



αρτοποιός

Ιούλιος - Αύγουστος 2019 / Τεύχος 107

fresh
pastry



16 ΧΡΟΝΙΑ
ΕΠΙΤΥΧΙΕΣ

foodStuff
Η ΠΡΩΤΗ ΥΛΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ



www.foodstuff.com.gr

foodStuff
Η ΠΡΩΤΗ ΥΛΗ ΤΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ



Εγγύηση επιτυχίας για τα πιο λαχταριστά κέικ



Premium Baker's Select Crème Cake Base

- Σε 2 απολαυστικές γεύσεις **Plain** (Βανίλια) και **Σοκολάτα**
- Τέλεια εμφάνιση και κρεμώδης υφή
- Σταθερό αποτέλεσμα με μεγάλη διατηρησιμότητα
- Απεριόριστη γκάμα εφαρμογών: κέικ, βασιλόπιτα, muffins, curcakes, καρυδόπιτα, πορτοκαλόπιτα, ραβανί, παντεσπάνι κ.α.



Μαζί, εξελίσσουμε την επιτυχία σας.

ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ Τ 210 24 19 700 Φ 210 24 62 433
ΥΠΟΚ/ΜΑ ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ Τ 2310 570 121-4 Φ 2310 570 130
www.stelioskanakis.gr • info@stelioskanakis.gr • Find us on **f**

8

74



48



39



fresh
pastry

68



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΜΟΝΙΜΕΣ ΣΤΗΛΕΣ

- 10** Ρεπορτάζ Αγοράς: Παρουσίαση προϊόντων για μπισκότα και κουλούρια
- 20** Νέα της Ομοσπονδίας: Νέα και δράσεις των σωματείων της ΟΑΕ
- 22** Νέα της Αγοράς: Προϊόντα, γευστικές προτάσεις, νέα του κλάδου και τεχνικός εξοπλισμός
- 74** Γεύσεις από Ελλάδα: Προζυμένιο ψωμί από τη Ζαγορά

ΘΕΜΑΤΑ

- 8** Αφιέρωμα στα μπισκότα και κουλούρια
- 34** Παρουσίαση ποικρο: Όταν η φαντασία "παντρεύτηκε" τη δημιουργία!

ΤΕΧΝΙΚΑ

- 48** Τα οφέλη της σταφίδας
- 52** Πόση ατυχία υπάρχει μέσα σε ένα ατύχημα;
- 54** Διακετύλιο με άρωμα βουτύρου. Είναι ασφαλές;
- 58** Τρόφιμα χαμηλού γλυκαιμικού δείκτη

FRESH PASTRY

- 40** Τούρτα MOZART από την AKTINA
- 42** Θάλαμοι ταχείας ψύξης από την Α&Δ ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ
- 44** Νέα προϊόντα TOP CHEF από τη FAMA FOOD SERVICE
- 46** Το σπιτικό HOME CAKE IREKS από τη LAOUDIS FOODS ΑΕΒΕ

ΣΥΝΤΑΓΕΣ

- 62** Μπισκότα Σαμπλέ
- 64** Cookies Soft Chocolate
- 66** Μαλακά μπισκότα με κομμάτια σοκολάτας
- 68** Tropical Passion
- 70** Κουλουράκια με αλεύρι φακής (με μέλι & κανέλα)
- 72** Μπισκότα από αλεύρι χωρίς γλουτένη (τύπου digestive)

fresh
pastry

{ **freshbakery.gr**



Φυσικά Υγρά Προζύμια Χωρίς Πρόσθετα

- Προσδίδουν πλούσιο άρωμα, υπέροχη γεύση και λαχταριστή εμφάνιση
- Χαρίζουν τραγανή κόρα, τέλεια δομή και ψίχα με προζυμένα υφή
- Εξασφαλίζουν φρεσκάδα στο τελικό προϊόν για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα
- Παρέχουν υψηλή ασφάλεια, σταθερή ποιότητα και είναι έτοιμα προς χρήση
- Από τη BÖCKER, με παράδοση 100 χρόνων στην παραγωγή προζυμιών



Μαζί, εξελίσσουμε την επιτυχία σας.

ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ Τ 210 24 19 700 F 210 24 62 433
 ΥΠΟΚ/ΜΑ ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ Τ 2310 570 121-4 F 2310 570 130
 www.stelioskanakis.gr • info@stelioskanakis.gr • Find us on 



Ένα βήμα μπροστά!

EDITORIAL

Ο ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ έρχεται με ένα τεύχος που «μυρίζει» γλύκα και φέρνει παιδικές αναμνήσεις. Τα μπισκότα και τα κουλούρια, που μικροί και μεγάλοι λατρεύουν, είναι το κεντρικό αφιέρωμα του τεύχους 107.

Στις σελίδες του θα ανακαλύψετε μια ευρεία γκάμα προϊόντων που σας προτείνουν καταξιωμένες εταιρείες του χώρου. Έτοιμα μπισκότα και κουλούρια, πρώτες ύλες, συσκευασίες κ.ά. Επίσης θα βρείτε ενδιαφέρουσες και συμφέρουσες προτάσεις για είδη εξοπλισμού, ιδιαίτερα χρήσιμα για την επιχείρησή σας.

Ακόμη, διαβάστε τα νέα της αγοράς και ενημερωθείτε πρώτοι για τις τάσεις του κλάδου.

Μέσα από τις σελίδες του επίσημου περιοδικού της Ομοσπονδίας Αρτοποιών Ελλάδας θα ενημερωθείτε για όλα τα νέα και τις δράσεις των σωματείων και των συντεχνιών της ΟΑΕ ανά την Ελλάδα.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν τα τεχνικά άρθρα που αφορούν στα οφέλη της σταφίδας στα αρτοσκευάσματα, στο διακετύλιο και κατά πόσο είναι ασφαλές, στα τρόφιμα με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη καθώς και πως μπορούμε να μειώσουμε τις αιτίες που προκαλούν ατυχήματα στον εργασιακό χώρο.

Τέλος, μεταξύ άλλων, μπορείτε να βρείτε γευστικές συνταγές για μπισκότα και κουλούρια, οι οποίες θα ξετρελάνουν τους πελάτες σας.

Καλή ανάγνωση και καλό υπόλοιπο καλοκαιριού!

Από την υπεύθυνη σύνταξης
Ελισάβετ Πετρίδου



ΕΚΔΟΤΗΣ:
Γ. Σηφοστρατουδάκης

ΕΠΙΜΕΛΗΤΕΣ
ΕΚΔΟΣΗΣ:
Ελισάβετ Πετρίδου
Μαριάννα Σπανού

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:
Μ. Αρκουλής
Δ. Δασόπουλος
Οδ. Ιστορικός
Γ. Κουβουτσάκης
Ε. Κουντούρη
Α. Δ. Κριτσαντώνης
Χ. Μακρατζάκη
Δ. Μποςδίκος
Μ. Νανάπουλος
Ε. Πανά
Χ. Ρέγκος
Α. Τσιπούρας
Λ. Ψυλιάκος

ΥΠΕΥΘΥΝΗ
ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ:
Βασιλική Πιτταρά

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ:
Σουζάνα Κόκοτζη

ART DIRECTOR:
Βάσια Τσάκα
Γεωργία Αγγελίδου

DTP:
Αθανασία Βαβαρίνου

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ
ΕΚΔΟΣΗΣ:
Στέλλα Κυλινδρή

ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΙ:
Μεγακλής Γαντζίας
Νικίας Αλεξανδρής

ΥΠΕΥΘΥΝΗ
ΣΥΝΔΡΟΜΩΝ:
Σουζάνα Κόκοτζη,
CREATIVE ASSOCIATE
SHAPE STUDIO

ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ:
Νίκος Σκανοδρέας,
Μαρία Μπογιατζίδου,
Σουζάνα Κόκοτζη

ΝΟΜΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ:
Β. Μπαλάσης,
τηλ.: 210 52 24 217

ΕΤΗΣΙΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:
Ελλάδα 15€,
Εκτός Ελλάδας 70€

www.freshbakery.gr

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
● SHAPE.

Κρήτης 13, 142 31 Ν.
Ιωνία, Αθήνα
Τ. 2102723628,
Info@shape.com.gr
www.shape.com.gr

One Life. One Body. One Chance.

- Νόστιμη μπάρα δημητριακών
- Υψηλή διατροφική αξία
- Πλούσια σε πρωτεΐνες
- Καινοτόμο προϊόν
- Εύκολη παραγωγή

- ΙΔΑΝΙΚΗ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
- ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΨΗΣΙΜΟ



πρωτεϊνική μπάρα

> 25 ΓΡ. ΠΡΩΤΕΪΝΗΣ
ΑΝΑ 100 ΓΡ. ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

- Protein Muesli Berries 5 kg
Για μπάρα πρωτεΐνης με κόκκινα φρούτα
- Protein Muesli Chocolate 5 kg
Για μπάρα πρωτεΐνης με σοκολάτα
- Cruncy Mix 5 kg
Βάση για μπάρες πρωτεΐνης

ΜΕΛΟΣ



Διεθνείς συνεργασίες: Deutsche Backer Zeitung • Bakers Journal • European Baker • Institut National de la Boulangerie Patisserie • Panificatore Italiano. Τα ευπρόσδεκτα κείμενα είναι προσφορά των συντακτών τους, των οποίων και τις απόψεις εκφράζουν. Κείμενα και φωτογραφίες δεν επιστρέφονται. Η διεύθυνση των εκδόσεων SHAPE IKE διατηρεί το δικαίωμα να τα αναδημοσιεύει σε χρόνο που κρίνει σκόπιμο, εφ' όσον ανταποκρίνονται στις ανάγκες ενημέρωσης των αναγνωστών μας. Απαγορεύεται η ανατύπωση μέρους ή όλου του εντύπου χωρίς προηγούμενη έγγραφη άδεια του εκδότη. Η διεύθυνση και οι συνεργάτες καταβάλλουν κάθε δυνατή προσπάθεια για την επαλήθευσή τους, δεν φέρουν ευθύνη για την ακρίβεια των τεχνικών και λοιπών χαρακτηριστικών των μηχανημάτων και ειδών που παρουσιάζονται σε κείμενα ή πίνακες της έκδοσης. Οι κ.κ. κατασκευαστές και οι αντιπρόσωποί τους παρακαλούνται για τον έλεγχο και τη διόρθωση τυχόν λαθών για την ορθή ενημέρωση των σχετικών στοιχείων. "The baker and his work" is a bimonthly edition for bakers in Greece, published by SHAPE IKE PO. Box 53 100 GR - 142 10 ATHENS, GREECE - 2003 No part of this edition may be reprinted without prior written permission of the copyright owners.



ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Αγαπητοί μου φίλοι και αναγνώστες

Είναι ήδη γνωστό σε όλους ότι από τις αρχές του 2015 καταργήθηκε ο πόρος που ελάμβανε η Ομοσπονδία μας από το ΤΕΑΑ. Ένα σημαντικό έσοδο, ικανό να καλύψει τις λειτουργικές ανάγκες της Οργάνωσής μας. Ως διοίκηση της ΟΑΕ, είχαμε από καιρό προβλέψει αυτή τη δυσμενή εξέλιξη κι έτσι με χρηστή διαχείριση των οικονομικών μας, επιδιώξαμε και καταφέραμε να εξασφαλίσουμε ένα σημαντικό αποθεματικό, ώστε να καλύπτονται οι ανάγκες της ΟΑΕ.

Συνεπώς, τα τελευταία 4 χρόνια, οι ανάγκες της οργάνωσής μας καλύπτονται από το αποθεματικό αυτό, το οποίο με μαθηματική ακρίβεια και με δεδομένο ότι δεν υπάρχουν άλλα έσοδα, μειώνεται και θα μειωθεί επιπλέον. Κατά καιρούς έχουμε απευθυνθεί σε συνεργάτες της ΟΑΕ, ώστε με κάποιες ετήσιες χορηγίες να καλύπτεται μέρος των λειτουργικών μας εξόδων.

Από αυτήν τη σελίδα λοιπόν, θα ήθελα να ευχαριστήσω ιδιαίτερα την εταιρεία Lesaffre και τους Μύλους ΚΕΠΕΝΟΥ, που ήδη έχουν ανταποκριθεί στο θέμα αυτό που αντιμετωπίζουμε.

Το τελευταίο διάστημα, αντιλαμβάνομαι έντονα την κινητικότητα και την ορ-

γάνωση που επιδεικνύουν όλοι οι πρόεδροι των Σωματείων της Ομοσπονδίας μας και ταυτόχρονα τους ευχαριστώ. Χαρακτηριστική δε, είναι η πρώτη περιφερειακή συνεδρίαση του Δ.Σ της ΟΑΕ, που πραγματοποιήθηκε στη Χαλκίδα.

Μία συνεδρίαση ανοιχτή, την οποία κάλυψαν τα τοπικά ΜΜΕ και παρακολούθησαν φορείς της Τοπικής Αυτοδιοίκησης με μεγάλο ενδιαφέρον, απύθνυν τους χαιρετισμούς τους στους συναδέλφους μας αλλά το σημαντικότερο, γνώρισαν μέσω της συμμετοχής τους τη σοβαρότητα όλων όσων στηρίζουμε όλα τα χρόνια της λειτουργίας της Ομοσπονδίας μας.

Αρχής γενομένης λοιπόν από τη Χαλκίδα, η επόμενη συνεδρίαση του Δ.Σ μας θα πραγματοποιηθεί στην Κόρινθο, κατόπιν προσκλήσεως του Προέδρου του τοπικού σωματείου, όπου θα αποφασιστεί η μεθεπόμενη τακτική συνεδρίαση, ούτως ώστε να επισκεφθούμε όσο το δυνατόν περισσότερα τοπικά σωματεία της χώρας μας.

Συνακόλουθο όλων των επικείμενων συνεδριάσεων θα είναι και η παρουσίαση και η εκκίνηση του Προγράμματος ΕΠΑΝΕΚ τους ερχόμενους μήνες, το οποίο αφορά στην κατάρτιση και πιστοποίηση όλων των εργαζομένων στα



αρτοποιεία όλης της χώρας, για την απόκτηση νέων γνώσεων, δεξιοτήτων και ικανοτήτων, που θα ενισχύσουν ουσιαστικά την προσαρμογή τους στις αλλαγές του επιχειρηματικού περιβάλλοντος.

Μέχρι τότε λοιπόν... εύχομαι καλό καλοκαίρι σε όλους μας!

Μιχάλης Μούσιος
Πρόεδρος Ομοσπονδίας
Αρτοποιιών Ελλάδος



R&H COOKIE BASES

Cookies και Μπάρες που αποκτούν... followers!

Κερδίστε πιστούς followers δημιουργώντας λαχταριστά, **αμερικάνικου τύπου cookies** και **ακαταμάχητες μπάρες δημητριακών** με απολαυστική γεύση, τέλεια εμφάνιση και μεγάλη διατηρησιμότητα! Τα κορυφαία προϊόντα **R&H COOKIE BASE ΒΑΝΙΛΙΑ** και **R&H COOKIE BASE ΒΡΩΜΗΣ** εγγυώνται σταθερότητα στην παρασκευή και ποιότητα ασυναγώνιστη. Μαστιχωτά ή τραγανά, με γεύση βανίλια ή βρώμη, με προσθήκη κακάο, ξηρών καρπών, cranberries, κομματιών σοκολάτας ή ό,τι άλλο φανταστείτε, τα cookies και οι μπάρες σας θα κερδίσουν τις εντυπώσεις και θα αποκτήσουν φανατικούς θαυμαστές.



KONTA AEBE
Α΄Υψης Αρτοποιίας, Ζαχαροπλαστικής & Παγωτού
28ης Οκτωβρίου 51, 136 73 Αχαρνάι
Τηλ.: 210 2406990, 210 2406688 • Fax: 210 2460694
info@konta.gr • www.konta.gr



ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ & ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

Τα πρώτα μπισκότα εμφανίστηκαν στην Αμερική κατά το 16ο αιώνα από Άγγλους, Σκοτσέζους και Ολλανδούς μετανάστες. Στην αφήγησή του ο εξερευνητής Sir Martin Frobisher αναφέρει πως, όσο έμενε στη βόρεια Αμερική, η τροφή των ναυτικών ήταν μισό κιλό μπισκότα και ένα γαλόνι μπίρας την ημέρα. Από το 15ο αιώνα και έπειτα, η ζάχαρη άρχισε να γίνεται πρωτεύουσα γλυκαντική ουσία και να αντικαθιστά το μέλι. Στα τέλη του 17ου αιώνα η σοκολάτα είχε αρχίσει να παίρνει θέση στις διατροφικές συνήθειες και συνδυάστηκε πολύ αρμονικά με τα μπισκότα.



Ο ρόλος των πρώτων υλών για την παρασκευή μπισκότων & κουλουριών

Τα κουλουράκια και τα μπισκότα είναι προϊόντα, των οποίων η βασική δομή σχηματίζεται από τις ίδιες περι-που πρώτες ύλες με αυτές που χρησιμοποιούνται για την παρασκευή των κέικ, μόνο που αλλάζουν οι αναλογίες τους. Τα κυριότερα συστατικά που χρησιμοποιούνται είναι το αλεύρι, τα αυγά, τα λιπαρά, τα σάκκαρα, το γάλα, τα αρώματα, οι γαλακτωματοποιητές, οι διογκωτικές και οι βελτιωτικές ουσίες. Ο ρόλος των συστατικών που μετέχουν στην παραγωγική διαδικασία είναι πολύπλευρος. Σε γενικές γραμμές, όμως, πρέπει να γνωρίζουμε ότι τα σάκκαρα, οι κρόκοι των αυγών, τα χημικά διογκωτικά, το άμυλο, το λίπος και οι γαλακτωματοποιητές μαλακώνουν την υφή των προϊόντων. Αντίθετα, τα συστατικά που σκληραίνουν την υφή τους είναι το νερό, τα προϊόντα σοκολάτας, τα ασπράδια των αυγών, τα ολόκληρα αυγά, τα στερεά του γάλακτος και τα οξέα.

Μπισκότα & κουλούρια στα αρτοποιεία

Τα μπισκότα και τα κουλούρια αποτελούν βασικό είδος προς πώληση σε ένα αρτοποιείο-ζαχαροπλαστείο και όχι άδικα, αφού αγοράζονται ιδιαίτερα από τους καταναλωτές, όλων των ηλικιών και για όλες τις περιστάσεις. Η ποικιλία και η ποιότητα είναι εκείνες που κάνουν ωστόσο τη διαφορά. Είναι σημαντικό ο

πελάτης να έχει τη δυνατότητα να επιλέξει ανάλογα με την προτίμησή του και πολλές φορές ανάλογα με τις ανάγκες του, που διαφέρουν ανά περίπτωση π.χ οι πάσχοντες από διαβήτη, δυσανεξίες, αλλεργίες κ.ά. Ένας επαγγελματίας οφείλει να μπορεί να καλύψει τις απαιτήσεις των πελατών του με γνώμονα πάντα την ποιότητα. Και η ποιότητα έγκειται σε αγνές πρώτες ύλες που θα αναδείξουν τα προϊόντα του. Φυσικά θα πρέπει να παρακολουθούνται και οι νέες τάσεις που θέλουν προϊόντα πιο εξελιγμένα και που απευθύνονται σε ένα πιο ευρύ καταναλωτικό κοινό. Μια απλή ζύμη για μπισκότα και κουλούρια μπορεί να αποτελέσει τον τέλειο καμβά για να δημιουργήσει ένας αρτοποιός και να την εμπλουτίσει επιλέγοντας από μια μεγάλη ποικιλία όπως ξηρούς καρπούς, σοκολάτα, φρούτα, μαρμελάδες κ.ά.

Εμφάνιση και ανάδειξη

Πέρα από τη γεύση και την ποιότητα εμφαση πρέπει να δοθεί στην εμφάνιση των μπισκότων και των κουλουριών καθώς και στην ανάδειξή τους. Μια όμορφη συσκευασία ή μια βιτρίνα, που αναδεικνύει μοναδικά τα προϊόντα σας, μπορεί να αποτελέσει το λόγο που κάποιος θα αγοράσει από εσάς. Επενδύστε στην ποιότητα, την ποικιλία και την ελκυστική εμφάνιση των μπισκότων και των κουλουριών σας και δώστε την ευκαιρία στον πελάτη σας να δοκιμάσει γεύσεις, που το λιγότερο που θα του προκαλέσουν θα είναι νοσταλγία!

Photo designed by Freepik

Τα μπισκότα και τα κουλούρια θέλουν μεράκι και φαντασία. Εφαρμόστε τα και να είστε σίγουροι ότι θα γίνουν η αγαπημένη συνήθεια των πελατών σας, μικρών και μεγάλων!



Photo designed by freepik.com

ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

Ρεπορτάζ με όλα τα προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά από τις πιο αναγνωρισμένες εταιρείες του κλάδου. Προτάσεις για μπισκότα και κουλούρια μέσα από μια μεγάλη γκάμα από μίγματα, πρώτες ύλες, έτοιμες γευστικές προτάσεις, βιτρίνες και συσκευασίες. Επίσης θα βρείτε ενδιαφέρουσες και συμφέρουσες προτάσεις για είδη εξοπλισμού, ιδιαίτερα χρήσιμα για την επιχείρησή σας.

ΑΠΟΛΥΤΗ ΑΙΣΘΗΣΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

από την SEFCO ZEELANDIA SA

Απολαύστε λαχταριστά cookies με πλούσια γεύση σοκολάτας, με τα Cookies Double Choco από τη SEFCO ZEELANDIA. Χαρακτηρίζονται από έντονη γεύση σοκολάτας σε κάθε μπουκιά, είναι πολύ ευέλικτα στη χρήση, έχουν εύκολο τρόπο παρασκευής, μεγάλη διατηρησιμότητα και πολύ καλή συμπεριφορά στην κατάψυξη, δίνοντας τη δυνατότητα για βιοτεχνική χρήση. Ανάλογα με τη συνταγή χρήσης, δίνεται η δυνατότητα για παρασκευή κλασικών cookies με έντονη γεύση σοκολάτας και «γεμάτο» δάγκωμα, καθώς και για παρασκευή ελαφρώς υγρών και μαστιχωτών cookies. Διατίθεται σε συσκευασία σακιού 15kg.
www.sefcozeelandia.gr



AMERICAN SOFT COOKIES

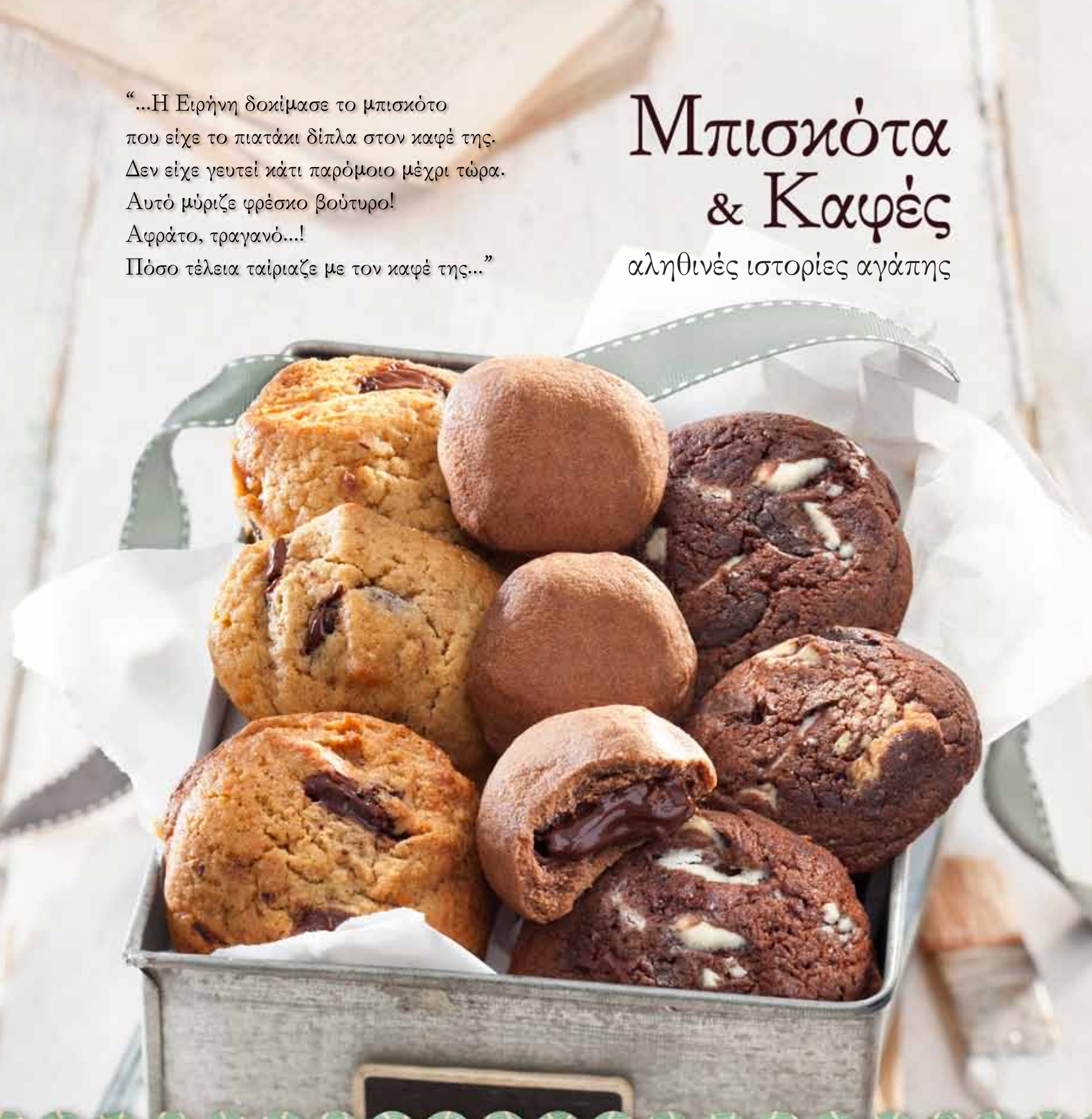
από την ARTIZAN ΕΛΛΑΣ Α.Ε.

Αυθεντική Αμερικάνικη συνταγή για λαχταριστά μαλακά cookies, από την εταιρεία ARTIZAN. Δοκιμάστε το AMERICAN COOKIE mix, για υπέροχα cookies, εύκολα και γρήγορα. Ένα από τα αγαπημένα γλυκά, που το απολαμβάνουν και το λατρεύουν μικροί και μεγάλοι. Γευτείτε απίστευτους συνδυασμούς όπως, κομματάκια σοκολάτας, κακάο και σοκολατο-καραμελίτσες. Κανείς δε θα μπορεί να αντισταθεί και να φάει μόνο ένα!

“...Η Ειρήνη δοκίμασε το μπισκότο που είχε το πιατάκι δίπλα στον καφέ της. Δεν είχε γευτεί κάτι παρόμοιο μέχρι τώρα. Αυτό μύριζε φρέσκο βούτυρο! Αφράτο, τραγανό...! Πόσο τέλεια ταίριαζε με τον καφέ της...”

Μπισκότα & Καφές

αληθινές ιστορίες αγάπης



...και Ελληνικός κ Φούρνος



ΟΑΤ COOKIES

από την KENFOOD

Από τη συλλογή The Pastry Selection, η KENFOOD σας προτείνει το Oat Cookies, ένα μείγμα για τη παραγωγή cookies βρώμης που δίνει εύκολα και γρήγορα ένα αφράτο, θρεπτικό και παράλληλα, νόστιμο τελικό προϊόν. Δοκιμάστε να εμπλουτίσετε τη βασική γεύση με ποικιλία υλικών, όπως σταφίδες ή σταγόνες σοκολάτας, αφού δεν αλλάζει η ποιότητα του αρχικού προϊόντος. www.kenfood.com



ΑΛΕΥΡΙ ΒΡΩΜΗΣ

από την ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ

Η ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ προτείνει το αλεύρι Βρώμης για τη δημιουργία τραγανών cookies βρώμης. Με μεγάλη διατροφική αξία γιατί έχει υψηλή περιεκτικότητα σε εδώδιμες ίνες και β-γλυκάνες που συμβάλλουν στη διατήρηση των φυσιολογικών επιπέδων χοληστερόλης στο αίμα. Τα ευεργετικά αποτελέσματα εξασφαλίζονται με την ημερήσια πρόσληψη 3 γρ. β-γλυκανών από βρώμη, πίτυρο βρώμης, κριθάρι, πίτυρο κριθαριού ή από μείγματα των εν λόγω β-γλυκανών σε συνδυασμό με μία ισορροπημένη διατροφή. www.loulismills.gr



ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ RHEON ΓΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

από την Α.Ν.ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΑΕ

Η Petit-Robot KN-001, της εταιρείας Rheon, εξ' ολοκλήρου ιαπωνικής κατασκευής, είναι η πρώτη επιτραπέζια γεμιστική μηχανή, για προϊόντα Ζαχαροπλαστικής, όπως cookies κ.α.. Έχει εξαιρετικά μικρό μέγεθος και πολύ απλή λειτουργία, που επιτρέπει ακόμη και τη ζωντανή παραγωγή προϊόντων μέσα στο κατάστημα. Η KN-001 Cornucopia® λειτουργεί με δυο διαφορετικά υλικά: τη γέμιση και το εξωτερικό υλικό. Οι κύλινδροι προϊόντος έχουν χωρητικότητα 2.5 λίτρα ο καθένας. Χάρη στο μικρό μέγεθός τους, οι κύλινδροι προϊόντος μπορούν να αποθηκευτούν στο ψυγείο και να επαναχρησιμοποιηθούν την επόμενη ημέρα. www.ankostopoulos.gr



PRIMO HAZELNUT COOKIES (ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΦΟΥΝΤΟΥΚΙΟΥ)

από την FAMA FOOD SERVICE ΑΕ

Η εταιρεία FAMA FOOD SERVICE, μέσα από τη νέα σειρά προϊόντων Primo Posto, προτείνει το Primo Hazelnut Cookie. Εξαιρετικό μίγμα για την παρασκευή αυθεντικού soft cookies και "cookies sticks" φουντουκιού, με φουντούκι σε σκόνη και άρωμα φρεσκοψημένου φουντουκιού. Αποτελεί άριστη πηγή Βιταμίνης E & B6, Θειαμίνης, Μαγνησίου, Χαλκού, Μαγγανίου ενώ παράλληλα είναι πλούσιο σε φυλλικό οξύ, Φώσφορο, Κάλιο και Ψευδάργυρο. Η πλούσια γεύση του θα σας ενθουσιάσει. Διατίθεται σε πολυτελή και πρακτική συσκευασία 2kg. www.fama.gr



KENFOOD
NUTRITION & BAKING SOLUTIONS

Oat Cookies
Μπισκότα βρώμης θρεπτικά,
νόστιμα και...εύκολα!



www.kenfood.com

ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΜΕΙΓΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ & ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ
Σπεσών 1, Κερατσίνι 187 55 | Τ. 210 56 15 410 | F. 210 56 15 717 | kenfood@loulisgroup.com



ΜΙΓΜΑΤΑ ΓΙΑ COOKIES

από την ΑΚΤΙΝΑ ΑΕ

Αυθεντικά Soft Cookies Βρώμης, Σοκολάτας και Βανίλιας τα οποία μετά το ψήσιμο αποκτούν μαλακή δομή και παραμένουν ελαστικά και μαστιχωτά, διατηρώντας τη γεύση και τη φρεσκάδα τους για μεγάλο χρονικό διάστημα. Το Μίγμα για Cookies Βρώμης είναι ιδανικό για να παρασκευάσετε μπάρες δημητριακών!

www.aktinafoods.com



AMERICAN COOKIES IRCA

από την LAOUDIS FOODS AEBE

Η δημιουργία αυθεντικών αμερικάνικων cookies με τη γνήσια γεύση και το μεγάλο, εντυπωσιακό σχήμα, δεν ήταν ποτέ άλλοτε πιο εύκολη! Η IRCA διαθέτει δύο διαφορετικά μίγματα, ένα για λευκά και ένα για σοκολατένια AMERICAN COOKIES IRCA, ώστε να δημιουργήσετε εύκολα και με απόλυτη επιτυχία τα αυθεντικά αμερικάνικα μπισκότα με τη σταθερή αλλά μαλακή εξωτερική κρούστα και το ακόμα πιο μαλακό εσωτερικό! Ολοκληρώστε με κομμάτια σοκολάτας CHOCOLATE CHUNKS IRCA και προσφέρετε στους πελάτες σας μια αυθεντική νοστιμιά που θα μπορούσαν να γευτούν μονάχα στην άλλη πλευρά του Ατλαντικού!

www.laoudis.gr

ΒΙΤΡΙΝΑ ΓΙΑ ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

από την Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ

Η σειρά "Display DR-1205", αποτελεί μοναδική επιλογή παρουσίασης των προϊόντων σας, παρέχοντας υψηλού επιπέδου ορατότητα, από οποιαδήποτε οπτική γωνία. Η ιδανική επιλογή για βιτρίνα κέντρου. Η σειρά "Display DR-1205" ενσωματώνει: Υψηλού επιπέδου περιμετρική (3600) ορατότητα προϊόντων, Τεχνολογία για κρύα και ζεστά προϊόντα, Led ένδειξη θερμοκρασίας στην επιφάνεια έκθεσης προϊόντων, Εργονομικό σχεδιασμό με βάση τις ανάγκες του πελάτη, Συρόμενους κρυστάλλινους κύβους υψηλής ασφάλειας (security) για εύκολο χειρισμό με μαλακό κλείσιμο (soft close), Υψηλής ποιότητας διακοσμητικές επενδύσεις, σύμφωνα με τις αισθητικές απαιτήσεις του πελάτη και Πιστοποίηση CE / SASO.

www.drakoulakis.gr



ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΕΣ ΓΙΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ-COOKIES

από την METRON -PACKAGING EXPERTS

Μια μεγάλη ποικιλία από κουτιά για τυποποιημένα τρόφιμα, όπως κουλούρια, μπισκότα, λουκούμια κ.ά., κατασκευάζει η εταιρεία METRON. Οι συσκευασίες έχουν ιδιαίτερα σχήματα και ποικίλες επεξεργασίες που αναδεικνύουν το προϊόν και προσφέρονται με τις απαραίτητες προδιαγραφές καταλληλότητας. Οι συσκευασίες είναι μελετημένες ως προς την λειτουργικότητά τους για την σωστή προώθηση του προϊόντος. Η εταιρεία φέρει πιστοποιημένα συστήματα διαχείρισης Ασφάλειας Τροφίμων (ISO 22000:2005), Διαχείρισης Ποιότητας (ISO 9001:2015), Διαχείρισης Περιβάλλοντος (ISO 14001:2015) και ακολουθεί τις νομοθεσιακές διατάξεις των συσκευασίων τροφίμων πραγματοποιώντας όλες τις απαιτούμενες αναλύσεις (Δήλωση Συμμόρφωσης).

www.metronpack.gr



Αρτοζαχαροπλαστική

ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ
SUGAR FREE
ΧΩΡΙΣ ΥΔΡΟΓΕΝΩΜΕΝΑ ΛΙΠΑΡΑ

πλεξουδάκια

σε 3 γεύσεις: **ΝΕΟ ΠΡΟΪΟΝ**

- ✓ Λεμόνι & Τζιντζερ
- ✓ Chia & Κανέλα
- ✓ Πορτοκάλι & Κάρδαμο

κουλουράκια
πιφούρ
κριτσίνια
κεράσματα
τσουρέκια
κέικ
εποχιακά

ΦΑΙΔΩΝ Α.Ε., Νέα Σάντα Κιλκίς, Τ.Κ.61100
 Τηλ.: 23410 64820, Fax : 23410 64824
 e-mail: info@fedon.gr www.fedon.gr
www.facebook.com/Fedon.Cookies



ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΑ AMERICAN COOKIES

από την KONTA AEBE

Τα κορυφαία προϊόντα R&H Cookie Base Βανίλια και R&H Cookie Base Βρώμης της IAS-BUNGE αποτελούν την ιδανική βάση για ακαταμάχητα, αμερικάνικου τύπου cookies, μαστιχωτά ή τραγανά, με απολαυστική γεύση και τέλεια εμφάνιση. Εξασφαλίζουν μεγάλη ευκολία στην παραγωγή, σταθερό αποτέλεσμα και μεγάλη διατηρησιμότητα. Συνδυάζονται τέλεια με ξηρούς καρπούς, σταγόνες σοκολάτας, σταγόνες φυστικοβούτου ή cranberries. Ιδανικά και για λαχταριστές μπάρες δημητριακών. Σε σακί 12,5 κιλών. www.konta.gr



ΚΟΡΥΦΑΙΑ ΜΑΡΓΑΡΙΝΗ ΓΙΑ ΤΕΛΕΙΑ ΒΟΥΤΗΜΑΤΑ

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ προτείνει τη SUPER RORE BLØD WITHOUT HYDROGENATED FATS, μία υπέροχη, μαλακή, αλατισμένη μαργαρίνη με 80% λιπαρά για απεριόριστες χρήσεις στη ζαχαροπλαστική. Δεν περιέχει υδρογονωμένα λίπη και έχει χαμηλή περιεκτικότητα σε trans λιπαρά οξέα, κάνοντας τα τελικά προϊόντα εύπεπτα και απολαυστικά. Χαρίζει απαλή υφή και πλούσια βελούδινη γεύση σε όλες σας τις δημιουργίες. Ιδανική για την παραγωγή βουτημάτων, κέικ, κρέμας και γέμισης. Διατίθεται σε κιβώτιο 20 κιλών (4 x 5 kg). www.stelioskanakis.gr



ΠΛΑΝΗΤΙΚΑ ΜΙΞΕΡ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ - ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ

από την Α&Δ ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ

Σπιβαρά ανθεκτικά μηχανήματα, με πατενταρισμένη τεχνολογία Aeromix, που επιτυγχάνει διπλή επεξεργασία της ζύμης, δίνοντάς της τον επιπλέον απαιτούμενο αερισμό: καλύτερο ποιοτικό αποτέλεσμα και ομοιόγενεια του μίγματος, που αποτελούν κύριο χαρακτηριστικό της παρασκευής των μπισκότων και των κουλουριών. Ηλεκτρονικό πάνελ ελέγχου με ψηφιακές ενδείξεις, ακρίβεια με χρονοδιακόπτη σε «λεπτά - δευτερόλεπτα» και αυτόματο ανέβασμα/κατέβασμα του κάδου. Μοντέλα βαρέως τύπου χωρητικότητας από 10 έως 160lt με 7 ή 5 ταχύτητες, ανάλογα το μοντέλο. www.varanakis.com



ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΤΑΡΤΕΣ/ΜΠΙΣΚΟΤΑ

από την ΦΟΥΝΤΙΣΤΑΦ ΕΠΕ

Η FOODSTUFF παρουσιάζει το νέο μίγμα "Tart Sweet" για μπισκότα σαμπλέ και τάρτες. Εύκολο στη χρήση με μηχανή ή με το χέρι για τέλειο και σταθερό αποτέλεσμα. Δημιουργήστε τάρτες, μπισκότα σαμπλέ ή ακόμα και κουλουράκια με μια απλή διαφοροποίηση στη συνταγή. Ιδανικό για γλυκές δημιουργίες με βούτυρο ή μαργαρίνη. www.foodstuff.com.gr



ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΠΟΥ ΒΗΚΑΝΕ ΑΠΟ ΦΟΥΡΝΟ

από την ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΑΒΕΕΤ

Τραγανά με πλούσια βουτυράτη γεύση και αφράτα. Λατρεμένα μπισκότα συνοδεύουν το τσάι, τον καφέ ή και μόνο τους, για κάθε ώρα της ημέρας. Γεμίζει το στόμα απόλαυση, είναι αδύνατον να φας μόνο ένα. Έξι διαφορετικές υπέροχες γεύσεις για να εμπλουτίσετε τα προϊόντα της επιχείρησής σας! Σοκολάτα / μόκα άσπρη - μαύρη σοκολάτα / αμύγδαλο - amaretto / σταφίδα - ρούμι / σοκολάτα - grand marnier / μίνι cookies γεμιστά με πραλίνα. Μόνο από τον Ελληνικό Φούρνο. www.brakopoulos.gr

ΠΛΕΞΟΥΔΑΚΙΑ ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ

από την ΦΑΙΔΩΝ Α.Ε

Αποτελεί ένα προϊόν το οποίο συνδυάζει την παράδοση με την καινοτομία, καθώς παράγεται από συστατικά υψηλής διατροφικής αξίας, όπως σπόρους chia, ginger και κάρδαμο τα οποία συνδυάζονται αρμονικά με κλασσικές γεύσεις όπως κανέλα, λεμόνι και πορτοκάλι. Ταυτόχρονα, διατηρεί το σχήμα που παραδοσιακά έχει ταυτιστεί με το συνοδευτικό βούτημα του ελληνικού καφέ. Το προϊόν διατίθεται και χύμα σε επαγγελματική συσκευασία δίσκου. www.fedon.gr



ΒΙΤΡΙΝΑ ΓΙΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ - ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

από την Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ

Καθημερινά, τα κουλούρια, τα μπισκότα και όλες οι αλμυρές και γλυκίες λιχουδιές της αρτοποιίας αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ζήτησης των πελατών. Η ταξινόμηση και η σωστή προβολή των προϊόντων, καθώς και η περιόπτη θέση που θα τοποθετηθούν στο χώρο, είναι το ζητούμενο σε κάθε μελέτη και σχεδιασμό αντίστοιχης βιτρίνας της εταιρείας Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ. Με led φωτισμό σε κάθε επίπεδο, με κρυστάλλινες λεπτομέρειες και μεγάλη ποικιλία επενδύσεων, κάθε πελάτης μπορεί να καλύψει τις απαιτήσεις του και αναδείξει σωστά τα προϊόντα του. www.antonopoulos.com.gr



ΑΥΤΟΜΑΤΕΣ ΚΟΥΛΟΥΡΟΜΗΧΑΝΕΣ (ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΕΣ - ΕΠΙΔΑΠΕΔΙΕΣ) ΣΕ ΠΟΛΥ ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ

από την ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΣ Ο.Ε.

Αυτόματο πολυμηχάνημα (κουλουρομηχανή) για σκληρές και ημίσκληρες ζύμες, με μία μόνο κεφαλή. Έχει κομπιούτερ με δυνατότητα αποθήκευσης των επιλεγμένων προγραμμάτων, για να παράγει όλα τα είδη ζαχαροπλαστικής με κορνέ, όπως σου, εκλέρ, κοκ, εργολάβους, μακαρόν, κέικ, καρυδόπιτες κ.λπ., οθόνη αφής με εύκολη λειτουργία για το μέσο χρήστη. Διαθέτει σύστημα κοπής με σύρμα για κουραμπιέδες, μελομακάρονα και όλα τα είδη βουτημάτων πάστα-φλόρα, πλεξούδα κτλ. Με αυτόματο ξεκίνημα και σταμάτημα της λαμαρίνας (διαστάσεων 60x40cm ή 50x70cm ή 60x80cm) www.kourlampas.gr



ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΕΙΔΗ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ

Η TSEPAS PACK ΑΕΒΕ είναι μία Ελληνική Πιστοποιημένη με HACCP/ISO 9001:2015 παραγωγική εταιρεία πλαστικών ειδών συσκευασίας κατάλληλα για άμεση επαφή με τρόφιμα και συγκαταλέγεται ανάμεσα στις κορυφαίες επιχειρήσεις του κλάδου. Σεβόμενοι τις απαιτήσεις της αγοράς, όλα μας τα προϊόντα παράγονται από υψηλής ποιότητας και διαφάνειας α' ύλης.



ΠΟΤΗΡΑΚΙ ΓΙΑ ΚΟΥΛΟΥΡΙΑ

Μπώλ 250 ml & 700 ml από Crystal PS ή PP. Συνοδεύονται από καπάκι Ίσιο ή Πομπέ και είναι κατάλληλα για διακίνηση μπισκότων και παρεμφερών ειδών.



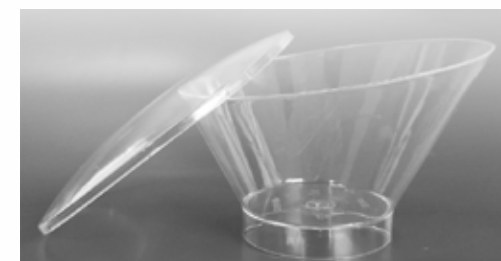
ΘΗΚΕΣ FLOW PACK

Θήκες από PET σε διάφορες διαστάσεις ανάλογα με τις ανάγκες σας, κατάλληλες και για συσκευασίες flow pack.



ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΕΣ ΔΙΑΚΙΝΗΣΗ ΕΙΔΩΝ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ

Ιδανικές συσκευασίες PET για διακίνηση διάφορων ειδών αρτοποιίας. Διατίθενται σε διάφορα μεγέθη και σχήματα ώστε να καλύπτουν όλες τις ανάγκες σας.



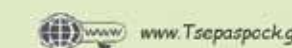
TSEPAS PACK ΑΕΒΕ

Έδρα - Εργ.: Λ. Κατσώνη 187 - 13562, Αγ. Ανάργυροι

Τηλ.: 210 2625350 / 2611551 Fax: 210 2612203

e-mail: info@tsepaspack.gr, Website: www.tsepaspack.gr

Find us:



ΝΕΑ & ΔΡΑΣΕΙΣ

Η στήλη της Ομοσπονδίας Αρτοποιών Ελλάδος δίνει στους επαγγελματίες του κλάδου το βήμα για να ενημερώσουν αλλά και να ενημερωθούν για τα νέα και τις δράσεις των σωματείων της σε όλη την Ελλάδα καθώς και για νόμους, υπουργικές αποφάσεις, συμβάσεις και εγκυκλίους.

ΜΕ ΤΟΝ Α. ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ ΣΥΝΑΝΤΗΘΗΚΕ Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΗΣ ΟΑΕ, Μ. ΜΟΥΣΙΟΣ

Με τον αντιπρόεδρο της Νέας Δημοκρατίας, Άδωνη Γεωργιάδη, συναντήθηκε, στις 3 Ιουλίου 2019, ο πρόεδρος της Ομοσπονδίας Αρτοποιών Ελλάδας, Μιχάλης Μούσιος. Μεταξύ άλλων, συζητήθηκαν ζητήματα που αντιμετωπίζει ο κλάδος της Βιοτεχνικής Αρτοποιίας, με κυρίαρχο την έκθεση του ΚΕΠΕ αναφορικά με τις επιπτώσεις της εργαλειοθήκης του ΟΟΣΑ ανά κλάδο. Πιο συγκεκριμένα αναλύθηκε το σημείο της έκθεσης που αναλύει τα δυσμενή αποτελέσματα της εκχώρησης του ονόματος «Φούρνος», «Αρτοποιείο» και «Αρτοποιός» στα καταστήματα έψησης κατεψυγμένου ψωμιού.



ΝΕΟΙ ΜΙΣΘΟΙ ΣΤΑ ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΕΤΗ 2019-2021

Υπ' αριθμόν 10/2018 Διαπενητική Απόφαση του ΟΜΕΔ
Σύμφωνα με την απόφαση για τους όρους αμοιβής και εργασίας των εργαζομένων στα Αρτοποιεία, όπου λειτουργεί τμήμα κουζίνας, καφετερίας, πιτσαρίας, εργαστηρίων ζαχαροπλαστικής, τα κατώτατα όρια των βασικών μηνιαίων μισθών των εργαζομένων των ειδικοτήτων του ψήστη, του τεχνίτη πιτσαρίας, τεχνίτη ζαχαροπλαστικής και του βοηθού αυτών, του μπουφетιτζή και του σερβιτόρου, ορίζονται ως εξής:
Ψήστης 660€, Τεχνίτης πιτσαρίας 660€, Τεχνίτης ζαχαροπλαστικής 660€, Μπουφетιτζής 660€, Βοηθός των ανωτέρω 650€, Σερβιτόρος Αμείβεται με βάση το άρθρο 54 του Ν. 2224/1994.



ΑΝΩΤΑΤΑ ΟΡΙΑ ΥΠΕΡΩΡΙΩΝ για ΒΙΟΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

Οι 30 ώρες είναι το ανώτατο όριο υπερωριακής απασχόλησης των εργαζομένων στις βιομηχανικές, βιοτεχνικές επιχειρήσεις, εκμεταλλεύσεις και εργασίες για το Β' ημερολογιακό εξάμηνο 2019, σύμφωνα με τη διάταξη της παρ. 1 του άρθρου 80 του ν. 4144/2013. Η διάταξη αυτή δεν εφαρμόζεται στο προσωπικό των αρτοποιειών, των αυτοκινήτων, των επιχειρήσεων που δεν υπάγονται στις διατάξεις του π.δ. της 27.6/4-7-1932 καθώς και των επιχειρήσεων, στις οποίες οι διατάξεις «περί οκταώρου» επεκτάθηκαν με τη μορφή αυτοτελών ρυθμίσεων, χωρίς αναφορά στις διατάξεις του ανωτέρω προεδρικού διατάγματος.



ΜΕΙΩΣΗ ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗ ΦΠΑ για ΑΓΑΘΑ & ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Σύμφωνα με τον νέο νόμο 4611/2019, επεκτείνεται το πεδίο εφαρμογής του μειωμένου συντελεστή ΦΠΑ (13%), μεταξύ άλλων σε όλα τα είδη ζυμαρικών, ψωμιών, ψαριών και μαλακοστράκων, στον καφέ, το τσάι, τους χυμούς φρούτων και λαχανικών, στο αλάτι, εύδι, διάφορα παρασκευάσματα διατροφής με βάση τα δημητριακά, τα αλεύρια, τα άμυλα, και τα παρασκευάσματα για σάλτσες, σούπες και ζωμούς. Στους μειωμένους συντελεστές ΦΠΑ 13% παραμένουν βασικά αγαθά όπως ψωμί, γάλα, κρέας ψάρια, ελαιόλαδο, τυριά, ζυμαρικά, άλευρα, δημητριακά, λαχανικά, ύδρευση, ζώντα ζώα, είδη για εξυπηρέτηση ατόμων με ειδικές ανάγκες.



ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΜΕ ΑΡΤΟΠΟΙΟΥΣ-ΑΛΕΞΙΠΤΩΤΙΣΤΕΣ στο ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΡΟΔΟΥ

Το πρόβλημα της απουσίας ολοκληρωμένων ελέγχων στην περιοχή του νομού Ροδού ανέδειξε ο πρόεδρος του εκεί Σωματείου Αρτοποιών σε επικοινωνία που είχε μαζί του ο ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ. «Οι υπηρεσίες ελέγχου υπολειπονται. Υπάρχουν συνάδελφοι που δεν είναι εγγεγραμμένοι στο Σωματείο, αλεξιπτωτιστές που δεν ξέρουμε ποιοι είναι και τι κάνουν. Το πρόβλημα είναι ότι οι έλεγχοι γίνονται μόνο σε εμάς στην Κομοτηνή, ενώ στα γύρω χωριά η κατάσταση είναι ανεξέλεγκτη. Η Ομοσπονδία κάνει ό,τι μπορεί. Το θέμα είναι πολύπλοκο, αλλά κάτι πρέπει να γίνει», είπε χαρακτηριστικά ο κ. Γιώργος Δαλθανάσης.





Photo designed by freepik.com

ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΤΟΝ ΚΛΑΔΟ

Τα πάντα γύρω από τον κλάδο των τροφίμων και των ποτών, με όλες τις νέες τάσεις και προτάσεις για ψωμί, σνακ, ροφήματα, γλυκά και παγωτό. Σε αυτή τη στήλη αποτυπώνεται η ακτινογραφία ενός κλάδου που δεν εφησυχάζει ποτέ και που, αφουγκραζόμενος τις ανάγκες του καταναλωτή, αναζητά συνεχώς το ποιοτικό.

ΚΡΕΜΑ MOJITO

από την SEFCO ZEELANDIA SA

Το δημοφιλές κοκτέιλ στη ζαχαροπλαστική. Η νέα προσθήκη στις υδατόκρεμες έχει υπέροχη, αυθεντική γεύση Mojito. Είναι έτοιμη προς χρήση με ιδιαίτερη σταθερότητα στο ψήσιμο και στην κατάψυξη-απόψυξη και είναι ιδανική για εφαρμογές με μεγάλη διατηρησιμότητα. Χρησιμοποιήστε τη είτε για γέμιση είτε για επικάλυψη σε εφαρμογές όπως eclairs, τάρτες, τσουρέκια, donuts και layered cakes για ιδιαίτερη γεύση και ξεχωριστή εμφάνιση! Διατίθεται σε δοχείο 6kg. www.sefcozeelandia.gr



PRIMO POMEGRANATE CAKE (ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΚΕΪΚ ΡΟΔΙΟΥ) Η ΓΕΥΣΗ ΣΤΟ ΚΟΚΚΙΝΟ!

από την FAMA FOOD SERVICE AE

Η εταιρεία FAMA FOOD SERVICE, μέσα από τη νέα σειρά προϊόντων Primo Posto, προτείνει το Primo Pomegranate Cake. Μοναδικό μίγμα για την παρασκευή αυθεντικού κέικ ροδιού με χυμό ροδιού. Αποτελεί άριστη πηγή βιταμίνης C, βιταμίνης K, καλίου, φυλλικού οξέως και φυτικών ινών ενώ παράλληλα είναι πλούσιο σε ανθοξειδωτικές ουσίες όπως οι ταννίνες και οι πολυφαινόλες. Η ιδιαίτερη γεύση του θα σας ενθουσιάσει. Διατίθεται σε πολυτελή και πρακτική συσκευασία 2kg. www.fama.gr

NEO!

QUINOGRAIN

Μείγμα για μαύρο ψωμί
με σπόρους Quinoa και Chia



✓ 100% θρεπτικό προϊόν

Περιέχει σπόρους quinoa, chia και σησαμιού

✓ 100% καθαρή ετικέτα

Πηγή εδωδιμων ινων και πρωτεινων

✓ 100% γευστικό

Με 14% προστιθέμενους σπόρους
Μοναδική γεύση και υφή

✓ 100% ευκολία

Γρήγορη και απευθείας διαδικασία αρτοποίησης
Μπορεί να χρησιμοποιηθεί και για αργή ωρίμανση

simplifiez votre quotidien
Moul-Bie

**μύλοι
ΛΟΥΛΗ**
www.loulismills.gr



OH MY!

από την **KENFOOD**

Oh my Pancake! Oh my Crepe!
Oh my Waffle!

Ανακαλύψτε τη νέα συλλογή μειγμάτων της KENFOOD για βάφλα, κρέπα και rapcakes, τρεις απολαυστικές επιλογές που δεν πρέπει να λείπουν από κανένα μενού café, εστιατορίου, ξενοδοχείου και παγωτατζίδικου!

Απλά προσθέτετε νερό και έχετε τις πιο λαχταριστές ζύμες για βάφλα, κρέπα και rapcakes ώστε να δημιουργήσετε ευφάνταστες αλμυρές ή γλυκές εκδοχές, αφού οι συνδυασμοί υλικών που θα απογειώσουν τη γεύση είναι αμέτρητοι!
www.kenfood.com

QUINOGRAIN

από την **ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ**



Η ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ, προσθέτει στην ήδη πλούσια γκάμα προϊόντων της, ένα νέο μείγμα για τη δημιουργία αρτοσκευασμάτων υψηλής διατροφικής αξίας, χωρίς πρόσθετα, το QuinoGrain. Το μείγμα QuinoGrain περιέχει σπόρους Quinoa (κινόα), Chia (τσία) και σπασμιού. Τα τελικά προϊόντα που δίνει, έχουν μοναδική γεύση και υφή και επιπρόσθετα αποτελούν πηγή εδωδιμων ινών και πρωτεϊνών. Μορφοποιείται με ευκολία και είναι ιδανικό για μπαγκέτα, ψωμί του τοστ, ψωμάκια χάμπουργκερ και κρουασάν.
www.loulismills.gr

ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΔΟΚΙΜΕΣ JOGGING BREAD

από την **FAMA FOOD SERVICE AE**

Η ομάδα της FAMA FOOD SERVICE, σε συνεργασία με αρτοποιούς από όλη την Ελλάδα, διοργανώνει ημέρες γευστικής δοκιμής Jogging Bread. Το Jogging Bread- Το ψωμί των πρωταθλητών και της σύγχρονης διατροφής- είναι ένα μοναδικό ψωμί με σπόρους δημητριακών, με μεγάλη διατηρησιμότητα και φρεσκάδα, ενώ οι νιφάδες αποξηραμένης μπανάνας που περιέχει το κάνουν απίθανα γευστικό. Μετά τις άκρως επιτυχημένες γευστικές δοκιμές του Α' εξαμήνου, η ομάδα της εταιρείας έχει προγραμματίσει στο επόμενο διάστημα και μέσα στο καλοκαίρι, γευστικές δοκιμές σε όλη την Ελλάδα.
www.fama.gr



ΟΛΟΚΑΙΝΟΥΡΙΟ "BISTROT" ΣΤΗΝ ΑΡΤΑ

από την **Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ**



Ένα ολοκαίνουριο boulangerie-patisserie-café κέρδισε δικαίως τα βλέμματα στην καρδιά της Άρτας, με τη σφραγίδα της Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ. Ο λόγος για το "BISTROT" επί της Ελ. Βενιζέλου, που άνοιξε ο γνωστός ποδοσφαιριστής με μακροχρόνια καριέρα, Βαγγέλης Καούνος. Το εντυπωσιακό κατάστημα έχει rustic ύφος με κυρίαρχο υλικό το ξύλο και έντονα κλασσικά στοιχεία. Το μαύρο χρώμα στην όψη του καταστήματος σε συνδυασμό με το ασπρόμαυρο δάπεδο προσδίδουν έναν elegant χαρακτήρα. Τα ποιοτικά και γευστικά προϊόντα του "Bistrot" προβάλλονται άριστα στις βιτρίνες της Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ.
www.drakoulakis.gr

Superfood 600 Stevia & Vegan.

Παγωτό με στέβια, χωρίς ζάχαρη.



Sefco Zeelandia

T. 210 663 3663
www.sefcozeelandia.gr
f @ /sefcozeelandia



ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑ ΜΕ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΟΦΕΛΗ

από την **KONTA AEBE**

Νέο πεντανόστιμο πολύσπορο με διατροφικά οφέλη, που θα ενθουσιάσει όλη την οικογένεια, είναι το GRANOPAN FIBRAPAN της AGRANO. Αποτελεί πηγή πρωτεϊνών, εδώδιμων ινών και φωσφόρου, ενώ έχει πολύ χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχα-ρα. Περιέχει δημητριακά, σπόρια και εδώδιμες ίνες μήλου και εγγυάται ψω-μιά και αλμυρά σνακ με τραγανή κόρα, υγρή και απαλή ψίχα που παραμένουν φρέσκα για μεγάλο χρονικό διάστημα. Συνδυάζεται με διάφορα υλικά για αμέτρητους γευστικούς συνδυασμούς. Διατίθεται σε σακί 20 κιλών και συνο-δεύεται από διαφημιστικό φυλλάδιο και κορδέλα ψωμιού.
www.konta.gr



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΤΙΣ BAKERY DAYS 2019

από την **LAOUDIS FOODS AEBE**



Όπως κάθε χρόνο, η LAOUDIS FOODS έχει προγραμματίσει στην αρχή της νέας σεζόν τις καθιερωμένες επιδείξεις της αρτοποιίας, με τίτλο LAOUDIS BAKERY DAYS 2019. Και φέτος, αυτές θα πραγματοποιηθούν προς τα τέλη Σεπτεμβρίου, σε τρεις διαφορετικές ημερομηνίες, σε ισάριθμες τοποθεσίες (Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Ηράκλειο Κρήτης). Οι επισκέπτες θα δοκιμάσουν αλμυρά σνακ, γλυκά σνακ, προ-τάσεις πρωινού και ψωμιά με νέα και επιτυχημένα προϊόντα των παραγωγών IREKS και IRCA! Εν τω μεταξύ, στο κανάλι της LAOUDIS FOODS στο YOUTUBE μπορείτε να βλέπετε video με τεχνικές οδηγίες και συνταγές!
www.laoudis.gr

ΔΥΟ ΝΕΕΣ ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΜΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΡΟΣΗΜΟ

για την **ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ**

Η ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ, με βαθιά ιστορία και παράδοση 7 γενεών, την Πέμπτη 13 Ιουνίου 2019, έλαβε δύο διακρίσεις στην τελετή βράβευσης Εθνικού Δείκτη Εταιρικής Ευθύ-νης CR Index. Συγκεκριμένα, η εταιρεία διακρίθηκε με το βραβείο BRONZE, σχετικά με την ανάληψη πρωτοβουλιών και την υλοποίηση δράσεων σε όλο το φάσμα της Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης, ενώ παράλ-ηλα έλαβε και τη διάκριση: Έπαινος για το Περιβάλλον. Τα βραβεία παρέλαβε η Όλγα Μάνου, Διευθύντρια Επικοινωνίας & Εταιρικής Υπευθυνότητας της ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ.
www.loulismills.gr



LIVENDO ΘΕΣΣΑΛΙΚΟ ΥΓΡΟ ΠΡΟΖΥΜΙ ΑΠΟ ΣΙΤΑΡΙ ΑΛΕΣΜΕΝΟ ΣΕ ΠΕΤΡΟΜΥΛΟ

από την **LESAFFRE ΕΛΛΑΣ**

Το μοναδικό προζύμι με αλεύρι ελληνικού σιταριού ολικής άλεσης, από τη Θεσσαλία, αλεσμένο σε πετρόμυλο. Προσφέρει όλα τα αρωματικά και γευστικά χαρακτηριστικά του σκληρού σιταριού, που είναι συνυφασμένα με την παράδοσή μας. Για να δώσετε στους πελάτες σας ψωμιά και αρτοσκευάσματα, που ξυπνάνε μνήμες από γεύσεις των παιδικών τους χρόνων. Χαρακτηριστικά παραδοσιακά αρώματα προζυμμένου ψωμιού, με όλα τα οφέλη της ολικής άλεσης, διατηρησιμότητα και δομή. Δοσολογία 5%-15%. Σε συσκευασία των 5 και 20 κιλών.
www.lesaffre.gr



ΜΙΓΜΑ ΑΚΤΙΒΑΚΕΡΥ ΠΟΛΥΣΠΟΡΟ

από την **ΑΚΤΙΝΑ ΑΕ**

Μίγμα για την παρασκευή πολύ-σπορου ψωμιού 30%. Ιδανικό για σάντουιτς, κουλούρι Θεσσαλονίκης, κριτσίνι. Προσθέτουμε σε ποσοστό 70% τον τύπο του αλεύρου, ανάλο-γα με τη διόγκωση και το αποτέλε-σμα που επιθυμούμε.
www.aktinafoods.com

BAGUETTE NUCLEO 10% IRCA

από την **LAOUDIS FOODS AEBE**

Η μπαγκέτα είναι βασικό ψωμί για κάθε αρτοποιείο. Ένα προϊόν με εξαιρετικές ιδιότητες και χρήσεις! Πχ. μπορεί να παραχθεί και να ψηθεί ολόφρεσκο «στη στιγμή», κατανα-λώνεται ευχάριστα όλες τις ώρες της μέρας, αποτελεί βάση για πολλά σνακ και σάντουιτς κ.α. Για την πιο νόστιμη λευκή μπαγκέτα αυθεντικού γαλλικού τύπου, η επιλογή σας είναι η BAGUETTE NUCLEO της IRCA. Με συμμετοχή μόλις 10% επί του αλεύρου, θα έχετε ένα αφράτο αποτέλεσμα, με υπέροχη γεύση και τραγανή, χρυσοκόκκινη κρούστα! Σε πρακτικό σακί 10 κιλών!
www.laoudis.gr



ΚΡΙΤΣΙΝΙΑ ΣΕ ΜΕΓΑΛΗ ΠΟΙΚΙΛΙΑ ΓΕΥΣΕΩΝ

από την **ΦΑΙΔΩΝ Α.Ε**

Το απόλυτο snack, ιδανικό για κάθε εποχή και διαθέσιμο σε μεγάλη γκάμα γεύσεων. Εκτός από την κλασική συνταγή κριτσίνι σίτου με σουσάμι, το προϊόν προσφέρεται και σε ολικής άλεσης, πολύσπορο-πολυδημητριακό ενώ ιδιαίτερα δημοφιλείς είναι και το κριτσίνι καλαμποκιού, το οποίο συμπληρώνει την παραδοσιακή αυτή σειρά. Πέραν του κλασσικού σχήμα-τος, η σειρά αυτή διατίθεται και σε σχήμα κρίκου.
www.fedon.gr

ΤΟ ΠΙΟ ΘΡΕΠΤΙΚΟ ΚΕΪΚ

από την **ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ**

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ παρουσιάζει το προ-μείγμα FIBER CAKE της KOMPLET, για την παρασκευή ενός κέικ λαδιού, που αποτελεί πηγή εδώδιμων ινών και θα ενθουσιάσει ακόμα και τους πιο απαιτητικούς καταναλωτές. Απολαυ-στικός συνδυασμός νιφάδων βρώμης (περίπου 7,5%), χονδραλεσμένου σιταριού και λούπινου, αλεύρου σίκαλης καθώς και πίτουρου σόγιας. Συσκευασία: Σακί 10 κιλών.
www.stelioskanakis.gr





Ο ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΣΤΗΝ ΑΜΕΡΙΚΗ

Ο ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ, υπό την αιγίδα της περιφέρειας Αττικής, βρέθηκε σε μία από τις μεγαλύτερες εκθέσεις που αφορούν στα τρόφιμα Summer Fancy Food, που λαμβάνει χώρα στη Νέα Υόρκη και συγκεντρώνει ενδιαφερομένους από όλο τον κόσμο. Η παρουσία του Ελληνικού Φούρνου εκεί σηματοδότησε την αρχή νέων συνεργασιών και την εδραίωση μιας θέσης στην αγορά του εξωτερικού. Οι εντυπώσεις από τη διοργάνωση ήταν οι καλύτερες και η συνεργασία με την περιφέρεια Αττικής άψογη. Ο κόσμος αγάπησε τις πίτες του ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ και έδειξε μεγάλο ενδιαφέρον για τις γεύσεις του. www.brakopoulos.gr



51 ΧΡΟΝΙΑ ΦΑΙΔΩΝ ΑΕ

Με την απονομή του βραβείου silver τιμήθηκε η εταιρεία ΦΑΙΔΩΝ ΑΕ για τα 51 χρόνια ιστορίας, στα πλαίσια της διοργάνωσης "Αιώνόβια Brands", η οποία διεξάγεται για 5η συνεχόμενη χρονιά, με τη συμμετοχή στελεχών από τους κλάδους του λιανεμπορίου, της επικοινωνίας και της έρευνας. Η εταιρεία διακρίθηκε για τη συνεχή προσφορά της στην ελληνική οικονομία καθώς και για την πετυχημένη παρουσία της στον τομέα της ζαχαροπλαστικής, για περισσότερο από μισό αιώνα. Η εταιρεία θα συνεχίσει να εργάζεται διατηρώντας τα υψηλότερα πρότυπα παραγωγής, έχοντας πάντα στο επίκεντρο τις αξίες που την ανέδειξαν, την παράδοση και την ποιότητα. www.fedon.gr



ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ECOLE LENÔTRE Β' ΕΞΑΜΗΝΟΥ 2019

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ σε συνεργασία με την ECOLE LENÔTRE αναμένεται να απογειώσει το ενδιαφέρον των επαγγελματιών ζαχαροπλαστών και στο Β' εξάμηνο του χρόνου με τα νέα σεμινάρια σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη: «Μοντέρνα Γαλλική Pâtisserie (Entremets & Petits Gâteaux)» από τον MOF Pâtissier, Christophe Rhedon. Αθήνα, 30 Σεπτεμβρίου - 3 Οκτωβρίου. Θεσσαλονίκη, 14-17 Οκτωβρίου.

Ο παγκοσμίως φήμη παstry chef υπόσχεται να εμπνεύσει τους μαθητευόμενους με το πάθος του για δημιουργία και συνεχή εξέλιξη. Οι συμμετέχοντες θα λάβουν πιστοποιητικό παρακολούθησης από τη διεθνή αναγνωρισμένη γαλλική ECOLE LENÔTRE. Δηλώστε συμμετοχή! www.stelioskanakis.gr



ΝΕΟ SEMIFREDDO ΚΑΪΜΑΚΙ FOODSTUFF

από την ΦΟΥΝΤΣΤΑΦ ΕΠΕ

Για πρώτη φορά στην ελληνική αγορά Semifreddo Καϊμάκι, από τη FOODSTUFF. Η πιο αγαπημένη γεύση του καλοκαιριού σε ένα μοναδικό καινοτόμο προϊόν. Ιδανικό για τούρτες παγωτού, γλυκίσματα κατάψυξης με βάση ραβανί, καρυδόπιτα, σάμαλι κ.ά. Εξαιρετικό προϊόν για παγωτίνια με φύλλο σε τρίγωνο και σαραγλί ή σε σφηνάκι με εκμέκ. Διατηρείται για μεγάλο χρονικό διάστημα στην κατάψυξη χωρίς να πεσιάζει και δεν κρυσταλλώνει. www.foodstuff.com.gr

thedesignbox.gr

Οκτάσπορο®

Με Χαμηλό Γλυκαιμικό Δείκτη



Γεύση και υγεία με τον μοναδικό συνδυασμό οκτώ σπόρων



Αβέρωφ 34Α | 142 32 | Νέα Ιωνία | Αθήνα
Τ +30 210 2589200 | F +30 210 2589210 | [/artizanhellas](https://www.facebook.com/artizanhellas)





ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΠΟΛΥΣΠΟΡΟ LOW GI

από την ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

Το Μίγμα για Πολύσπορο Ψωμί LOW GI των ΜΥΛΩΝ ΚΡΗΤΗΣ έχει χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη 48 και είναι κατάλληλο για άτομα με διαβήτη (κατόπιν συνεννόησης με τον γιατρό τους). Περιέχει 7 σπόρους μεταξύ αυτών κάνναβης, χία και quinoa, είναι πολύ γευστικό και έχει υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες και φυτικές ίνες. Έχει χαμηλά κορεσμένα λιπαρά, δεν περιέχει πρόσθετα και συντηρητικά και έχει χαμηλότερο αλάτι (εφόσον παρασκευάζεται σύμφωνα με τη συνταγή). Κυκλοφορεί σε σακί 1,5 κιλών.

www.mills.gr

ΑΞΙΟΣΗΜΕΙΩΤΕΣ ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ

από την SEFCO ZEELANDIA SA

Η SEFCO ZEELANDIA, σε συνεργασία με την εταιρεία Καλουδάκης, οργάνωσε στις 12 Ιουνίου στην Κρήτη, ένα open day με θέμα "Bakery Trends". Οι τεχνικοί της εταιρείας ετοίμασαν μεγάλη ποικιλία εφαρμογών και ενημέρωσαν τους επισκέπτες για το πώς μπορεί να ενισχυθεί η φρεσκάδα στα πολύσπορα αρτοσκευάσματα. Επίσης, παρουσίασαν τα φρούτα του νέου brand Fruiful, το νέο σνακ μαγιάς Delisnack και η νέα σειρά από υδατόκρεμες. Το παρόν έδωσαν μερικοί από τους πιο αξιόλογους επαγγελματίες του νησιού, οι οποίοι ενθουσιάστηκαν με τις δυνατότητες και τα συγκριτικά πλεονεκτήματα των προϊόντων.

www.sefcozeelandia.gr

ΝΕΟ ΑΡΤΟΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ "ΜΕΣΟΓΕΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΑ"

από την Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ

Ένα νέο κατάστημα άνοιξε τις πόρτες του στην Παιανία, παρουσιάζοντας μια νέα πρόταση στην περιοχή. Το αρτοζαχαροπλαστείο "Μεσόγεια Αρτοποιεία" έχει προκαλέσει θετικές εντυπώσεις με την καλαίσθητη εμφάνισή του και τους άνετους χώρους για τους επισκέπτες του. Τη μελέτη, το σχεδιασμό και την κατασκευή του εξοπλισμού ανέλαβε η εταιρεία Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ, επιβεβαιώνοντας τις προσδοκίες του ιδιοκτήτη για ένα σύγχρονο και σωστά διαρρυθμισμένο κατάστημα. Η δημιουργία εξοπλισμού υψηλών απαιτήσεων και προδιαγραφών, με κομψές κρυστάλλινες φωτιζόμενες βιτρίνες, επενδυμένες με ανοιχτόχρωμους γρανίτες και προηγμένης τεχνολογίας ψυγεία ήταν το κύριο μέλημα του σχεδιαστικού τμήματος.

www.antonopoulos.com.gr



ΧΤΙΣΤΟΙ ΦΟΥΡΝΟΙ ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΙ ΜΕ ΒΕΝΤΙΛΑΤΕΡ

από την Α&Δ ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ

Χτιστοί ηλεκτρικοί φούρνοι με βεντιλατέρ για την κυκλοφορία του αέρα και περιστρεφόμενη πυρίμαχη επιφάνεια ψησίματος. Διπλό ανεξάρτητο σύστημα θέρμανσης για την ρύθμιση της θερμοκρασίας στο θάλαμο και στην επιφάνεια ψησίματος. Ιδανικοί για πίτσα, ψήσιμο ψωμιού, προϊόντα delicatessen, σφολιατοειδή, γλυκά ταψιού, πίτες κ.λπ. Τάμπερ εξαερισμού, εσωτερικός φωτισμός, 3 προγράμματα ψησίματος, ρύθμιση της ταχύτητας και της φοράς περιστροφής της επιφάνειας ψησίματος. Μοντέλα εσωτερικής διαμέτρου Ø 100 και 125 cm τα οποία διατίθενται σε 5 εκδόσεις, ανάλογα το ύψος και την αρχιτεκτονική του χώρου.

www.varanakis.com

ΜΙΞΕΡ SPAR MOD SP-60HI

από την ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΣ Ο.Ε.

Η εταιρεία ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΣ Ο.Ε. προτείνει το Μίξερ SPAR SP-60HI, χωρητικότητας 60 λίτρων. Είναι πολύ ισχυρό με τριφασικό μοτέρ 2 ½ ίππων και τρεις ταχύτητες, ενώ διαθέτει και χρονοδιακόπτη που επιτρέπει την αυτόματη διακοπή της λειτουργίας του σύμφωνα με τον προγραμματισμένο χρόνο. Διαθέτει υποδοχή για κοπτικό για τυρί, αμύγδαλα, ξηρούς καρπούς και κοπτικό κιμά, αλλά και ειδικό προστατευτικό κάλυμμα σύμφωνα με τους διεθνείς κανόνες, για την αποφυγή ατυχημάτων κατά την ώρα λειτουργίας του. Όσον αφορά στις τεχνικές προδιαγραφές του, έχει διαστάσεις 63 πλάτος x 72 βάθος x 130 εκατοστά ύψος και βάρος 270 κιλά.

www.kourlampas.gr



ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ NURNBERG MESSE - FORUM AE

Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκε την Τρίτη 9 Ιουλίου 2019, στο Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος, μια ιστορική, για την ελληνική εκθεσιακή βιομηχανία, στρατηγική συμφωνία, μεταξύ του εκθεσιακού Οργανισμού NURNBERG MESSE και της FORUM AE, της μεγαλύτερης εταιρείας διοργάνωσης εκθέσεων στην Ελλάδα. Η εξαγορά της FORUM AE από έναν από τους μεγαλύτερους εκθεσιακούς οργανισμούς της Γερμανίας αποδεικνύει την εμπιστοσύνη της κραταιάς γερμανικής οικονομίας στο υγιές ελληνικό "επιχειρείν", καθώς και στην τεράστια δυναμική του εκθεσιακού κλάδου της χώρας μας.

www.forumsa.gr



ΜΑΦΙΝ ΜΕ ΑΕΡΙΝΗ ΥΦΗ ΚΑΙ ΓΕΥΣΗ

από την ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΑΒΕΕΤ

Μάφιν, Μάφιν, Μάφιν. Μικρά στρογγυλά κέικ που τρώγονται για πρωινό (και όχι μόνο). Το μυστικό της επιτυχίας τους η ελαφριά, μαλακή και αφράτη ζύμη. Ο ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ, ειδικός στη ζύμη, αναδεικνύει δύο γεύσεις, η μία γεμάτη σοκολάτα, με ολόκληρα κομμάτια σοκολάτας και η άλλη βανίλια-πορτοκάλι, πασπαλισμένη με κομμάτια ζάχαρης. Μικρές μπουκιές γλυκιάς απόλαυσης που δίνουν τη δυνατότητα στους επαγγελματίες να εμπλουτίσουν τη λίστα των προϊόντων τους. Μόνο από τον ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΦΟΥΡΝΟ.

www.brakopoulos.gr



"ΑΠΟ ΤΟ ΣΤΑΡΙ ΣΤΟ ΨΩΜΙ": 5 ΒΙΒΛΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΟ-ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗ

από την SHAPE ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ

«Από το στάρι στο ψωμί». Μία σειρά πέντε βιβλίων που μεταφέρουν πλούτο γνώσεων και πληροφοριών σε όσους ασχολούνται επαγγελματικά ή ερασιτεχνικά με την αρτοποιία και την αρτοζαχαροπλαστική. Πέντε βιβλία που αποτελούν τα τέλεια εγχειρίδια αφού περιέχουν όσα πρέπει κανείς να γνωρίζει θεωρητικά και πρακτικά. Τα βιβλία της σειράς είναι: «Τεχνολογία αρτοποιίας», «Αρτοποιία και αρτοζαχαροπλαστική με προζύμια και μαγιά», «Συνταγές ζαχαροπλαστικής αλεύρου», «Συνταγές αρτοποιίας» και «Αρτοζαχαροπλαστική με διογκωτικές ύλες». Επισκεφτείτε το <http://freshbakery.shape.com.gr/>, κάντε την παραγγελία σας και επωφεληθείτε από τις προνομιακές τιμές.



BIO HAPPY ALCAS

**ΔΩΣΤΕ ΣΤΗΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΣΑΣ ΚΟΡΥΦΑΙΑ ΕΙΚΟΝΑ
ΜΕ ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΕΣ ΑΠΟ ΒΙΟΠΛΑΣΤΙΚΟ PLA ***



Τα νέα προϊόντα Bio Happy ALCAS από βιοπλαστικό PLA ακολουθούν την πιο σύγχρονη τάση στις συσκευασίες ζαχαροπλαστικής και μαζικής εστίασης! Τα ανώτερα βιοπλαστικά τύπου PLA που χρησιμοποιεί η ALCAS είναι πιο ανθεκτικά από το κλασικό πλαστικό, πιο διαυγή από το φυσικό γυαλί και το κυριότερο, δε δημιουργούν απόβλητα, καθώς είναι ικανά να αποσυντεθούν με φυσικές διαδικασίες! Είναι 100% οργανικά απορρίμματα και δεν επιβαρύνουν καθόλου το περιβάλλον!



ΚΥΠΕΛΛΑ

CORPETTA BIO (στην εικόνα) λευκό, πορτοκαλί, πράσινο σε 80, 100, 130, 170, 210, 300, 400, 500 cc, CORRA UAU BIO διάφανο σε 70, 110 και 160 cc και CORPETTA YO-MIX BIO διάφανο σε 100 και 150 cc.

ΔΙΣΚΟΙ

MINI MEDORO BIO, διάφανοι με κυματοειδές χείλος, στρογγυλοί για πάστα, Ø6, Ø9,5 και Ø12 εκ. και VASSOIO STONE BIO εκρού, τετράγωνοι, για τούρτα 24 x 24 εκ. και πάστα 9,5 x 9,5 εκ.



ΚΟΥΤΑΛΑΚΙΑ

Σε λευκό, εκρού, πορτοκαλί και πράσινο χρώμα, σε διάφορα σχέδια και μεγέθη.



ΚΑΛΑΜΑΚΙΑ

Σε λευκό, μαύρο, πράσινο, για ροφήματα και γρανίτες, σπαστά και ίσια, σε διάφορους τύπους και μεγέθη.



ΠΟΤΗΡΙΑ

BICCHIERE BIO, με ή χωρίς καπάκι, διάφανο σε 200, 250 και 400 cc

* Το βιοπλαστικό PLA είναι οργανικό υλικό φτιαγμένο από ανανεώσιμες πρώτες ύλες, όπως βιομάζα, φυτικά έλαια, άμυλο καλαμποκιού κ.α.

Δείτε το σύνολο της συλλογής της ALCAS, στον τομέα «Κατάλογοι» του Laoudis.gr.
Επίσημη διάθεση στην Ελλάδα: LAUDIS FOODS AEBE, www.laoudis.gr

silikomart®
professional

ΦΟΡΜΕΣ SILIKOMART PROFESSIONAL®

Ο ΣΥΜΜΑΧΟΣ ΚΑΘΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑ!

Οι φόρμες της Silikomart® αποτελούν μονόδρομο στη ζαχαροπλαστική, καθώς μόνο με αυτές έχετε τη δυνατότητα να δημιουργήσετε γλυκά που τραβάνε το μάτι! Αλλά και εκείνοι που ενδιαφέρονται για τη μείωση των λειτουργικών εξόδων τους, θα βρουν έναν πολύτιμο σύμμαχο με αυτές!



3D CHOCO FIGURES

Θερμοδιαμορφωμένα καλούπια σοκολάτας, αποτέλεσμα συνεργασίας με το φημισμένο Ισπανό σοκολατοποιό RAUL BERNAL για την πανεύκολη δημιουργία κόμικ-χαρακτήρων, αρκουδάκι, ελέφαντας, κουνέλι και δίκων σας πρωτότυπων συνδυασμών!



TARTE 4.0

Νέα σειρά από φόρμες για τραγανές παραδοσιακές τάρτες! Με μικροδιάτρητα δακτυλίδια από θερμοπλαστικό, για γρήγορο και ομοιόμορφο ψήσιμο! Διαθέσιμες σε πολλά σχήματα και μεγέθη.



THE PASTRY CULTURE

Κάθε φόρμα σιλικόνης της Silikomart® είναι αποτέλεσμα συνεργασίας ταλαντούχων Ιταλών σχεδιαστών με κορυφαίους Pastry Chefs του κόσμου! Για παράδειγμα, η εικονιζόμενη FINGER προέκυψε από συνεργασία με τον πρωταθλητή Chef FRANCOIS GALTIER (σ.σ. θα πραγματοποιήσει αυτόν τον Νοέμβριο ένα 3ημερο pastry workshop στην Laoudis Chef Academy!)

ΠΟΙΟΤΗΤΑ - Οι φόρμες Silikomart® κατασκευάζονται αποκλειστικά στην Ιταλία, από την κορυφαία 100% LSR Liquid Platinum Silicone! Αντέχουν σε κατάψυξη και φούρνο, από -60°C έως +230°C. Καλύπτουν όλες τις προδιαγραφές CE και FDA!

ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ - Αντικολλητικές, δεν απαιτούν ποτέ καμία λίπανση! Δεν καπνίζουν, δεν αφήνουν οσμή στο τρόφιμο! Ελαστικές, αποθηκεύονται σε μικρό χώρο! Δε στραβώνουν και πλένονται εύκολα και σε πλυντήριο πιάτων!

Δείτε το σύνολο της συλλογής SILIKOMART PROFESSIONAL®, στον τομέα «Κατάλογοι» του Laoudis.gr.
Επίσημη διάθεση στην Ελλάδα: LAUDIS FOODS AEBE, www.laoudis.gr



moκpo

ΟΤΑΝ Η ΦΑΝΤΑΣΙΑ "ΠΑΝΤΡΕΥΤΗΚΕ" ΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ!

Ο μύθος λέει ότι κάπου στο Χαλάνδρι, υπάρχει ένα creative cake shop, το οποίο μαγεύει με τα cake του όποιον τα δοκιμάσει. Άνθρωποι που το επισκέπτονται φεύγουν από εκεί σαν υπνωτισμένοι, κρατώντας κουτιά και κάνοντας έναν ήχο με το στόμα τους που ακούγεται σαν... moκ-po. Υπεύθυνες γι' αυτό είναι η Μαρία και η Δανάη... που αν δεν είχαν την απίθανη ιδέα για ένα τέτοιο κατάστημα, δε θα ξέραμε πως ένα cake πρέπει πραγματικά να είναι, για να συγκινεί το μυαλό και τη γεύση μας. moκpo όπως cake. Και δεν είναι μύθος!

Πείτε μας λίγα λόγια για εσάς. Πώς ξεκίνησε η αρχική ιδέα του moκpo και ποια είναι η φιλοσοφία πίσω από αυτό;

Η ιδέα του moκpo είναι να δημιουργούμε προϊόντα που καταφέρνουν να συνδυάζουν την αισθητική με τη γεύση. Η τούρτα αναδεικνύεται σε σχεδιαστικό αντικείμενο και η γεύση της καλείται να είναι αντίξια του ιδιαίτερου design και αντίστροφα. Στόχος είναι η εμπειρία του προϊόντος ταυτόχρονα να ικανοποιεί την όραση, γεύση, όσφρηση.

Τι μπορεί να δει και να γευτεί κάποιος στο moκpo;

Το βασικό προϊόν που παράγει το moκpo είναι τούρτες, οι οποίες δανείζονται την αμερικάνικη τεχντροπία, δηλαδή στρώσεις cake και κρέμας. Παρότι χρησιμοποιούμε την αμερικάνικη τεχντροπία δεν επιλέγουμε και τα αντίστοιχα υλικά π.χ βουτυρόκρεμα. Η γεύση είναι άμεσα συνδεδεμένη με την κουλτούρα και τον πολιτισμό. Ένα προϊόν το οποίο είναι δημοφιλές στην Αμερική ή στην Αυστραλία δε σημαίνει πως ται-

ριάζει και στην ελληνική ιδιοσυγκρασία. Στόχος μας λοιπόν είναι να δημιουργήσουμε γεύσεις και να προσαρμόσουμε τα προϊόντα και τις συνταγές, ώστε να ταιριάζουν στις δικές μας συνθήκες. Στο κατάστημά μας κανείς μπορεί να βρει, εκτός από τις τούρτες, κεράσματα και προϊόντα με βάση το cake όπως: curcakes, mini cakes, trifle cakes, chessecake, cake pops, cookie cakes, μπισκότα, cookies και brownies.

Τι είναι αυτό που κάνει τις δημιουργίες σας μοναδικές;

Θεωρούμε ότι η δουλειά μας ξεχωρίζει σε δύο τομείς. Ο πρώτος είναι ότι το προϊόν συνδυάζει αισθητική και γεύση και το αποτέλεσμα αποτελεί μια σύνθεση μοναδική και εξαιρετική. Ο δεύτερος είναι η υψηλή ποιότητα στις πρώτες ύλες που επιλέγουμε. Αρνούμε να δουλέψουμε με έτοιμα μείγματα και τα γλυκά μας παρασκευάζονται σε όλα τα στάδια στο δικό μας εργαστήριο, το οποίο φιλοξενείται μέσα στο κατάστημα.

Ακολουθείτε κάποιες παραδοσιακές συνταγές στην παρασκευή των γλυκών σας;

Δεν ακολουθούμε παραδοσιακές συνταγές αλλά ψήνουμε αμερικάνικα κέικς, φτιάχνουμε αγγλικό lemon curd, χρησιμοποιούμε ιταλικό μασκαρπόνε και φτιάχνουμε μαρμελάδα μανταρίνι της γιαγιάς μας. Υπάρχει όμως αρκετό καιρό σαν σκέψη να συνδυάσουμε το παραδοσιακό με το μοντέρνο και είναι κάτι που βρίσκεται στα σχέδιά μας.

Σε ποιους απευθύνονται τα προϊόντα σας;

Τα προϊόντα μας απευθύνονται σε όλους και θεωρούμε πως το κόστος τους είναι απόλυτα προσιτό. Αποτελούν μια ωραία ιδέα για δώρο, είναι ένα μοναδικό γλυκό για να παρουσιαστεί και για να αναδείξει ένα τραπέζι ή μπουφέ. Κυρίως όμως είναι εξαιρετικό και ο καθένας μπορεί να συνδεθεί με αυτό για μια ξεχωριστή περίπτωση ή να δημιουργήσει μια μοναδική εμπειρία. Είναι ένα προϊόν που αγοράζεται από τον καταναλωτή με αγάπη για αυτούς που θέλει να το μοιραστεί. Μπο-



Τα προϊόντα μας απευθύνονται σε όλους και θεωρούμε πως το κόστος τους είναι απόλυτα προσιτό. Αποτελούν μια ωραία ιδέα για δώρο, είναι ένα μοναδικό γλυκό για να παρουσιαστεί και να αναδείξει ένα τραπέζι ή μπουφέ.



ρεί να είναι ένα γλυκό αλλά εμπερικλείει πολλά περισσότερα σαν χειρονομία από αυτόν που το επιλέγει.

Πως βλέπετε την τάση των καταναλωτών στην Ελλάδα να επιλέγουν να αγοράζουν γλυκά; Έχει αυξηθεί τα τελευταία χρόνια;

Τα τελευταία χρόνια υπάρχει μεγάλη προβολή του φαγητού και έχει ως αποτέλεσμα την καλλιέργεια του κοινού τόσο σε εκλεπτυσμένες γεύσεις, δυσέυρετα υλικά και ακόμα και στην παρουσίασή του. Αυτό το γεγονός έχει άμεση επίπτωση και στον τομέα του γλυκού. Ο καταναλωτής είναι περισσότερο ενημερωμένος και συγκεκριμένος στο τι είναι αυτό που ζητάει και πως αυτό θα του παρουσιαστεί. Έχει λοιπόν αυξηθεί

η ζήτηση και το ενδιαφέρον αλλά έχει ταυτόχρονα εξειδικευτεί, κάνοντας την αγορά πολύ πιο συγκεκριμένη.

Ο ανταγωνισμός που υπάρχει στην αγορά είναι μεγάλος. Πως επιβιώνετε και πετυχαίνετε σε ένα τέτοιο περιβάλλον;

Ο ανταγωνισμός στην αγορά είναι μεγάλος αλλά ποτέ δε θεωρούμε ότι αποτελεί εμπόδιο. Ο κάθε δημιουργός και επιχειρηματίας διαγράφει τη δική του πορεία. Αν η ιδέα του είναι αυθεντική και σωστά δομημένη βρίσκει αυτόματα το δικό του χώρο μέσα στον ήδη υπάρχοντα χώρο. Η δυσκολία και ο αγώνας επιβίωσης δεν έχει να κάνει με τις υπόλοιπες επιχειρήσεις αλλά με τις κοινωνικές, οικονομικές και πολιτικές συνθήκες μέσα στις οποίες καλούμαστε να υπάρ-

χουμε και να διατηρούμαστε. Δυστυχώς είναι ανύπαρκτες οι δομές για να υποστηριχτούν επιχειρήσεις σαν τη δική μας και η επιβίωση έγκειται καθαρά σε προσωπική εργασία, χρόνο και υπομονή.

Ποια είναι τα απαραίτητα στοιχεία που πρέπει να έχει μία επιχείρηση για να πετύχει και να ξεχωρίσει;

Το κοινό πλέον είναι ενημερωμένο και συγκεκριμένο στο τι αναζητεί. Τα social media κατακλύζονται από φωτογραφίες φαγητών, γλυκών και περύτεχνων σπσιμάτων. Ο καταναλωτής δύσκολα πλέον μπορεί να εντυπωσιαστεί, έχοντας δει τόση πληροφορία. Οπότε, μια επιχείρηση πρέπει να είναι πλήρως ενημερωμένη για τις διεθνείς τάσεις, γιατί σε αυτό το επίπεδο καλείται να ικανοποιήσει τον κα-

ταναλωτή. Ακόμα πρέπει να είναι αυστηροί και επιλεκτικοί με τις πρώτες ύλες που χρησιμοποιούν. Λόγω των οικονομικών δυσκολιών υπάρχει η τάση στις επιχειρήσεις να ρίχνουν την ποιότητα των πρώτων υλών. Αυτό θα ανακουφίσει την επιχείρηση άμεσα αλλά βραχυπρόθεσμα θα είναι βαρύτερο το αντίκτυπο που θα αφήσει. Είναι σημαντικό ακόμη ο χαρακτήρας της επιχείρησης να διαφαίνεται μέσα από τα προϊόντα της αλλά ταυτόχρονα μέσα και από το υπόλοιπο στίσιμό της, το φυσικό κατάστημα, τη διαδικτυακή ταυτότητα, τη συσκευασία κλπ. Τέλος, το πιο σημαντικό είναι ο καθένας να είναι αυθεντικός στην ιδέα του και να δείχνει εμπιστοσύνη στους συνεργάτες που επιλέγει.

Ποια είναι η μεγαλύτερη πρόκληση για εσάς, ως επιχείρηση στην ελληνική αγορά;

Η μεγαλύτερη πρόκληση είναι να καταφέρνουμε να είμαστε εμπορικοί για να μπορούμε να επιβιώσουμε αλλά ταυτόχρονα να μη χάνουμε την έμπνευση και το ενδιαφέρον για πειραματισμό. Ο φόρτος εργασίας και η γραμμή παραγωγής αποτελούν ρουτίνα και είναι αρκετά δύσκολο να μπορεί κανείς μέσα σε αυτό να βρίσκει το χρόνο για αναζήτηση νέων ιδεών.

Ποιοι είναι οι επιχειρηματικοί σας στόχοι για το μέλλον;

Στόχος μας είναι να καταφέρουμε να δημιουργήσουμε signature cakes, δη-

λαδή τούρτες που αμέσως κάποιος θα αναγνωρίζει ότι είναι mokro, σε επίπεδο που σχεδιαστικά να καλύπτουν όλα τα γούστα και τις ειδικές περιστάσεις. Θα θέλαμε να δούμε το mokro να μεγαλώνει και υπάρχει και σε άλλες περιοχές της Αθήνας και όχι μόνο.

**Τη συνέντευξη έδωσε αποκλειστικά στο περιοδικό ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ, η Μαρία Βαρελά, συνιδιοκτήτρια του mokro Creative Cakes*

*mokro Creative Cakes: Λεωφ. Βασιλέως Γεωργίου Β 8, Χαλάνδρι 152 33
www.mokro.gr*



Από το στάρι στο ψωμί

Η ανανεωμένη σειρά βιβλίων αποτελεί μοναδικό εργαλείο που συνδυάζει την απαραίτητη πληροφόρηση του επαγγελματία αρτοποιού με την πρακτική.

- Τεχνολογία αρτοποιίας
- Αρτοποιήση & αρτοζαχαροπλαστική με προζύμια και μαγιά
- Αρτοζαχαροπλαστική με διογκωτικές ύλες
- Συνταγές αρτοποιίας
- Συνταγές ζαχαροπλαστικής αλεύρου



<http://eshop.freshbakery.gr>

ΓΛΥΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ





ΤΟΥΡΤΑ MOZART

Μια μοναδική Τούρτα για τους λάτρεις της σοκολάτας και του φιστικιού, με αφράτο σοκολατένιο biscuit, πλούσια mousse bitter σοκολάτας και βελούδινη κρέμα φιστικιού, ντυμένη με glacage λευκής σοκολάτας αρωματισμένης με πάστα φιστικιού.



ΠΑΝΤΕΣΠΑΝΙ ΚΑΚΑΟ

Αναμιγνύετε όλα τα υλικά στον κάδο του μίξερ και τα χτυπάτε όλα μαζί στην 3η ταχύτητα, με σύρμα, για 6-8 λεπτά, ανάλογα το μίξερ. Ψήνετε στους 180-190°C περίπου για 50 λεπτά, ανάλογα με το φούρνο και το σκεύος.

ΒΑΒΑΡΟΙΣΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ (ΜΕ GOLDEN LINE 62%)

Σε ένα μπωλ ανακατεύουμε τους κρόκους με τη ζάχαρη. Ζεσταίνουμε το γάλα σε ένα κατσαρολάκι και το προσθέτουμε στο μίγμα κρόκου αυγού. Ανακατεύουμε μέχρι να έχουμε ένα ομοιογενές μίγμα, το ξαναπροσθέτουμε στο κατσαρολάκι και το φέρνουμε σε απαλό ζέσταμα ως τους 84°C (παστερίωση). Περιχύνουμε σε 2 μέρη το μίγμα της Crème Anglaise επάνω στη λιωμένη μας κουβερτούρα, χρησιμοποιώντας πάντα κι ένα σουρωτήρι για τυχόν υπολείμματα αυγού. Ομογενοποιούμε και αφήνουμε να κρυώσει ως τους 10°C. Τέλος, προσθέτουμε στο μίγμα μας τη μισοχτυπημένη σαντιγί (σε μορφή γιαουρτιού), αποτελούμενη από την velvet cream και την κρέμα γάλακτος. Τοποθετούμε το μίγμα μας σε φόρμες σιλικόνης ή τσέρκια της αρεσκειάς μας και το καταψύχουμε.

ΥΛΙΚΑ ΠΑΝΤΕΣΠΑΝΙ ΚΑΚΑΟ

1000 γρ. Παντεσπάνι
Κακάο ΑΚΤΙΝΑ
600 γρ. Αυγά
200 γρ. Νερό

ΥΛΙΚΑ ΒΑΒΑΡΟΙΣΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

500 ml Γάλα 3,5%
80 γρ. Κρόκος αυγού
100 γρ. Ζάχαρη
κρυσταλλική
650 γρ. Κουβερτούρα
Golden Line 62%
450 ml Κρέμα γάλακτος 35%
450 ml Velvet Cream
ΑΚΤΙΝΑ

CRÈME DIPLOMAT ΦΥΣΤΙΚΙ

Χτυπάμε σε μίξερ την κρέμα με το κρύο νερό. Λιώνουμε τα φύλλα ζελατίνης, αφού τα έχουμε μαλακώσει σε κρύο νερό. Προσθέτουμε τα φύλλα ζελατίνης λιωμένα στην κρύα κρέμα και ανακατεύουμε γρήγορα για να μην παγώσουν. Προσθέτουμε την γεύση παγωτού fior di pistachio και τέλος την κρέμα σαντιγί μισοχτυπημένη, αποτελούμενη από την velvet cream και την κρέμα γάλακτος.

ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ - ΝΤΕΚΟΡ

Σε τσέρκι της προτίμησής μας τοποθετούμε μια στρώση παντεσπάνι κακάο, προσθέτουμε μια στρώση bavaroise σοκολάτας. Συνεχίζουμε με άλλο ένα φύλλο παντεσπάνι κακάο και κλείνουμε την τούρτα μας με Crème Diplomat pistachio. Επικαλύπτουμε την τούρτα μας με Glacage Λευκής σοκολάτας, το οποίο έχουμε χρωματίσει και αρωματίσει με πάστα παγωτού Pistachio Aromitalia.

ΥΛΙΚΑ CRÈME DIPLOMAT ΦΥΣΤΙΚΙ

400 γρ. Crème Patissiere
Premium Soft
1000 ml Νερό
8 Φύλλα ζελατίνης (5γρ)
1000 ml Velvet Cream
ΑΚΤΙΝΑ
1000 ml Κρέμα γάλακτος
35 %
250 γρ. Γεύση παγωτού
Aromitalia Φιστίκι

Glacage[👑]

Εξαιρετική γυαλάδα και κορυφαία επικαλυπτικότητα από τη συντήρηση ή την κατάψυξη!



MADE BY SHAPE LTD

AKTINA A.E.

ΠΑΠΠΟΥ 21, 104 42 ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ, ΑΘΗΝΑ
T: 210 5122410, www.aktinafoods.com

FOLLOW US





ΘΑΛΑΜΟΙ ΤΑΧΕΙΑΣ ΨΥΞΗΣ ΑΠΟ ΤΗΝ Α&Δ ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ

Δεν πρόκειται απλά για ένα μηχάνημα που κάνει τη δύσκολη δουλειά εύκολη, αλλά για ένα εργαλείο, τεχνολογικά προηγμένο, με "αντίληψη" που οργανώνει & απλουστεύει τον κύκλο των εργασιών σας.

ΦΑΝΤΑΣΤΕΙΤΕ ΕΝΑΝ ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΟ ΤΡΟΠΟ ΓΙΑ ΝΑ ΔΟΥΛΕΥΕΤΕ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΣΑΣ

Με τη σειρά INFINITY Evolution έχετε πάντα στο πλευρό σας ό βοήθους.



Είναι πολλά περισσότερα από ένα απλό Blast Chiller-Shock Freezer, αφού εξασφαλίζει όλη τη διαδικασία παρασκευής προϊόντων: στοφάρισμα για τα τσουρέκια & τα κρουασάν, παρασκευή sous-vide για τις κρέμες κι έπειτα κρύωμα, ξεπάγωμα και στοφάρισμα ή αναγέννηση, σταθεροποίηση (freezing) παγωτού.

Λογισμικό ολοκληρωτικά αφιερωμένο στη ζαχαροπλαστική για απεριόριστους συνδυασμούς λειτουργιών. Προ-εγκατεστημένες συνταγές, δυνατότητα αποθήκευσης δικών σας συνταγών και manual λειτουργία.



- Καταγραφή και παρακολούθηση δεδομένων HACCP σε πραγματικό χρόνο
- Θύρα USB για την εισαγωγή/εξαγωγή συνταγών & την εξαγωγή των δεδομένων HACCP
- Ακίδα 4 σημείων για την καταγραφή της θερμοκρασίας σε όλα τα επίπεδα του προϊόντος
- Καταγραφή καταναλώσεων για κάθε κύκλο εργασίας, για πλήρη έλεγχο

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ, ΥΨΗΛΗ ΑΠΟΔΟΣΗ

- Κατασκευασμένα εξωτερικά και εσωτερικά από ανοξείδωτο ατσάλι
- Ισχυρές μονώσεις πολυουρεθάνης πάχους 70mm
- Έγχρωμη οθόνη αφής 9" 16k για "ζωντανή" εικόνα
- Καινοτόμα λάστιχα πόρτας για εξοικονόμηση ενέργειας έως και 50%
- Αθόρυβη λειτουργία
- Delicate Air Flow System, που εγγυάται ομοιόμορφη κατανομή θερμοκρασίας & διατήρηση της ποιότητας & της εμφάνισης των προϊόντων

ΜΕΓΑΛΗ ΓΚΑΜΑ ΠΟΥ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΝΕΤΑΙ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ

Μοντέλα δαπέδου χωρητικότητας για 5, 10, 14 και 19 ταψιά 60x40cm.

Μοντέλα ROLL-IN με αντιολισθητικό πάτωμα και ανοξείδωτη ράμπα φόρτωσης, χωρητικότητας για 1 ή 2 καρότσια ταψιών, 60x40 και 60x80cm. Με εξωτερικό ή ενσωματωμένο ψυκτικό μηχάνημα.



www.varanakis.com

ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ & ΠΑΓΩΤΟΥ

Η εταιρία Βαρανάκης έχοντας μεγάλη πείρα στον τομέα του εξοπλισμού διαθέτει στην ελληνική αγορά εξειδικευμένα μηχανήματα τελευταίας τεχνολογίας και ιδιαίτερου σχεδιασμού, δίνοντας έτσι στον επιχειρηματία την ευκαιρία να επενδύσει στην εταιρία του με πλέον ασφαλή και αξιόπιστο τρόπο.

Εξασφαλίζοντας ποιότητα και τιμή σε πλήρη συνάρτηση!

Επαγγελματικά μηχανήματα και ανοξείδωτες κατασκευές για κάθε χώρο: εργαστήρια, ζαχαροπλαστεία, εταιρίες βιομηχανικής παραγωγής, catering, gelateria, παρασκευαστήρια, αλυσίδες καφέ, εμπορικά κέντρα, αεροδρόμια κ.λπ.



ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΑ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ: Λεβέντη 33, Περιστέρι, 121 32 Αθήνα
Τηλ.: 210 5723111, sales@varanakis.com, www.varanakis.com, FB: A&D Varanakis, YT: varanakisTV



ΝΕΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ TOP CHEF ΑΞΕΠΕΡΑΣΤΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ!

Η εταιρεία FAMA Food Service εμπλουτίζει τη σειρά προϊόντων Top Chef. Εκτός από ζελέδες με φρούτα πλέον υπάρχει ζελέ με μέλι, ενώ οι μους εμπλουτίστηκαν με 2 νέες γεύσεις, μέλι και γιαούρτι. Τέλος, διαθέσιμα είναι τα μίγματα για rapcakes και για κροκέτες πατάτας. Διατίθενται σε πολυτελή και πρακτική συσκευασία 2kg.



BLUEBERRY PANA COTTA

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Διαλύουμε την Κρέμα Πανακότα Top chef στην Κρέμα γάλακτος Lowicz 36% και το γάλα και ανακατεύουμε πολύ καλά. Στη συνέχεια, θερμαίνουμε το μίγμα μέχρι θερμοκρασία 70-80°C (χωρίς να βράσει), ανακατεύοντας συνέχεια. Αποσύρουμε το μίγμα από τη φωτιά και το αφήνουμε να κρυώσει περίπου στους 35°C.

ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ

Χωρίζουμε το μίγμα μας σε δυο μπουλ, σε ίση ποσότητα και στο ένα τοποθετούμε Greek Yoghurt Torronalba και στο άλλο Πάστα Παγωτού Blueberry Torronalba. Παίρνουμε ποτήρια και τα τοποθετούμε λοξά σε μια σιλικόνη. Γεμίζουμε με την Πανακότα Blueberry μέχρι τη μέση και παγώνουμε. Στη συνέχεια, τοποθετούμε τα ποτήρια σε όρθια θέση και γεμίζουμε με την Πανακότα Yoghurt μέχρι επάνω. Τέλος, διακοσμούμε με διάφορα φρούτα εποχής και λίγο βασιλικό.

ΥΛΙΚΑ

100 γρ. Κρέμα Πανακότα Top chef
350 γρ. Κρέμα γάλακτος Lowicz 36%
350 γρ. Γάλα 3,5%



HONEY CAKE MOUSSE

ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΚΕΪΚ ΜΕΛΙΟΥ

Τοποθετούμε όλα τα υλικά στον κάδο του μίξερ και τα χτυπάμε με το φτερό για 1 λεπτό, στην αργή ταχύτητα, μέχρι να ομογενοποιηθεί η ζύμη. Καθαρίζουμε τα τοιχώματα του κάδου με μια σπάτουλα και χτυπάμε στη μεσαία ταχύτητα για 4-5 λεπτά. Τοποθετούμε τη ζύμη σε ένα τετράγωνο τσέρκι και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160 - 170°C για περίπου 35-45 λεπτά.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΜΟΥΣ ΜΕΛΙΟΥ

Τοποθετούμε τη Μους με Μέλι Top chef και το γάλα στο μίξερ και χτυπάμε για 1 λεπτό στην αργή και για 2 λεπτά στη γρήγορη ταχύτητα, μέχρι να σφίξει καλά.

ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ

Γεμίζουμε φόρμες σιλικόνης με τη μους μελιού και παγώνουμε. Στη συνέχεια, κόβουμε το κέικ μελιού σε διαστάσεις 4x1x1 5εκ και τοποθετούμε από πάνω τη μους μελιού. Τέλος, ντεκοράρουμε με Topping Honey Torronalba και Σοκολάτα Υγείας Haya 60% Eurocao.

ΥΛΙΚΑ ΚΕΪΚ ΜΕΛΙΟΥ

1000 γρ. Primo Honey Cake (μίγμα για κέικ μελιού)
280 γρ. Ηλιέλαιο FAMA Sunshine
460 γρ. Νερό

ΥΛΙΚΑ ΜΟΥΣ ΜΕΛΙΟΥ

1000 γρ. Μους με Μέλι Top chef
2250 γρ. Γάλα 3,5%

ΣΕΙΡΑ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ HO.RE.CA



Αξεπέραστη ποιότητα
στα χέρια σας!

Ανακαλύψτε τα νέα προϊόντα Top Chef

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ: Ο.Τ. 33 ΒΙ.ΠΕ. Σίνδου, Θεσσαλονίκη, Τ.Κ. 57022 Τ. +30 2310 569570 F. +30 2310 569571
ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΑΘΗΝΑΣ: 7ης & 53ης & 51ης Οδού ΒΙΟ.ΠΑ. , Άνω Λιοσίων, Αττική, Τ.Κ. 13341 Τ. +30 210 4834533 F. +30 210 2484732
ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΚΡΗΤΗΣ: 3ο χλμ. Ηράκλειου - Μαλάδων, Βιο.Πα. Μαλάδων, Αρ. Αποθ. 3 Ηράκλειο Κρήτης, Τ.Κ. 71500 Τ. +30 2810 311156
✉ info@fama.gr 🌐 http://www.fama.gr 📱 /famafoodservice 📷 famafoodservice 📺 /company/fama-food-service-sa/



ΤΟ ΣΠΙΤΙΚΟ - HOME CAKE IREKS ΥΠΕΡΟΧΟ ΚΕΪΚ, ΟΠΩΣ ΤΗΣ ΜΑΜΑΣ

Η ΛΑΟΥΔΙΣ FOODS ΑΕΒΕ σας παρουσιάζει το νέο προϊόν ΤΟ ΣΠΙΤΙΚΟ - HOME CAKE της IREKS, για τη δημιουργία υπέροχου κέικ λαδιού με σπιτική νοστιμιά, όπως της μαμάς! Με απλή βασική συνταγή χωρίς αυγά, μόνο 375 γρ. λάδι και 375 γρ. νερό ανά κιλό προϊόντος, αυτό το απόλυτα παραγωγικό προϊόν θα σας λύσει τα χέρια στη δημιουργία πολλών νόστιμων γλυκών!



ΛΕΜΟΝΟΠΙΤΑ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΖΥΜΗΣ

Αναμιγνύουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ με το φτερό για 1'-2' λεπτά. Σερβίρουμε σε ταψί 30 x 40 εκ. και ψήνουμε στους 160°C για 40 λεπτά.

ΣΙΡΟΠΙ

Φτιάχνουμε σιρόπι με τη ζάχαρη, το νερό και τη γλυκόζη. Το αρωματίζουμε με την Cremirca Limone (έτοιμη κρέμα ζαχαροπλαστικής λεμόνι, τύπου μπαβάριαν). Αφού ξεφουρνίσουμε τη λεμονόπιτα, σιροπιάζουμε την κρύα λεμονόπιτα με ζεστό σιρόπι.

ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ

Με βρώσιμα διακοσμητικά από σοκολάτα της DOBLA, π.χ. σε φυσικό σχήμα ράσπερι, φέτας λεμονιού, ξύλο βανίλιας κ.α.

ΥΛΙΚΑ ΖΥΜΗΣ

1.000 γρ. ΤΟ ΣΠΙΤΙΚΟ - HOME CAKE IREKS
400 γρ. Βούτυρο 99% λιωμένο
130 γρ. Νερό
125 γρ. Χυμός λεμόνι
10 γρ. Ξύσμα λεμόνι

ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ

550 γρ. Ζάχαρη
350 γρ. Νερό
100 γρ. Γλυκόζη
100 γρ. CREMIRCA LIMONE IRCA

ΡΑΒΑΝΙ

ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΖΥΜΗΣ

Χτυπάμε το Facilissimo (ασπράδι αυγού σε υγρή μορφή) στο μίξερ, μέχρι να αποκτήσουμε μια λεία μαρέγκα. Χτυπάμε όλα τα υπόλοιπα υλικά μαζί στο μίξερ, για 2'-3' λεπτά. Αναμιγνύουμε τη μαρέγκα με το μίγμα, ανακατεύοντας απαλά. Σερβίρουμε σε ταψί 30 x 40 εκ. και ψήνουμε στους 160°C για 40 λεπτά.

ΣΙΡΟΠΙ

Φτιάχνουμε σιρόπι με τη ζάχαρη, το νερό και τη γλυκόζη. Αφού ξεφουρνίσουμε το ραβανί, σιροπιάζουμε κρύο ραβανί με ζεστό σιρόπι.

ΥΛΙΚΑ ΖΥΜΗΣ

1.000 γρ. ΤΟ ΣΠΙΤΙΚΟ - HOME CAKE IREKS
300 γρ. Λάδι
100 γρ. Βούτυρο 99% λιωμένο
220 γρ. Γισούρτι στραγγιστό
100 γρ. Σιμιγδάλη ψιλό
100 γρ. Αλεύρι ζαχαροπλαστικής
400 γρ. Νερό
60 γρ. Ινδική καρύδα
10 γρ. Ξύσμα πορτοκάλι
30 γρ. Μπέικιν πάουντερ
220 γρ. FACILISSIMO EUROVO

ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ

550 γρ. Ζάχαρη
350 γρ. Νερό
100 γρ. Γλυκόζη



Home
CAKE
Το Σπιτικό

Για νόστιμο κέικ λαδιού, όπως της μαμάς!



LAOUDIS
foods
εγγύηση επιτυχίας!

ΑΦΟΙ ΛΑΟΥΔΗ ΑΕΒΕ
Αθανασίου Διάκου 4, 19009 Πικέρμι
Τ: 210.6039228, 210.6038001-3
F: 210.6039282, E: info@laoudis.gr

f i y
www.laoudis.gr



ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΣΤΑΦΙΔΑΣ

ΣΤΑ ΕΚΛΕΚΤΑ ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΟΙ ΙΔΙΑΙΤΕΡΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

Μπορεί να τις υποτιμάμε και να τις χρησιμοποιούμε μόνο σε ειδικές περιπτώσεις, όπως η νηστεία, ωστόσο οι σταφίδες αποτελούν μία ακόμη σούπερ αντιοξειδωτική τροφή, ιδιαίτερα πολύτιμη για τον οργανισμό μας. Και ίσως είναι καιρός να αναθεωρήσουμε και να εντάξουμε τις σταφίδες στην καθημερινή μας διατροφή, στο πρωινό, στα σνακ, ή να εμπλουτίσουμε μικρά γεύματα και τις σαλάτες μας. Τα αντιοξειδωτικά συστατικά τους και κυρίως οι φαινόλες που περιέχουν μεταμορφώνουν τις σταφίδες από μία απλή και ταπεινή τροφή σε μία υπερτροφή.



**Είναι σαφές
ότι η χρήση της σταφίδας
στα αρτοσκευάσματα
συνεισφέρει σημαντικά
στην υγιεινή
διατροφή μας.**

Οι φαινόλες, οι οποίες απαντώνται σε φυτικής προέλευσης τρόφιμα, όπως τα φρούτα και τα λαχανικά, αποτελούν, στην κυριολεξία, μία ασπίδα προστασίας των κυττάρων μας από τις ελεύθερες ρίζες οξυγόνου. Οι ελεύθερες ρίζες μάλιστα είναι αυτές που ενοχοποιούνται για τη γήρανση, την πυροδότηση πολλών ασθενειών και την άσχημη εξέλιξη της υγείας μας γενικότερα. Φαινόλες περιέχουν επίσης τα δαμάσκηνα και τα βερίκοκα.

Τα οφέλη της σταφίδας

Οι αντιοξειδωτικές τους ιδιότητες ενισχύουν το ανοσοποιητικό μας σύστημα και προστατεύουν τα κύτταρα από τον εκφυλισμό, που επιφέρουν οι φυσιολογικές διαδικασίες της οξείδωσης, που οδηγούν στη γήρανση και τελικά στο θάνατο.

Αναλυτικότερα:

- Οι φυτικές ίνες που υπάρχουν στις σταφίδες βελτιώνουν τη λειτουργία του εντέρου καταπολεμώντας τη δυσκοιλιότητα, καθώς επίσης βοηθούν στη μείωση της χοληστερόλης και στη μείωση του κινδύνου του καρκίνου εντέρου.
- Ο σίδηρος που περιέχουν σε φυτική μορφή βοηθά στην αντιμετώπιση της σιδηροπενικής αναιμίας.
- Το κάλιο είναι ένα μέταλλο, το οποίο ρυθμίζει τα επίπεδα νατρίου στον οργανισμό, με αποτέλεσμα να μειώνονται τα συμπτώματα των κατακρατίσεων, κα-

θώς επίσης συμβάλλει και στη μείωση της αρτηριακής πίεσης.

- Οι βιταμίνες του συμπλέγματος Β είναι σημαντικές για πολλές βασικές λειτουργίες του οργανισμού μας, όπως για το μεταβολισμό, την παραγωγή ενέργειας, την παραγωγή των ερυθρών αιμοσφαιρίων καθώς επίσης συμβάλλουν στη βελτίωση της μνήμης, της συγκέντρωσης και της διάθεσης.

- Η βιταμίνη Α είναι σημαντική για την όραση, την ανάπτυξη και την αναπαραγωγή.

- Το σελήνιο είναι ένα ιχνοστοιχείο, το οποίο ο οργανισμός μας χρειάζεται σε μικρές ποσότητες. Αυτό, όταν εισέλθει στον οργανισμό, συνδέεται με τις πρωτεΐνες και σχηματίζει τις σεληνιοπρωτεΐνες, οι οποίες έχουν αντιοξειδωτική δράση και προστατεύουν από καρκίνο και καρδιαγγειακές παθήσεις, ρυθμίζουν τη λειτουργία του θυρεοειδούς αδένος και συμβάλλουν στην άμυνα του ανοσοποιητικού συστήματος.

- Η ρεσβερατρόλη αποτελεί αντιοξειδωτική ουσία, η οποία δικαιολογεί το λεγόμενο "French paradox", ή αλλιώς, η ήπια κατανάλωση κόκκινου κρασιού που κάνει καλό στην υγεία. Η κορινθιακή σταφίδα είναι το τρόφιμο με τη μεγαλύτερη περιεκτικότητα σε ρεσβερατρόλη, με υπερπολλαπλάσια περιεκτικότητα σε σχέση με το κόκκινο κρασί. Στα 100 γρ. κορινθιακής σταφίδας περιέχονται 39.68 mg ρεσβεραστρούλης, μεταξύ 25 άλλων αντιοξειδωτικών ουσιών, όταν διάφορα superfoods, όπως τα raspberries, έχουν μόλις 0,02 και τα blackberries 0,05. Η ρεσβερατρόλη φαίνεται ότι μπορεί να εμποδίσει την ανάπτυξη κάποιων τύπων καρκίνου, κατά βάση καρκίνου του δέρματος και του γαστρεντερικού συστήματος, ενώ έχει και καρδιοπροστατευτικές δράσεις, μέσω της παρεμπόδισης της δημιουργίας αθηρωματικής πλάκας.

- Τέλος, αξίζει να αναφερθεί ότι οι σταφίδες έχουν και αντιμικροβιακές ιδιότητες, οι οποίες εμποδίζουν την ανάπτυξη τερηδόνας, ουλίτιδας και οδοντικής πλάκας.

Η καθημερινή κατανάλωση σταφίδας θα ήταν το ιδανικό για να έχουμε όλα αυτά τα οφέλη. Με δεδομένο πως η σταφίδα είναι ένα διαθρεπτικό φρούτο, με ευεργετικά για την ανθρώπινη υγεία στοιχεία, ενώ παράλληλα διαθέτει λειτουργικά συστατικά -κοινώς βιολογικώς ενεργά- θα ήταν καλό να αποτελεί τουλάχιστον τη μία μερίδα από τις τρεις ως πέντε μερίδες φρούτων, που πρέπει να καταναλώνει κάποιος ημερησίως. Η μερίδα αυτή αντιστοιχεί σε δύο κουταλιές της σούπας σταφίδα.. Δυστυχώς, στη χώρα μας δεν υπάρχει καθημερινή κατανάλωση σταφίδας, κάτι που αν συνέβαινε, το μισό περίπου της επίσης παραγωγής κορινθιακής σταφίδας, (περί τους 30.000 τόνους) θα καταναλωνόταν μόνο από τους κατοίκους της Πελοποννήσου.

Η χρήση της σταφίδας από τους παραγωγούς αρτοσκευασμάτων

Είναι σαφές ότι η χρήση της σταφίδας στα αρτοσκευάσματα συνεισφέρει σημαντικά στην υγιεινή διατροφή μας. Εκτός από τις θετικές επιδράσεις που προσφέρει η ίδια η σταφίδα στον οργανισμό, ένα τρόφιμο με σταφίδες περιέχει λιγότερη ζάχαρη, αφού μετριάζεται η χρήση της, λόγω της γλυκύτητάς τους. Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι η ξήρανση της σταφίδας, ακόμη και η μεταγενέστερη θέρμανση κατά το ψήσιμο π.χ. αρτοσκευασμάτων με σταφίδα, δε δημιουργεί υποβάθμιση στα συστατικά της. Η χρήση της σταφίδας προτείνεται ανεπιφύλακτα στην αρτοποιαστική, ζαχαροπλαστική, ακόμα και στη μαγειρική, αφού τα οφέλη για την υγεία είναι πολλαπλά, ακόμα περισσότερο δε, που έτσι, αντικαθιστούμε τη ζάχαρη με ένα γλυκαντικό τρόφιμο, όπως η σταφίδα. Αν αναλογιστούμε ότι η σταφίδα με την προσθήκη της μετριάζει την προσθήκη ζάχαρης και αντικαταστήσουμε τη ζάχαρη από στέβια ή άλλες γλυκαντικές ουσίες, τότε μπορούμε να απευθυνθούμε στις ειδικές διατροφικές ομάδες των διαβητικών, με τη χρήση δε αλεύρων χωρίς γλουτένη τότε μπορούμε να καλύψουμε και τις ομάδες με «κοιλιοκάκη».

Αν αναλογιστούμε ότι η σταφίδα με την προσθήκη της μετριάζει την προσθήκη ζάχαρης και αντικαταστήσουμε τη ζάχαρη από στέβια ή άλλες γλυκαντικές ουσίες, τότε μπορούμε να απευθυνθούμε στις ειδικές διατροφικές ομάδες.

Γλυκαντικές ουσίες για ειδικές διατροφικές ομάδες

Η ασπαρτάμη, σε αντίθεση με τη ζάχαρη και τη φρουκτόζη, είναι τεχνητή γλυκαντική ύλη. Αν και η πλειοψηφία του κόσμου θεωρεί ότι δεν παχαίνει, ουσιαστικά αποδίδει τις ίδιες ακριβώς θερμίδες με τη ζάχαρη (1 γραμμάριο δίνει 4 θερμίδες). Η διαφορά είναι ότι χρειαζόμαστε το 1/200 της ζάχαρης, με αποτέλεσμα να χρησιμοποιείται ελάχιστα στην ποσότητα, η οποία ουσιαστικά δεν προσδίδει θερμίδες. Εξαιτίας του γεγονότος ότι δεν είναι πολύ σταθερή σε υψηλές θερμοκρασίες, η ασπαρτάμη συναντάται σε light γισούρια, αναψυκτικά, μαστίχες, δημητριακά πρωινού αλλά και σε μορφή ταμπλέτας για αντικατάσταση της ζάχαρης. Το βασικό ζήτημα με την ασπαρτάμη είναι ότι διασπάται σε μεθανόλη και φαινυλαλανίνη. Η φαινυλαλανίνη είναι ένα αμινοξύ, το οποίο, άτομα με φαινυλοκετονουρία δεν μπορούν να το διασπάσουν. Η φαινυλοκετονουρία είναι γενετική ασθένεια και διαγιγνώσκεται με τη γέννηση του παιδιού. Τα συγκεκριμένα άτομα δεν πρέπει να καταναλώνουν ασπαρτάμη. Η ασπαρτάμη, λόγω της προσθήκης της σε πολύ χαμηλές ποσότητες στα αρτοσκευάσματα και σε συνδυασμό με τη γλυκύτητα της σταφίδας, μπορεί να αποτελέσει ένα χρήσιμο υλικό για τη παραγωγή εκλεκτών αρτοσκευασμάτων για διαβητικούς.

Κοιλιοκάκη – Δυσανεξία στη γλουτένη

Η κοιλιοκάκη είναι η δυσανεξία (κάτι που ο οργανισμός δεν ανέχεται) στη γλουτένη, πρωτεΐνη που υπάρχει στο σιτάρι, το κριθάρι, τη βρώμη και τη σί-

καλη. Η αντίδραση του οργανισμού είναι η παραγωγή αντιγλιαδινικών αντισωμάτων, κάτι που έχει σαν αποτέλεσμα την καταστροφή του εσωτερικού τοιχώματος του λεπτού εντέρου. Πρόκειται για κληρονομική πάθηση και επειδή η βλάβη προκαλείται από το ίδιο το ανοσοποιητικό σύστημα του οργανισμού, θεωρείται αυτοάνοσο νόσημα. Η εκδήλωση της κοιλιοκάκης προϋποθέτει σχετική γενετική προδιάθεση του ατόμου και την κατανάλωση τροφών με γλουτένη. Ακόμη και όταν αυτοί οι δύο παράγοντες συνυπάρχουν, είναι πιθανό η κοιλιοκάκη να μην εκδηλωθεί, παρά μόνο όταν «πυροδοτηθεί», σε ορισμένες περιπτώσεις από κάποιες ιογενείς ασθένειες ή άλλες αιτίες. Συνήθως η κοιλιοκάκη εκδηλώνεται στα βρέφη μόλις εισαχθούν δημητριακά στη διατροφή τους, σε ηλικία περίπου 6 μηνών, αλλά και σε ενήλικες που μπορεί να ζουν χωρίς συμπτώματα για πολλά χρόνια και να νοσήσουν πολύ αργότερα. Στα άτομα με τη γενετική αυτή προδιάθεση, η παραγωγή αντιγλιαδινικών αντισωμάτων, μετά την κατανάλωση τροφών που περιέχουν γλουτένη, προκαλεί τη λείανση ή την αδρανοποίηση των λάχνων του λεπτού εντέρου που είναι υπεύθυνες για την απορρόφηση θρεπτικών συστατικών, βιταμινών και ικνοστοιχείων από τον οργανισμό. Οι εκδηλώσεις αφορούν κυρίως γαστρεντερικές διαταραχές και οι συνέπειες είναι αρκετές στην ανάπτυξη και συντήρηση του οργανισμού.

Έχει παρατηρηθεί ότι τα συμπτώματα και οι εκδηλώσεις της κοιλιοκάκης διαφέρουν, συχνά κατά πολύ, από περίπτωση σε περίπτωση και ανάλογα με την ηλικία και διακρίνονται σε γαστρεντερικές και άλλες.

Στα βρέφη παρατηρούνται γαστρεντερικές ενοχλήσεις, διάρροια, συχνές, ογκώδεις και ιδιαίτερα δύσσομες κενώσεις και στασιμότητα ή απώλεια βάρους. Στα παιδιά, εκτός από τα παραπάνω, μπορεί επίσης να εκδηλωθούν ναυτία, εμετοί, ανορεξία, αναιμία, δερματίτιδα και στοματικές άφθες. Είναι πιθανό να παρατηρηθεί και οξυθυμία. Στους ενήλικες και σε αρχικό στάδιο εκδήλωσης της ασθένειας, παρατηρείται ένα γενικά αίσθημα αδιαθεσίας και κόπωσης, ακόμη κι όταν οι γαστρεντερικές ενοχλήσεις είναι περιορισμένες. Στη συνέχεια και σαν συνέπεια της μειωμένης απορρόφησης βιταμινών, ικνοστοιχείων και θρεπτικών συστατικών παρατηρούνται ανεμία, οστεοπενία και οστεοπόρωση καθώς και νευρικές και ορμονικές διαταραχές. Στην περίπτωση που ένας παραγωγός θέλει να απευθυνθεί στη κατηγορία των καταναλωτών που πάσχουν από κοιλιοκάκη, θα πρέπει να χρησιμοποιεί αλεύρα χωρίς γλουτένη. Τέλος αν αναλογιστούμε ένα προϊόν με αλεύρι χωρίς γλουτένη, προσθήκη σταφίδων και χρήση ασπαρτάμης, τότε έχουμε να κάνουμε με ένα αρτοσκεύασμα που απευθύνεται σε δύο διατροφικές ομάδες ειδικής κατηγορίας και επίσης με περιεκτικότητα σε υπερτροφία, όπως είναι οι σταφίδες.

Βιβλιογραφία

1. Βαλεντίνη Ιγνατιάδου –Ραγκούση (1998). Χημεία Φυσικών Προϊόντων. Εκδόσεις Συμμετρία
2. <https://www.google.com/search>



ΚΟΥΒΟΥΤΣΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
Γεωπόνος Επιστήμης και Τεχνολογίας Τροφίμων, Msc στη μελέτη και αξιοποίηση φυσικών προϊόντων

Made by www.shape.com.gr



LESAFFRE ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ

10° χλμ Αττικής Οδού, Θέση Αραιές Βελανιδιές, 19300 Ασπρόπυργος
Τηλ.: 210 4835386, 210 5580240, Fax: 210 4835387
e-mail: lesaffrehellas@lesaffre.com
www.lesaffre.gr

Find Us On



Ζωντανά Προζύμια από τη Lesaffre Η οικογένεια που θα αγαπήσετε!



Crème de Levain

Το πρώτο υγρό ζωντανό προζύμι από σίκαλη & σιτάρι ιδανικό για παραδοσιακά προζυμμένα φωμιά.



LVBD3000

Το μοναδικό υγρό ζωντανό προζύμι από σκληρό σιτάρι ιδανικό για τσουρέκια και όλα τα γλυκά ζυμάρια.



Φαγόπυρος

Το νέο υγρό ζωντανό προζύμι από φαγόπυρο για χωριάτικα φωμιά και αρτοσκευάσματα με τις ευεργετικές ιδιότητες του φαγόπυρου.

Ποση "ατυχία" υπάρχει Μεσα σε ένα ατύχημα;

(οι αιτίες τουε και πρε ηπορουμε να μειψουμε
την πιθανότητα να συμβουν)

Παρά τον πλούτο της ελληνικής γλώσσας, η λέξη «ατύχημα» μας καθοδηγεί σε λάθος συνειρμούς, ότι δηλαδή, εάν συμβεί κάτι δυσάρεστο που σχετίζεται με την υγεία μας, αυτό οφείλεται σε κάποια κακή συγκυρία ό,τι και να σημαίνει αυτό. Συνήθως όμως η πραγματικότητα είναι διαφορετική: όλα τα ατυχήματα έχουν τις αιτίες τους και δυστυχώς τις περισσότερες φορές έχουμε συμβάλλει και εμείς με τη συμπεριφορά μας, φυσικά χωρίς να το θέλουμε, γιατί διακατεχόμαστε από τη νοοτροπία του «δε θα συμβεί σε μένα»... μέχρι να συμβεί...

Στην υγείά μας!

Κανείς ψυχοσωματικά υγιής και ισορροπημένος άνθρωπος δε θέλει να υποβαθμιστεί η υγεία του. Ιδιαίτερα στην Ελλάδα, οι πιο δημοφιλείς χαιρετισμοί, το «γείά σου», «στην υγείά μας» ή το «με υγεία», καταδεικνύουν το πόσο σημαντική θεωρεί ο λαός μας την υγεία, την οποία οι αρχαίοι την τιμούσαν σαν θεά, αναδεικνύοντας έτσι την τεράστια αξία της. Αυτό όμως που δεν έχουμε κατανοήσει στη χώρα μας είναι αυτό που επίσης έλεγαν οι αρχαίοι: «Τα αγαθά κόποις κτώνται» (τα καλά αποκτώνται με προσπάθεια). Μέσα σε αυτά και η υγεία μας δεν είναι δεδομένη. Μπορεί κάποιοι

να έχουν ένα κληρονομικό πλεονέκτημα, όμως η διατήρηση της υγείας μας σε όλη μας τη ζωή θέλει προσπάθεια και αυτό φτάνουμε να το καταλάβουμε όταν αυτή υποβαθμιστεί. Άλλωστε και η θεά Υγεία ήταν προσωποποίηση της πρόληψης και όχι της θεραπείας.

Φύση και εργασία

Είναι αλήθεια ότι η Φύση ή η Υπερδύναμη που μας δημιούργησε μας προίκισε με τα απαραίτητα ώστε να ανταπεξερχόμαστε στους παράγοντες που απειλούν την επιβίωσή μας. Όμως με την εξέλιξη, ο Άνθρωπος ανέπτυξε το δικό του περιβάλλον μέσα από την τεχνολογία και κατάφερε σταδιακά να επιβλη-

θεί και να αναρριχηθεί στην κορυφή των έμβιων όντων. Σε αυτό το περιβάλλον βρέθηκε για μία ακόμη φορά «γυμνός» δηλαδή απροστάτευτος. Μπορεί σήμερα η τεχνολογία να είναι παντού, όμως στην εργασία μας η τεχνολογία εμφανίζεται γρηγορότερα και με μεγαλύτερη ισχύ και συνεπώς ο εργαζόμενος άνθρωπος καλείται να δημιουργήσει ένα ακόμη «σώμα» πιο ισχυρό για να ανταπεξέλθει σε αυτή τη νέα απειλή στην επιβίωσή του. Λίγο ειρωνικό έτσι; Η εργασία που μας τρέφει αλλά συγχρόνως μας απειλεί. Αυτή όμως είναι και η πορεία της ζωής, μία αέναη ισορροπία μεταξύ του καλού και του κακού που συνυπάρχουν, «Ουδέν καλόν αμιγές κακού» και αντιστρόφως.

Σε επαγγέλματα, όπως αυτό του αρτοποιού, επικρατούν συνθήκες επικίνδυνες για όλους τους επαγγελματίες του είδους. Ο κίνδυνος όμως είναι μέρος της ζωής και του επαγγέλματος και δε μπορεί να απαλειφθεί, γιατί αποτελεί απαραίτητο στοιχείο για να κάνουμε τη δουλειά μας.

Ατύχημα: Ένα "ατυχές" (άραγε;) περιστατικό

Αφού κανείς δε θέλει να τραυματιστεί ή να αρρωστήσει γιατί συμβαίνουν ατυχήματα; Άλλωστε η ζωή και η εργασία μας είναι τόσο πολυσύνθετη κάνοντας χιλιάδες ενέργειες κάθε μέρα. Πως μπορεί να αποκλείσει κανείς τον παράγοντα τύχη; Οι έρευνες έχουν δείξει ότι για να φτάσει κάποιος να υποστεί ένα ατύχημα βρέθηκε στην τροχιά μιας σειράς γεγονότων που, ευτυχώς, τις περισσότερες φορές δεν κατέληξε σε ατύχημα. Απλά δε σκέφτηκε ότι θα μπορούσε αυτή η σειρά να επαναληφθεί με πιο δυσάρεστες συνέπειες. Όπως καταδεικνύουν οι έρευνες, είμαστε ατελείς οργανισμοί και κάνουμε λάθη. Αυτά τα λάθη συσσωρεύονται, συνδέονται σε μία αλυσίδα γεγονότων και κάποιες φορές οδηγούν σε ατυχήματα. Τα ατυχήματα κατά 95% οφείλονται σε λάθος αποφάσεις. Εάν κάποιος κάνει ένα λάθος αυτό είναι συνηθισμένο. Το λάθος γίνεται επικίνδυνο όταν:

- Δε γνωρίζουμε ότι το διαπράξαμε
- Γνωρίζαμε ότι το διαπράξαμε αλλά δεν υπολογίσαμε τις συνέπειες
- Γίναμε αντιληπτοί ότι το διαπράξαμε αλλά οι υπόλοιποι αδιαφόρησαν και δεν επενέβησαν

Αυτές είναι οι κυριότερες κατηγορίες αιτιών που οδηγούν σε ένα ατύχημα αν κανείς το διερευνήσει σοβαρά. Στις περισσότερες των περιπτώσεων, τα ατυχήματα θα μπορούσαν να είχαν αποφευχθεί με απλές ενέργειες σε πολύ αρχικό στάδιο. Αλλά κανείς δεν το σκέφτεται. Στις περισσότερες περι-

πτώσεις οι παθόντες γνώριζαν ότι έκαναν λάθη και έθεταν τον εαυτό τους σε κίνδυνο αλλά είχαν τέτοια εξοικείωση και αυτοπεποίθηση που τους οδήγησε όχι σε απλά λανθασμένες αλλά και δυστυχώς σε μοιραίες αποφάσεις. Ιδιαίτερα στο χώρο εργασίας οι κυριότερες αιτίες είναι η βιασύνη, η απληρημάδα, η εξοικείωση με τον κίνδυνο, η εξοικονόμηση προσπάθειας, η επίδειξη, η επιθετικότητα, η αδιαφορία, η προσεξία, οι αστεϊσμοί, η ακαταστασία και η κατανάλωση ουσιών (όχι μόνο ποτών ή ναρκωτικών αλλά και φαρμάκων). Για την ελαχιστοποίηση αυτών των λαθών υπάρχουν τρεις σειρές μέτρων που πρέπει να λαμβάνουμε προκειμένου να ελαχιστοποιήσουμε την πιθανότητα να μας συμβεί ένα ατύχημα.

1. Να υπάρχουν σαφείς κανόνες ασφαλείας για την προστασία μας από την ατελή μας σκέψη και τις λανθασμένες αποφάσεις.
2. Να έχουμε την εκπαίδευση ώστε να γνωρίζουμε τους κανόνες αυτούς.
3. Να έχουμε την πειθαρχία να αποδεχθούμε ότι χρειάζεται να τηρούνται οι κανόνες αυτοί, χωρίς εξαιρέσεις και συντομεύσεις, αλλιώς
4. Να υπάρχει η απαραίτητη επιτήρηση της εφαρμογής των κανόνων αυτών στην περίπτωση που αυτοί παραβιάζονται ακούσια ή εκούσια.

Εάν τα ανωτέρω μέτρα εφαρμοστούν η πιθανότητα να συμβεί κάτι δυσάρεστο ελαχιστοποιείται γιατί ακριβώς δεν αφήνουμε τίποτα στην τύχη. Ακόμη και εάν όλα εφαρμοστούν τέλεια, η πιθανότητα ατυχήματος παραμένει. Μπορεί να μη μηδενίζεται ποτέ αλλά ελαχιστοποιείται και απομακρύνεται, ώστε η κακή συγκυρία να μην παίζει καθοριστικό ρόλο.

Σε επαγγέλματα, όπως αυτό του αρτοποιού, επικρατούν συνθήκες επικίνδυνες για όλους τους επαγγελματίες του είδους. Ο κίνδυνος όμως είναι μέρος της ζωής και του επαγγέλματος και δε μπορεί να απαλειφθεί γιατί αποτελεί απαραίτητο στοιχείο για να κάνουμε τη δουλειά μας. Πώς θα μπορούσαμε να κόψουμε ψωμί με ένα μαχαίρι που δεν είναι αιχμηρό; Πώς θα μπορούσαμε να ψήσουμε σε ένα φούρνο που δεν είναι ζεστός; Πώς θα μπορούσαμε ένα καθαρίσουμε το χώρο μας εάν τα καθαριστικά δεν είναι δραστικά; Άρα το θέμα μας δεν είναι πώς θα εξαλείψουμε τους κινδύνους από το επάγγελμά μας, αλλά πώς θα τους διαχειριστούμε προς όφελός μας χωρίς να απειλήσουμε την υγεία μας. Στη συνέχεια αυτής της σειράς άρθρων θα αναλύσουμε τους κινδύνους του επαγγέλματος του αρτοποιού, ώστε να εκπληρώσουμε το πρώτο μέτρο πρόληψης των ατυχημάτων γιατί, όπως και σε όλα τα εξειδικευμένα επαγγέλματα, η γνώση των κινδύνων είναι δύναμη.

Η συνέχεια στο επόμενο τεύχος

ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΚΡΟΥΜΠΕΛΟΣ
Δρ Μηχανολόγος Μηχανικός
Γενικός Διευθυντής RMS ΕΞΥΠΠ
Πρόεδρος Επιτροπής Υγείας & Ασφάλειας
του Ευρωπαϊκού Συνδέσμου Εταιρειών Συντήρησης



ΔΙΑΚΕΤΥΛΙΟ ΜΕ ΑΡΩΜΑ ΒΟΥΤΥΡΟΥ. ΕΙΝΑΙ ΑΣΦΑΛΕΣ;

Γνωστό για το χαρακτηριστικό άρωμα βουτύρου, το διακετύλιο είναι φυσικό συστατικό πολλών τροφίμων, ενώ σε άλλα προστίθεται ως αρωματική ουσία, κάνοντάς τα πιο ελκυστικά. Στις αρχές του 2000, συσχετίστηκε με την αποφρακτική πνευμονική νόσο, όταν εργαζόμενοι των μονάδων παραγωγής ποπ – κορν για φούρνο μικροκυμάτων, στο Ιλινόι, το Οχάιο και το Μιζούρι νόσησαν από την εν λόγω ασθένεια. Ωστόσο, υπάρχουν αντικρουόμενες απόψεις ότι το διακετύλιο προκαλεί πνευμονική νόσο.

Η έκθεση των καταναλωτών στο διακετύλιο είναι κάτω από τα επίπεδα ανησυχίας για την υγεία, ενώ ακόμη και η υπερβολική κατανάλωση τροφίμων που περιέχουν διακετύλιο, αντιστοιχεί σε επίπεδα έκθεσης πολύ χαμηλότερα από αυτά που θεωρούνται ότι έχουν τοξικολογική σημασία.

Που το συναντάμε φυσικά

Είναι ένα μικρό, πτητικό μόριο που περιέχεται φυσικά στο μέλι, τον καβουρδισμένο καφέ, το κρασί, το μπράντι, τη μπύρα, το βαλσάμικο ξύδι και πολλά άλλα ζυμωμένα τρόφιμα. Επίσης βρίσκεται σε πολλά γαλακτοκομικά προϊόντα, όπως το βούτυρο, το γιαούρτι και σε αρκετά τυριά (cheddar, gouda, cottage, κ.ά.). Πολλά εργαστήρια αξιολογούν την ποιότητα των γαλακτοκομικών προϊόντων με βάση την περιεκτικότητά τους σε διακετύλιο, ενώ καταγράφεται ότι η αποδοχή των καταναλωτών στο τυρί cottage είναι άμεσα συνδεδεμένη με την περιεκτικότητά τους σε αυτό. Στη μπύρα, το διακετύλιο δίνει μια γεύση βουτύρου. Το διακετύλιο παράγεται από ορισμένα είδη της οικογένειας των γαλακτικών βακτηρίων ([lactic acid bacteria], συμπεριλαμβανομένων Streptococcus, Leuconostoc, Lactobacillus, Pediococcus, and Oenococcus.

Το διακετύλιο συνδέεται με την πνευμονική νόσο

Το Μάιο του 2000, σε μονάδα παραγωγής ποπ-κορν για φούρνο μικροκυμάτων, οκτώ εργαζόμενοι διαγνώστηκαν με πνευμονική νόσο και η ασθένειά τους συνδέθηκε με το διακετύλιο. Τα περιστατικά που καταγράφηκαν στις μονάδες παραγωγής ποπ-κορν, καθώς και ανάλογα σε άλλα εργοστάσια, όπως για παράδειγμα σε μονάδα παραγωγής μπισκότων στη Βραζιλία, οδήγησαν σε μια συσχέτιση της πνευμονικής νόσου ως συνέπεια της έκθεσης σε ατμούς αρώματος που περιείχε διακετύλιο. Η έκθεση των εργαζομένων στο διακετύλιο αποτέλεσε αντικείμενο πολλών αξιολογήσεων. Ερευνητές από το Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών (NIOSH) των ΗΠΑ, μετά από ιατρικές εξετάσεις που έκαναν στους εργαζόμενους, συμπέραναν ότι η αθροιστική έκθεση στο διακετύλιο συνδέεται με την πνευμονική νόσο, ενώ το Αμερικανικό Συνέδριο Κυβερνητικών Βιομηχανικών Υγιεινολόγων (American Conference of Governmental

Industrial Hygienists) πρότεινε ένα πολύ συντηρητικό, ασφαλές επίπεδο επαγγελματικής έκθεσης στο διακετύλιο: 0,01 ppm κατώτατο όριο για 8ωρη εργασία, 40 ώρες την εβδομάδα και 0,02 ppm, ως μέγιστη συγκέντρωση για 15λεπτη έκθεση.

Η ανησυχία για τον κίνδυνο στην υγεία από το διακετύλιο επεκτάθηκε και στη χρήση των παραχθέντων αγαθών από τους καταναλωτές. Το 2012, το δικαστήριο εκδίκασε αποζημίωση σε έναν άνθρωπο στο Κολοράντο, ο οποίος ισχυρίστηκε ότι ανέπτυξε πνευμονική νόσο επειδή κατανάλωνε δύο συσκευασίες ποπ-κορν κάθε μέρα για 10 χρόνια.

Οι Εναλλακτικές

Από τις πρώτες αναφορές, το διακετύλιο έχει υποκατασταθεί με εναλλακτικές αρωματικές ενώσεις. Σημαντική δουλειά έχει αφιερωθεί στην αύξηση της ποσότητας του διακετυλίου που απαντάται φυσιολογικά σε ορισμένα προϊόντα και έχουν προταθεί στρατηγικές μεταβολικής μηχανικής (metabolic engineering strategies) για τη λήψη στελεχών που παράγουν μεγαλύτερες ποσότητες διακετυλίου, κατά τη διάρκεια της ζύμωσης.

Προστασία εργαζομένων & χρήση μέσων ατομικής προστασίας

Η χρήση Μέσων Ατομικής Προστασίας και ειδικά μάσκας προστασίας αναπνοής από τους εργαζόμενους, καθώς και η εκπαίδευσή τους στη χρήση, ο σωστός εξαερισμός των χώρων εργασίας, αποτελούν βασικά μέτρα ασφάλειας που πρέπει να λαμβάνονται σε κάθε εταιρεία για την προστασία των εργαζομένων και αφορά όλες τις πρώτες ύλες για την παραγωγή αρωμάτων. Η σωστή χρήση αυτών των πρώτων υλών, η λήψη των μέτρων ασφαλείας, όπως αυτά καθορίζονται στα σχετικά δελτία δεδομένων ασφαλείας, αποτρέπει τον όποιο κίνδυνο. Για τα αρώματα και λοιπά προϊόντα που περιέχουν διακετύλιο, τα δελ-

Από τις πρώτες αναφορές, το διακετύλιο έχει υποκατασταθεί με εναλλακτικές αρωματικές ενώσεις. Σημαντική δουλειά έχει αφιερωθεί στην αύξηση της ποσότητας του διακετυλίου που απαντάται φυσιολογικά σε ορισμένα προϊόντα.



τία δεδομένων ασφαλείας καθορίζουν τα μέτρα που πρέπει να ληφθούν κατά τη χρήση αυτών.

Αντικρουόμενες απόψεις

Ωστόσο, υπάρχουν αντικρουόμενες απόψεις ότι το διακετύλιο πράγματι συνδέεται με την πνευμονική νόσο. Οι περισσότερες από τις μελέτες παρέχουν μόνο στοιχεία αθροιστικής έκθεσης, με ελάχιστα συγκεκριμένα δεδομένα που να διερευνούν την επίδραση της διάρκειας της έκθεσης στην εμφάνιση της ασθένειας.

Πρόσφατα, πραγματοποιήθηκε νέα μελέτη από το Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών (NIOSH) των ΗΠΑ σχετικά με την αξιολόγηση κινδύνου για την υγεία. Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι εκθέσεις σε χημικά αρώματα στο χώρο εργασίας, συμπεριλαμβανομένου του διακετυλίου, δεν

προκάλεσαν αυξημένο κίνδυνο μη φυσιολογικών σπειρομετρικών ευρημάτων. Η έκθεση των καταναλωτών στο διακετύλιο είναι κάτω από τα επίπεδα ανησυχίας για την υγεία, ενώ ακόμη και η υπερβολική κατανάλωση τροφίμων που περιέχουν διακετύλιο, αντιστοιχεί σε επίπεδα έκθεσης πολύ χαμηλότερα από αυτά που θεωρούνται ότι έχουν τοξικολογική σημασία. Τα επίπεδα διακετυλίου στα προϊόντα διατροφής δεν είναι επικίνδυνα, γι' αυτό και δεν παρέχονται ειδικές προειδοποιητικές ετικέτες. Το διακετύλιο, στα επίπεδα που υπάρχει σε πολλά τρόφιμα και ποτά, δεν παρουσιάζει κανένα κίνδυνο για τους καταναλωτές.

Photo designed by Freepik



ΕΛΕΝΗ ΠΑΝΑ
Χημικός, Σύμβουλος ποιότητας
και Ασφάλειας Τροφίμων,
FOODCONSULTANT



foodconsultant.gr
for quality & safety

Υποστήριξη - Προφύλαξη - Ενημέρωση
σε θέματα νομοθεσίας, επισήμανσης και υγιεινής

Για τη διασφάλιση της υγιεινής των προϊόντων που παράγετε:

- Ανάπτυξη και εγκατάσταση Συστήματος Αυτοελέγχου βάσει των αρχών του HACCP. Απλό, ευέλικτο, προσαρμοσμένο στο μέγεθος και τις απαιτήσεις της δικής σας επιχείρησης με γνώμονα το βέλτιστο αποτέλεσμα, επεμβαίνουμε στην λειτουργία της επιχείρησής σας στο μικρότερο δυνατό βαθμό, καλύπτοντας ωστόσο όλες τις νομοθετικές απαιτήσεις
- Συνεχής υποστήριξη για την ορθή εφαρμογή και μετά την εγκατάσταση του συστήματος.

Για τις πολύ μικρές επιχειρήσεις όπου η εφαρμογή των προαπαιτούμενων είναι αρκετή:

- Οργάνωση όλων των αρχείων τεκμηρίωσης διαδικασιών που πρέπει να διατηρούν όλες οι επιχειρήσεις τροφίμων και ποτών βάσει της νομοθεσίας.

Εκπαίδευση του προσωπικού:

- Στην εφαρμογή του Συστήματος Αυτοελέγχου και
- Στις βασικές αρχές του HACCP για την τήρηση των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας, με βάση το πρόγραμμα του ΕΦΕΤ.

Παροχή επιστημονικών συμβουλών για την εφαρμογή του νέου Κανονισμού της Ευρωπαϊκής Ένωσης 1169/2011 που αφορά στην επισήμανση των τροφίμων:

- Εναρμόνιση της ετικέτας των προϊόντων σας με τον νέο κανονισμό
- Για τα προϊόντα που προσφέρονται χύμα (μη συσκευασμένα προϊόντα) ενημέρωση των πελατών σας για την παρουσία αλλεργιογόνων π.χ. άλευρα με γλουτένη, γάλα, αυγά, ξηροί καρποί, σουσάμι

Υπάρχει η δυνατότητα δωρεάν επίσκεψης στο χώρο σας για να συζητήσουμε μαζί σας τις ανάγκες σας.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε μαζί μας στο
τηλ. 210 68 53 877 – 6936 927240 ή στο foodconsultant@foodconsultant.gr

Επισκεφτείτε μας στο www.foodconsultant.gr



Πολύχρονες κλινικές μελέτες έχουν δείξει ότι ψηλά επίπεδα γλυκόζης και ινσουλίνης στο αίμα είναι πιθανόν να οδηγήσουν με την πάροδο του χρόνου σε μεταβολικό σύνδρομο αλλά και αύξηση της πιθανότητας σχηματισμού αθηρωματικής πλάκας.

Χαμηλός και υψηλός ΓΔ

Ο ΓΔ εκφράζεται μέσα από μια κλίμακα που ξεκινάει από το μηδέν (0) για τρόφιμα που δεν περιέχουν καθόλου υδατάνθρακες, μέχρι εκατό (100) που εκφράζει τη γλυκόζη. Τροφές χαμηλού ΓΔ θεωρούνται εκείνες με τιμή μικρότερη του 55, μέτριου ΓΔ είναι αυτές με τιμή μεταξύ 55-70 και υψηλού ΓΔ είναι αυτές που έχουν τιμή πάνω από 70. Όσο πιο υψηλός ο ΓΔ, τόσο προκαλείται μεγαλύτερη και πιο απότομη αύξηση του επιπέδου της γλυκόζης στην κυκλοφορία του αίματος στον οργανισμό. Αντίθετα, τρόφιμα με χαμηλό ΓΔ απελευθερώνουν σταδιακά το σάκχαρο στο αίμα και έτσι συμβάλλουν στον καλύτερο γλυκαιμικό έλεγχο, ειδικά σε άτομα με διαβήτη.

Γλυκαιμικός δείκτης και υγεία

Οι υδατάνθρακες που περιέχουν οι τροφές που καταναλώνουμε διασπώνται κυρίως σε γλυκόζη, η οποία αποτελεί την κύρια πηγή ενέργειας για τον οργανισμό μας. Για να φτάσει η γλυκόζη στα κύτταρα και να διασπαστεί παράγοντας ενέργεια, χρειάζεται να μεταφερθεί με τη βοήθεια μιας ορμόνης που παράγεται από

το πάγκρεας, της ινσουλίνης. Η φυσιολογική αντίδραση του οργανισμού κατά την πέψη, είναι η έκκριση ανάλογων ποσοτήτων ινσουλίνης, έτσι ώστε να διατηρηθεί στα σωστά επίπεδα το σάκχαρο στο αίμα και να μην υπάρχουν έντονες αυξομειώσεις στην καμπύλη του σακχάρου. Πολύχρονες κλινικές μελέτες έχουν δείξει ότι ψηλά επίπεδα γλυκόζης και ινσουλίνης στο αίμα είναι πιθανόν να οδηγήσουν με την πάροδο του χρόνου σε μεταβολικό σύνδρομο (αντίσταση στην ινσουλίνη) αλλά και αύξηση της πιθανότητας σχηματισμού αθηρωματικής πλάκας που ευθύνεται για καρδιαγγειακά νοσήματα. Σύμφωνα με στοιχεία τον Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO) σχεδόν το 3% του παγκόσμιου πληθυσμού παρουσιάζει σακχαρώδη διαβήτη και υπολογίζεται πως μέχρι το 2030 το ποσοστό αυτό θα έχει σχεδόν διπλασιαστεί! Βέβαια η συγκέντρωση της γλυκόζης στο αίμα και η έκκριση της ινσουλίνης δεν εξαρτάται μόνο από το ΓΔ αλλά και από την ποσότητα των υδατανθράκων που υπάρχει στη μερίδα της τροφής. Για αυτό ένα τρόφιμο θα πρέπει να είναι «ισορροπημένο» σε θρεπτικά συστατικά και να έχει αυξημένη περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες ως αντιστάθμισμα στις θερμίδες.

Ενδεικτικές τιμές Γλυκαιμικού Δείκτη (ΓΔ)

και Γλυκαιμικού Φορτίου (ΓΦ) ορισμένων τροφίμων

Τρόφιμο	ΓΔ	Ποσότητα (gr)	ΓΦ
Αμυλούχα τρόφιμα			
Ψωμί πίτα	57	30	10
Ψωμί σίκαλης	58	30	8
Ψωμί ολικής άλεσης	71	30	9
Ψωμί χαμηλού ΓΔ	48	30	5
Μακαρόνια βρασμένα 5'	38	180	18
Μακαρόνια βρασμένα 20'	61	180	27
Ρύζι βρασμένο	64	150	23
Φρούτα			
Φράουλες	40	120	1
Ροδάκινα	42	120	5
Πορτοκάλια	42	120	5
Πορτοκάλι φυσικός χυμός	50	250	12
Καρπούζι	72	120	4
Όσπρια			
Φακές βρασμένες	29	150	5
Φασόλια ξερά βρασμένα	28	150	9
Ρεβίθια βρασμένα	29	150	8
Λαχανικά			
Καρότα ωμά	16	80	1
Καρότα βρασμένα	47	80	3
Πατάτα βρασμένη	56	150	14
Πατάτα τηγανιτή	75	150	22
Πατάτα ψητή	85	150	26
Γλυκοπατάτα	61	150	17

ΤΡΟΦΙΜΑ ΧΑΜΗΛΟΥ ΓΛΥΚΑΙΜΙΚΟΥ ΔΕΙΚΤΗ (LOW GI)

Ο γλυκαιμικός δείκτης (στο εξής θα αναφέρεται ως ΓΔ) στα τρόφιμα είναι ένα μέτρο του ρυθμού αύξησης των επιπέδων σακχάρου στο αίμα, μετά από 2-3 ώρες λήψης τροφής, που περιέχει υδατάνθρακες. Θα μπορούσε κανείς να πει ότι ο ΓΔ προσδιορίζει και την ταχύτητα πέψης του τροφίμου από τον οργανισμό.

Καλό είναι να μελετάμε την ετικέτα των τροφίμων που φέρουν επισήμανση ως «Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη» και να επιλέγουμε εκείνα με το καλύτερο διατροφικό προφίλ.

Έτσι προέκυψαν τα ανάλογα πρωτόκολλα δίαιτας τύπου «Low Carb» (χαμηλών υδατανθράκων), «High protein» (υψηλών πρωτεϊνών), ή ακόμα και η λεγόμενη «Κετογονική Δίαιτα», που αφορά κατανάλωση τροφίμων με χαμηλή περιεκτικότητα σε υδατάνθρακες, μέτρια σε πρωτεΐνες και υψηλή σε λιπαρά. Αν και το λίπος των τροφών, όταν είναι σε υψηλά ποσοστά επιβραδύνει την είσοδο της γλυκόζης στο αίμα, εντούτοις δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι μπορεί να επιβαρύνει σημαντικά το θερμιδικό προφίλ.

Γλυκαιμικό φορτίο

Ο ΓΔ σχετίζεται με την ποιότητα και όχι με την ποσότητα των υδατανθράκων. Επειδή λοιπόν και η ποσότητα της τροφής που καταναλώνουμε παίζει σημαντικό ρόλο, προτάθηκε ο όρος Γλυκαιμικό Φορτίο (ΓΦ) ο οποίος προκύπτει από την εξίσωση:

$$\Gamma\Phi = (\Gamma\Delta / 100) \times \text{περιεκτικότητα τροφίμου σε υδατάνθρακες}$$
 Χαμηλό ΓΦ τρόφιμα θεωρούνται όσα είναι κάτω του 10, ενώ υψηλό ΓΦ όσα είναι άνω του 20. Για παράδειγμα, το καρπούζι ενώ έχει υψηλό ΓΔ, μια τυπική μερίδα δεν περιέχει μεγάλη ποσότητα υδατανθράκων, έτσι ο ΓΦ στο καρπούζι είναι μικρός.

Ποιους αφορά

Η διατροφή χαμηλού ΓΔ μπορεί να κριθεί κατάλληλη για ανθρώπους που έχουν υψηλές τιμές σακχάρου στο αίμα, πάντα

όμως σε συνεννόηση και υπό την καθοδήγηση του γιατρού τους. Μπορεί όμως να έχει περισσότερα οφέλη στην υγεία μακροπρόθεσμα, ενώ παράλληλα μπορεί να βοηθήσει και στη μείωση του σωματικού βάρους για όσους επιθυμούν. Ο λόγος είναι ότι τα τρόφιμα με αργή αποδέσμευση σακχάρου παρέχουν ενέργεια για περισσότερες ώρες κι έτσι ο οργανισμός αργεί να ξαναπεινάσει, με αποτέλεσμα να καταναλώνει λιγότερη ποσότητα τροφής κατά τη διάρκεια της μέρας. Αντίθετα δηλαδή με ότι συμβαίνει όταν καταναλώνουμε τρόφιμα με υψηλά σάκχαρα, όπως π.χ. γλυκά, τα οποία δημιουργώντας έντονα «σκαμπανεβάσματα» στα επίπεδα της γλυκόζης και της ινσουλίνης στο αίμα, δίνουν «σήμα» στον εγκέφαλο να προκαλέσει μεγαλύτερη πείνα και κατ' επέκταση περισσότερη κατανάλωση θερμίδων.

Συμπεράσματα

Αναμφίβολα είναι πολλά τα οφέλη μιας διατροφής χαμηλού ΓΔ. Αυτό όμως δε σημαίνει απαραίτητα ότι κάποιες τυποποιημένες τροφές αποτελούν απόλυτα υγιεινές επιλογές. Κι αυτό διότι μπορεί να είναι πλούσιες σε κορεσμένα λιπαρά, να έχουν πληθώρα βελτιωτικών και άλλων πρόσθετων, αρωματικών, χρωστικών ή συντηρητικών, ή απλώς να παρέχουν λίγα θρεπτικά στοιχεία. Έχει π.χ. αναφερθεί σε ορισμένες περιπτώσεις ότι τρόφιμα χαμηλού ΓΔ προκαλούν δυσκοιλιότητα εξαιτίας της μειωμένης παρουσίας φυτικών ινών και νερού. Κάποια τέτοια προϊόντα έχουν κατηγορηθεί επίσης ότι περιέχουν υψηλά ποσοστά ζωικών πρωτεϊνών αντί για φυτικής προέλευσης, που σημαίνει χαμηλή λήψη αντιοξειδωτικών και άλλων θρεπτικών συστατικών που συναντάμε σε φρούτα και λαχανικά. Γι' αυτό καλό είναι να μελετάμε προσεκτικά την ετικέτα των τροφίμων που φέρουν επισήμανση ως «Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη» («Low GI») και να επιλέγουμε εκείνα με το καλύτερο διατροφικό προφίλ και τα λιγότερα πρόσθετα.

Για παράδειγμα, ένα λευκό ψωμί π.χ. μπαγκέτα, μπορεί να έχει ΓΔ έως και 95, ενώ ένα αρτοσκεύασμα με σωστά δομημένη συνταγή να φτάσει μόλις 45-50. Τέλος, πρέπει να γνωρίζουμε πως το ίδιο τρόφιμο έχει διαφορετικό ΓΔ όταν είναι ωμό, και άλλο ΓΔ (αυξημένο) όταν το βράσουμε. Αυτό οφείλεται στην ενζυματική διάσπαση των σύνθετων υδατανθράκων και στη δημιουργία πιο απλών μορφών σακχάρων. Και πάντα να έχουμε κατά νου ότι πρέπει να βάζουμε στη διατροφή μας όσο το δυνατόν λιγότερο επεξεργασμένες τροφές.

Συμβουλές για διατροφή χαμηλού ΓΔ

- Προτιμάμε αρτοσκευάσματα, δημητριακά πρωινού και ζυμαρικά που είναι ολικής άλεσης με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες.
- Διαλέγουμε φρούτα λιγότερο ώριμα, που περιέχουν λιγότερα σάκχαρα.
- Πάντα συνοδεύουμε το γεύμα μας με λαχανικά, όσο το δυνατόν λιγότερο βρασμένα.
- Μοιράζουμε την ημερήσια δόση μας σε μικρά και συχνά γεύματα.
- Αντικαθιστούμε -όπου είναι δυνατόν- τη ζάχαρη με το μέλι.
- Το ξύδι και το λεμόνι, γενικώς τα όξινα τρόφιμα και αρτύματα, μειώνουν την έκκριση γαστρικών υγρών κι έτσι βοηθούν στη σωστή κατεύθυνση επιβραδύνοντας την πέψη. Αντίθετα το αλάτι την επιταχύνει.
- Περιορίζουμε την κατανάλωση γλυκιμάτων.
- Εμπλουτίζουμε τη διατροφή μας με περισσότερα όσπρια.
- Πέρα από τα όσπρια, καλές επιλογές φυτικών τροφίμων με χαμηλό ΓΔ είναι το κουνουπίδι, ο λιναρόσπορος, τα βατόμουρα, οι ξηροί καρποί, το λάχανο, τα μανιτάρια, οι σπόροι chia, τα αποξηραμένα φρούτα.



ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ ΠΑΠΑΠΑΝΑΓΗΣ
 Τεχνολόγος Τροφίμων,
 Υπεύθυνος Έρευνας, Ανάπτυξης
 και Τεχνικής Υποστήριξης
 ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ Α.Ε.



LOW GI

ΠΟΛΥΣΠΟΡΟ ΨΩΜΙ
 ΧΑΜΗΛΟΥ
 ΓΛΥΚΑΙΜΙΚΟΥ ΔΕΙΚΤΗ

- γλυκαιμικός δείκτης 48*
- με σπόρους κάνναβης, chia, quinoa
- υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες
- υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες
- χωρίς πρόσθετα και συντηρητικά
- χαμηλότερο αλάτι**
- κατάλληλο για άτομα με διαβήτη (κατόπιν συνεννόησης με τον γιατρό τους)



* εφόσον παρασκευάζεται σύμφωνα με τη συνταγή
 ** σε σχέση με ένα συνηθισμένο ψωμί και σύμφωνα με την οδηγία του ΕΦΕΤ

ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΣΑΜΠΛΕ

Σταύρος Μηλιάκης
Pastry Chef / AKTINA AE

ΥΛΙΚΑ

900 γρ. βούτυρο 82%
1500 γρ. αλεύρι ζαχ/κής
10 γρ. αλάτι
500 γρ. ζάχαρη άχνη
140 γρ. πούδρα αμυγδάλου
250 γρ. αυγά ολόκληρα
200 γρ. γλυκόζη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ζυμώνουμε το βούτυρο, το αλεύρι και το αλάτι και στη συνέχεια προσθέτουμε τη ζάχαρη άχνη, την πούδρα αμυγδάλου και τη γλυκόζη και συνεχίζουμε το ζύμωμα. Τέλος προσθέτουμε τα αυγά λίγα-λίγα. Αφήνουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί στο ψυγείο για 2 ώρες. Έπειτα, ανοίγουμε με τον πλάστη και τη βοήθεια φύλλου σιλικόνης, φύλλο ύψους μισού εκατοστού και κόβουμε με το κουπάτ στο επιθυμητό μέγεθος. Τοποθετούμε στη λαμαρίνα και ψήνουμε για 15-17 λεπτά στους 170°C, σε φούρνο αέρος. Τέλος, αφήνουμε τα μπισκότα σε σχάρα να στεγνώσουν.



Μίγμα
ιδανικό και
για μπάρες

COOKIES SOFT CHOCOLATE

Αγγελής Ρουσσάκης
Ζαχαροπλάστης / FOODSTUFF

ΥΛΙΚΑ

1 κιλό μίγμα COOKIES SOFT
CHOCOLATE FOODSTUFF

300 γρ. βούτυρο 82%

100 γρ. νερό

250 γρ. κομμάτια σοκολάτας/
ξηροί καρποί/ξηρά φρούτα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Αναμιγνύετε όλα τα υλικά, εκτός από τους ξηρούς καρπούς ή τη σοκολάτα, μαζί, σε μέτρια ταχύτητα για 5 λεπτά, με το φτερό.

Προσθέτετε τους ξηρούς καρπούς ή τη σοκολάτα μέχρι να αναμιχθούν, σε χαμηλή ταχύτητα.

Κόβετε σε ταψί τεμάχια επιθυμητού μεγέθους.

Μπορείτε να καταψύξετε σε μπαστούνι και να ψήνετε όποτε επιθυμείτε.

Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο, σε θερμοκρασία 180°C, περίπου 10 λεπτά, ανάλογα με το μέγεθος του προϊόντος και τον τύπο του φούρνου.

Το προϊόν διατίθεται και σε γεύσεις
VANILLA/RED VELVET/ΒΡΩΜΗΣ



ΜΑΛΑΚΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ ΜΕ ΚΟΜΜΑΤΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

Δανάν Ρήγα, Μαρία Βαρελά
moko creative cakes

ΥΛΙΚΑ

150 γρ. βούτυρο
130 γρ. καστανή ζάχαρη
100 γρ. ζάχαρη λευκή
2 κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας
1 αυγό
1 κρόκος αυγού
300 γρ. αλεύρι
για όλες τις χρήσεις
1 κ.γ μαγειρική σόδα
100 γρ. χοντροκομμένη
κουβερτούρα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Προθερμαίνουμε το φούρνο στους 180°C και καλύπτουμε μια λαμαρίνα με αντικολλητικό χαρτί. Στο μπολ του μίξερ βάζουμε το βούτυρο, τις ζάχαρες και το εκχύλισμα βανίλιας και χτυπάμε μέχρι να αφρατέψει το μείγμα.

Ρίχνουμε το αυγό και στη συνέχεια τον κρόκο και χτυπάμε μέχρι να ανακατευτούν καλά.

Ρίχνουμε το αλεύρι και τη μαγειρική σόδα.

Τέλος, προσθέτουμε στο μείγμα τη χοντροκομμένη κουβερτούρα. Το μείγμα θα είναι αρκετά σφιχτό. Βάζουμε κουταλιές της ζύμης στη λαμαρίνα αφήνοντας μια μικρή απόσταση μεταξύ τους και ψήνουμε για περίπου 12 λεπτά.

Ανάλαφρη
καλοκαιρινή
απόλαυση



TROPICAL PASSION

Σταμάτης Τζίγκας
Pastry Chef / FAMA FOOD SERVICE AE

ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΚΑΝΕΛΑΣ

ΥΛΙΚΑ

2700 γρ. αλεύρι μαλακό
2000 γρ. Μαργαρίνη FAMA Imperial Soft
900 γρ. άχνη ζάχαρη
800 γρ. αυγά
500 γρ. νερό
100 γρ. Baking powder FAMA
15 γρ. κανέλα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Χτυπάμε τη Μαργαρίνη FAMA Imperial Soft με τη ζάχαρη και το Baking powder FAMA στο μίξερ, με το φτερό, μέχρι να αφρατέψουν πολύ καλά. Στη συνέχεια, προσθέτουμε σιγά σιγά τα αυγά, το νερό, την κανέλα και τελευταίο το αλεύρι και ανακατεύουμε απαλά μέχρι να ενσωματωθούν όλα τα υλικά μεταξύ τους. Κόβουμε με ίσιο κορνέ σε χαρτωμένη λαμαρίνα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170-180°C για περίπου 15-20 λεπτά.

ΜΟΥΣ ΓΙΑΟΥΡΤΙ

ΥΛΙΚΑ

1000 γρ. Μους με Γιαούρτι Top chef
2250 γρ. γάλα 3,5%

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Τοποθετούμε τη Μους με Γιαούρτι Top chef και το γάλα στο μίξερ και χτυπάμε για 1 λεπτό στην αργή και για 2 λεπτά στη γρήγορη ταχύτητα, μέχρι να σφίξει καλά.

ΒΑΣΗ ΜΠΙΣΚΟΤΟΥ ΚΑΝΕΛΑΣ

ΥΛΙΚΑ

1000 γρ. μπισκότο κανέλας
400 γρ. Ανάλατο Βούτυρο Γάλακτος 82% De Brandt

ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ:

Τοποθετούμε τη μους γιαουρτιού σε φόρμα σιλικόνης, γεμίζουμε με Delicious Variegated Mango Torronalba, κλείνουμε με το μπισκότο κανέλας, που έχουμε τρίψει και ανακατέψει με Ανάλατο Βούτυρο Γάλακτος 82% De Brandt, για να γίνει σταθερή η βάση και παγώνουμε. Έπειτα, ξεφορμάρουμε και τοποθετούμε στο επάνω μέρος επικάλυψη Crystal Mirror Lemon. Τέλος, ντεκοράρουμε με φραγκοστάφυλα και Σοκολάτα Υγείας Hagia 60% Eurocacao.



ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ

ΑΠΟ ΑΛΕΥΡΙ ΦΑΚΗΣ

(ΜΕ ΜΕΛΙ ΚΑΙ ΚΑΝΕΛΑ)

Μιχάλης Νανόπουλος
Τεχνικός Αρτοποιίας-Εκπαιδευτής Αρτοποιίας-Ζαχαροπλαστικής

ΥΛΙΚΑ

150 γρ. νερό
150 γρ. χυμό πορτοκάλι
150 γρ. ηλιέλαιο
150 γρ. μαργαρίνη
15 γρ. σόδα
15 γρ. μπέικιν πάουντερ
350 γρ. ζάχαρη
50 γρ. μέλι
1 πρέζα αλάτι
20 γρ. κανέλα
300 γρ. αλεύρι φακής
700 γρ. αλεύρι 70% μαλακό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Αφρατεύουμε τη μαργαρίνη με τη ζάχαρη και το μέλι στον κάδο του μίξερ. Στη συνέχεια προσθέτουμε το νερό, το χυμό και το λάδι και συνεχίζουμε το ανακάτεμα. Τέλος προσθέτουμε τη σόδα, το μπέικιν και την κανέλα και μετά το αλεύρι. Ξεκουράζουμε το ζυμάρι για 10' στο ψυγείο και στη συνέχεια το πλάθουμε στο επιθυμητό σχήμα. Ψήνουμε για 17' περίπου, σε προθερμασμένο φούρνο, στους 210°C.



ΜΠΙΣΚΟΤΑΚΙΑ

ΑΠΟ ΑΛΕΥΡΙ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ

(ΤΥΠΟΥ "DIGESTIVE")

Μιχάλης Νανόπουλος
Τεχνικός Αρτοποιίας-Εκπαιδευτής Αρτοποιίας-Ζαχαροπλαστικής

ΥΛΙΚΑ

200 γρ. βούτυρο 82%
200 γρ. μαργαρίνη
100 γρ. χυμό πορτοκάλι
120 γρ. αυγά
30 γρ. κονιάκ
100 γρ. μαύρη ζάχαρη
100 γρ. γλυκόζη
5 γρ. μπέικιν πάουντερ
1 πρέζα αλάτι
1000 γρ. αλεύρι
χωρίς γλουτένη

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Χτυπάμε όλα τα υλικά μαζί στον κάδο του μίξερ με το φτερό, για 1' στην πρώτη ταχύτητα και για άλλα 5' στη δεύτερη. Ξεκουράζουμε το ζυμάρι για 30' στο ψυγείο και στη συνέχεια το ανοίγουμε με τη βοήθεια ενός πλάστη, σε φύλλο πάχους περίπου 5mm. Κόβουμε στο επιθυμητό σχήμα, με τη βοήθεια ενός κουπάτ, τοποθετούμε σε λαμαρίνα με αντικολλητικό χαρτί και ψήνουμε για 13' περίπου σε προθερμασμένο φούρνο στους 210°C.

αρτοποιός
ΓΕΥΣΕΙΣ
ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ

Συνεχίζουμε την αναδρομή μας στα καλύτερα προζυμμένα ψωμιά ανά την Ελλάδα και αυτή τη φορά θα κάνουμε μια στάση στη Ζαγορά, για ένα ιδιαίτερο ψωμί, που στην αυθεντική του μορφή το είδα ψημένο σε ξυλόφουρνο.



ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΟ ΖΑΓΟΡΑΣ

Μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση ο παραδοσιακός τρόπος παραγωγής με πάσες και πανιά, η αργή αρτοποιία αλλά και η ιδιαίτερη γεύση του ψωμιού αυτού. Είναι ένα ψωμί βαρύ, με άριστη διατηρησιμότητα και ελαφρώς υπόξινη γεύση. Η παραγωγή απαιτεί μόνο ένα αλεύρι κίτρινο από σκληρό στάρι, το χρώμα της ψίχας, λόγω της αργής ωρίμανσης αλλά και του προζυμιού, κίτρινη καθώς και η κόρα αρκετά σκούρα, λόγω του ψψίματος σε ξυλόφουρνο.

Αποπειράθηκα χρήση και άλλων αλεύρων, όπως εβδομνητάρι αλλά το καλύτερο αποτέλεσμα είναι όπως σας το παρουσιάζουμε, δηλαδή μόνο με κίτρινο αλεύρι. Στο ψωμί αυτό δε χρησιμοποιούμε καθόλου μαγιά, παρά μόνο προζύμι. Η μέθοδος παραγωγής της προζύμης είναι αρκετά απλή και εύκολη. Παίρνουμε 3 κιλά αλεύρι Τ.70% απαλό και 200 γρ. σίκαλη χονδροαλεσμένη. Προσθέτουμε 3 κιλά νερό στους 20 βαθμούς κελσίου και 100 γραμμάρια μέλι βανίλια ελάτου. Ανακατεύουμε καλά και αφήνουμε αυτό το μίγμα σκεπασμένο με πανί και χωρίς να το μετακινούμε για 48 ώρες. Μετά προσθέτουμε άλλο ένα κιλό αλεύρι Τ.70% απαλό και 600 γρ. νερό. Κατόπιν, το αφήνουμε άλλες 48 ώρες να ωριμάσει. Στη συνέχεια μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε μέρος στο ψωμί που θα φτιάξουμε και ένα μέρος να το αναπιάσουμε για την επόμενη μέρα. Δείγμα ότι το προζύμι είναι έτοιμο αποτελεί η δημιουργία φυσαλίδων καθώς και η διόγκωση αυτού. Μεγάλη σημασία να δώσουμε στην καθαριότητα των σκευών που θα χρησιμοποιήσουμε καθώς και να μην επιμολυνθεί το προζύμι μας με ζυμάρια με μαγιά. Η προζύμη διατηρείται πολύ καλά και στο ψυγείο αρκεί να έχουμε το κατάλληλο αποθηκευτικό χώρο και τουλάχιστον για 3 ημέρες χωρίς να την αναπιάσουμε.

Εκτέλεση

Χρησιμοποιούμε μέλι ή και ζάχαρη αν θέλουμε, για να δώσουμε τροφή στο προζύμι και αυτό είναι πολύ σημαντικό και στην τελική γεύση του ψωμιού αυτού. Ζυμώνουμε σε αργό ζυμωτήριο, για 30 λεπτά, γαλακτίζοντας το ζυμάρι. Η προσθήκη της προζύμης γίνεται 10 λεπτά μετά από την έναρξη του ζυμώματος. Αφήνουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί για 45 λεπτά μέσα στο ζυμωτήριο και κατόπιν ξαναζυμώνουμε για 2 λεπτά. Βγάζουμε στον πάγκο και τεμαχίζουμε κομμάτια του κιλού. Ξεκουράζουμε άλλα 20 λεπτά και έπειτα πλάθουμε σε καρβέλι ή φραντζόλα. Πασπαλίζουμε τα πανιά στις πάσες με αλεύρι και αποθέτουμε τα ζυμάρια με τη ραφή προς τα πάνω να τη βλέπουμε. Αντί για πάσες μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ψάθινα καλάθια ή μαμπού, που είναι γι' αυτή τη δουλειά. Τοποθετούμε τις πάσες τη μία πάνω στην άλλη, για να γίνουν τα ζυμάρια χωρίς να πετσιάσουν ή σκεπάζουμε τα καλάθια μας με πανιά. Δε χρησιμοποιούμε στόφα το καλοκαίρι. Μετά από 2,5 με 3 ώρες το ψωμί μας είναι έτοιμο για φούρνισμα. Ξεσκεπάζουμε και προσεκτικά, τουμπάρουμε στις λαμαρίνες με ελάχιστο αλεύρι ή στο τελάρο ή απευθείας στο φτυάρι, για τους μερακλήδες του είδους. Ψήνουμε στους 210 βαθμούς για περίπου 60 λεπτά, με ελάχιστη χρήση ατμού. Όταν ξεφουρνίσουμε, στοιβάζουμε τα καρβέλια όρθια να κρυώσουν καλά, τουλάχιστον για 30 λεπτά πριν τα μετακινήσουμε στο ράφι. Καλή επιτυχία!

Υλικά

10 κιλά αλεύρι κίτρινο
160 γρ. αλάτι
50 γρ. μέλι
100 γρ. ελαιόλαδο
4 κιλά προζύμη
5.700 γρ. νερό στους 15 βαθμούς.

ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΙΣΤΟΡΙΚΟΣ
Τεχνικός Αρτοποιίας



Ομοσπονδία Αρτοποιιών Ελλάδος

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

ΠΡΟΕΔΡΕΙΟ

Πρόεδρος: Μιχάλης Μούσιος
Α' Αντιπ/ρος: Ελισάβετ Κουκουμέρια
Β' Αντιπ/ρος: Προκόπιος Τσουκαλάς
Γ' Αντιπ/ρος: Παναγιώτης Ράπτης
Γεν. Γραμματέας: Κων/νος Κεβρεκίδης
Αμ. Γ. Γραμματέας: Δημήτρης Κόγιας
Οργ. Γραμματέας: Βασίλειος Ζιάκας
Ταμίας: Ανδρέας Παπαϊωάννου
Αν. Ταμίας: Αχιλλέας Κωτούζας
Έφορος: Θεόδωρος Σινδρος

ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ ΠΡΟΕΔΡΕΙΟΥ

Ιωάννης Βακάλογλου
Νικόλαος Μάζης
Θωμάς Χατζούλης

ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ

Αλεξούδης Πολυχρόνης
Χρήστος Κούτσικος
Παρασκευάς Παπαδόπουλος
Δημήτριος Θανασούλης
Μαριάνθη Μαλλιαρουδάκη
Δημήτριος Ντούρας
Βασίλειος Τούλης
Κων/νος Παπαδόπουλος
Λεωνίδας Τέντογλου
Μαρία Σαββίδου
Σπύρος Έξαρχος
Ιωάννης Παπαθανασίου
Δημήτριος Γέρος
Λάμπρος Κόγιας
Βασίλειος Γαλανός
Αλέξανδρος Γκούλιος
Ιάσων Καπλάνης
Νικόλαος Μπουλμπούλης
Χαρίλαος Μάνος
Παναγιώτης Σακινίδης
Κωνσταντίνος Τσουραπάς

ΕΛΕΓΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Πρόεδρος: Αριστείδης Τηλιγάδης
Μέλος: Στέλλα Αθανασίου
Μέλος: Γεώργιος Τσουκαλάς

ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ

ΕΛΛΑΔΟΣ

Κουμουνδούρου 1

10437 Αθήνα

T: 210 5236086

F: 210 5236771

email: omarte@otenet.gr

Web site: oae.gr

Η Ο.Α.Ε. είναι μέλος της διεθνούς Ένωσης Αρτοποιιών (U.I.B.) και της Ευρωπαϊκής Ένωσης Αρτοποιών - Ζαχαροπλαστών

Σωματεία Αρτοποιών Μέλη της Ο.Α.Ε.

ΑΓΡΙΝΙΟΥ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Φίλιππος Τσούννης
Έδρα: Αγρίνιο

ΑΘΗΝΩΝ, ΠΡΟΑΣΤΙΩΝ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Χαρίλαος Μάνος
Έδρα: Αθήνα

ΑΙΓΙΑΛΕΙΑΣ & ΚΑΛΑΒΡΥΤΩΝ

Πρόεδρος: Αριστείδης Τηλιγάδης
Έδρα: Αίγιο

ΑΙΤΩΛΙΚΟΥ

Πρόεδρος: Σωτήριος Καπώνης
Έδρα: Πεντόλοφο

ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑΣ, ΜΕΛΙΚΗΣ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Αθανάσιος Λιολιόπουλος
Έδρα: Μελίκη

ΑΛΜΩΠΙΑΣ

Πρόεδρος: Χατζηγεωργίου Σταύρος
Έδρα: Φουστάνη Αριδαίας

ΑΜΑΛΙΑΔΑΣ

Πρόεδρος: Ηλίας Σταυρόπουλος
Έδρα: Αμαλιάδα

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Χρήστος Κούτσικος
Έδρα: Βούλα

ΑΝΔΡΟΥ

Πρόεδρος: Ιωάννης Παντεράλης
Έδρα: Κόρη Άνδρου

ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Στρατηγάκης
Έδρα: Άργος

ΑΡΚΑΔΙΑΣ

Πρόεδρος: Θεόδωρος Τσουκαλάς
Έδρα: Τρίπολη

ΑΡΤΑΣ

Πρόεδρος: Νικόλαος Λύτρας
Έδρα: Άρτα

ΒΕΡΟΙΑΣ

Πρόεδρος: Δημήτριος Κόγιας
Έδρα: Βέροια

ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ

Πρόεδρος: Ιωάννης Γκαβανίδης
Έδρα: Γιαννιτσά

ΓΡΕΒΕΝΩΝ

Πρόεδρος: Λεωνίδας Τέντογλου
Έδρα: Φελλί Γρεβενών

ΔΡΑΜΑΣ

Πρόεδρος: Παρασκευάς Παπαδόπουλος
Έδρα: Αγ. Αθανάσιος

ΕΒΡΟΥ

Πρόεδρος: Κωνσταντίνος Κεβρεκίδης
Έδρα: Αλεξανδρούπολη

ΕΛΕΥΣΣΑΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Πούτης
Έδρα: Έδεσσα

ΕΥΒΟΙΑΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Παπαθανασίου
Έδρα: Βασιλικό

ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

Πρόεδρος: Εμμανουήλ Βοϊανάνης
Έδρα: Ηράκλειο

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Κωνσταντίνος Ανδόνης
Έδρα: Ηγουμενίτσα

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Ελισάβετ Κουκουμέρια
Έδρα: Θεσσαλονίκη

ΘΗΒΩΝ

Πρόεδρος: Ηλίας Χρήστου
Έδρα: Θήβα

ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Θεόδωρος Σινδρος
Έδρα: Ιωάννινα

ΚΑΒΑΛΑΣ

Πρόεδρος: Δρόσος Ιωάννης
Έδρα: Καβάλα

ΚΑΛΥΜΝΟΥ

Πρόεδρος: Μικές Σουλούνις
Έδρα: Κάλυμνος,

ΚΑΡΔΙΤΕΑΣ

Πρόεδρος: Πετρινώτης Θωμάς
Έδρα: Καρδίτσα

ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

Πρόεδρος: Λεωνίδας Γιαννάκης
Έδρα: Κλεισούρα

ΚΕΡΚΥΡΑΣ

Πρόεδρος: Αλέξανδρος Σουπινώνης
Έδρα: Κέρκυρα

ΚΕΦΑΛΟΝΙΑΣ & ΙΟΑΚΗΣ

Πρόεδρος: Χριστόφορος Τζαμαρίας
Έδρα: Πόρος Κεφ/ νιάς

ΚΙΛΚΙΣ

Πρόεδρος: Νικόλαος Χατζηνευφραμίδης
Έδρα: Κιλκίς

ΚΟΖΑΝΗΣ

Πρόεδρος: Απόστολος Κύρινας
Έδρα: Κοζάνη

ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Βακάλογλου
Έδρα: Κόρινθος

ΛΑΚΩΝΙΑΣ

Πρόεδρος: Νικόλαος Μάζης
Έδρα: Σπάρτη

ΛΑΡΙΣΑΣ

Πρόεδρος: Αλέξανδρος Γκούλιος
Έδρα: Λάρισα

ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ

Πρόεδρος: Δημήτριος Γέρος
Έδρα: Λιβαδειά

ΛΕΣΒΟΥ

Πρόεδρος: Νικόλαος Μπουλμπούλης
Έδρα: Μυτιλήνη

ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ

Πρόεδρος: Τσουράπας Κων/νος
Έδρα: Βόλος

ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ

Πρόεδρος: Απόστολος Μυλωνάς
Έδρα: Καλαμάτα

ΝΑΞΟΥ

Πρόεδρος: Μιχάλης Βερνίκος
Έδρα: Γληνίδα Νάξου

ΝΑΟΥΣΑΣ

Πρόεδρος: Δημήτριος Θανασούλης
Έδρα: Νάουσα

ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ

Πρόεδρος: Παναγιώτης Αγγουριάς
Έδρα: Κάτω Δάφνη

ΞΑΝΘΗΣ

Πρόεδρος: Μαλλιαρουδάκη Μαριάνθη
Έδρα: Ξάνθη

ΠΑΤΡΩΝ

Πρόεδρος: Αθανάσιος Ντούβας
Έδρα: Πάτρα

ΠΕΙΡΑΙΑ

Πρόεδρος: Γεώργιος Τσουκαλάς
Έδρα: Πειραιάς

ΠΙΕΡΙΑΣ

Πρόεδρος: Αθανάσιος Κομψελίδης
Έδρα: Κολινδρός Κατερίνης

ΠΡΕΒΕΖΗΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Σκαμνέλος
Έδρα: Πρέβεζα

ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑΣ

Πρόεδρος: Χρήστος Μαλακάκης
Έδρα: Πτολεμαΐδα

ΠΥΡΓΟΥ

Πρόεδρος: Χαράλαμπος Κυριακόπουλος
Έδρα: Πύργος

ΡΕΘΥΜΝΟΥ

Πρόεδρος: Χαράλαμπος Σαμπών
Έδρα: Ρέθυμνο

ΡΟΔΟΠΗΣ

Πρόεδρος: Γεώργιος Λαθανάσης
Έδρα: Κομοτηνή

ΣΑΜΟΥ

Πρόεδρος: Φώτιος Σφάντος
Έδρα: Νέο Καρλόβασι

ΣΕΡΡΩΝ

Πρόεδρος: Γεώργιος Παπαδόπουλος
Έδρα: Σέρρες

ΣΥΡΟΥ & ΤΗΝΟΥ

Πρόεδρος: Κωνσταντίνος Βαμβακούρης
Έδρα: Ερμούπολη Σύρου

ΤΕΣΣ ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΗΣ

Πρόεδρος: Σακινίδης Παναγιώτης

ΤΡΙΚΑΛΩΝ

Πρόεδρος: Λάμπρος Κόγιας
Έδρα: Τρίκαλα

ΥΠΑΙΘΡΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Παλαβρατζη Ελένη
Έδρα: Κουφάλια

ΥΠΑΙΘΡΟΥ ΚΕΡΚΥΡΑΣ

Πρόεδρος: Χριστόπουλος Σαββάνης
Έδρα: Σικριπερό

ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Πρόεδρος: Γρηγόριος Τσιούρας
Έδρα: Οικισμός Ευρυτάνων-Λαμία

ΦΛΩΡΙΝΑΣ

Πρόεδρος: Συμεών Κώτσου
Έδρα: Φλώρινα

ΦΩΚΙΑΣ

Πρόεδρος: Αλέκος Αρβαντάς
Έδρα: Άμφισσα

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Θάνος Δημήτριος
Έδρα: Κασσάνδα

ΧΑΝΙΩΝ

Πρόεδρος: Βασίλης Γαλανός
Έδρα: Χανιά

ΧΙΟΥ

Πρόεδρος: Ιωάννης Αργυράκης
Έδρα: Βερίτη

{ freshbakery.gr

Νέα • Δράσεις • Συνταγές • Θέματα • Οδηγός Εταιρειών • Αγγελίες • eshop



Η αρτοποιία και η αρτοζαχαροπλαστική περνάνε σε νέα εποχή!

Το freshbakery ανανεώθηκε και γίνεται το απαραίτητο εργαλείο σου. Μπες και δεξ! Τα πάντα για τον κλάδο των τροφίμων και των ποτών, με όλες τις νέες τάσεις για ψωμί, σνακ, ροφήματα, γλυκά και παγωτό.

“ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ
ΣΥΝΤΑΓΕΣ”

“ΕΥ ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΝ”

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ

14-15

CAKE SENSATION {Εμπορική έκθεση
για κέικ και τούρτες, Γερμανία}
www.cake-sensation.de/en/welcome

21-24

SÜDBACK 2019 {Εμπορική Έκθεση Αρτοποιίας
και Ζαχαροπλαστικής, Γερμανία}
www.messe-stuttgart.de/suedback/en

28-30

ATHENS COFFEE FESTIVAL
{Φεστιβάλ για τον καφέ και την κουλούρα του, Αθήνα}
www.athenscoffeefestival.gr

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ

10-13

BAKE & CHOCOLATE FESTIVAL
{Έκθεση ζαχαροπλαστικής, Σουηδία}
www.chokladfestivalen.se

12-14

FOODTECH
{Έκθεση για τη βιομηχανία των τροφίμων, Αθήνα}
www.foodtech.gr

18-22

HOST {Εμπορική έκθεση για την εστίαση, Ιταλία}
www.host.fieramilano.it/en

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ

6-10

BULPEK EXHIBITION { Διεθνής έκθεση
για την αρτοποιία & ζαχαροπλαστική, Βουλγαρία}
www.food-exhibitions.bg/index.php/en/bulpek

freshbakery.gr

φρέσκο - υγιεινό - λειτουργικό

ΔΩΡΕΑΝ

**Επαγγελματικές
Αγγελίες**

*Fresh
Bakery*
ON LINE

- *Εξοπλισμός καταστημάτων
και εργαστηρίων*
- *Μηχανήματα*
- *Εύρεση εργασίας*
- *Τεχνικοί σύμβουλοι*

Τώρα μπορείτε και εσείς να καταχωρήσετε τις δικές σας αγγελίες για τον κλάδο της αρτοποιίας και της ζαχαροπλαστικής, εύκολα και γρήγορα, ΧΩΡΙΣ ΧΡΕΩΣΗ, στην ηλεκτρονική σελίδα του περιοδικού “Ο Αρτοποιός και η δουλειά του”, freshbakery.gr.

Επισκεφθείτε το site, συμπληρώστε τη Φόρμα Αγγελιών και αξιοποιήστε το ευρύ κοινό του περιοδικού για να προβάλετε τις ανάγκες της επιχείρησής σας.

www.freshbakery.gr



αρτοποιός

online
ΕΚΔΟΣΗ

Το περιοδικό “ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ” κυκλοφορεί τώρα και σε ηλεκτρονική έκδοση. Εάν θέλετε να λαμβάνετε το τεύχος ηλεκτρονικά εγγραφείτε στο newsletter του.

Με την εγγραφή σας θα έχετε κάθε τεύχος του περιοδικού διαθέσιμο στον υπολογιστή σας, στο tablet, PC ή στο smartphone σας, έχοντας πάντα μαζί σας το πιο χρήσιμο επαγγελματικό και ενημερωτικό εργαλείο σας. Παράλληλα θα λαμβάνετε ενημερωτικό υλικό σχετικά με τα νέα στην αρτοποιία - ζαχαροπλαστική.



SHAPE®

ΚΡΗΤΗΣ 13, 142 31 Ν.ΙΩΝΙΑ, ΑΘΗΝΑ
Τ. 2102723628, 2102718583
F. 2102798487

TECHNICAL EDITIONS
EXPO MANAGEMENT
CREATIVE MARKETING

INFO@SHAPE.COM.GR
WWW.SHAPE.COM.GR



Το όραμά σας, πράξη!

Από το 1963 η Δ. Αντωνόπουλος ABEE προσεγγίζει κάθε έργο της ολιστικά: εργονομικά, τεχνολογικά, εμπορικά και αισθητικά.

Πάντα πρωτοπόρος, με καινοτόμες και αξιόπιστες προτάσεις, με τεχνολογία αιχμής και απόλυτη τεχνογνωσία, υλοποιεί το όραμά σας με συνέπεια και συνέχεια, δημιουργώντας σχέσεις σταθερής συνεργασίας.

1963-2019

56
ΧΡΟΝΙΑ

ANTO
NOPOU
LOS

SHOP SET UP

Δ. Αντωνόπουλος ABEE

Λεωφ. Αθηνών 163, 124 61 Χαϊδάρι / Αθήνα, Τ. +30 210 5810977, F. +30 210 5813363
info@antonopoulos.com.gr, www.antonopoulos.com.gr