί ένα είδος τε-

νητού hype: Λίγα κομμάτια, μεγάλες ουρές, γρήγορα sold out. Η αίσθηση *exclusivity* ανεβάζει την τιμή του προϊόντος όχι απαραίτητα λόγω ουσίας, αλλά λόγω ψυχολογίας της αγοράς.

**Τέταρτον, το ψωμί μετατρέπεται σε σύμβολο κοινωνικού status.** Εκεί, που κάποτε ήταν το πλέον προσβάσιμο τρόφιμο, τώρα παρουσιάζεται σαν κάτι που πρέπει να... ανακαλύψεις, να εκτιμήσεις και, φυσικά, να πληρώσεις ακριβά. Το αποτέλεσμα είναι ένα προϊόν, που απευθύνεται περισσότερο σε *food-conscious* αστικά κοινά, παρά στον μέσο καταναλωτή. Κι εδώ δεν θα είχα θέμα, αν οι περισσότεροι εξ αυτών των φούρνων δεν παρουσιάζονταν με... αντισυστημική πλατφόρμα!

### #NecNotice

Αυτό σημαίνει ότι οι παραδοσιακοί φούρνοι κάνουν καλά τη δουλειά τους;

Όχι. **Ελάχιστοι** έχουν απομείνει να παράγουν ψωμί **όπως θα έπρεπε**, ή τουλάχιστον να προσφέρουν και αυτή την εναλλακτική.

Αυτό, όμως, δεν σημαίνει ότι τα *microbakery* πρέπει να πουλάνε **φύκια για μεταξωτές κορδέλες**. Διότι, όταν πουλάς 6 ευρώ τη φρατζόλα - δηλαδή **13 ευρώ το κιλό!** -, πρέπει αυτό να αντικατοπτρίζεται και στην ποιότητα και στη γεύση.

Αλλιώς, απλά αντιγράφεις το μοντέλο των **Paul**, που επίσης **ΔΕΝ** είναι value for money.

Και το ίδιο ισχύει και για τα υπόλοιπα αρτοσκευάσματα.

Η ειρωνεία είναι ότι η τάση των *microbakery* **υποτίθεται** πως θέλει να επιστρέψει το ψωμί στην **απλότητά** του. Στην πραγματικότητα, συχνά το μετατρέπει σε κάτι πολύ πιο **περίπλοκο** — και πολύ πιο **ακριβό** — απ' όσο χρειάζεται.

Απολαύστε!

**SÖ POSH!** ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΨΗΦΙΑΚΟ NEWSLETTER

Εκδότης - Διευθυντής: **Νεκτάριος Β. Νώτης**  
Chief Editor: **Γιώτα Παναγιώτου** • Αρχισυντάκτης: **Γιάννης Παλιούρης** • Sales Manager: **Βίλλυ Τριπολίτου** • Senior Business Development: **Μύριαμ Πρίφτη**  
Sales Executive: **Ιφιγένεια Καραντώνη** • Συνδρομές - Διεύθυνση Λειτουργίας: **Σύλια Τσιρτσίκου** • Digital Art Director: **ArDiDesign**  
Τεχνική Υποστήριξη: **Θανάσης Βιρβίλης**

**NOTICE**  
CONTENT & SERVICES

Βαλαωρίτου 9, 106 71 Κολωνάκι, Τ. 210 3634061

Πληροφορίες - Συνδρομές: [sylia@notice.gr](mailto:sylia@notice.gr), Δελτία τύπου: [media@notice.gr](mailto:media@notice.gr)