



# αρτοποιός

Σεπτέμβριος - Οκτώβριος 2019 / Τεύχος 108

fresh  
pastry

ΤΑ ΚΟΡΥΦΑΙΑ ΒΟΥΤΥΡΑ  
ΤΗΣ CORMAN, ΤΩΡΑ  
ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΓΥΗΣΗ ΤΗΣ



LAOUDIS

foods

εγγύηση επιτυχίας!



ΚΡΗΤΗΣ Τ3, 142 31 Ν. ΙΩΝΙΑ



CORMAN

SINCE 1935

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ CORMAN

ΣΕΛ. 25



## Φύλλο Κρούστας - Βηρυττού - Κανταΐφι και... ειδικό φύλλο για γαλακτομπούρεκο

### Φύλλο κρούστας και Βηρυττού

12 & 6 κιλών

Τώρα και νέα συσκευασία  
φύλλου σε πλάκα 6 κιλών

Διαθέτουμε  
βιολογικό  
φύλλο

### Φύλλο κανταΐφι 2,5 & 5 κιλών

Εξυπηρετούμε καθημερινά με φρέσκα προϊόντα όλη την Αττική  
και με συνεργάτες πολλές περιοχές της περιφέρειας

8

76



58



74



47

fresh  
pastry

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

### ΜΟΝΙΜΕΣ ΣΤΗΛΕΣ

- 10 Ρεπορτάζ Αγοράς: Παρουσίαση ειδών συσκευασίας
- 16 Νέα της Ομοσπονδίας: Νέα και δράσεις των σωματείων της ΟΑΕ
- 26 Νέα της Αγοράς: Προϊόντα, γευστικές προτάσεις, νέα του κλάδου και τεχνικός εξοπλισμός
- 76 Γεύσεις από Ελλάδα: Ντεβέτα προζυμμένα με προζύμι από βασιλικό

### ΘΕΜΑΤΑ

- 8 Αφιέρωμα στα είδη συσκευασίας
- 20 Γιορτή Ψωμιού από το Σωματείο Αρτοποιών Πειραιώς & Νήσων
- 40 FAMA Food Service, 23 χρόνια κοντά στον επαγγελματία αρτοποιό-ζαχαροπλάστη

### ΤΕΧΝΙΚΑ

- 44 Αρτοσκευάσματα με χρήση αλεύρων από όσπρια & πως αυτά εμπλουτίζουν το καθημερινό μας διατροφολόγιο
- 54 Αρτοποιός & Ασφάλεια: Γλιστρήματα, σκοντάματα, παραπατήματα και πτώσεις

58 Ο ποιοτικός έλεγχος και οι νομικές απαιτήσεις των υλικών συσκευασίας

62 Οι υπερφθοριωμένες αλκυλιωμένες ουσίες, γνωστές ως PFAS, απειλούν την υγεία μας

66 TRITORDEUM, κάτι περισσότερο από ένα δημητριακό

### FRESH PASTRY

48 Φούρνοι BAKERTOP MIND. Maps από την A&D ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ

50 Τάρτα Σοκολάτας από την ΑΚΤΙΝΑ

52 Μίγματα για κέικ της FAMA Food Service

### ΣΥΝΤΑΓΕΣ

70 Ψωμί με αλεύρι μούρων σε σχήμα κύβου

72 Ψωμί πικάντικο με ενεργό άνθρακα σε στρογγυλό σχήμα

74 Cheesecake

fresh  
pastry

{ **freshbakery.gr**



CHIA QUINOA  
BREAD



### Το πολύσπορο της Νέας εποχής

- Με ευεργετικούς σπόρους Chia και Quinoa
- Προϊόν υψηλής διατροφικής αξίας
- Πηγή πρωτεϊνών και εδωδιμων ινών
- Με χαμηλά κορεσμένα λιπαρά
- Εξαιρετική γεύση και μεγάλη διατηρησιμότητα



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

Είναι γεγονός ότι κάθε σημείο επαφής του πελάτη με την επωνυμία ενός προϊόντος είναι κομμάτι της συνολικής εμπειρίας του μαζί της και παίζει ρόλο στην απόφασή του να αγοράσει ή να συνεχίσει να αγοράζει ένα προϊόν. Δεν είναι επομένως παράτολμο να πει κανείς ότι η συσκευασία μπορεί να λειτουργήσει για την επιχείρηση και σαν πωλητής, μέσα στο κατάστημα.

Με γνώμονα αυτό, ο ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ θέτει στο επίκεντρο του τεύχους 108 τη συσκευασία και αναλύει μέσα από τις σελίδες του τη σημασία της, ως στοιχείο επικοινωνίας της επωνυμίας.

Διαβάζοντας το τεύχος θα ανακαλύψετε μια ευρεία γκάμα προϊόντων που σας προτείνουν καταξιωμένες εταιρείες του χώρου. Είδη συσκευασίας που θα σας βοηθήσουν σημαντικά να αναδείξετε τα προϊόντα σας καθώς και 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 Αρτοποιιών 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 στον έλεγχο ποιότητας και στις νομικές απαιτήσεις των υλικών συσκευασίας, στις υπερφθοριωμένες αλκυλιωμένες ουσίες (γνωστές ως PFAS) καθώς και στα μέτρα που μπορούμε να πάρουμε ώστε να μειώσουμε τον κίνδυνο ατυχήματος στον εργασιακό χώρο.

Τέλος, μεταξύ άλλων, μπορείτε να βρείτε γευστικές συνταγές για ψωμάκια σε διάφορα γεωμετρικά σχήματα, τα οποία θα εντυπωσιάσουν.

Καλή ανάγνωση και καλό φθινόπωρο!

Από την υπεύθυνη σύνταξης  
Ελισάβετ Πετρίδου

ΜΕΛΟΣ



Διεθνείς συνεργασίες: Deutsche Backer Zeitung • Bakers Journal • European Baker • Institut National de la Boulangerie Patisserie • Panificatore Italiano. Τα ευλόγια 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 αναδημοσιεύσει 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.



ΕΚΔΟΣΗΣ:  
Γ. Σηφοστρατουδάκης

ΕΠΙΜΕΛΗΤΕΣ  
ΕΚΔΟΣΗΣ:  
Ελισάβετ Πετρίδου  
Μαριάννα Σπανού

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:  
Μ. Αρκουλής  
Δ. Δασούπουλος  
Οδ. Ιστορικός  
Γ. Κουβουτσάκης  
Ε. Κουντούρη  
Α. Δ. Κριτσαντώνης  
Χ. Μακρατζάκη  
Δ. Μπουσδίκος  
Μ. Νανάπουλος  
Ε. Πανά  
Χ. Ρέγκος  
Α. Τσιπούρας  
Λ. Ψυλλάκος

ΥΠΕΥΘΥΝΗ  
ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ:  
Βασιλική Πιτταρά

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ:  
Σουζάνα Κόκοτση

ART DIRECTOR:  
Βάσια Τσάκα  
Γεωργία Αγγελίδου

DTP:  
Αθανασία Βαβαρίνου

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ  
ΕΚΔΟΣΗΣ:  
Στέλλα Κυλινδρή

ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΙ:  
Μεγακλής Γαντζίας  
Νικίας Αλεξανδρής

ΥΠΕΥΘΥΝΗ  
ΣΥΝΔΡΟΜΩΝ:  
Σουζάνα Κόκοτση

CREATIVE ASSOCIATE  
SHAPE STUDIO

ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ:  
Νίκος Σκονδρέας,  
Μαρία Μπογιατζίδου,  
Σουζάνα Κόκοτση

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

ΕΤΗΣΙΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:  
Ελλάδα 15€,  
Εκτός Ελλάδας 70€

www.freshbakery.gr

ΔΙΟΙΚΗΣΙΑ  
SHAPE

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

“Σας περιμένω  
να δημιουργήσουμε μαζί  
τα πιο εντυπωσιακά  
χιορτινά γλυκά!”

**X-MAS WITH PRESTIGE CAKES**

**Τρίτη 19 Νοεμβρίου 2019**

έως Πέμπτη 21 Νοεμβρίου

Τριήμερο σεμινάριο  
γαλλικής ζαχαροπλαστικής  
με το χάλκινο πρωταθλητή  
στο Coupe du Monde  
de la Pâtisserie Lyon  
**François Galtier**  
Γαλλία

*François Galtier*

3 ημέρες μαζί στο εργαστήριο!  
6 εντυπωσιακές τούρτες σε γεύση και εμφάνιση!

Ακόμα ένας φημισμένος Σεφ  
στην Laoudis Chef Academy!



# ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Αγαπητοί συνάδελφοι, αγαπητοί αναγνώστες...

Με την επίσημη έναρξη της σχολικής χρονιάς και με τις ευχές μου για καλή πρόοδο σε όλους τους μαθητές, είναι ευκαιρία να τονίσουμε τη σημασία ενός καλού, υγιεινού πρωινού για τους μικρούς μας μαθητές.

Ένα καλό και πλήρες πρωινό γεύμα είναι απαραίτητο στη διατροφή, ειδικά για τα μικρά παιδιά. Είναι η ενέργεια που χρειάζονται πνευματικά και σωματικά, για να ανταπεξέλθουν στο απαιτητικό πρόγραμμα του σχολείου. Και όλοι εμείς πρέπει να βοηθήσουμε τα παιδιά να αποκτήσουν αυτή τη σημαντική διατροφική συνήθεια για όλη την υπόλοιπη ζωή τους.

Πολλές μελέτες άλλωστε έχουν διαπιστώσει και επισημάνει ότι τα παιδιά και οι έφηβοι που καταναλώνουν πρωινό, αποδίδουν καλύτερα στις εργασίες του σχολείου τους και επιπλέον έχουν καλύτερη επίδοση σε αθλητικές και άλλες σωματικές δραστηριότητες.

Για τους περισσότερους, η μέρα ξεκινά με μία επίσκεψη στο φούρνο της γειτονιάς. Το καθημερινό για όλους ψωμί, η τυρόπιττα, του κουλούρι είναι κυρίως οι λόγοι της πρωινής επίσκεψης στο φούρνο της γειτονιάς και η βόλτα αυτή αποτελεί πλέον μια ευχάριστη, καθημερινή ασχολία.

Ολόφρεσκα, μοσχομυριστά προϊόντα είναι αυτά που κερδίζουν τους μικρούς μαθητές και όλοι εμείς προσπαθούμε να προσφέρουμε στους καθημερινούς μας πελάτες λαχταριστές εικόνες και μυρωδιές.

## 16 Οκτωβρίου: Παγκόσμια Ημέρα Ψωμιού- Μία ημερομηνία ορόσημο για το ψωμί

Μία ημέρα που αποτελεί ημέρα τιμής του αρτοποιού, του βιοτέχνη αρτοποιού της καθημερινής προσπάθειας και της καθημερινής προσφοράς στην ανθρωπότητα, η οποία του ανταποδίδει μ' αυτόν τον τρόπο και του αναγνωρίζει τη θυσία και την αξία της μεγάλης συμβολής του στη σίτιση και τη γενική διατροφή του ανθρώπου.

Μία ημέρα που συμπύκνει με την Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής, και αυτό γιατί το ψωμί αποτελεί τη βάση της μεσογειακής διατροφικής πυραμίδας.

Αυτός ο σεβασμός προς το επάγγελμά μας διαφαίνεται καθημερινά και όχι μόνο από την καθημερινή μας δουλειά αλλά και από τις ενέργειες των Σωματείων μας. Χαρακτηριστικό παράδειγμα η γιορτή ψωμιού, που έγινε στο Πασαλιμάνι και διοργάνωσε το Σωματείο Αρτοποιών Πειραιώς και Νήσων. Μία άρτια εκδήλωση, η οποία έδωσε την ευκαιρία στους επισκέπτες αλλά και σε πολλούς μαθητές, στο πλαίσιο εκπαιδευτικών εκδρομών που πραγματοποιήθηκαν, να δουν ιδίως όμασι τη διαδικασία παραγωγής ψωμιού.

Δράποντας την ευκαιρία από αυτήν τη σελίδα, θα ήθελα να σας ενημερώσω για την επικείμενη σύσκεψη του Δ.Σ της ΟΑΕ, που θα πραγματοποιηθεί ταυτόχρονα με την περιφερειακή σύσκεψη των μελών των Δ.Σ των σωματείων αρτοποιών της Πελοποννήσου, στην Κόρινθο, στο Βραχάτι Κορινθίας, στις 12 & 13/10/2019.



Επιτρέψτε μου σε αυτό το σημείο να ευχαριστήσω τον Πρόεδρο της Συντεχνίας Αρτοποιών Ν. Κορινθίας κ. Γιάννη Βακάλογλου, για τη φιλοξενία και τη διοργάνωση των συσκέψεων αυτών και να τονίσω ότι όλες οι συσκέψεις του Δ.Σ της ΟΑΕ, όπου και να γίνονται είναι ανοικτές σε όλους του συναδέλφους. Με ζητούμενο την ανταλλαγή απόψεων, προτάσεων και λύσεων, έτσι όπως η ΟΑΕ κάνει ανοικτές τις συνεδριάσεις της, ας ανοίξουμε κι εμείς όλοι τα εργαστήρια μας στο ευρύ κοινό, ας δείξουμε στους καθημερινούς μας πελάτες που μας προσφέρουν την πρώτη τους καλημέρα, τι εστί «Ψωμί από το Φούρνο της Γειτονιάς!»

Μιχάλης Μούσιος  
Πρόεδρος Ομοσπονδίας  
Αρτοποιών Ελλάδος



## ΦΥΣΙΚΑ ΠΡΟΖΥΜΙΑ BÖCKER

**Φυσικό προζύμι, δεν συγκρίνεται με τίποτα!**

Η ERNST BÖCKER GmbH & Co είναι η Νο.1 εταιρεία στον κόσμο που παράγει προζύμια με φυσική ζύμωση και καλλιέργειες προζυμιού, με τον ίδιο παραδοσιακό τρόπο από τις αρχές του 1900. Τα φυσικά προζύμια BÖCKER δεν περιέχουν χημικά συντηρητικά ή άλλα πρόσθετα και εξασφαλίζουν **σιγουριά στην παραγωγή, σταθερή ποιότητα, πλούσιο άρωμα, υπέροχο χρώμα, τραγανή κόρα, τέλεια δομή** και φυσικά **υπέροχη γεύση!** Διατίθενται αποξηραμένα, σε υγρή μορφή και σε πάστα. Είναι ιδανικά για μεγάλη ποικιλία παραδοσιακών αρτοσκευασμάτων και έτοιμα προς χρήση... για να σας λύσουν τα χέρια!



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



# ΑΦΙΕΡΩΜΑ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ

Ο ρόλος της συσκευασίας ενός προϊόντος γίνεται όλο και πιο σημαντικός. Ειδικότερα, εάν αναλογιστεί κανείς ότι το 70% των αποφάσεων της αγοράς γίνονται στο σημείο πώλησης, η πρόκληση για μια συσκευασία που ξεχωρίζει γίνεται όλο και πιο έντονη. Η συσκευασία δεν είναι απλά ένα κουτί, ένα περιτύλιγμα ή μία σακούλα αλλά κομμάτι της συνολικής επωνυμίας και μέσο διαφήμισης. Είναι ουσιαστικά το μέσο που δίνει στην επιχείρηση την ευκαιρία να πει σε ένα πολύ μικρό χρονικό διάστημα την ιστορία της!



Τι μπορεί να παροτρύνει έναν αγοραστή να επιλέξει μεταξύ δύο ίδιων, φαινομενικά, προϊόντων; Η απάντηση είναι η συσκευασία που θα τραβήξει το βλέμμα του. Και θα το επιλέξει εντός 7 δευτερολέπτων. Τόσα έχει στη διάθεσή της η επιχείρηση για να πείσει τον καταναλωτή να προτιμήσει το δικό της προϊόν από αυτό του ανταγωνιστή.

## Η συσκευασία ως μέσο marketing

Οι συσκευασίες δεν είναι πλέον απλά κουτιά που προστατεύουν το προϊόν αλλά κομμάτι της συνολικής επωνυμίας και μέσο διαφήμισης. Δεν είναι επομένως παράτολμο να πει κανείς ότι η συσκευασία μπορεί να λειτουργήσει και σαν πωλητής, μέσα στο κατάστημα, για την επιχείρηση. Διάφοροι είναι οι λόγοι που έχουν οδηγήσει στο να θεωρείται πλέον η συσκευασία εργαλείο μάρκετινγκ. Αρκεί να αναλογιστεί κανείς μερικές επιτυχημένες επιχειρήσεις, που έχουν καταφέρει να δημιουργήσουν τόσο αναγνωρίσιμες συσκευασίες, που πλέον αποτελούν και κομμάτι της επωνυμίας τους και της επικοινωνιακής στρατηγικής τους. Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που επηρεάζουν την απόφαση μιας επιχείρησης να κάνει χρήση μιας συσκευασίας. Αυτοί μπορεί να περιλαμβάνουν τα φυσικά χαρακτηριστικά του προϊόντος, την ευκολία στη χρήση της συσκευασίας, το κόστος της κ.ά. Μια επιτυχημένη συσκευασία μπορεί να οδηγήσει σε μια σειρά από θετικά αποτελέσματα<sup>1</sup>:

- Να απαιτήσει την προσοχή των καταναλωτών ανάμεσα στις τόσες επωνυμίες.
- Να δημιουργήσει ώθηση για το προϊόν.
- Να ανακοινώσει την πρόταση της επωνυμίας λακωνικά.
- Να ενισχύσει τα βασικά μηνύματα της επωνυμίας.
- Να δημιουργήσει συναισθηματικό δέ-

σιμο με τον καταναλωτή μέσα από μια συναρπαστική ιστορία ή ένα ευδιάκριτο μήνυμα.

- Να διατηρήσει ή να δημιουργήσει σχέσεις πιστότητας με τον καταναλωτή.
- Να διαφοροποιηθεί και να μείνει αξέχαστη ως κάτι που αξίζει να συζητείται.
- Να παράσχει πληροφορίες για το προϊόν.
- Να προστατεύσει το περιεχόμενο.
- Να βοηθήσει τους καταναλωτές να καταναλώσουν το προϊόν με κατάλληλο τρόπο.

• Να επιτευχθούν επικερδείς πωλήσεις μέσα από επαναλαμβανόμενες αγορές (υποθέτοντας ότι το προϊόν εκπληρώνει τις προσδοκίες που δημιούργησε).

- Να υποστηρίξει θέματα περιβαλλοντικής και κοινωνικής ευθύνης.

Σύμφωνα με το Σύνδεσμο Σχεδιαστών Mittleman/Robinson των ΗΠΑ «η συσκευασία είναι αποφασιστική. Είναι ο σιωπηλός πωλητής. Είναι το τελευταίο πράγμα που βλέπουν οι πελάτες πριν αποφασίσουν να αγοράσουν κάτι». Άλλοι σύμβουλοι σχεδιασμού, όπως ο Lister Butler, εμπλουτίζουν και εξελίσσουν τον ορισμό αυτό υποστηρίζοντας ότι «η συσκευασία είναι ο ακώριτος φίλος του προϊόντος. Ένα προϊόν δεν υπάρχει χωρίς τη συσκευασία του».

Τα στοιχεία συσκευασίας που επηρεάζουν την αγοραστική απόφαση των καταναλωτών μπορούν να χωριστούν σε δύο κατηγορίες, τα οπτικά και τα πληροφοριακά. Τα οπτικά αποτελούνται από τα γραφικά, τα χρώματα, το μέγεθος και το σχήμα και συνδέονται με το συναισθηματικό κομμάτι της αγοραστικής απόφασης. Τα πληροφοριακά στοιχεία σχετίζονται με τις πληροφορίες που παρέχει η συσκευασία και την τεχνολογία που χρησιμοποιείται σ' αυτήν και συνδέονται με το γνωστικό κομμάτι της αγοραστικής απόφασης<sup>2</sup>.

## ΠΗΓΕΣ

<sup>1</sup> Ελληνικά Ακαδημαϊκά Ηλεκτρονικά Συγγράμματα και Βοηθήματα (repository.kallipos.gr)

<sup>2</sup> Τερζίδου Αναστασία, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

**Η συσκευασία είναι ο σιωπηλός πωλητής. Είναι το τελευταίο πράγμα που βλέπουν οι πελάτες πριν αποφασίσουν να αγοράσουν κάτι.**



Photo designed by freepik.com

## ΕΙΔΗ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ

Ρεπορτάζ με όλα τα προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά από τις πιο αναγνωρισμένες εταιρείες του κλάδου. Προτάσεις για είδη συσκευασίας που θα σας βοηθήσουν να αναδείξετε με τον καλύτερο τρόπο τα προϊόντα σας. Επίσης θα βρείτε ενδιαφέρουσες και συμφέρουσες προτάσεις για είδη εξοπλισμού, ιδιαίτερα χρήσιμα για την επιχείρησή σας.

### ΕΝΤΥΠΩΣΙΑΚΕΣ ΦΟΡΜΕΣ ΤΟΥΛΙΠΑΣ

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ σας προτείνει τα απαραίτητα χάρτινα φορμάκια ψησίματος της SILUETT για muffins σε σχήμα τουλίπας, που αναδεικνύουν τις δημιουργίες σας. Κατάλληλα για απευθείας χρήση, είναι κατασκευασμένα από αντικολλητικό και μη διαπερατό από λίπη χαρτί, που έχει εγκριθεί για άμεση επαφή με τρόφιμα και είναι ανθεκτικό στο ψήσιμο. Τα διακοσμητικά μελάνια είναι εγκεκριμένα και αντέχουν σε υψηλές θερμοκρασίες και σε λιπαντικά σπρέι χωρίς αλλοιώσεις. Διατίθενται σε δυο κομψούς χρωματικούς συνδυασμούς: Λευκό με χρυσό ντεκόρ και Καφέ με χρυσό ντεκόρ.  
[www.stelioskanakis.gr](http://www.stelioskanakis.gr)



### ΣΑΚΟΥΛΕΣ ΑΡΤΟΠΟΙΑΣ

από την ΓΙΑΤΣΗΣ ΡΑΚΚ ΑΒΕΕ

Οι, υψηλής ποιότητας, χάρτινες συσκευασίες/σακούλες αρτοποιίας καλύπτουν μεγάλη γκάμα εκτυπωτικών επιλογών και διαστάσεων, προσθέτοντας μεγαλύτερη αξία στο τελικό προϊόν γιατί για την Γιάτσης Ρακκ, η συσκευασία είναι φορέας αξιών του κάθε brand! Όλοι οι κωδικοί που απευθύνονται στο σύγχρονο αρτοποιό επιχειρηματία προσφέρουν design, καλαισθησία και λειτουργικότητα, αφού διατίθενται και χάρτινες σακούλες Proof για όλα τα σφολιατοειδή, καθώς και τα sandwiches. Με σδιαπραγμάτευτη αξία την ποιότητα, η επιχείρηση λειτουργεί εδώ και πολλά χρόνια με βάση τη διαδικασία πιστοποίησης κατά ISO 22000.

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





**ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ  
ΣΕ ΚΕΝΟ ΑΕΡΟΣ**

από την Α&Δ ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ ΟΕ



Vacuum: απαραίτητο εργαλείο για όλα τα σύγχρονα εργαστήρια ζαχαροπλαστικής και αρτοποιίας. Ανοξείδωτα μηχανήματα, με διάφανο καπάκι για τον έλεγχο της διαδικασίας και digital πάνελ με δυνατότητα αποθήκευσης 8 προγραμμάτων. Συσκευάστε σε κενό αέρος κρέμες, μαρμελάδες, φρούτα, ξηρούς καρπούς, πάστες παγωτού και ζύμες, διατηρώντας το προϊόν φρέσκο, ζωντανό και χαρίζοντάς του μεγαλύτερη διάρκεια ζωής. Η μέθοδος vacuum εμποδίζει την οξείδωση και ενισχύει τη γεύση και τα αρώματα! Η γκάμα των μοντέλων ξεκινάει από μήκος συγκόλλησης 26cm και τα μεγαλύτερα μοντέλα διατίθενται με διπλή ή τριπλή μπάρα.  
www.varanakis.com

**ΣΕΙΡΑ ΑΠΟ  
ΔΙΑΦΑΝΑ ΚΟΥΤΙΑ**

από την PANDECOR -  
ΠΑΤΕΡΟΣ ΝΙΚΗΤΑΣ ΑΒΕΕ

Η PANDECOR, εμπλουτίζοντας συνεχώς τη γκάμα των προϊόντων της, διαθέτει μια σειρά από διάφανα κουτιά με ιδιαίτερη σχεδίαση. Είναι συσκευασίες κατάλληλες να έρθουν σε επαφή με τρόφιμα και διατίθενται σε διάφορα μεγέθη και σχήματα: μπάλα, έλατο, αστέρι, καρδιά, κλπ. Πρόκειται για μια πρωτότυπη ιδέα συσκευασίας για μικρά δώρα με σοκολατάκια, γλυκίσματα, καραμέλες.  
www.pandecor.gr



**ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΣΥΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ ΜΗΧΑΝΗ FLOW PACK**

από την ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΣ Ο.Ε.

Η εταιρεία ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ Ο.Ε. φέρνει στην ελληνική αγορά την ιδανική λύση στη συσκευασία μικρών διαστάσεων προϊόντων, με την επιτραπέζια συσκευαστική μηχανή για μπαγκέτες, μπριός, σάντουιτς, κριτσίνια, μπάρες δημητριακών, βουτύματα, ζυμαρικά κ.α. Οι μικρές διαστάσεις της μηχανής την καθιστούν μοναδική, αφού οι διαστάσεις των προϊόντων που συσκευάζει έχουν μήκος από 6 μέχρι 25 εκ., πλάτος από 5 μέχρι 10 εκ. και ύψος από 2 μέχρι 6 εκ.  
www.kourlampas.gr

**Κασετίνες πολυτελείας  
για σοκολατάκια**

**ΤΣΕΡΩΝΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.**  
Τατοίου 40, Μεταμόρφωση 144 51, τηλ. - fax: 210 2825138  
κιν.: 6932 345675 - www.tseronis.gr - email: s.tseronis@gmail.com

**ΧΗΜΙΟΧΑΡΤ Α.Ε.**

**Υλικά Εύκαμπτης Συσκευασίας**  
ΕΚΤΥΠΩΣΗ • ΔΙΑΤΡΗΣΗ • ΡΟΛΛΟΚΟΠΗ

*Δώσε έξτρα Φρέσκαδα  
στο προϊόν σου!*



ΠΑΝΑΓΙΤΣΑΣ ΠΛΑΤΑΝΑΣ & ΥΨΗΛΑΝΤΟΥ 2 Τ.Κ. 177 78 ΤΑΥΡΟΣ ΑΘΗΝΑ  
210 34 67 052 210 34 59 927 210 34 25 825 210 34 71 757 chimiochart@hotmail.com

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





### ΒΕΛΟΥΔΙΝΕΣ ΚΑΣΕΤΙΝΕΣ

από την TSERONIS

Βελούδινες κασετίνες σε διάφορα χρώματα για ένα δώρο ξεχωριστό, που θα φιλοξενήσει "κοσμήματα" από μικρές γευστικές απολαύσεις. Δώστε την ευκαιρία στον επαγγελματία ζαχαροπλάστη να αναδείξει τις δημιουργίες του μέσα από κασετίνες που θα τραβήξουν τα βλέμματα και θα εντυπωσιάσουν και τον πιο απαιτητικό!

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

### ΔΙΣΚΟΙ ALCAS ΜΕ ΔΙΑΦΑΝΟ ΚΑΠΑΚΙ

από την LAOUDIS FOODS AEBE



Η ιταλική ALCAS έχει πάει την πλαστική συσκευασία ζαχαροπλαστικής κυριολεκτικά σε άλλη διάσταση! Ειδικά οι χρυσοί και οι μαύροι δίσκοι με το προαιρετικό διάφανο καπάκι (μοντέλα Kado, New Charlotte, Medoro και Medoro Nero) είναι έτσι σχεδιασμένοι ώστε α) να αναδεικνύουν εντυπωσιακά μια μεγάλη ποικιλία από γλυκά κάθε σχήματος και διάστασης και β) να μειώνουν το κόστος συσκευασίας, καθώς δε χρειάζεστε πια χαρτόκουτο! Με τα εντυπωσιακά σχέδια για τούρτες, βασιλόπιτες, σιροπιαστά κ.α. των δίσκων Alcas θα παρέχετε πάντα στον πελάτη σας ένα εντυπωσιακό γλυκό δώρο που ξεχωρίζει αισθητικά!

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

### ΥΨΗΛΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΦΙΛΜ ΜΗΧΑΝΩΝ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ

από την ΧΗΜΕΙΟΧΑΡΤ ΑΕ

Νέα σειρά φιλμ σε ρολά υψηλής ποιότητας, για κάθετες και οριζόντιες μηχανές συσκευασίας. Διατίθεται χωρίς διάτρηση ή και με διάτρηση (MICROPERFORE) όπου επιτυγχάνεται η αναπνοή των προϊόντων για τη διατήρηση της φρεσκάδας τους. Η δυνατότητα εκτύπωσης με υψηλή ανάλυση δίνει στο προϊόν σας «ταυτότητα» και το αναδεικνύει στο ράφι. Όλες οι σειρές των φιλμ συνοδεύονται από πιστοποιητικά καταλληλότητας για επαφή με τρόφιμα, σύμφωνα με τους τελευταίους κανονισμούς της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

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



### ΠΡΩΤΟΠΟΡΙΑΚΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ

από την TSEPAS PACK AEBE

Πρωτοποριακές και μελετημένες, ως προς τη λειτουργικότητά τους, λύσεις συσκευασίας, που όχι μόνο αναδεικνύουν μοναδικά τα προϊόντα αρτοζαχαροπλαστικής αλλά ταυτόχρονα εξασφαλίζουν την ασφαλή διακίνησή τους. Η εταιρεία παράγει σφηνάκια, μπόλκια καθώς και σκεύη PET σε μεγάλη ποικιλία σχημάτων και διαστάσεων και φέρει Πιστοποιημένο Σύστημα Διαχείρισης Ποιότητας ISO 9001:2015 HACCP.

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



**Dawn**<sup>®</sup>

Η σίγουρη λύση για την πιο λαχταριστή βασιλόπιτα!



### Premium Baker's Select "Crème Cake Base Plain"

- Εξαιρετική γεύση, κρεμώδης υφή
- Σταθερά τέλεια εμφάνιση
- Μεγάλη διατηρησιμότητα
- Ευκολία παραγωγής σε μια περίοδο με αυξημένες απαιτήσεις



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](http://www.stelioskanakis.gr) • [info@stelioskanakis.gr](mailto:info@stelioskanakis.gr) • Find us on



Ένα βήμα μπροστά!

## 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.

### ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΞΑΝΘΗΣ ΣΕ ΕΚΘΕΣΗ ΤΟΠΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΓΕΥΣΕΙΣ & ΑΡΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΘΡΑΚΙΚΗΣ ΓΗΣ

Το Σωματείο Αρτοποιών Ξάνθης συμμετείχε στην έκθεση τοπικών προϊόντων και οικοτεχνίας, που διοργάνωσε το Επιμελητήριο Ξάνθης, στα πλαίσια των γιορτών παλιάς πόλης για την προβολή του τοπικού πλούτου. Θέτοντας ως άξονα της συμμετοχής τους το γεγονός ότι η βάση της διατροφής δε μπορεί να λείπει από καμία έκθεση προβολής διατροφικών ειδών, οι αρτοποιοί της Ξάνθης παρουσίασαν με επιτυχία τα προϊόντα τους στο κοινό, στην έκθεση που έλαβε χώρα από την 1 έως 4 Σεπτεμβρίου.



### Η ΣΥΝΤΕΧΝΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΚΙΛΚΙΣ ΓΙΟΡΤΑΣΕ ΤΟΝ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ

Η Συντεχνία Αρτοποιών Ν. Κιλκίς, "Ο Προφήτης Ηλίας", όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος, γιόρτασε τον Προστάτη της, Προφήτη Ηλία, την παραμονή 19/7/2019 και ώρα 19:30, στο Ναό του Προφήτη Ηλία, στο Κιλκίς, με Αρτοκλασία. Στη γιορτή συμμετείχε πλήθος κόσμου και αρτοποιοί με τις οικογένειές τους, οι οποίοι πρόσφεραν άρτους και ψωμάκια, τα οποία ευλογήθηκαν από τον Μητροπολίτη. Παρόντες ήταν ο Πρόεδρος, Νικόλαος Χατζηφραγκιάδης, ο Αντιπεριφερειάρχης Κιλκίς, Ανδρέας Βεργίδης, ο νεοεκλεγείς Δήμαρχος Κιλκίς, Δημήτριος Κυριακίδης, η Πρόεδρος της Δημοτικής Κοινότητας Κιλκίς, Μαρία Τσοπούλου και τα μέλη της Συντεχνίας Αρτοποιών Ν. Κιλκίς «Ο Προφήτης Ηλίας».

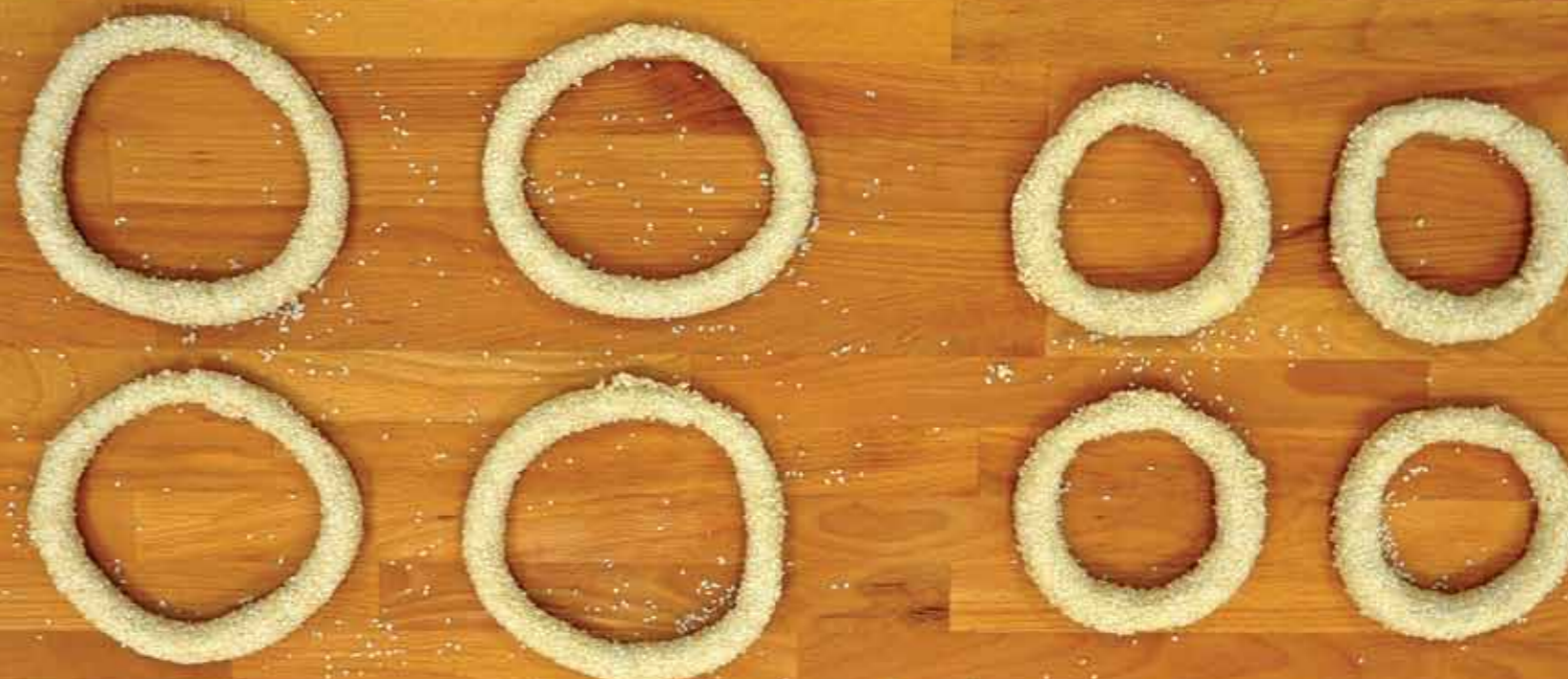


## ΝΕΟ ΜΟΝΑΔΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ



**magimix®**

WITH CONFIDENCE. DEFINITELY.



Χρησιμοποιήστε

**Magimix Relax**

για ζυμάρια εύκολα στο άνοιγμα

χωρίς μαζέματα και σκισίματα.

Find us on  
**Facebook**

  
**LESAFFRE**  
HELLAS

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

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



**ΟΙ ΑΡΤΟΠΟΙΟΙ ΤΟΥ Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ ΓΙΟΡΤΑΣΑΝ ΤΟΝ ΑΓ. ΠΑΝΤΕΛΕΗΜΟΝΑ**

Στο μικρό εκκλησιάκι του Αγίου Παντελεήμονος, γιόρτασαν φέτος τον προστάτη τους τα μέλη του Σωματείου Αρτοποιών Ν. Ηρακλείου «Η ΔΗΜΗΤΡΑ». Η εικόνα του Αγίου παραδίδεται μετά από κλήρωση σε όποιο μέλος επιθυμεί να την κρατήσει στο δικό του χώρο, για έναν ολόκληρο χρόνο, μέχρι την επόμενη γιορτή. Μετά το πέρας της Θείας Λειτουργίας και της αρτοκλασίας, η εικόνα παραλήφθηκε από την πρώην γ.γ και ενεργό μέλος του Σωματείου, Νεκταρία Μπουρμπουράκη, η οποία παρέθεσε πλούσιο γεύμα στους συναδέλφους αρτοποιούς και σε όσους άλλους βρέθηκαν στο γραφικό ναό.

**ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΟΥ ΑΓ. ΠΑΝΤΕΛΕΗΜΟΝΑ**  
από τη ΣΥΝΤΕΧΝΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ ΠΡΟΑΣΤΙΩΝ-ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Το Σάββατο 27 Ιουλίου 2019 πραγματοποιήθηκε ο εορτασμός του Αγ. Παντελεήμονα, από τη Συντεχνία Αρτοποιών Αθηνών Προαστίων – Περιχώρων. Η εκδήλωση στέφθηκε με επιτυχία καθώς αρτοποιοί με τις οικογένειές τους, εκπρόσωποι των εταιρειών του κλάδου και πρόσωπα του πολιτικού χώρου, έδωσαν το παρόν και απόλαυσαν ένα υπέροχο δείπνο στη βεράντα του Ναυτικού Ομίλου Ελλάδος, με θέα τον Αργοσαρωνικό, κάτω από τον έναστρο Αττικό ουρανό. Το παρόν έδωσαν η Βουλευτής, Ζωή Ράπτη, ο δημοτικός σύμβουλος με το συνδυασμό «Αθήνα Ψηλά», Χρήστος Τεντόμας, ο βουλευτής και πρώην υπουργός, Γιάννης Μπαλάφρας και η βουλευτής, Χαρά Καφαντάρη.



ΣΥΝΤΕΧΝΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ ΠΡΟΑΣΤΙΩΝ ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ



**ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ**  
από το ΣΩΜΑΤΕΙΟ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ

Στον Ιερό Ναό «Προφήτη Ηλία» Άνω Πόλης, γιόρτασε το Σωματείο Αρτοποιών Θεσσαλονίκης την εορτή του Προστάτη του, Προφήτη Ηλία, το Σάββατο 20 Ιουλίου 2019. Οι αρτοποιοί που παρευρέθηκαν είχαν την ευκαιρία να εκκλησιαστούν ενώ, στο τέλος της αρτοκλασίας, η Διοίκηση είχε ετοιμάσει και μοιράστηκαν από τους ιερείς στους πιστούς, τσουρεκάκια μέσα σε χάρτινο σακουλάκι, όπου πάνω αναγράφονταν η ιστορία του Προφήτη Ηλία. Στη συνέχεια, ακολούθησε συνεστίαση σε κοντινό μεζεδοπωλείο. Η Διοίκηση του Σωματείου ευχαριστεί τους συναδέλφους για την παρουσία τους και εύχεται σε όλους χρόνια πολλά, υγεία και ευημερία.

**ΟΙ ΑΡΤΟΠΟΙΟΙ ΤΟΥ Ν. ΚΟΖΑΝΗΣ ΤΙΜΗΣΑΝ ΤΟΝ ΠΡΟΦΗΤΗ ΗΛΙΑ**

Αρτοκλασία προς τιμήν του προστάτη τους Προφήτη Ηλία πραγματοποιήσαν οι αρτοποιοί της Κοζάνης στις 20 Ιουλίου, μια πρωτοβουλία και οργάνωση του τοπικού σωματείου. Η αρτοκλασία πραγματοποιήθηκε στο Εωκλήσι του Προφήτη Ηλία, ενώ στη συνέχεια το Σωματείο Αρτοποιών Κοζάνης παρέθεσε γεύμα στα μέλη και τους συνεργάτες που τίμησαν το γεγονός με την παρουσία τους. Παρόντες ήταν και ο αντιδήμαρχος και ο αντιπεριφερειάρχης Κοζάνης, όπως και πολλοί από τους προμηθευτές που παρέχουν στο Σωματείο τις πρώτες ύλες για τα προϊόντα του.



**ΝΕΑ ΣΙΡΟΠΙΑ ΠΑΓΩΤΟΥ ΣΕ 4 ΓΕΥΣΕΙΣ**

**...ΘΑ ΚΟΛΛΗΣΕΤΕ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ!**



**KENFOOD**  
NUTRITION & BAKING SOLUTIONS

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



www.kenfood.com



## Η ΓΙΟΡΤΗ ΨΩΜΙΟΥ ΑΝΑΒΙΩΣΕ ΜΕΤΑ ΑΠΟ 20 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΟΝ ΠΕΙΡΑΙΑ!

Για πρώτη φορά, μετά από 20 ολόκληρα χρόνια, εορτάστηκε ξανά η Γιορτή Ψωμιού, την οποία διοργάνωσε με απόλυτη επιτυχία το Σωματείο Αρτοποιιών Πειραιώς και Νήσων σε συνεργασία με τους Μύλους Λούλη. Η γιορτή διήρκεσε από τις 21 έως 24 Σεπτεμβρίου και έλαβε χώρα στην πλατεία Κανάρη, στο Πασαλιμάνι. Η εκδήλωση τέλεσε υπό την αιγίδα του δήμου Πειραιά και υποστηρίχτηκε από το Βιοτεχνικό Επιμελητήριο Πειραιά.

Πάνω από 300 παιδιά από δημοτικά σχολεία πέρασαν από την πλατεία Κανάρη και είδαν από κοντά τη διαδικασία που φτιάχνεται το ψωμί, ζύμωσαν τις δικές τους δημιουργίες και ενημερώθηκαν για την αξία του ψωμιού.

Σκοπός της γιορτής ήταν να αναδείξει το ψωμί ως πολύτιμο αγαθό και να εκπαιδεύσει, μέσα από ποικίλες δράσεις, τη νέα γενιά, αναφορικά με τη διατροφική αξία του. Έμφαση δόθηκε φυσικά στη σημασία του Φούρνου της Γειτονιάς και στο πόσο σημαντικό είναι να στηρίζεται από τους καταναλωτές, αφού αποτελεί μια αξία σταθερή και διαχρονική.

Η τετραήμερη γιορτή είχε πλήθος εκδηλώσεων. Το Σάββατο παρουσιάστηκαν στο κοινό παραδοσιακοί χοροί από πειρωτικούς, κρητικούς και νησιωτικούς συλλόγους. Τα εγκαίνια της εκδήλωσης πραγματοποιήθηκαν την Κυριακή 22 Σεπτεμβρίου, από το Δήμαρχο Πειραιά, Γιάννη Μώραλη, παρουσία του Προέδρου της ΟΑΕ, Μιχάλη Μούσιου, των προσκεκλημένων από τη Διοίκηση του Σωματείου και πλήθους Πειραιωτών. Ο Δήμαρχος δήλωσε χαρούμενος για τη συνεργασία του Δήμου με τους αρτοποιούς στην πραγματοποίηση της Γιορτής Ψωμιού, που επιστρέφει στον Πειραιά μετά από δύο δεκαετίες, και τους ευχαρίστησε για την διοργάνωση της εκδήλωσης, υπογραμμίζοντας την επιθυμία του να επαναληφθεί και να γίνεται σε σταθερή βάση.

Τη Δευτέρα και την Τρίτη πάνω από 300 παιδιά από δημοτικά σχολεία πέρασαν από την πλατεία Κανάρη και είδαν από κοντά τη διαδικασία που φτιάχνεται το ψωμί, ζύμωσαν τις δικές τους δημιουργίες ενώ παράλληλα ενημερώθηκαν για την αξία των πρώτων υλών, των φρέσκων υλικών και το πως φτιάχνεται

το ψωμί, μέσα από μια σειρά δράσεων. Στο μήνυμα που απηύθυνε ο πρόεδρος του Σωματείου Αρτοποιιών Πειραιώς και Νήσων, κ. Γιώργος Τσουκαλάς εξήρε τη σημασία του ψωμιού, υπογραμμίζοντας το σημαντικό ρόλο του στην ιστορία του ανθρώπου. «Σκοπός της εκδήλωσης είναι να αναδείξουμε το Φούρνο της Γειτονιάς, να επενθυμίσουμε στον κόσμο πώς παρασκευάζεται το φρέσκο ψωμί από το Φούρνο της Γειτονιάς, ιδιαίτερα στα νέα παιδιά που διαμορφώνουν τις διατροφικές τους συνήθειες. Είμαστε εδώ για να προβάλλουμε την τέχνη και το μεράκι του βιοτέχνη αρτοποιού και τη διαδικασία που χρειάζεται για να έρθει στην τελική του μορφή αυτό το ευλογημένο αγαθό, το ψωμί» είπε χαρακτηριστικά ο κ. Τσουκαλάς και συνέχισε: «Το ψωμί κυρίες και κύριοι που είναι η χαρά της ζωής. Σύμβολο της ίδιας της ζωής, ζεσταίνει την καρδιά, είναι η θύμηση της προαιώνιας σχέσης του ανθρώπου με τη Γη. Είναι η τροφή. Σύμβολο κάθε πολιτισμού, από την αρχαιότητα μέχρι και σήμερα. Το ψωμί είναι εδώ και χιλιάδες χρόνια ζυμωμένο με την ιστορία του ανθρώπου. Παρέμεινε και παραμένει «σπύριγμα ζωής» και θεμελιακό στοιχείο της διατροφής μας, πέρα από φυλετικές, θρησκευτικές, γεωγραφικές, κοινωνικές, πολιτιστικές διαφορές... Σήμερα σε όλο τον κόσμο και ειδικά στην Ελλάδα η Βιοτεχνική Αρτοποιία είναι από τους λίγους κλάδους που όχι μόνο αντιστέκεται στη συνεχή εκβιομηχάνιση της παραγωγής αλλά και αναπτύσσεται διαρκώς, δια-

τηρώντας τη μερίδα του λέοντος στην αγορά του ψωμιού. Το επιτυχημένο πάντρεμα της σύγχρονης τεχνολογίας με την παράδοση, η χρήση αγών υλικών, το μεράκι και η αγάπη του Έλληνα φούρναρη για το καλό ψωμί και για τον άνθρωπο είναι τα στοιχεία που μας διαφοροποιούν από τους άλλους και που θα διασφαλίσουν στο μέλλον την εμπιστοσύνη του Έλληνα καταναλωτή στο Φούρνο της Γειτονιάς».

Ο Πρόεδρος του ΣΑΝΠ παρακίνησε τους βιοτέχνες αρτοποιούς να διαφυλάξουν το Φούρνο της Γειτονιάς, προστατεύοντάς τον από «νεόκοπους βιομηχάνους», όπως χαρακτηριστικά ανέφερε. «Για όλα αυτά λοιπόν και για ακόμα περισσότερα, εμείς οι βιοτέχνες αρτοποιόι, που εκπροσωπούμε το Φούρνο της Γειτονιάς, πρέπει να διαφυλάξουμε το ιερό και μοναδικό προϊόν και να το ξαναφέρουμε στη θέση που του αξίζει. Οι βιοτέχνες αρτοποιόι ήταν και θα είναι πάντοτε κοντά στον άνθρωπο, κοντά στην κοινωνία. Είμαστε αυτό που λέμε στην πρώτη καλημέρα. Αφουγκραζόμαστε τον παλμό της και συμμεριζόμαστε τις ανάγκες, βοηθώντας όσο μπορούμε, είτε μεμονωμένα, είτε συλλογικά ευπαθείς ομάδες και οπουδήποτε αλλού χρειαστεί». «Όσο ο Φούρνος της Γειτονιάς καπνίζει, όσο τα μαγαζιά μας κοσμούν τις γειτονιές, όσο η μυρωδιά από τα φρεσκοψημένα προϊόντα μας σκανδαλίζει τη μύτη και ανοίγει την όρεξη, όσο το χαμόγελο και η προσωπική καλημέρα δημιουργούν φιλία και ζεστασιά, ο Φούρνος της Γειτονιάς θα συνεχίσει



*“Ο Φούρνος της Γειτονιάς θα συνεχίσει να είναι το μοναδικό σημείο μιας συνέχειας και ενός παρελθόντος, όπου με αξιοπρέπεια και πολύ κόπο προσπαθεί να σταθεί στο παρόν και να σηματοδοτήσει το μέλλον της Βιοτεχνικής Αρτοποιίας”.*

να είναι το μοναδικό σημείο μιας συνέχειας και ενός παρελθόντος, όπου με αξιοπρέπεια και πολύ κόπο προσπαθεί να σταθεί στο παρόν και να σηματοδοτήσει το μέλλον της Βιοτεχνικής Αρτοποιίας» κατέληξε ο κ. Τσουκαλάς. Στο λόγο που απύθνησε ο Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Αρτοποιιών Ελλάδας, κ. Μιχάλης Μούσιος, αναφέρθηκε μεταξύ άλλων στα ζητήματα που αντιμετωπίζει ο κλάδος αλλά και στις επιπτώσεις του τρίτου μνημονίου στη βιοτεχνική Αρτοποιία. Έκανε λόγο για την άδικη εκκώρση του ονόματος «φούρνω» ανεξαιρέτως σε επιχειρήσεις και στην παραπλάνηση του καταναλωτή με τα κατεψυγμένα προϊόντα,

στο πλαίσιο ενός αθέμιτου ανταγωνισμού. Ο κ. Μούσιος βασίστηκε στην έκθεση του ΚΕΠΕ, η οποία αναφέρεται στην πολιτεία και συστήνει τον τρόπο διόρθωσης αυτού του άδικου, για το βιοτεχνικό κλάδο, καθεστώτος. Στην εκδήλωση παρέστησαν, μεταξύ άλλων, ο Δήμαρχος Πειραιά, Ι. Μώραλης, ο πρόεδρος της ΟΑΕ, Μ. Μούσιος, η Αντιπεριφερειάρχης Πειραιά, Στ. Αντωνάκου, οι Βουλευτές Κ. Κατσαφάδος - ΝΔ Α΄ Πειραιά, Ν. Μανωλάκος - ΝΔ Α΄ Πειραιά, Γ. Ραγκούσης - ΣΥΡΙΖΑ Β΄ Πειραιά. Επίσης ο Περιφερειακός Σύμβουλος Πειραιά, Ν. Παπαγεωργίου, οι Αντιδήμαρχοι Πειραιά Α. Γλύκα - Χαρβαλάκου και

Δ. Καρύδης, οι εντεταλμένοι Δημ. Σύμβουλοι Αλ. Αργουδέλης, Αν. Καρακατσάνη, Τ. Καζαριάν, Γ. Βίτσας, ο Πρόεδρος ΒΕΠ Ανδ. Μιχάλαρος, ο Αντιπρόεδρος ΒΕΠ Γ. Αγγελόπουλος, ο Πρόεδρος ΓΣΕΒΕΕ Γ. Καββαθάς, οι Κοινοτικοί Σύμβουλοι Ευ. Αθανασίου και Ζ. Κεχαγιά, ο Αντιπρόεδρος ΟΑΕ και Σύμβουλος ΣΑΝΠ Πρ. Τσουκαλάς, ο Γεν. Γραμματέας ΟΑΕ και Πρόεδρος Σωματίου Αρτοποιιών Αλεξανδρούπολης Κ. Κεβρεκίδης, ο Ταμίας ΟΑΕ & Αντιπρόεδρος Σωματίου Αρτοποιιών Αιγίου Ανδ. Παπαιωάννου, οι Πρόεδροι Σωματίων Σπάρτης, Λάρισας, Κορίνθου, Μεσσηνίας, Τρικάλων, Αιγίου, Αργινίου, Βοιωτίας και Μαγνη-

σίας. Ακόμη, οι τ. Πρόεδροι ΟΑΕ & ΣΑΝΠ Ηλ. Έξαρχος, Ν. Νούσιος, ο τ. Πρόεδρος ΣΑΝΠ Γ. Καλαμπόκας, ο Πρόεδρος ΣΑΑΠΠ Χ. Μάνος, ο Πρόεδρος Σωμ. Αρτ.τ.Πρωτ. Π. Σακινίδης, ο Πρόεδρος ΗΣΠ & τ. Γεν. Γραμ. ΣΑΝΠ Δ. Λένης και μέλη του Δ.Σ του ΗΣΠ, ο Πρόεδρος ΟΒΣΠ Δ. Σαμιωτάκης και ο Γ.Γ. ΟΒΣΠ Απ. Τάπρατζης. Από τις εταιρείες παρέστησαν: Ν. Λούλης - Πρόεδρος της εταιρείας ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ ΑΕ, Δ. & Στ. Αντωνόπουλος - Δ.ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ, Δ. Δρακουλάκης - Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ, Απ. & Γ. Στεφάνου - ΣΤΕΦΑΝΟΥ CLIVANEXPORT ΑΕ, Κ. Γιαννακούρης, Ε. Γιαννακούρη, Γ. Μακόπουλος -

Κ. ΓΙΑΝΝΑΚΟΥΡΗ & ΣΙΑ ΕΕ, Ν. Μιτωνίδης & Αλ. Κοντοσώρος - ΜΙΧΑΗΛ ΑΡΑΜΠΑΤΖΗΣ ΑΒΕΕ, Διανομείς πρώτων υλών - ΝΟΒΑ Β. Νούσης, Χρ. Νούσης Γ. Παπαδόγκωνας ΚΑΙ εκπρόσωποι των εταιρειών ΑΦΟΙ ΛΑΟΥΔΗ ΑΕ, ΣΤ.ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ, ΡΟΔΟΥΛΑ ΑΕ, ΖΑΝΑΕ, ΔΕΛΤΑ, ΖΥΜΕΣ ΛΕΣΑΦΡ SEFCO ZEELANDIA, ΜΥΛΟΙ ΑΣΩΠΟΥ, ΜΥΛΟΙ ΚΕΠΕΝΟΥ, ΜΥΛΟΙ ΜΑΡΡΑ. Ο Πρόεδρος ΣΑΝΠ κ. Γ. Τσουκαλάς ευχαρίστησε από καρδιάς όλους τους συντελεστές της εκδήλωσης που χωρίς τη βοήθειά τους δε θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί η μεγάλη αυτή γιορτή στην πόλη του Πειραιά. Ξεκίνησε τις ευχαριστίες από τον συνδιορ-

γανωτή κ. Ν. Λούλη, το Δήμαρχο Πειραιά κ. Ι. Μώραλη, τον Πρόεδρο ΒΕΠ κ. Ανρ. Μιχάλαρο, την εταιρεία Στεφάνου - Clivanexport, τις εταιρείες Δ. Αντωνόπουλος ΑΒΕΕ & Δ. Δρακουλάκης ΑΒΕΤΕ, Κ. Γιαννακούρη & Σία ΕΠΕ, Μιχαήλ Αραμπατζής & Σία που πρωτοστάτησαν στο στίσιμο των περιπτέρων καθώς και στις υπόλοιπες εταιρείες που η βοήθεια τους ήταν πολύτιμη για την πραγματοποίηση της εκδήλωσης: Αφοί Λαούδη ΑΒΕΕ, Στ. Κανάκης ΑΕ, Ροδούλα ΑΕ, ΖΑΝΑΕ, Sefco Zealandia ΑΕ, Ζύμες Λεσάφρ, Κυλ/μυλοι Ι. Κατσάρη ΑΕ, ΔΕΛΤΑ, Διανομές πρώτων υλών: Β. Νούσης Χρ. Νούσης Γ. Παπαδόγκωνας.



## ΠΑΣΤΕΡΙΩΜΕΝΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΑΥΓΟΥ

### Η EUROVO ΣΑΣ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ ΑΠΟΛΥΤΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑ, ΥΓΙΕΙΝΗ, ΤΑΧΥΤΗΤΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΕΥΚΟΛΙΑ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ!

Η Ιταλική EUROVO είναι η ηγέτιδα ευρωπαϊκή εταιρεία στην παραγωγή παστεριωμένων προϊόντων αυγού μακράς διάρκειας! Έχοντας 100% καθετοποιημένη παραγωγή, που σημαίνει 8 εκατομμύρια ιδιόκτητες όρνιθες, ιδιόκτητες φάρμες για όλες τις ζωτροφές τους και 17 υπερσύγχρονα εργοστάσια σε Ιταλία, Γαλλία κ.α., η Eurovo προσφέρει πλήρως πιστοποιημένα προϊόντα τα οποία καλύπτουν τις πιο αυστηρές ευρωπαϊκές προδιαγραφές ασφαλείας τροφίμων!



#### Διαθέσιμα προϊόντα Eurovo από την Laoudis Foods:

- **ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΑΥΓΟ MIX PLUS 100**  
διάρκεια 100 ημέρες στο ψυγείο
- **ΚΡΟΚΟΣ ΑΥΓΟΥ TUORLO PLUS 100**  
διάρκεια 100 ημέρες στο ψυγείο
- **EGG GLAZING SPRAY**  
διάρκεια 120 ημέρες στο ψυγείο
- **ΑΣΠΡΑΔΙ ΑΥΓΟΥ FACILISSIMO**  
διάρκεια 6 μήνες σε ξηρό και δροσερό μέρος
- **MERINGA EVOLUTION** μίγμα μαρέγκας για διακόσμηση και κρέμες, διάρκεια 12 μήνες σε ξηρό και δροσερό μέρος
- **PATE A BOMBE** μίγμα πατ-α-μπομπ, διάρκεια 12 μήνες σε ξηρό και δροσερό μέρος



- Τα προϊόντα αυγού της Eurovo αποτελούν σταθερή επιλογή πολλών φημισμένων ευρωπαϊκών Σεφ!
- Προϊόντα ιδανικά για πολλές χρήσεις και κορυφαία αποτελέσματα σε αρτοποιία, ζαχαροπλαστική, παγωτό και horeca!
- Όχι άλλο σπάσιμο ατελειώτων αυγών! Εύχρηστες συσκευασίες, που κλείνουν μέσα τους δεκάδες πιστοποιημένα αυγά!

Αναλυτικές πληροφορίες για όλα τα προϊόντα της EUROVO θα βρείτε στην ιστοσελίδα Laoudis.gr.  
Επίσημος αντιπρόσωπος στην Ελλάδα: LAOUDIS FOODS AEBE, [www.laoudis.gr](http://www.laoudis.gr)



## ΤΑ ΠΙΟ ΓΕΥΣΤΙΚΑ ΒΟΥΤΥΡΑ,

### ΣΤΗΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΤΟΥ ΤΑΛΕΝΤΟΥ ΣΑΣ!

#### Η ΠΙΟ ΚΑΤΑΞΙΩΜΕΝΗ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΒΟΥΤΥΡΟΥ!

Από το 1935 που ιδρύθηκε, η Corman έχει αναπτύξει μια απίστευτη τεχνογνωσία στην παραγωγή βουτύρων και κρέμας γάλακτος και για το λόγο αυτό αναγνωρίζεται από όλους τους επαγγελματίες ως κορυφαία εταιρεία στον κλάδο της! Χάρη στη μοναδική συνταγή και τις προσεκτικά επιλεγμένες ύλες, με τα προϊόντα της Corman θα έχετε πάντα υπέροχη γεύση στα τελικά προϊόντα σας και σταθερή παραγωγή οποιαδήποτε εποχή του έτους! Δεν είναι άλλωστε τυχαίο ότι η Corman αποτελεί επιλογή κάθε σπουδαίου Pastry Chef!



#### Διαθέσιμα προϊόντα Corman από την Laoudis Foods:

- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA CREME AU BEURRE CONCENTRATED 99.9% ΜΕ ΒΑΝΙΛΙΝΗ** (συμπυκνωμένο βούτυρο, με βανιλίνη)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA PATISSIER CONCENTRATED 99.9% ΜΕ ΚΑΡΟΤΙΝΗ** (συμπυκνωμένο, με καροτίνη)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA PATISSIER CONCENTRATED 4/4 99,9% ΜΕ ΚΑΡΟΤΙΝΗ** (με χαμηλό σημείο τήξης)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA PUFF PASTRY & CROISANT CONCENTRATED 99.9% ΠΛΑΚΑ ΜΕ ΚΑΡΟΤΙΝΗ** (για σφολιάτες, κρουασάν κ.α.)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA M.M. PATISSIER CONCENTRATED 99.9%** (για σιροπιαστά, μπισκότα, μπριός, βάφλες κ.α.)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ LIQUID CLARIFIED CONCENTRATED 99.9%** (σε υγρή μορφή για συνταγές με λιωμένο βούτυρο)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA FONDANCE CONCENTRATED 99.9%** (ιδανικό για παγωτό, γεμίσεις σοκολάτας και γκανάζ)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ ΑΓΕΛΑΔΟΣ CAKE & BRIOCHE 82%** (για όλες τις χρήσεις ζαχ/στικής και αρτοποιίας)
- **ΒΟΥΤΥΡΟ EXTRA PUFF PASTRY & CROISANT 82% ΠΛΑΚΑ CORMAN** (για σφολιάτες, κρουασάν κ.α.)
- **PATISY MIXED FAT 99,9% CORMAN** (ανάμικτο λίπος, 75% φυτικό και 25% βούτυρο)
- **PATISY MIXED FAT ΠΛΑΚΑ CORMAN** (ανάμικτο λίπος για φυλλοποίηση, 59% φυτικό και 16% βούτυρο)
- **ΚΡΕΜΑ ΑΝΑΜΙΚΤΗ SCULPTURE 31% CORMAN** (με 31% φυτική και 69% βουτυρόγαλα)
- **ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΖΩΙΚΗ SELECTION 35% CORMAN**



Αναλυτικές πληροφορίες για όλα τα προϊόντα της CORMAN θα βρείτε στην ιστοσελίδα Laoudis.gr.  
Επίσημος αντιπρόσωπος στην Ελλάδα: LAOUDIS FOODS AEBE, [www.laoudis.gr](http://www.laoudis.gr)



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.

### ΓΙΑ ΓΝΗΣΙΟ ΙΤΑΛΙΚΟ ΠΑΝΕΤΟΝΕ

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ διευρύνει τη γκάμα προϊόντων Αρτοζαχαροπλαστικής με το ολοκαίνουργιο, εξαιρετικό Panettone Mix της ΚΟΜΠΛΕΤ, με προζύμι. Με αυτό θα δημιουργήσετε το πιο αφράτο παραδοσιακό Ιταλικό Πανετόνε, με πλούσια βουτυρένια γεύση, μαστιχωτή υφή και δυνατό άρωμα. Ιδιαίτερα ευέλικτο προϊόν με δυνατότητα για διαφοροποίηση, ανάλογα με τις γεμίσεις. Ιδανικό για μεγάλα και ατομικά πανετόνε. Το προϊόν εγγυάται γρήγορη παραγωγή, σταθερότητα στο ψήσιμο και μεγάλη διατηρησιμότητα. Κατάλληλο και για μέθοδο αργής ωρίμανσης. Διατίθεται σε σακί 10 κιλών. [www.stelioskanakis.gr](http://www.stelioskanakis.gr)



### ΣΙΡΟΠΙΑ ΠΑΓΩΤΟΥ

από την ΚΕΝFOOD

Για το παγωτό, για τη βάφλα, για την κρέπα, για τα rapscakes, για το γιαούρτι, για όπου αλλού τα φανταστείτε, τα σιρόπια της ΚΕΝFOOD είναι εδώ ώστε να δώσουν το κάτι παραπάνω στη γεύση! Σε 4 υπέροχες γεύσεις, σοκολάτα, καραμέλα, φράουλα και βύσσινο και σε φρέσκια, μοντέρνα συσκευασία, ολοκληρώνουν τις γλυκές σας δημιουργίες! [www.kenfood.com](http://www.kenfood.com)



ΝΕΑ  
ΣΙΡΟΠΙΑ  
ΠΑΓΩΤΟΥ  
ΣΕ 4  
ΓΕΥΣΕΙΣ

...ΘΑ ΚΟΛΛΗΣΕΤΕ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ!

# 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

G B  
GELATO & BAKERY EXPERTS



**DES CHAMPS**

από την ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ

Η ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ παρουσιάζει το Des Champs, ένα αλεύρι σίτου για γαλλική μπαγκέτα, με παραδοσιακή, ρουστίκ γεύση. Δίνει ένα τελικό προϊόν με υπέροχη γεύση και άρωμα προζυμιού σίκαλης, με ανοιχτόχρωμη και εξαιρετικής κυψέλωσης ψίχα και τραγανή κόρα με ωραίο, χρυσοκίτρινο χρώμα. Κατάλληλο για μπαγκέτα με 3 κοψίματα, πολύ καλή διατηρησιμότητα του τελικού προϊόντος, πηγή πρωτεϊνών, ιδανικό για γαλλική μπαγκέτα, ψωμί του τοστ, κρουασάν και ψωμάκια σάντουιτς. Συνδυάστε το με φρέσκα λαχανικά, κρέας, θαλασσινά και τυρί!  
www.loulismills.gr

**ΚΡΕΜΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑ**

από την SEFCO ZEELANDIA



Τη νέα βελουδίνη, κρύα κρέμα σοκολάτας, στιγμιαίας παρασκευής, Minuta Choco, παρουσιάζει η SEFCO ZEELANDIA, για εφαρμογές πατισερί. Χαρακτηρίζεται για την πλούσια και μεστή γεύση σοκολάτας, την ιδιαίτερη σταθερότητα και την ευελιξία στη χρήση. Είναι σταθερή στην κατάψυξη-απόψυξη, ενώ μπορεί να αφρατευτεί με κρέμα γάλακτος ή με φυτική κρέμα. Χρησιμοποιείται είτε μόνο με νερό είτε μόνο με γάλα είτε με γάλα και νερό. Διατίθεται σε σακί 12,5kg.  
www.sefcozeelandia.gr



**ΕΚΤΥΠΩΣΤΕ ΜΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΠΑΝΩ ΣΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑ**

...την επωνυμία σας, το λογότυπό σας, φωτογραφίες, σχέδια ή ότι άλλο φαντάζεστε!



Καλέστε τώρα για την παραγγελία σας!  
Τηλ.: 213 0055 754  
ή στο netsales@chocolategraphics

**PRIMO CHOCOLATE PIE (ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙΤΑ)**

από την FAMA FOOD SERVICE AE

Η εταιρεία FAMA FOOD SERVICE, μέσα από τη νέα σειρά μιγμάτων ζαχαροπλαστικής Primo Posto, προτείνει το Primo Chocolate Pie (Μίγμα για Σοκολατόπιτα). Αυθεντικό μίγμα για την παρασκευή λαχταριστής σοκολατόπιτας, με εξαιρετική γεύση σοκολάτας, υπέροχη δομή και λαμπερή εμφάνιση. Διατίθεται σε πολυτελή και πρακτική συσκευασία 2kg.  
www.fama.gr



**Des Champs**

NEO!

**ΑΛΕΥΡΙ ΣΙΤΟΥ ΓΙΑ ΓΑΛΛΙΚΗ ΜΠΑΓΚΕΤΑ**



- Παραδοσιακή γεύση και άρωμα
- Με ανοιχτόχρωμη και εξαιρετικής κυψέλωσης ψίχα
- Για τραγανή κόρα με ωραίο, χρυσοκίτρινο χρώμα
- Αποτελεί πηγή πρωτεϊνών

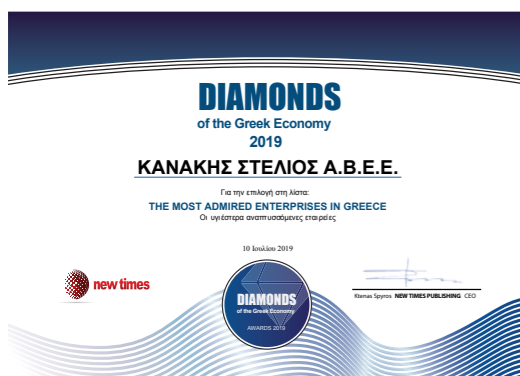


Ιδανικό για γαλλική μπαγκέτα, ψωμί του τοστ, πίτσα και ψωμάκια σάντουιτς

**Campaillette**  
• ARTISAN BOULANGER •







### ΔΙΑΜΑΝΤΙ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ 2019

για την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ βραβεύτηκε για 5η φορά στο θεσμό επιχειρηματικής αριστείας «Diamonds of the Greek Economy 2019» ως μια από τις υγιέστερα αναπτυσσόμενες εταιρείες της χώρας. Οι βραβεύσεις στηρίχθηκαν σε αυστηρή αξιολόγηση 10.000 (εκ των σημαντικότερων βάσει κύκλου εργασιών) επιχειρήσεων, σύμφωνα με πέντε οικονομικούς δείκτες. Η εκδήλωση απονομής πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα των Υπουργείων Ανάπτυξης & Επενδύσεων και Περιβάλλοντος & Ενέργειας, του ΣΕΒ και του ΣΒΕ, παρουσία εκατοντάδων επιχειρηματιών, πολιτικών και εκπροσώπων των σημαντικότερων επιχειρηματικών φορέων της χώρας.  
www.stelioskanakis.gr

### ΟΛΟΚΑΙΝΟΥΡΙΟ PANE DI CARO ΡΟΔΟΣ από την Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ



Η αγαπημένη αλυσίδα καταστημάτων "Pane Di Caro" στη Ρόδο, απέκτησε ένα ακόμη αρτοποιαείο και πάλι με την υπογραφή της Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ. Πρόκειται για ένα μοντέρνο κατάστημα, με έμφαση στις μεταλλικές κατασκευές σε συνδυασμό με την έντονη παρουσία πέτρας, τόσο στους τοίχους όσο και στις επενδύσεις των υπερσύγχρονων βιτρινών της Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ. Ξεχωρίζει το open show εργαστηρίου και η ιδιαίτερη οροφή με μέταλλο, ξύλο και λουλουδία που προσδίδει μια ξεχωριστή ζεστασιά στο κατάστημα, ενώ υπάρχει και εξωτερικό καθιστικό για να απολαύσετε τον καφέ σας.  
www.drakoulakis.gr

### ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΗΣ ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ ΣΤΟ 1° BUSINESS DAY

Το 1° Business Day για το Πανόραμα Επιχειρηματικότητας πραγματοποιήθηκε στις εγκαταστάσεις της ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ, στο Κερατσίνι. Στο Business Day η εταιρεία υποδέχτηκε 22 νέα παιδιά (τελειόφοιτους ή απόφοιτους) που αναζητούν δουλειά ή αποφασίζουν τώρα την καριέρα που θα ακολουθήσουν. Η ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ, μέσω της συμμετοχής της, στα πλαίσια της εταιρικής κοινωνικής ευθύνης, άνοιξε τις πόρτες της στους νέους, παρουσιάζοντάς τους την εταιρεία, τις δράσεις της και τα προϊόντα της. Η επιβράβευση και η αναγνώριση για όλη την προσπάθεια αποτυπώθηκε με τα θετικά σχόλια των φοιτητών, οι οποίοι συμμετείχαν.  
www.loulismills.gr



### Η KENFOOD ΑΠΕΚΤΗΣΕ INSTAGRAM ACCOUNT

Η KENFOOD δημιούργησε τη δική της σελίδα στο Instagram. Μπορείτε να την ακολουθήσετε στο [https://www.instagram.com/kenfood\\_greece/](https://www.instagram.com/kenfood_greece/) ώστε να ενημερώνεστε για τα νέα προϊόντα της εταιρείας, τις συνταγές των τεχνικών της και για πολλά άλλα, μέσα από ένα πλούσιο φωτογραφικό υλικό.  
www.kenfood.com



Με Χαμηλό Γλυκαιμικό Δείκτη



Γεύση και υγεία με τον μοναδικό συνδυασμό οκτώ σπόρων





### ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΜΗΧΑΝΗ ΓΙΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

από την **Ι. ΛΑΠΠΑΣ ΜΕΠΕ**

Η νέα SD-97SS της ANKO, είναι η ευέλικτη μηχανή, ειδικά σχεδιασμένη για μικρά εργαστήρια και καταστήματα. Επιτραπέζια, εύκολη στην εγκατάσταση, τον καθαρισμό και τη συντήρηση. Η SD-97SS είναι κατάλληλη για την παραγωγή γεμιστών προϊόντων ζαχαροπλαστικής, σοκολατάκια, μάρτσιπαν, αλμυρά εδέσματα, εθνική τρόφιμα, μπισκότα κλπ. Η γέμιση μπορεί να είναι πάστα, σκόνη, κιμάς, θρυμματισμένοι ξηροί καρποί, φράουλα, δαμάσκηνο, κρόκος αυγού, κλπ. Ανοξείδωτη κατασκευή. Βάρος προϊόντος: 15 ~ 50g. Απόδοση: 1500 ~ 3600 pcs /ώρα. [www.lappas.eu](http://www.lappas.eu)



### PRIMO POSTO OPEN DAYS

από την **FAMA FOOD SERVICE AE**

Με μία εντυπωσιακή επίδειξη στη Θεσσαλονίκη ξεκίνησε η φετινή χρονιά παρουσιάσεων για τη FAMA FOOD SERVICE. Σε μία ημέρα αφιερωμένη στη νέα σειρά μιγμάτων ζαχαροπλαστικής Primo Posto, οι σεφ της εταιρείας έδωσαν τον καλύτερο εαυτό τους και παρουσίασαν τα προϊόντα της σειράς μέσα από πρωτότυπες και κλασικές παρασκευές. Οι επαγγελματίες κατέκλυσαν το χώρο, παρακολούθησαν με μεγάλο ενδιαφέρον, ενημερώθηκαν από τους σεφ για τις ιδέες και τις παρασκευές των προϊόντων και έμειναν απόλυτα ικανοποιημένοι με το αποτέλεσμα. [www.fama.gr](http://www.fama.gr)

### TRITORDEUM - ΤΟ ΝΕΟ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΟ

από την **ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**

Οι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ παράγουν, για πρώτη φορά στην Ελλάδα, αλεύρι από tritordeum, ένα νέο μεσογειακό δημητριακό, το οποίο καλλιεργείται στην Ελλάδα και γεννήθηκε από τη διασταύρωση του σκληρού σιταριού και του άγριου κριθαριού. Έχει περισσότερο εύπεπτη γλουτένη, περισσότερη λουτεΐνη και ελαϊκό οξύ σε σύγκριση με το σιτάρι. Επιπλέον, είναι ένα πιο οικολογικό σιτηρό δεδομένου ότι χρειάζεται λίγο νερό και έχει υψηλή αντοχή, ενώ είναι 100% ιχνηλάσιμο. Τα αρτοσκευάσματα από tritordeum έχουν μοναδικά χαρακτηριστικά, όπως γλυκιά γεύση, φυσικό άρωμα και χρυσό κίτρινο χρώμα. [www.mills.gr](http://www.mills.gr)



### ΝΕΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ "ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΑΛΕΤΡΑΣ"

από την **Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ**

Σε συνέχεια της επιτυχημένης συνεργασίας της με τον κ. Σταμάτη Αλετρά, η Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ ανέλαβε και πάλι τον εξοπλισμό του νέου αρτοζαχαροπλαστείου, στη λεωφ. Βάρης - Κορωπίου. Ο εξοπλισμός έχει προσαρμοστεί στις ανάγκες προβολής και σωστής συντήρησης των προϊόντων, τα οποία παρασκευάζονται καθημερινά στο χώρο του εργαστηρίου. Για τις επενδύσεις των βιτρινών έχουν επιλεγεί τάβλες σουπδικής ζυλίας, σε φυσική απόχρωση λούστρο, μαύρος αντικέ γρανίτης και μαύρα μεταλλικά στοιχεία, τα οποία, σε συνδυασμό με τις λευκές επιφάνειες, δημιουργούν ένα παιχνίδι αντιθέσεων που δένουν αρμονικά σε ένα υπέροχο αποτέλεσμα. [www.antonopoulos.com.gr](http://www.antonopoulos.com.gr)



Αυθεντικό Σουφλέ Σοκολάτας  
όπως ακριβώς φτιάχνεται στη Γαλλία!



info@brakopoulos.gr [www.brakopoulos.gr](http://www.brakopoulos.gr)  
f/Ελληνικός Φούρνος - Μπρακόπουλος ΑΒΕΕ



...και Ελληνικός κ Φούρνος



### ΑΚΤΙΒΑΚΕΡΥ CΙΑΒΑΤΤΑ ΜΙΧ

από την ΑΚΤΙΝΑ ΑΕ

Μίγμα για την παρασκευή αυθεντικής ιταλικής Ciabatta, με συμμετοχή 10% επί του αλεύρου, με μεγάλη απορροφητικότητα σε νερό (75-80%). Δίνει τραγανή κόρα, μεγάλη κυψέλωση στην ψίχα και χαρακτηριστικό άρωμα και γεύση προζυμιού. Ιδανική για σάντουιτς, σνακ, φοκάτσια. Διατίθεται σε σακί 15kg. [www.aktinafoods.com](http://www.aktinafoods.com)

### ΔΙΑΙΡΕΤΙΚΗ ΖΥΜΗΣ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΑ

από την ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΣ Ο.Ε.



Υδραυλική διαιρετική ζύμης, από 90-650 γρ., η οποία δεν πρεσάρει και δεν αλλοιώνει την υφή του προϊόντος. Είναι ιδανική για κοπή ζύμης, με περιεκτικότητα σε υγρασία πάνω από 70%, με μεγάλη ακρίβεια βάρους, ενώ μπορεί να χρησιμοποιηθεί και ως πρέσα βουτύρου. Κατασκευασμένη εξωτερικά από ανοξείδωτο χάλυβα, διατίθεται σε διάφορες εκδόσεις διαίρεσης, με ελάχιστο και μέγιστο βάρος. [www.kourlampas.gr](http://www.kourlampas.gr)

### RED VELVET BISCUITS

από την ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΑΒΕΕΤ

Νέο προϊόν για τον ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΦΟΥΡΝΟ. Είναι μπισκότα, είναι κόκκινα και βελούδινα. Η εμφάνισή τους θα σας μαγνητίσει το βλέμμα και δε θα μπορείτε ν'αντισταθείτε. Από την πρώτη δαγκωματιά θα νιώσετε μια επανάσταση γεύσης στο στόμα σας. Ένα δυνατό παιχνίδι γεύσης μεταξύ αλμυρού και γλυκού, με ολόκληρα κομμάτια σοκολάτας, σε απόλυτη ισορροπία με κομμάτια cranberries. Δώστε ώθηση στην επιχείρησή σας με πρωταγωνιστή αυτά τα μπισκότα. [www.brakopoulos.gr](http://www.brakopoulos.gr)



### ΒΡΑΣΤΗΡΑΣ & ΠΑΣΤΕΡΙΩΤΗΣ FIXPAN

από την Α&Δ ΒΑΡΑΝΑΚΗΣ ΟΕ

Βιομηχανικό μηχάνημα εμμέσου θερμάνσεως, για το βράσιμο μεγάλων ποσοτήτων και για την παστερίωση συσκευασμένων προϊόντων, όπως βάζα των 212 ή 314 ή 580ml. Σταθερός κάδος με διπλά τοιχώματα, ιδανικό για κρέμες, μαρμελάδες, ρυζόγαλο. Για τη διαδικασία της παστερίωσης, το μηχάνημα είναι εξοπλισμένο με σένσορα μέτρησης εσωτερικής θερμοκρασίας προϊόντος και με σύστημα κυκλοφορίας νερού, για σταθερή ομοιόμορφη θερμοκρασία σε όλο τον κάδο. Η γκάμα της σειράς FIXPAN περιλαμβάνει μοντέλα ηλεκτρικά ή αερίου χωρητικότητας 100-150-220-340-480lt, θερμοκρασίας έως 110°C, με κρουνό εξαγωγής στο μπροστινό μέρος. [www.varanakis.com](http://www.varanakis.com)



## Twin Choco

Λαχταριστή, ζουμερή  
και απολαυστικά  
σοκολατένια



keepexploring.

 **Sefco Zeelandia**

T. 210 663 3663  
[www.sefcozeelandia.gr](http://www.sefcozeelandia.gr) | [f/sefcozeelandia](https://www.facebook.com/sefcozeelandia)



### ΝΕΟ ΨΩΜΙ ΜΕ ΣΠΟΡΟΥΣ ΦΑΓΟΠΥΡΟΥ

από την **KONTA AEBE**

Η KONTA AEBE σας προτείνει ένα καινοτόμο προϊόν αρτοποιίας, με υψηλής αξίας διατροφικό προφίλ, το GRANOPAN BUCKWHEAT, της κορυφαίας γερμανικής εταιρείας AGRANO. Εγγυάται τη δημιουργία πεντανόστιμων αρτοσκευασμάτων, με ανταγωνιστικά διατροφικά πλεονεκτήματα, που θα κερδίσουν τους ενημερωμένους καταναλωτές. Περιέχει καβουρδισμένους σπόρους φαγόπυρου, προζύμι, τζίντζερ και μπαχαρικά και είναι πλούσιο σε υδατάνθρακες, πρωτεΐνη και ιχνοστοιχεία. Το προϊόν φέρει πιστοποίηση clean label. Για ποικιλία μοναδικών αρτοσκευασμάτων αλλά και για σνακ, με πικάντικη γεύση και ιδιαίτερα αρωματικό χαρακτήρα. Διατίθεται σε σακί των 15 κιλών. [www.konta.gr](http://www.konta.gr)



### CRETA FOODS: 10 ΧΡΟΝΙΑ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ

από την **LAOUDIS FOODS AEBE**



Πριν λίγες μέρες συμπληρώθηκαν 10 χρόνια επιτυχημένης πορείας για τη Κρητική θυγατρική εταιρεία της Laoudis Foods, την CRETA FOODS - ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΡΗΤΗΣ ΑΕ. Στελεχωμένη από έμπειρο προσωπικό που γνωρίζει άριστα τις απαιτήσεις της τοπικής και της τουριστικής αγοράς και με την υποστήριξη της εύρωστης μητρικής, η Creta Foods είναι σε θέση να προσφέρει κορυφαία προϊόντα και υποστηρικτικές υπηρεσίες σε όλους τους ζαχ/στες, αρτοποιούς, ξενοδόχους κ.α. της Κρήτης, όπως τακτική τεχνική εκπαίδευση από Ιταλούς Pasty Chef (Οκτώβριος), το καθιερωμένο Creta Hotel Forum (Φεβρουάριος) κ.α. [www.laoudis.gr](http://www.laoudis.gr)

### FINE FOOD AUSTRALIA

από την **ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΑΒΕΕΤ**

Η εταιρεία Ελληνικός Φούρνος βρέθηκε σε μια από τις μεγαλύτερες και σπουδαιότερες εκθέσεις παγκοσμίως. Το Fine Food Australia είναι μια εμπορική έκθεση για τη βιομηχανία τροφίμων και ποτών καθώς και για τον εξοπλισμό εστίασης. Πολλοί εκθέτες, ντόπιοι αλλά και από το εξωτερικό, παρουσίασαν τα τελευταία προϊόντα για τη βιομηχανία. Η συμμετοχή του Ελληνικού Φούρνου στέφθηκε με μεγάλη επιτυχία κερδίζοντας τους ενδιαφερόμενους επισκέπτες με την παρουσία του όμορφου και ιδιαίτερα προσεγμένου περιπτέρου του αλλά και τα γευστικά και ελληνικά προϊόντα του, μεταφέροντας στη μακρινή ήπειρο το στίγμα από τις γεύσεις της Ελλάδος. [www.brakopoulos.gr](http://www.brakopoulos.gr)



### MAGIMIX RELAX

από την **LESAFFRE ΕΛΛΑΣ**

Magimix Relax, μοναδικό προϊόν με ανενεργή μαγιά για ζυμάρια εύκολα στο άνοιγμα. Ιδανικό για κουλούρι Θεσσαλονίκης, τσουρέκι, μπαγκέτα, πίτσα, φύλλο σφολιάτας. Ελαχιστοποιεί το μάζεμα του ζυμαριού, διευκολύνοντας το άνοιγμα χωρίς σκισίματα. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί με κάθε είδους αλεύρι αλλά ακόμη και με μίγματα και προμίγματα. Ένα καινοτόμο προϊόν για να κάνετε τη δουλειά σας εύκολα, χωρίς προβλήματα, κερδίζοντας χρόνο. Σε συσκευασία 10 κιλών. [www.lesaffre.gr](http://www.lesaffre.gr)

## ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΙ • ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ • ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ

### ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ ΑΡΤΟΠΟΙΪΑΣ - ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ



Φούρνοι αρτοποιίας Ταμπανωτοί-σωληνωτοί



Φούρνοι περιστροφικοί 10 - 14 - 18 λαμαρινών



Στόφα ψυγείο ταχείας καταψύξεως



Ζυγοκοπτικό αυτόματο



Πλαστική για όλα τα είδη αρτοσκευασμάτων



Ταχυζυμωτήρια



Σφολιατομηχανές ημιαυτόματες και αυτόματες



Διαιρετική στρογγυλοποικτική



Διαιρετική τετράγωνη



Διαιρετική επιτραπέζια 30τεμ. 40-130 γρ.



Μίξερ επιτραπέζιο 8 ltr.



Φρυγανιέρα επιδαπέδια



Φρυγανιέρα επιτραπέζια



Μίξερ από 8-120ltr.



Πλυντήριο σκευών



Κουλουρομηχανή παραγωγή κουλουριών, βουτημάτων, κουραμπιέ, κοκ, εκλέρ



Παγωτομηχανή Παστεριωτής



Κουλουρομηχανή για δίχρωμα και γεμιστά προϊόντα



**KOURLAMPAS**  
BAKERY PASTRY ICE CREAM MACHINES

**ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΧΡ. ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΟΕ**  
ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΙ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΩΝ-ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ  
Έδρα: Λαγορά 6, Περιστερί, Τ.Κ. 12132 Αττική  
Τηλ. 2105773177-8, Fax. 2105727253  
[www.kourlampas.gr](http://www.kourlampas.gr)



### LEGUMINA FLOURS ΑΛΕΥΡΑ ΑΠΟ ΟΣΠΡΙΑ

Τα άλευρα οσπρίων LEGUMINA παράγονται στην Ελλάδα από όσπρια ελληνικής παραγωγής.

Η καλλιέργεια των οσπρίων ακολουθεί όλους τους κανόνες της ολοκληρωμένης διαχείρισης και διαθέτει όλα τα απαιτούμενα πιστοποιητικά. Αλέθονται σε πετρόμυλο. Αποτελούν μια εναλλακτική λύση, πλούσια σε πρωτεΐνες υψηλής ποιότητας και φυτικές ίνες για την παρασκευή εμπλουτισμένων προϊόντων αρτοποιίας, προϊόντων gluten free, veggie, snacks, ζυμαρικών κ.α.

Η σειρά αλεύρων LEGUMINA διαθέτει αλεύρι ρεβιθιού, αλεύρι φακής και αλεύρι φάβας σε συσκευασίες των 20 κιλών.

### ΣΤΗ ΡΟΥΜΑΝΙΑ 12-14 ΜΑΡΤΙΟΥ 2020 Η ΕΚΘΕΣΗ GASTROPAN



Η 12<sup>η</sup> GastroPan, η μεγαλύτερη διεθνής εμπορική έκθεση για τις επιχειρήσεις αρτοποιίας, ζαχαροπλαστικής και φαγητού που διοργανώνεται στη Ρουμανία, επιστρέφει. Η έκθεση θα πραγματοποιηθεί από τις 12 έως τις 14 Μαρτίου 2020 στο Expo Arad, στην πόλη Αραντ της Ρουμανίας. Χιλιάδες φορείς, προμηθευτές, ειδικοί και επιχειρηματίες του τομέα θα έχουν την ευκαιρία να επανενωθούν κατά τη διάρκεια των τριών ημερών της έκθεσης. Η GastroPan 2020 θα παρουσιάσει τη μεγαλύτερη ποικιλία ειδών εξοπλισμού για αρτοποιεία και ζαχαροπλαστεία, πρώτων υλών, εξαρτημάτων, επαγγελματικών λύσεων κ.ά.  
[www.gastropan.ro](http://www.gastropan.ro)

### ΔΙΑΜΑΝΤΙ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ Η SEFCO ZEELANDIA

Ισχυρό παρόν έδωσε ο επιχειρηματικός κόσμος στην εκδήλωση "Diamonds of the Greek Economy" που διοργάνωσε στις 10 Ιουλίου, η New Times Publishing, για τις δυναμικότερες επιχειρήσεις από όλους τους τομείς επιχειρηματικής δραστηριότητας. Η SEFCO ZEELANDIA αναδείχθηκε για ακόμη μια φορά επιχειρηματικό διαμάντι και τιμήθηκε με τη διάκριση "The Most Admired Enterprises in Greece". Στην ομιλία του ο πρόεδρος και διευθύνων σύμβουλος, κ. Θεόδωρος Μπατής, αφιέρωσε τη διάκριση στους εργαζομένους της εταιρείας, που με πάθος και επαγγελματισμό σκέφτονται διαφορετικά σήμερα και δημιουργούν την επιτυχία του αύριο.  
[www.sefcozeelandia.gr](http://www.sefcozeelandia.gr)



### ΝΕΑ ΕΠΟΧΙΑΚΑ ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΑ DOBLA

από την LAOUDIS FOODS AEBE

Τα νέα χειμερινά και χριστουγεννιάτικα διακοσμητικά από σοκολάτα της DOBLA, όπως π.χ το εικονιζόμενο "Clock Seal", κυκλοφόρησαν και είναι άμεσα διαθέσιμα στο δίκτυο συνεργατών της LAOUDIS FOODS. Δείτε όλη τη συλλογή των εποχιακών ειδών 2019 στην ιστοσελίδα της Laoudis Foods (τομέας Κατάλογοι). Υπενθυμίζεται ότι, δίνοντας σήμερα μια παραγγελία (ελάχιστη ποσότητα 8 κιβώτια ανά κωδικό) για επιγραφές, LOGO από γευστική σοκολάτα DOBLA με την επωνυμία σας, όπως π.χ. η οβάλ επιγραφή με χρυσά γράμματα (εικόνα), θα είστε σίγουροι ότι θα την παραλάβετε σίγουρα πριν τις γιορτές!  
[www.laoudis.gr](http://www.laoudis.gr)



## ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ ΑΡΤΟΠΟΪΙΑΣ & ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ



Λ. ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ 276 ΑΓΙΟΙ ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ

ΤΗΛ.: 210 2795144, 210 2795176

FAX: 210 2795144

[www.valaris.gr](http://www.valaris.gr) • E-mail: [info@valaris.gr](mailto:info@valaris.gr)

# FAMA FOOD SERVICE

## 23 ΧΡΟΝΙΑ ΚΟΝΤΑ ΣΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΟ-ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗ

Η πολυετής εμπειρία, η τεχνογνωσία και η ευελιξία παραγωγής έχουν τοποθετήσει τη Fama Food Service χρόνια τώρα ψηλά στην προτίμηση των επαγγελματιών του χώρου. Ο Marketing Manager της εταιρείας, κ. Κωνσταντίνος Κουτσόκωστας, μιλά στον ΑΡΤΟΠΟΙΟ-ΒΑΖ για τη φιλοσοφία της FAMA Food Service, τους στόχους και τα προϊόντα της.



Πείτε μας λίγα λόγια για τη FAMA Food Service. Πώς ξεκίνησε η εταιρεία και τι είναι αυτό που την κρατά ψηλά όλα αυτά τα χρόνια;

Η FAMA Food Service ξεκίνησε τη δραστηριότητά της το 1996, προσφέροντας στους επαγγελματίες της αγοράς τροφίμων Α΄ ύλης αρτοποιίας, ζαχαροπλαστικής και παγωτού.

Αποστολή μας είναι να προσφέρουμε καθημερινά και υπεύθυνα στους πελάτες μας προϊόντα υψηλής ποιότητας και να αυξάνουμε τα μερίδιά μας σε κάθε κατηγορία προϊόντων, στην οποία δραστηριοποιούμαστε. Ταυτόχρονα, επιδιώκουμε να διατηρούμε αναλλοίωτη τη φιλοσοφία που μας διακατέχει, επενδύοντας στο υψηλό επίπεδο ποιότητας παρεχο-

μένων προϊόντων, στην πλήρη υποστήριξη και τεχνογνωσία όλων των προϊόντων και των εφαρμογών τους, στην απόλυτη ανταγωνιστικότητα τιμών προς όφελος όλων των πελατών, στην αφοσίωση για την ικανοποίηση του πελάτη, τον οποίο αντιμετωπίζουμε ως συνεργάτη, στη συνεχή έρευνα και ανάπτυξη της τεχνογνωσίας και των νέων προϊόντων, χτίζοντας με αυτόν τον τρόπο διαρκείς και ειλικρινείς σχέσεις εμπιστοσύνης - συνεργασίας και αξιοπιστίας.

Ποια είναι τα προϊόντα της εταιρείας και τι τα ξεχωρίζει από αντίστοιχα άλλων εταιρειών;

Με την ανάπτυξη που παρουσιάζει η FAMA Food Service τα τελευταία

χρόνια έχει καταφέρει να δημιουργήσει ένα χαρτοφυλάκιο προϊόντων, ικανό να καλύψει πλήρως τις ανάγκες του επαγγελματία αρτοποιού και ζαχαροπλάστη. Για εμάς, τα προϊόντα αποτελούν λύσεις και εργαλεία στα χέρια των πελατών μας, τα οποία τους βοηθούν να δημιουργούν τελικά παρασκευάσματα τα οποία προσαρμόζονται στα δεδομένα της κάθε εποχής, εξασφαλίζοντάς τους το ανταγωνιστικό πλεονέκτημα που επιθυμούμε.

Πως προσεγγίζετε τις ανάγκες του εκάστοτε πελάτη που απευθύνεται σε εσάς για να προμηθευτεί τα προϊόντα σας;

Κάθε πελάτης έχει τις δικές του ανάγκες, τον δικό του τρόπο εργασίας, τον οποίο σεβόμαστε και στον οποίο προσαρμόζομαστε απόλυτα. Με τη βοήθεια του τμήματος πωλήσεων και του τμήματος R&D (Research and Development) της FAMA Food Service στεκόμαστε δίπλα στον πελάτη, προτείνοντάς του λύσεις και ιδέες, εξειδικευμένες για τις ανάγκες της επιχείρησής του. Η ευελιξία αυτή που διαθέτουμε, μας επιτρέπει να εξατομικεύουμε την παραγωγή των προϊόντων, καλύπτοντας κάθε λύση ξεχωριστά.

Από τη μία υπάρχει το παραδοσιακό, από την άλλη οι σύγχρονες τάσεις που συνεχώς αλλάζουν και μαζί τους και οι προτιμήσεις πελατών και καταναλωτών. Εσείς πως λειτουργείτε σε αυτό το πλαίσιο;

"Με την ανάπτυξη που παρουσιάζει η FAMA Food Service τα τελευταία χρόνια έχει καταφέρει να δημιουργήσει ένα χαρτοφυλάκιο προϊόντων, ικανό να καλύψει πλήρως τις ανάγκες του επαγγελματία αρτοποιού και ζαχαροπλάστη".

Ζούμε σε μία εποχή όπου το περιβάλλον είναι άκρως δυναμικό και οι τάσεις αλλάζουν διαρκώς. Με τη βοήθεια των συνεργατών μας από το εξωτερικό και του τμήματος R&D της εταιρείας μας, στοχεύουμε στην αρμονική σύμπραξη του παραδοσιακού με το καινούριο. Το παραδοσιακό πλέον δεν θεωρείται 'ντεμοντέ', αλλά οδηγός για το μέλλον και εμείς προσπαθούμε να χτίζουμε πάνω σε αυτό.

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

Ο ανταγωνισμός μας κρατάει σε εγρήγορση και μας δίνει κίνητρο να βελτιωνόμαστε διαρκώς και να μην εφυσυχάζουμε. Άλλωστε η πορεία των τελευταίων χρόνων μας δείχνει το δρόμο για το μέλλον. Αυτή την στιγμή η FAMA Food Service, σύμφωνα με επίσημες μελέτες, είναι η πιο ταχέως αναπτυσσόμενη εταιρεία στον τομέα που δραστηριοποιούμαστε και είμαστε πολύ περήφανοι γι' αυτό, καθώς είναι αποτέλεσμα σκληρής δουλειάς και προσπάθειας.

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

Όπως γνωρίζετε, η επιτυχία της στιγμής δεν αποτελεί εγγύηση για το μέλλον και με αυτό το δεδομένο πρέπει να λειτουργούν οι επιχειρήσεις. Η εφήμερη επιτυχία δεν μπορεί να στηρίξει τη λειτουργία μίας επιχείρησης. Απεναντίας χρειάζεται πίστη, όραμα, γερές βάσεις, εκπαίδευση και ομαδικό πνεύμα. Οι εταιρείες στηρίζονται στους ανθρώπους τους και οι επιτυχημένες εταιρείες στο ανθρώπινο δυναμικό που θα νιώσει μέρος της εταιρικής κουλτούρας και της εταιρικής προόδου.

Ποια είναι η μεγαλύτερη πρόκληση για εσάς, ως εταιρεία, στην ελληνική αγορά; Έχοντας καταφέρει να ξεπεράσουμε τα δύσκολα χρόνια της κρίσης στην Ελλάδα, πλέον κοιτάμε το μέλλον με μεγαλύτερη αισιοδοξία. Η πρόκληση για εμάς στην FAMA Food Service είναι διπλή: να αυξήσουμε τα μερίδιά μας στην αγορά, αναφορικά με τις κατηγορίες προϊόντων στις οποίες δραστηριοποιούμαστε και παράλληλα να αυξήσουμε τη συνολική πύτα της αγοράς, προσφέροντας νέα προϊόντα, ιδέες και υπηρεσίες.

Ποιοι είναι οι επιχειρηματικοί στόχοι της FAMA Food Service για το μέλλον;

Στη FAMA Food Service στοχεύουμε στη συνεχή βελτίωση της ποιότητας των προσφερόμενων προϊόντων και υπηρεσιών και στην παραγωγή νέων προϊόντων σύμφωνα με τις αυξανόμενες απαιτήσεις των εποχών. Επιπλέον, επιθυμούμε να αυξάνουμε διαρκώς τα μερίδια αγοράς με ταυτόχρονη ικανοποίηση των αναγκών του καταναλωτικού κοινού, τη γρήγορη, αποδοτική και την φιλική εξυπηρέτησή του. Παράλληλα, προσπαθούμε για τη συνεχή εκπαίδευση του προσωπικού μας και τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας του.

Κλείνοντας, θα ήθελα να τονίσω ότι αν και υπάρχουν διαφορές μεταξύ B2C και B2B Μάρκετινγκ, η εμπειρία μας έχει διδάξει ότι παράλληλα είναι πολλές και οι ομοιότητες τους και γι' αυτό το λόγο στη FAMA Food Service εφαρμόζουμε σύγχρονες μεθόδους B2C Μάρκετινγκ, με σκοπό να ενεργοποιήσουμε το ενδιαφέρον των καταναλωτών προς όφελος των πελατών μας.



Πείτε μας λίγα λόγια για εσάς.

Γεννήθηκα και μεγάλωσα στα Φάρσαλα. Ακολούθως, πραγματοποίησα προπτυχιακές σπουδές στο τμήμα Οργάνωσης και Διοίκησης Επιχειρήσεων του Πανεπιστημίου Μακεδονίας στη Θεσσαλονίκη και συνέχισα με το πρόγραμμα μεταπτυχιακών σπουδών MBA (Master in Business Administration) του ίδιου Πανεπιστημίου, αποφοιτώντας με βαθμό άριστα.

Μετά το πέρας των σπουδών μου, εργάστηκα στην Coca Cola 3 Έψιλον, όπου παρέμεινα 4 χρόνια ως υπεύθυνος ανάπτυξης μεγάλων πελατών, ενώ παράλληλα ανέλαβα το Project Rebranding του προϊόντος Fruilite.

Από το έτος 2014 βρίσκομαι στην εταιρεία FAMA Food Service ως Marketing Manager, κατέχοντας παράλληλα τις θέσεις ευθύνης των τμημάτων Αγορών και Εξαγωγών.

# freshbakery.gr

φρέσκο - υγιεινό - λειτουργικό

## ΔΩΡΕΑΝ Επαγγελματικές Αγγελίες

- 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](http://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](http://www.freshbakery.gr)

Fresh  
Bakery  
ON LINE

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

Νέο Μίγμα High Protein με Όσπρια  
**nature's 5**  
Ιδανικό για ψωμί σε φέτες!



- ✓ Καινοτόμος συνδυασμός οσπρίων και δημητριακών
- ✓ Χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα
- ✓ Χαμηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά
- ✓ Διατηρείται φρέσκο

Διατίθεται σε 2 γεύσεις

- Μίγμα High Protein με Όσπρια και Σίκαλη
- Μίγμα High Protein με Όσπρια και Κουρκουμά

Συσκευασία:  
Χάρτινο σακί 25kg



**ΜΥΛΟΙ ΘΡΑΚΗΣ**  
Ι. ΟΥΖΟΥΝΟΠΟΥΛΟΣ Α.Ε.

• Αθήνα • Θεσσαλονίκη • Αλεξανδρούπολη  
• τ. 210 28 50 553 • τ. 2310 723301 • τ. 25510 26259  
email: [axdmills@thracemills.gr](mailto:axdmills@thracemills.gr) [www.myloi-thrakis.gr](http://www.myloi-thrakis.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Ταμείο  
Περιφερειακής Ανάπτυξης



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ  
ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ & ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ  
ΕΙΔΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΕΠΑ & ΤΣ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΑ/ΕΚ



ΕΠΑ/ΕΚ 2014-2020  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΤΗΤΑ  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ  
ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το παρόν προϊόν είναι αποτέλεσμα του ερευνητικού έργου ΣΙΤΩ, το οποίο υλοποιείται στο πλαίσιο της Δράσης ΕΡΕΥΝΑ - ΔΗΜΙΟΥΡΓΟ - ΚΑΙΝΟΤΟΜΟ και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΠΑ) της Ευρωπαϊκής Ένωσης και εθνικούς πόρους μέσω του Ε.Π. Ανταγωνιστικότητα, Επιχειρηματικότητα & Καινοτομία (ΕΠΙ/ΕΚ) (κωδικός έργου: Τ1ΕΔΚ-01669)

# ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ Με αλεύρα από οσπρία

ΠΡΕ ΑΥΤΑ ΕΜΠΛΟΥΤΙΖΟΥΝ ΤΟ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ ΜΑΣ ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΟ

Τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει σημαντικές προσπάθειες στη βελτίωση της διατροφής του ανθρώπου, μέσω της αντικατάστασης προϊόντων σίτου από προϊόντα παρασκευασμένα από άλευρα ψευδοδημητριακών, οσπρίων, ψυχανθών και άλλα. Τα όσπρια κατέχουν μία σημαντική θέση στις παραδοσιακές διατροφικές συνήθειες του ανθρώπου σε όλο τον κόσμο και σε πολλές περιπτώσεις οι πρωτεΐνες τους χρησιμεύουν ως απαραίτητο συμπλήρωμα στη καθημερινή διατροφή πολλών ανθρώπων.

Τα τελευταία χρόνια, έχουν μελετηθεί ως πιθανές πηγές πρωτεϊνών τα σπέρματα οσπρίων όπως το αποξηραμένο μπιζέλι (*Pisum sativum*), το αποξηραμένο κουκί (*Vicia faba*), το αποξηραμένο φασόλι (*Phaseolus vulgaris*), η φακή (*Lens culinaris*) το ρεβίθι (*Cicer arietinum*) και άλλα. Ενδεικτικά παρουσιάζονται μερικά στοιχεία αναφορικά με τη σύσταση και τη διατροφική αξία των αποξηραμένων σπερμάτων του ρεβιθίου και της φακής.

## Το ρεβίθι (*Cicer arietinum* L.)

Το ρεβίθι ανήκει στην οικογένεια Leguminosae. Θεωρείται τροφή με μεγάλη θρεπτική αξία, λόγω της υψηλής περιεκτικότητας των σπερμάτων του σε υδατάνθρακες, πρωτεΐνες και διαιτητικές ίνες, ενώ η περιεκτικότητά του σε λίπος και αντιδιατροφικούς παράγοντες είναι σχετικά χαμηλή. Η θερμιδική του αξία ανέρχεται σε 1661 kJ/100 g. Τα σπέρματα του ρεβιθίου περιέχουν 18-25 % πρωτεΐνη, 3,3-6,7 % λίπος, 37-50

% άμυλο, 2,7-12,7 % διαιτητικές ίνες (κυτταρίνη, ημικυτταρίνες, λιγνίνη, κ.α), 4,8-9 % σάκχαρα και, τέλος, 2,2-3,7 % ανόργανα συστατικά. Οι τιμές αυτές ποικίλουν ανάλογα με την ποικιλία, τις κλιματολογικές συνθήκες, το βαθμό ωρίμανσης των σπερμάτων και τη μέθοδο που εφαρμόζεται για τον προσδιορισμό των επιμέρους συστατικών. Το ρεβίθι έχει υψηλή περιεκτικότητα σε Κ, Να, Ρ, Ca και ιχνοστοιχεία Fe, Cu, Zn, Mn, και μπορεί να αποτελέσει πηγή πρόσληψής τους σε επαρκείς ποσότητες, σύμφωνα με την συνιστώμενη ημερήσια δόση RDA (recommended dietary allowance) (NRC, 1980). Το κλάσμα των λιπιδίων του ρεβιθίου είναι πλούσιο σε ακόρεστα λιπαρά οξέα. Συγκεκριμένα, η σύστασή του σε αυτά είναι: 42 % ελαϊκό οξύ, 43,6 % λινελαϊκό οξύ, 1,8 % λινολενικό οξύ, 9,4 % παλμικό οξύ και 1,5 % στεατικό οξύ. Το ρεβίθι είναι πλούσιο σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β (ριβοφλαβίνη Β2, θειαμίνη Β1, νιασίνη και πυριδοξίνη Β6). Η περιεκτικότητα

των σπερμάτων στις βιταμίνες αυτές είναι, αντιστοίχως, 173, 453, 1.603 και 466 μg/100g. Επίσης, το ρεβίθι αποτελεί καλή πηγή φυλικού οξέος, Β9. Η πρωτεΐνη του ρεβιθίου είναι πλούσια σε απαραίτητα αμινοξέα όπως φαίνεται στον πίνακα 1.

Έχει αναφερθεί ότι η συχνή πρόσληψη οσπρίων, σε συνδυασμό με μία δίαιτα χαμηλή σε κορεσμένα λιπαρά, μπορεί να βοηθήσει στον έλεγχο της ομοιόστασης των λιπιδίων και, κατά συνέπεια, στη μείωση του κινδύνου της εμφάνισης καρδιαγγειακών παθήσεων. Οι κυριότεροι παράγοντες που είναι υπεύθυνοι για αυτό είναι η υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες, ο χαμηλός γλυκαιμικός δείκτης (ένας από τους χαμηλότερους μεταξύ των τροφών που είναι πλούσιες σε υδατάνθρακες, κυρίως λόγω του υψηλού σχετικά ποσοστού αμυλόζης στα άμυλα των οσπρίων), η μεγάλη περιεκτικότητα σε ακόρεστα λιπαρά οξέα και η παρουσία κάποιων ψόνων συστατικών, όπως οι φυτοστερόλες, οι σα-

Πίνακας 1: Σύσταση σε αμινοξέα των πρωτεϊνών του ρεβιθίου σύμφωνα με βιβλιογραφικά δεδομένα και του προτύπου του FAO (Alajaji & El-Adawy, 2006)

Αμινοξύ	g/16g N	FAO, 1973
Ισολευκίνη	4.1	4
Λευκίνη	7.0	7
Λυσίνη	7.7	5.5
Κυστεΐνη	1.3	
Μεθειονίνη	1.6	
Ολικά θειούχα	2.9	3.5
Τυροσίνη	3.7	
Φανυλαλανίνη	5.9	
Ολικά αρωματικά αμινοξέα	9.6	6
Θρεονίνη	3.6	4
Θρυποφάνη	1.1	1
Βαλίνη	3.6	5
Ολικά απαραίτητα αμινοξέα	39.6	36
Ιστιδίνη	3.4	
Αργινίνη	10.3	
Ασπαραγινικό οξύ	11.4	
Γλουταμινικό οξύ	17.3	
Σερίνη	4.9	
Προλίνη	4.6	
Γλυκίνη	4.1	
Αλανίνη	4.4	
Ολικά μη-απαραίτητα αμινοξέα	60.4	

πωνίνες, οι ολιγοσακχαρίτες, κτλ. Ο χαμηλός γλυκαιμικός δείκτης φαίνεται να συμβάλλει στον έλεγχο των επιπέδων της γλυκόζης στους διαβητικούς. Επίσης, οι φυτικές ίνες μπορούν να συντελέσουν στη μείωση της επαναπορρόφησης της χοληστερόλης από το παχύ έντερο, μειώνοντας τον κίνδυνο για την εμφάνιση καρκίνου του παχέος εντέρου. Τα όσπρια μπορούν, επίσης, να βοηθήσουν στη διατήρηση του σωματικού βάρους, λόγω του αισθήματος κορεσμού που δημιουργούν. Οι λεκτίνες, οι αναστολείς πρωτεασών και τα άλατα του φυτικού οξέος, που κατά κύριο λόγο θεωρούνται αντιδιατροφικοί παράγοντες, έχει αναφερθεί ότι σε χαμηλές συγκεντρώσεις είναι δυνατό να έχουν βιολογική δράση με ευεργετικές για τον οργανισμό ιδιότητες - μεταξύ άλλων και αντικαρκινική δράση.

## Φακή

Η φακή (*Lens culinaris* Medik) είναι ψυχανθές φυτό και αποτελεί ίσως το πρώτο καλλιεργούμενο φυτό, γνωστό από την αρχαιότητα εξαιτίας της υψηλής θρεπτικής του αξίας. Η φακή είναι ένα εξαιρετικά θρεπτικό και πλούσιο σε πρωτεΐνες τρόφιμο. Ο σπόρος της φακής περιέχει περίπου 25% πρωτεΐνη, 56% υδατάνθρακες και 1,0% λίπος. Οι φακές θεωρούνται ένα από τα πιο θρεπτικά όσπρια και παρέχουν σχετικά υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνες και αμινοξέα όπως ισολευκίνη και λυσίνη. Οι φακές περιέχουν επίσης φυτικές ίνες, φυλικό οξύ, βιταμίνες και μέταλλα όπως φαίνεται στον πίνακα 2.

Πίνακας 2: Περιεκτικότητα βιταμινών μετάλλων και ιχνοστοιχείων ανά 100 g. Φακής

Βιταμίνη/Μέταλλο	Ποσότητα
Θειαμίνη (vit B1)	0,87 mg
Ριβοφλαβίνη (B vit 2)	0,211 mg
Νιασίνη (vit B3)	2,605 mg
Παντοθενικό οξύ (B5)	2,120 mg
Βιταμίνη Β6	0,54 mg
Φυλικό οξύ	479 mg
Βιταμίνη C	4,4 mg
Ασβέστιο	56 mg
Σίδηρος	7,54 mg
Μαγνήσιο	122 mg
Φώσφορος	451 mg
Κάλιο	955 mg
Νάτριο	6 mg
Ψευδάργυρος	4,78 mg

Οι κόκκινες (ή ροζ) φακές, περιέχουν μικρότερη συγκέντρωση ινών από τις πράσινες φακές (11% αντί 31%). Περιέχουν χαμηλά επίπεδα εύπεπτου αμύλου (Readily Digestible Starch (RDS)) 5% και υψηλά επίπεδα αργού αφομοιωμένου αμύλων (Slowly Digested Starch (SDS)) 30%. Το υπόλοιπο 65% του αμύλου είναι ένα ανθεκτικό άμυλο που κατατάσσεται ως RS1, είναι ένα υψηλής ποιότητας ανθεκτικό άμυλο, το οποίο περιέχει 32% αμυλόζη.

Οι φακές έχουν επίσης κάποιους αντιδιαβητικούς παράγοντες, όπως τους αναστολείς της θρυψίνης και το σχετικά υψηλό περιεχόμενο σε άλατα φυτικού οξέος. Η θρυψίνη είναι ένα ένζυμο που εμπλέκεται στην πέψη και μειώνει τη διαθεσιμότητα των αμινοξέων. Επίσης τα άλατα του φυτικού οξέος μειώνουν τη βιοδιαθεσιμότητα των μετάλλων. Οι φακές περιέχουν επιπλέον συμπεκνωμένες τανίνες σε ποσότητες (490 rag / g).

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Alajaji, S.A. & El-Adawy, T.A. (2006). Nutritional composition of chickpea (*Cicer arietinum* L.) as affected by microwave cooking and other traditional cooking methods. *Journal of Food Composition & Analysis*, 19 (8), 806-812.  
Augustin, J. & Klein, B.(1992). Nutrient Composition of Raw, Cooked, Canned and Sprouted Legumes. In: Ruth H. Matthews (Ed), *Legumes Chemistry, Technology and Human Nutrition* (pp.187-217). New York: Marcel Dekker INC  
Carbonaro, M., Virgli, F. & Carnovale, E. (1996). Evidence for protein-Tannin Interaction in legume: Implications in the antioxidant properties of faba bean tannins, *Lebensmittel Wissenschaft und Technologie (FST)*, 29, 743-750.  
Kaur, M. & Singh, N. (2005). Studies on functional, thermal, and pasting properties of flours from different chickpea (*Cicer arietinum* L.) cultivars. *Food Chemistry*, 91(3), 403-411.



ΕΥΑ ΚΟΥΝΤΟΥΡΗ  
Τεχνολόγος Τροφίμων



# { *freshbakery.gr*

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

**νέο ανανεωμένο site**



## Η αρτοποιία και η αρτοζαχαροπλαστική περνάνε σε νέα εποχή!

Το freshbakery ανανεώθηκε και γίνεται το απαραίτητο εργαλείο σου. Μπες και δες! 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”

**ΓΛΥΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ**



**fresh  
pastry**



## ΤΕΛΕΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ, ΧΩΡΙΣ ΣΥΜΒΙΒΑΣΜΟΥΣ BAKERTOP MIND.MAPS PLUS

Οι φούρνοι BAKERTOP MIND.Maps™ PLUS είναι το αποκορύφωμα των χρόνων έρευνας και της εμπειρίας της UNOX που δουλεύουν μαζί με τους πιο απαιτητικούς Master Bakers και Pastry Chefs, καθώς αναλαμβάνουν την καθημερινή πρόκληση να ζωντανέψουν τις δημιουργίες τους! Είναι σχεδιασμένοι για να είναι εύκολοι στη χρήση και να εγγυώνται κορυφαία απόδοση σε όλες τις συνθήκες εργασίας. Χρησιμοποιούν τις πιο σύγχρονες έξυπνες τεχνολογίες για να δώσουν πραγματική υποστήριξη στη δουλειά σας και να προσαρμοστούν σε όλα τα στυλ αρτοποιείου ή ζαχαροπλαστείου, όποιο κι αν είναι το δικό σας.

### ΚΑΙΝΟΤΟΜΟ, ΑΛΛΑ ΑΠΛΟ: ΕΙΝΑΙ Ο ΝΕΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΜΕΤΑΞΥ ΕΣΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΣΑΣ

Πάνελ ελέγχου με οθόνη αφής 9,5 ιντσών τόσο εύκολο στην χρήση του όσο και το smartphone σας!

- Δημιουργήστε το δικό σας πρόγραμμα ή σχεδιάστε το δευτερόλεπτο προς δευτερόλεπτο.
- Χρησιμοποιήστε μία από τις προεγκατεστημένες συνταγές της Unox.
- Ψήστε έως και 10 διαφορετικά προϊόντα θέτοντας στο κάθε ένα το δικό του χρονόμετρο.
- Κάντε την μαεστρία σας επαναλαμβανόμενη: αποθηκεύστε τις δικές σας συνταγές/διαδικασίες ψησίματος μετατρέποντάς τις έτσι σε μια κληρονομιά εμπειρίας.
- Επιλέξτε την ροή του αέρα: βεντιλατέρ 4 ταχύτητων + 4 ημιστατικό τρόπο ψησίματος, σας επιτρέπουν να ψήσετε ψωμί, κέικ, γλυκά, αλμυρά αρτοσκευάσματα, απαλό ψήσιμο, αφυδάτωση και παστερίωση.

### ADAPTIVE.COOKING™: Ο ΕΞΥΠΝΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

Η πατενταρισμένη τεχνολογία ADAPTIVE.Cooking™ μετατρέπει τον φούρνο σας σε ένα έξυπνο εργαλείο. Κατανοεί τα αποτελέσματα που έχετε στο μυαλό σας, ερμηνεύει τις ρυθμίσεις που έχετε θέσει, καταγράφει τις μεταβολές της υγρασίας και της θερμοκρασίας, αντιλαμβάνεται την ποσότητα των τροφίμων που είναι στον θάλαμο ψησίματος και βελτιστοποιεί την διαδικασία ψησίματος προσαρμόζοντας αυτόματα τις ρυθμίσεις σας. Τέλειο αποτέλεσμα. Ακριβώς όπως το είχατε φανταστεί.

### CLIMALUX™: ΠΛΗΡΗΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΥΓΡΑΣΙΑΣ

Η πραγματική υγρασία που υπάρχει μέσα στον θάλαμο ψησίματος είναι το σύνολο της υγρασίας που παράγεται από τον φούρνο και αυτή που παράγεται από την εξάτμιση του νερού που υπάρχει στο προϊόν. Μέσω της ευφυούς τεχνολογίας CLIMALUX™, πραγματοποιείται ακριβής μέτρηση της αποτελεσματικής υγρασίας στο εσωτερικό του φούρνου, για να διασφαλιστεί ότι οι συνθήκες ψησίματος συμφωνούν με τις επιλεγμένες ρυθμίσεις σας.

### STEAM.BOOST: ΕΚΡΗΞΗ ΑΤΜΟΥ

Το φρέσκο ψωμί και οι φρέσκιες ζύμες απαιτούν εξαιρετικά μεγάλη ποσότητα ατμού από τις πρώτες στιγμές ψησίματος, και κάθε γραμμάριο νερού μετράει! Το σύστημα Steam.BOOST επιτρέπει στον φούρνο σας να παράγει, εάν απαιτείται, 50% περισσότερο ατμό κατά τα πρώτα κρίσιμα λεπτά της διαδικασίας ψησίματος.



### AUTO.SOFT: ΕΥΓΕΝΙΚΟ

Μετά την προθέρμανση του φούρνου, μία απότομη αύξηση της θερμοκρασίας θα θέσει σε κίνδυνο την ομοιομορφία του συνολικού αποτελέσματος ή μπορεί ακόμα και να καταστρέψει τα ευαίσθητα προϊόντα της ζαχαροπλαστικής όπως είναι οι μαρέγκες. Η λειτουργία AUTO.Soft ρυθμίζει αυτόματα την ήπια & γλυκιά αύξηση της θερμοκρασίας, εξασφαλίζοντας βέλτιστη και ομοιόμορφη κατανομή της θερμότητας σε όλο τον θάλαμο ψησίματος και σε κάθε ένα ταψί.



MIND Maps™



## Βιομηχανικοί φούρνοι combi ζαχαροπλαστικής

BAKERTOP MIND.Maps BIG™

Η ιδέα στο μυαλό σου,  
η λύση στα χέρια σου!



Παρακολουθήστε τα βίντεο για την λειτουργία των φούρνων στο VaranakisTV



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



## ΤΑΡΤΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

Μια μοναδική σοκολατένια πρόταση με βάση Soft Cookie & μια λαχταριστή στρώση Souffle μέσα στο οποίο υπάρχει καρδιά πλούσιας σοκολάτας που ρέει με το βύθισμα του κουταλιού.



### ΒΑΣΗ ΤΑΡΤΑΣ

Τοποθετούμε τα υλικά στο μπολ του μίξερ και χτυπάμε στο φτερό για 2-3 λεπτά στην 1η ταχύτητα μέχρι να έχουμε μια μαλακή ζύμη.

Έπειτα χωρίζουμε τη ζύμη σε 3 ίσα μέρη, 270 gr το καθένα. Απλώνουμε τη ζύμη σε λαμαρίνα όπου έχουμε τοποθετήσει 3 τσέρκια 18 cm το καθένα. Ψήνουμε για 12 λεπτά στους 170°C.

### ΥΛΙΚΑ

#### ΓΙΑ ΒΑΣΗ ΤΑΡΤΑΣ

500 γρ. Μίγμα για Cookies (κωδ. 8094)  
175 γρ. Μαργαρίνη ΑΚΤΙΛUX (κωδ. 3500)  
75 γρ. Γλυκόζη  
55 γρ. Αυγό  
25 γρ. Νερό

### ΓΕΜΙΣΗ ΤΑΡΤΑΣ

Σε ένα μπωλ προσθέτουμε το καυτό νερό, στη συνέχεια την κουβερτούρα υγείας ΑΚΤΙΝΑ που έχουμε κόψει σε μικρά κομμάτια. Ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει και προσθέτουμε το ηλιέλαιο. Στη συνέχεια προσθέτουμε το μίγμα, ανακατεύουμε με τον αυγοδάρτη μέχρι να έχουμε ένα λείο και ομοιογενές μίγμα. Μοιράζουμε το μίγμα στα τσέρκια, που έχουμε ψήσει τη βάση τάρτας και το ψήνουμε σε αερόθερμο φούρνο στους 180°C για περίπου 15 λεπτά. Όταν κρυσώσουν ξεφορμάρουμε και επικαλύπτουμε με glacage σοκολάτας.

### ΥΛΙΚΑ

#### ΓΙΑ ΓΕΜΙΣΗ ΤΑΡΤΑΣ

500 γρ. Μίγμα για Souffle (κωδ.9017)  
300 γρ. Νερό  
175 γρ. Ηλιέλαιο / άοσμο σπορέλαιο  
200 γρ. Κουβερτούρα ΑΚΤΙΝΑ (κωδ. 6076)

\*Εναλλακτικά μπορούμε να προσθέσουμε στις τάρτες πριν ψήσουμε, Black Sour Cherry ή Ρίπλα Φρούτα του Δάσους, για να δώσουμε μια φρουτένια νότα στο γλυκό μας.

# Glacage<sup>👑</sup>

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



MADE BY SHARE LTD

### AKTINA A.E.

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

### FOLLOW US





## ΑΝΑΚΑΛΥΨΤΕ ΤΗ ΜΕΓΑΛΗ ΓΚΑΜΑ ΣΕ ΜΙΓΜΑΤΑ ΚΕΪΚ ΤΗΣ FAMA FOOD SERVICE

Η εταιρεία FAMA Food Service βρίσκεται πάντα δίπλα στους επαγγελματίες, προσφέροντας προϊόντα υψηλής ποιότητας. Γνωρίζοντας ότι το κέικ παραμένει στην κορυφή των προτιμήσεων, η FAMA Food Service έχει επενδύσει στο κέικ παράγοντας διαφορετικά μίγματα, πρωτοπορώντας με παραδοσιακές και ιδιαίτερες γεύσεις. Επιλέξτε μέσα από 9 διαφορετικές επιλογές: εσπεριδοειδή, βανίλια, κακάο, σοκολάτα, ρόδι, καραμέλα γάλακτος, φουντούκι, τζίντζερ και μέλι.



### CARAMEL PASSION

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

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. Έπειτα, καθαρίζουμε τα τοιχώματα του κάδου με μια σπάτουλα και χτυπάμε στη μεσαία ταχύτητα για 4-5 λεπτά. Τέλος, τοποθετούμε τη ζύμη σε φόρμες και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160-170°C για περίπου 35-45 λεπτά.

#### ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ

Κόβουμε κύβους από το κέικ που έχουμε ετοιμάσει και ψήνουμε στο φούρνο να ροδίσουν ελαφρώς. Στη συνέχεια, παίρνουμε το κέικ που έχουμε ψήσει σε μια λαμαρίνα και το κόβουμε σε φέτες, διαμέτρου 15x10x2 εκ. Έπειτα, τοποθετούμε επάνω στο κέικ επικάλυψη σοκολάτας καραμέλας Crema Sacher Caramel της Norte Eugoaso, με τη βοήθεια σακούλας με οδοντωτό κορνέ. Τέλος, βάζουμε στην κορυφή τους κύβους από το κέικ και κάνουμε ντεκόρ με την ίδια επικάλυψη σε γραμμές και σκαλιέτα FAMA λευκή και μαύρη.

#### ΥΛΙΚΑ

1000 γρ. Primo Toffee  
Caramel Cake (μίγμα για κέικ καραμέλα γάλακτος)  
280 γρ. λάδι FAMA Fritto  
460 γρ. νερό

### SWEET HAZELNUT

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

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 φόρμες και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C για περίπου 25-30 λεπτά.

#### ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ

Παίρνουμε τα μικρά κέικ που έχουμε ψήσει μέσα σε φόρμες σιλικόνης και τα κόβουμε σε τρεις φέτες οριζόντια με τη βοήθεια σακούλας με οδοντωτό κορνέ. Στη συνέχεια, τοποθετούμε την πραλίνα Nocciola Vela της Norte Eugoaso ανάμεσα στις φέτες. Τέλος, ντεκοράρουμε με μία ροζέτα της ίδιας πραλίνας και τριμμένο ψημένο φουντούκι στην κορυφή.

#### ΥΛΙΚΑ

1000 γρ. Primo Hazelnut  
Cake (μίγμα για κέικ φουντουκιού)  
270 γρ. λάδι FAMA Fritto  
500 γρ. νερό



## ΟΙ 9 ΑΠΟΧΡΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΕΪΚ



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. Ανω 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

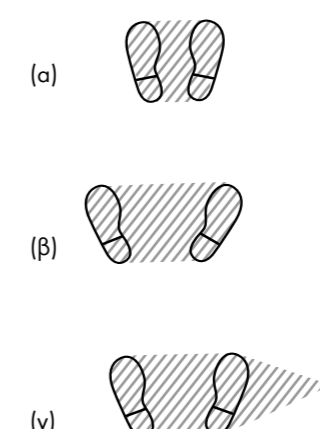
✉ info@fama.gr 🌐 http://www.fama.gr 📱 /famafoodservice 📷 famafoodservice 📺 /company/fama-food-service-sa/

# Γλιστρήματα, εκοπήματα, παραπατηματα & πτώσεις

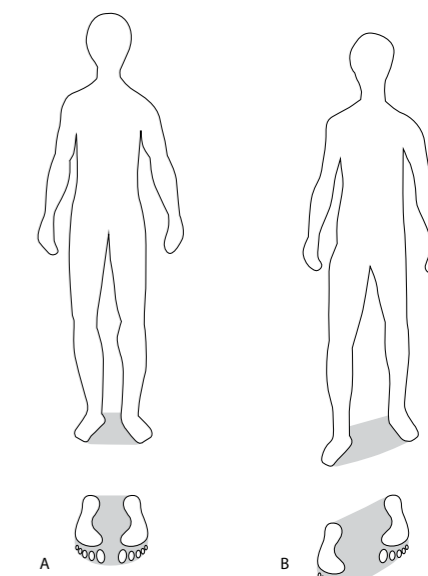
(εάν περξεεις ποτε δεν ξέρεις  
αή και εε ποια κατασταση θα εηκθεις)



Σχήμα 1



Σχήμα 2



Σχήμα 3 (πηγή: physio-pedia.com)

Οι έρευνες δείχνουν ότι οι πτώσεις στο ίδιο επίπεδο είναι παγκοσμίως η συχνότερη αιτία ατυχημάτων. Εμείς, ως εργαζόμενοι, κάνουμε ό,τι μπορούμε για να αποδείξουμε ότι έτσι είναι τελικά. Όλοι μας είχαμε την εμπειρία της πτώσης στην καθημερινότητά μας και κάποιοι ίσως πληρώσαμε υψηλό αντίτιμο. Οι κίνδυνοι που μπορεί να προκαλέσουν την απώλεια της ισορροπίας μας κρύβονται στα πιο απίθανα μέρη ειδικά στο επάγγελμα του αρτοποιού.

## Ο ... ανισόρροπος άνθρωπος

Όπως αναφέραμε στο προηγούμενο άρθρο, η γνώση είναι δύναμη. Είναι σημαντικό λοιπόν να εξετάσουμε αρχικά γιατί ο άνθρωπος πέφτει και μάλιστα με ιδιαίτερη ευκολία. Αυτό λοιπόν οφείλεται στον τρόπο κατασκευής του σώματος το οποίο εξελίχθηκε με τέτοιο τρόπο ώστε να στηρίζεται και να μετακινείται με τα δύο κάτω του άκρα, τα πόδια. Άλλωστε, σύμφωνα με την επικρατέστερη άποψη η λέξη «άνθρωπος» σημαίνει αυτός που κοιτάει προς τα πάνω. Αυτό προσέφερε ένα σημαντικό πλεονέκτημα που βοήθησε στην επιβίωση του είδους σε μία εποχή που κινδύνευε με εξαφάνιση.

Όμως το γεγονός ότι στηριζόμαστε στα δύο πόδια, δημιουργεί και πολλά προβλήματα γιατί η βάση στήριξής μας είναι πολύ μικρή περιοριζόμενη ανάμεσα στα πόδια μας. Ο άνθρωπος πέφτει όταν το κέντρο βάρους του σώματός του, που βρίσκεται στη σπονδυλική στήλη στην περιοχή της μέσης του (σχήμα 1), φύγει έξω από τη βάση στήριξης που ορίζουν τα πόδια του, όπως φαίνεται στο παρακάτω σχήμα 2γ. Από την άλλη μπορούμε να βελτιώσουμε την ευστάθειά μας δημιουργώντας μεγαλύτερη βάση στήριξης όπως φαίνεται στα σχήματα 2α και β. Ακόμη καλύτερη ισορροπία έχουμε όταν τα πόδια μας είναι τοποθετημένα διαγώνια (σχήματα 3α και β).

Αυτά όμως ισχύουν όταν ο άνθρωπος είναι ακίνητος. Όταν ο άνθρωπος κινείται τότε είναι πιο ευάλωτος γιατί ένα μεγάλο μέρος του χρόνου βόδισης γίνεται μόνο με το ένα πόδι στο έδαφος ενώ το άλλο είναι στον αέρα.

## Ο ... ισόρροπος άνθρωπος

Άρα ο μόνος τρόπος να μην πέσουμε είναι να υιοθετήσουμε τη στάση των πολεμικών τεχνών; Όχι βέβαια! Απλά πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι ο άνθρωπος πέφτει... εκ κατασκευής, άρα είναι πολύ ευάλωτος συνεπώς πρέπει να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί σε όλη τη διάρκεια της ημέρας.

## Οι κίνδυνοι γλιστρήματος στο επάγγελμα του αρτοποιού

Μία πηγή κινδύνου πτώσης είναι τα ολισθηρά δάπεδα. Τα δάπεδα είναι το εργαλείο το οποίο χρησιμοποιούμε συχνότερα στη δουλειά μας από οτιδήποτε άλλο.

Για να μπορέσουμε να περπατήσουμε ή ακόμη και να σταθούμε σε ένα δάπεδο πρέπει να υπάρχει μία παράμετρος που λέγεται «τριβή». Όσο πιο λεία είναι η επιφάνεια στην οποία κινούμαστε τόσο πιο εύκολο είναι να γλιστρήσουμε και να πέσουμε γιατί απουσιάζει η τριβή μεταξύ των παπουτσιών μας και του δαπέδου. Στο επάγγελμα του αρτοποιού απαιτείται, για λόγους ασφάλειας τροφίμων, τα δάπεδα να είναι κατά το δυνατόν λεία και συνεχή ώστε να μη συγκεντρώνουν πιθανότητα επιμόλυνσης των αρτοσκευασμάτων. Όμως αυτά ακριβώς τα δάπεδα είναι πολύ ολισθηρά και γίνονται ακόμη πιο επικίνδυνα όταν επάνω τους χυθεί νερό από πλυσίματα, λάδι αλλά και κάτι ακόμη πιο χαρακτηριστικό: σκόνη από αλεύρι ή ζάχαρη.

## Τα μέτρα

Όταν εργαζόμαστε λοιπόν σε αυτούς τους χώρους (π.χ. σε ένα παρασκευαστήριο) ακολουθήστε τους εξής απλούς κανόνες:

- Μόλις μπαίνετε σε ένα χώρο κοιτάξτε το δάπεδο και την κατάστασή του.
- Αν μπορείτε να αλλάξετε την κατάσταση του δαπέδου (π.χ. με καθαριότητα) κάντε το άμεσα. Ποτέ μην αφήνετε ένα δάπεδο με ολισθηρά υλικά ακαθάριστο, δεν είναι μόνο θέμα υγιεινής, αλλά και θέμα ασφάλειας δική σας και των συναδέλφων σας.
- Εάν είστε «φορτωμένοι» αφήστε καλύτερα αυτό που κρατάτε και δοκιμάστε την ολισθηρότητά του.
- Εάν σας φαίνεται ολισθηρό μην προχωρήσετε φορτωμένοι, αυτή είναι συνταγή για σίγουρο ατύχημα.
- Φροντίστε να φοράτε πάντα τα πλέον αντιολισθητικά υποδήματα που επιτρέπεται και να τα καθαρίζετε τακτικά από τα ολισθηρά υλικά και το νερό.
- Ποτέ μην τρέχετε και μην κάνετε απότομες κινήσεις γιατί συνήθως το

σώμα δεν ανταποκρίνεται άμεσα και ο κίνδυνος πτώσης αυξάνει.

- Εάν χάσετε την ισορροπία σας προστατεύστε το κεφάλι σας και προσπαθήστε να μην κάνετε απότομη κίνηση με τη μέση σας. Εάν κρατάτε κάτι αφήστε το ακόμη και εάν είναι μία γαμψία τούρτα που κάνετε μία ημέρα να την παρασκευάσετε.

Η συνέχεια στο επόμενο τεύχος

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

XII.

# Expo<sup>®</sup> GastroPan<sup>®</sup>

BAKERY | CONFECTIONERY | FOOD SERVICE

12-14 March 2020

Arad | Romania

The greatest  
International Exhibition  
of Technologies  
and Solutions for the

Bakery  
Pastry  
Confectionery  
HoReCa

Industries in  
Southeastern Europe

[WWW.GASTROPAN.RO](http://WWW.GASTROPAN.RO)  
info@gastropan.ro  
+40 733 313 042

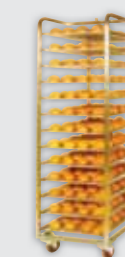
Αρτοκλίβανοι MERCEDOR - Κυκλοθερμικοί αρτοκλίβανοι, Πετρελαίου, Αερίου, Ηλεκτρικοί



Dough, Baking & Beyond



Revent



Αερόθερμος περιστροφικός κλίβανος σουπίδικής κατασκευής τεσσάρων, καροτσιών, 50 x 70, 60 x 80, 60x100 cm, 1 - 4 καροτσιών



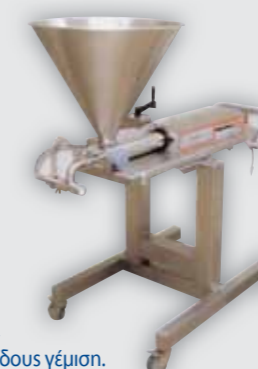
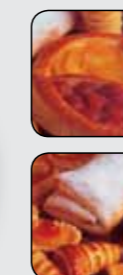
Τελαρωτοί, αερόθερμοι. Ιδανική λύση για αρτοποιεία, ζαχαροπλαστέια, catering.  
Φουρνάκια ηλεκτρικά ή αερίου



WIESHEU  
EINFACH BESSER

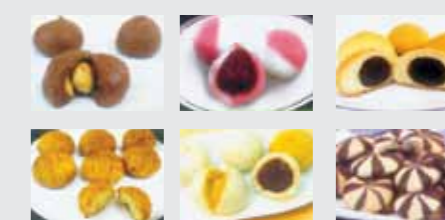


Αυτόματες - Ημιαυτόματες μηχανές γέμισης, δοσομετρητές  
Κατάλληλες για κάθε είδους γέμιση και εφαρμογή.



Μηχανή γέμισης ANKO  
σε διάφορα μοντέλα:  
Επιτραπέζια μονής γέμισης.  
SD 97B διπλής - τριπλής γέμισης, από 15 gr. - 120 gr.

ANKO<sup>®</sup>



Ταχυζυμωτήρια με εξερχόμενη λεκάνη  
γαλλικού τύπου

vmi



Ταχυζυμωτήρια με εξερχόμενο  
Aqua Mixer



Συγκροτήματα αρτοποιίας που μπορούν να διαχειριστούν  
ζύμες μέχρι 75% νερό.



Ζυγοκροτικό



# Ο ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ

## ΚΑΙ ΟΙ ΝΟΜΙΚΕΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΥΛΙΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ

Ο ποιοτικός έλεγχος στα υλικά συσκευασίας είναι κάτι που απασχολεί τόσο τον παραγωγό του ίδιου του υλικού, όσο και το χρήστη του. Ποιοτικός έλεγχος σε ένα υλικό συσκευασίας, όποια και να είναι η προέλευση της πρώτης ύλης του (πλαστικό, χαρτί κλπ), δε σημαίνει πρακτικά μόνο να είναι το υλικό αέριο και εμφανισιακά σωστό, αλλά και η σύστασή του, από χημικής απόψεως και απόψεως προδιαγραφών, να συμμορφώνεται με τις εθνικές και τις Ευρωπαϊκές διατάξεις, ώστε να είναι νόμιμο και ασφαλές για τον καταναλωτή.

*Η Δήλωση Συμμόρφωσης πρέπει να δίνει απόλυτα συγκεκριμένες πληροφορίες που αφορούν στα υλικά από τα οποία είναι κατασκευασμένο το κουτί και για ποιες χρήσεις προορίζεται.*

Η συσκευασία, όπως ξέρουμε, θα πρέπει να είναι σωστή, εκτός από την εμφάνιση, στο νόμιμο βάρος και βέβαια στην καταλληλότητα των υλικών από τα οποία είναι κατασκευασμένη. Και βέβαια, καθώς η κατανάλωση αυξάνεται, αυξάνονται παράλληλα και οι έλεγχοι από τους αρμόδιους φορείς.

### Νόμιμο βάρος κουτιών

Οι επαγγελματίες θα πρέπει να έχουν πάντα υπόψη τους πως τα κουτιά που προμηθεύονται, καθώς και οι χάρτινοι δίσκοι πάνω στους οποίους τοποθετούνται τούρτες ή τσουρέκια, θα πρέπει να πληρούν τις νόμιμες προδιαγραφές βάρους. Αυτά υπαγορεύονται από την αγορανομική διάταξη 7 και θα πρέπει να πληρούν τις προϋποθέσεις που φαίνονται παρακάτω:

Τα ανώτατα όρια βάρους της πλαστικής ή χάρτινης βάσης (δίσκου) τοποθέτησης (στήριξης) της τούρτας ζαχαροπλαστικής/παγωτού, κατά τη χύδην πώληση, καθορίζονται στον πίνακα 1.

Η τούρτα ζαχαροπλαστικής/παγωτού σε βάση (δίσκο) ζυγίζεται προτού αυτή

τοποθετηθεί μέσα στο κουτί μεταφοράς της. Τα κουτιά που χρησιμοποιούνται για τη διάθεση, στο καταναλωτικό κοινό, ειδών ζαχαροπλαστικής ή αρτοποιίας με μικτοβαρή ζύγιση, παρουσία του πελάτη και τα οποία κυκλοφορούν στο εμπόριο με τα αναφερόμενα στον παρακάτω πίνακα ενδεικτικά νούμερα, πρέπει να ανήκουν στην κάτωθι σειρά ονομαστικού όγκου και να έχουν το αντίστοιχο μέγιστο βάρος.

Τα σχήματα και τα μεγέθη τους κυκλοφορούν στο εμπόριο με τα ενδεικτικά νούμερα που αναφέρονται στον πίνακα 2. Αυτά, ανάλογα με τον ονομαστικό όγκο τους πρέπει να έχουν και το αντίστοιχο μέγιστο βάρος.

Στις περιπτώσεις όπου οι αρμόδιοι φορείς διενεργούν ελέγχους και διαπιστώνουν αποκλίσεις από τα παραπάνω νόμιμα βάρη, διατηρούν το δικαίωμα επιβολής προστίμου. Για το λόγο αυτό, θα πρέπει ο κατασκευαστής/κυτιοποιός να ενημερώνει τον ζαχαροπλάστη για τη νομιμότητα του βάρους του κουτιού, με βάση την αγορανομική διάταξη 7.

**Πίνακας 1: Ανώτατα όρια βάρους της πλαστικής ή χάρτινης βάσης (δίσκου) τοποθέτησης (στήριξης) της τούρτας ζαχαροπλαστικής/παγωτού**

Βάρος τούρτας σε gr	Μέγιστο βάρος βάσης/δίσκου σε gr
έως 1500	110
1501 έως 2000	160
2001 έως 2500	200
2501 έως 3000	230
3001 έως 3500	250
πάνω από 3501	280

**Πίνακας 2: Αναλογία ονομαστικού όγκου με το αντίστοιχο μέγιστο βάρος**

Ενδεικτικό μέγεθος (No)	Όγκος περιέκτη σε λίτρα (lt)	Μέγιστο βάρος κουτιού (gr)
2	0,9	40
3	1,5	50
4	1,8	60
6	2,5	70
8	2,9	80
10	3,9	100



**ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ**  
**18|22 2020**

**Έκθεση**  
**PIMINI, Ιταλία**

Σε περίπτωση που ο ΕΦΕΤ επισκεφθεί κάποιο κατάστημα τροφίμων, όπως ζαχαροπλαστείο ή αρτοποιείο και δε διαθέτει Δήλωση Συμμόρφωσης για τα υλικά συσκευασίας, τότε επιβάλλει πρόστιμο και στο κατάστημα αλλά και στο κυτιοποιείο.

### Ποιοτικός έλεγχος στα υλικά συσκευασίας

Είναι χρήσιμο ο επαγγελματίας, να είναι σε θέση να διακρίνει, κατά το δυνατόν, την καταλληλότητα των υλικών συσκευασίας, καθώς και βασικά σημεία προσοχής όσον αφορά στην αποθήκευση των συσκευασιών. Ένα από τα σημαντικά σημεία προσοχής σε μια συσκευασία που έρχεται σε άμεση επαφή με το τρόφιμο είναι τα ίχνη χρωμάτων που περιέχουν χημικές ουσίες βλαβερές για τον άνθρωπο, στο εσωτερικό του κουτιού. Αυτό οφείλεται σε πλημμελή διαδικασία εκτύπωσης με αποτέλεσμα να μεταφέρονται στο τρόφιμο τα χρώματα αυτά.

Η περίπτωση αυτή ποινικοποιείται βάσει του Ευρωπαϊκού κανονισμού 2023/2006, όπου αναφέρεται συγκεκριμένα ότι «στα τυπωμένα υλικά συσκευασίας δεν πρέπει να υπάρχει αποβαφή και μεταφορά στο εσωτερικό του κουτιού και στη συνέχεια στο τρόφιμο». Ένας επίσης σημαντικός κίνδυνος είναι αυτός της «μετανάστευσης» βλαβερών ουσιών από την εξωτερική επιφάνεια του κουτιού στο τρόφιμο.

Έχει επανειλημμένα παρατηρηθεί να έχουν «μεταναστεύσει» επικίνδυνες χημικές ουσίες στο τρόφιμο, όπως η βενζοφαινόνη, χωρίς αυτό να έρχεται σε άμεση επαφή με την επιφάνεια του κουτιού που είναι επιστρωμένη με τις ουσίες αυτές. Ακόμα και αν το τρόφιμο είναι μέσα σε σακουλάκι κλεισμένο αεροστεγώς, η ουσία αυτή δεν είναι σίγουρο ότι εμποδίζεται να περάσει μέσα στο τρόφιμο.

### Δήλωση συμμόρφωσης υλικών συσκευασίας

Ο Ελληνικός Κώδικας Τροφίμων και Ποτών υποχρεώνει τους παραγωγούς υλικών συσκευασίας να παρέχουν προς τα σημεία διάθεσης τροφίμων, για κάθε είδος υλικών, την αντίστοιχη «Δήλωση Συμμόρφωσης», (άρθρο 16 του 1935/2004 και άρθρο 15 του 10/2011).

Η Δήλωση πρέπει να δίνει απόλυτα συγκεκριμένες πληροφορίες που αφορούν στα υλικά από τα οποία είναι κατασκευασμένο το κουτί και για ποιες χρήσεις προορίζεται. Τι είδους τρόφιμα επιτρέπεται να ακουμπήσουν (ξηρά, λιπαρά), ποιες είναι οι θερμοκρασίες στις οποίες είναι ανθεκτικό το κουτί, (από ποια έως ποια θερμοκρασία και για πόσο χρονικό διάστημα), ποιος είναι ο τρόπος με τον οποίο έχει γίνει ο κάθε χημικός έλεγχος και άλλες πληροφορίες ανάλογα με τις προδιαγραφές των υλικών. Υποχρεούνται δε, να έχουν από τους προμηθευτές των πρώτων υλών τους, αντίστοιχες Δηλώσεις για τα υλικά που θα χρησιμοποιήσουν για την παραγωγή των κουτιών.

Η Δήλωση Συμμόρφωσης έχει συγκεκριμένη διάρκεια ισχύος. Ο κυτιοποιός είναι υποχρεωμένος να υπογράψει νέα Δήλωση, αφού ακολουθήσει πάλι τις παραπάνω διαδικασίες. Πρόκειται για μια δύσκολη, αλλά υπεύθυνη υπηρεσία, αφού αφορά στη δημόσια υγεία. Γι αυτό, την υποχρέωση να παρέχουν Δήλωση Συμμόρφωσης την έχουν όλες οι κυτιοποιίες.

Ο έλεγχος από τους αρμόδιους φορείς γίνεται σε κάθε επίπεδο: ο ΕΦΕΤ ελέγχει τη διαδικασία που ακολούθησαν οι παραγωγοί για να συντάξουν τις Δηλώσεις και επισκέπτεται τα καταστήματα διανομής τροφίμων, για να ελέγξει αν διαθέτουν τη νόμιμη Δήλωση Συμμόρφωσης.

Σε περίπτωση που ο ΕΦΕΤ επισκεφθεί κάποιο κατάστημα τροφίμων, όπως ζαχαροπλαστείο ή αρτοποιείο και δεν διαθέτει Δήλωση Συμμόρφωσης για τα υλικά συσκευασίας, τότε επιβάλλει πρόστιμο και στο κατάστημα αλλά και στο κυτιοποιείο. Ο καταστηματάρχης λοιπόν πρέπει να ζητάει από τον προμηθευτή του δήλωση συμμόρφωσης σύμφωνα με το άρθρο 16 του κανονισμού 1935/2004, το άρθρο 15 του κανονισμού 10/2011 και το άρθρο 24 και 26 του κώδικα τροφίμων και ποτών.



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



ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ:



ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ ΜΕ ΤΟ:



41<sup>ο</sup> Διεθνές Σαλόνι Παρασκευής Παγωτού, Ζαχαροπλαστικής, Αρτοποιίας Βιοτεχνικής Παραγωγής και Καφέ

ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΑΠΟ:



ΟΡΓΑΝΩΣΗ:







*Για τα PFAS βραχείας αλυσίδας δεν υπάρχουν ακόμη αρκετά δεδομένα για την τοξικότητά τους και τους περιβαλλοντικούς κινδύνους, όμως ενδέχεται να αποδειχθούν ακόμη πιο τοξικά από τα PFAS μακράς αλυσίδας.*

## ΟΙ ΥΠΕΡΦΘΟΡΙΩΜΕΝΕΣ ΑΛΚΥΛΙΩΜΕΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ (PFAS) ΑΠΕΙΛΟΥΝ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΜΑΣ

**Τα PFAS είναι συνθετικές χημικές ουσίες, που πρόσφατα έχουν γίνει γνωστές στο ευρύ κοινό για τις δυνητικά αρνητικές επιπτώσεις στον άνθρωπο και το περιβάλλον. Βρίσκουν εφαρμογή, μεταξύ άλλων, σε υλικά συσκευασίας τροφίμων και μαγειρικά σκεύη.**

### Τι είναι τα PFAS

Είναι μια μεγάλη οικογένεια συνθετικών φθοριωμένων ενώσεων, υπερφθοροαλκυλίου και πολυφθοροαλκυλίου με ευρεία χρήση. Τα πρώτα PFAS επινοήθηκαν στη δεκαετία του 1930 και αποτελούσαν τα κύρια συστατικά των αντικολλητικών και αδιάβροχων επιστρώσεων, ενώ περί τα τέλη της δεκαετίας του '60, χρησιμοποιούνται συστηματικά σε πλειάδα εφαρμογών. Σήμερα, περισσότερες από 3.000 συνθετικές χημικές ουσίες ταξινομούνται ως PFAS.

Έχουν χρησιμοποιηθεί ευρέως σε βιομηχανικά και καταναλωτικά προϊόντα συμπεριλαμβανομένων των συσκευασιών τροφίμων και ειδών μαγειρικής, μαγειρικά σκεύη, αντικολλητικά τηγάνια, σακουλάκια ποπ κορν για φούρνο μικροκυμάτων, κουπά πίτσας, διάφορες συσκευασίες τροφίμων, επικαλύψεις για προϊόντα χάρτου εγκεκριμένα για επαφή με τρόφιμα, κ.ά. Τα PFAS αποτελούνται από μεγάλα μόρια που περιέχουν πολλούς δεσμούς άνθρακα-φθορίου. Ο δεσμός αυτός είναι πολύ ισχυρός και αποκλείει οποιαδήποτε κανονική πορεία αποδόμησης.

Δύο κατηγορίες PFAS, τα επιφανειοδραστικά PFAS μακράς αλυσίδας, υπερφθοροοκτανοσουλφονικά -PFOS και το υπερφθοροοκτανοϊκό οξύ - PFOA, διασπώνται πολύ αργά στο περιβάλλον και το ανθρώπινο σώμα, ενώ με την πάροδο του χρόνου συσσωρεύονται.

### Επίδραση των PFAS στην ανθρώπινη υγεία

Ο άνθρωπος έρχεται σε επαφή με τα PFAS μέσα από τη χρήση καταναλωτικών προϊόντων που τα περιέχουν ή μέσα από το πόσιμο νερό. Εισέρχονται στο σώμα, όπου συσσωρεύονται κυρίως στο αίμα, τα νεφρά και το συκώτι. Η συνεχής έκθεση σε αυτά μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση του επιπέδου τους στο σώμα με αποτέλεσμα να επιβαρύνουν την υγεία. Εργαστηριακές μελέτες σε ζώα δείχνουν ότι το PFOA και το PFOS ενδέχεται να προκαλέσουν προβλήματα στην αναπαραγωγή, την ανάπτυξη, το μεταβολισμό,

στο συκώτι και τα νεφρά, καθώς και δυσλειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος. Η παρουσία του PFOA στο αίμα έχει συσχετιστεί με αυξημένα επίπεδα χοληστερόλης και ουρικού οξέος, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε πέτρες στα νεφρά και ουρική αρθρίτιδα.

Η έκταση της παγκόσμιας έκθεσης σε αυτή την κατηγορία ενώσεων εξακολουθεί να είναι ασαφής, καθώς οι κοινότητες σε όλο τον κόσμο ανακαλύπτουν σταδιακά στοιχεία μόλυνσης κυρίως στο πόσιμο νερό τους. Το Σκανδιναβικό Συμβούλιο, επίσημο όργανο συνεργασίας μεταξύ των κυβερνήσεων της Δανίας, της Φινλανδίας, της Ισλανδίας, της Νορβηγίας και της Σουηδίας, εκτιμά ότι οι επιπτώσεις στην υγεία των ανθρώπων κοστίζουν την Ευρώπη μεταξύ 52 και 84 δισεκατομμύρια ευρώ ετησίως.

### PFAS κοντής αλυσίδας «forever chemicals»

Μετά από τη διαπίστωση ότι τα PFAS μακράς αλυσίδας είναι επιβλαβή για τον άνθρωπο και το περιβάλλον, η βιομηχανία στράφηκε στα PFAS βραχείας αλυσίδας, τα οποία θεωρήθηκαν ασφαλέστερα, καθώς παραμένουν στο ανθρώπινο σώμα για μικρότερες χρονικές περιόδους. Όμως φαίνεται ότι αυτά παραμένουν στο περιβάλλον για άγνωστη χρονική περίοδο, ίσως για περισσότερο από 1.000 χρόνια - «forever chemicals», ενώ είναι ήδη ευρέως διαδεδομένα στο περιβάλλον, ακόμη και σε απομακρυσμένες περιοχές. Για τα PFAS βραχείας αλυσίδας δεν υπάρχουν ακόμη αρκετά δεδομένα για την τοξικότητά τους και τους περιβαλλοντικούς κινδύνους, όμως ενδέχεται να αποδειχθούν ακόμη πιο τοξικά από τα PFAS μακράς αλυσίδας. Το μικρό τους μέγεθος, λιγότερα από έξι άτομα άνθρακα, τα κάνει πιο ευκίνητα από τα PFAS μακράς αλυσίδας που έχουν οκτώ άτομα άνθρακα, με αποτέλεσμα να είναι πιο εύκολο να διασκορπιστούν στο περιβάλλον και να φτάσουν σε απομακρυσμένες περιοχές. Επίσης φαίνεται να είναι πιο κινητικά στο έδαφος, με αποτέλεσμα να υπάρχει κίνδυνος

**Δύο κατηγορίες PFAS, τα επιφανειοδραστικά PFAS μακράς αλυσίδας, υπερφθοροοκτανοσουλφονικά -PFOS και το υπερφθοροοκτανοϊκό οξύ - PFOA, διασπώνται πολύ αργά στο περιβάλλον και το ανθρώπινο σώμα, ενώ με την πάροδο του χρόνου συσσωρεύονται.**

νος απορρόφησης τους από τα φυτά. Τα PFAS μικρής αλυσίδας εμπλουτίζουν τα βρώσιμα μέρη των φυτών και η συσσωρευση στις αλυσίδες τροφίμων είναι άγνωστη. Ο καθαρισμός νερού μολυσμένου με PFAS κοντής αλυσίδας με την μέθοδο του φιλτραρίσματος, δεν φαίνεται να είναι εφικτός, κάτι που εφαρμόζεται ήδη σε κάποιες περιοχές για τα PFAS μακράς αλυσίδας. Παράλληλα, δεν υπάρχουν ακόμη εναλλακτικές μέθοδοι καθαρισμού του νερού. Ενώ το PFAS μακράς αλυσίδας αποβάλλονται δυσκολότερα από το σώμα, τα PFAS μικρής αλυσίδας μπαίνουν πιο εύκολα στην κυκλοφορία του αίματος. Με βάση τα παραπάνω είναι πολύ δύσκολο να εκτιμηθούν οι μακροπρόθεσμες δυσμενείς επιπτώσεις στους οργανισμούς. Τα πιο σημαντικά υπερφθοροαλκυλοσουλφονικά οξέα βραχείας αλυσίδας είναι υπερφθοροβουτανοσουλφονικό οξύ (C4, PFBS) και υπερφθοροεξανόσουλφονικό οξύ (C6, PFHxS), τα οποία επίσης υπάρχουν ως διάφορα άλατα.

### Νομοθετικές ρυθμίσεις

- Τα PFAS μακράς αλυσίδας ρυθμίζονται σταδιακά σύμφωνα με τον κανονισμό REACH (ΕΚ αριθ. 1907/2006) και άλλους διεθνείς κανονισμούς.
- Στις 17 Μαρτίου 2010, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή εξέδωσε σύσταση για την παρακολούθηση των υπερφθοροαλκυλιωμένων ουσιών στα τρόφιμα. Τα δεδομένα παρακολούθησης μετά την παρούσα σύσταση συλλέγονται επί του παρόντος από την EFSA.
- Από το 2015 στις ΗΠΑ δεν κατασκευάζονται χημικά προϊόντα με PFOA ούτε PFOS.

- Πέρυσι, μια ομάδα εμπειρογνομόνων των Ηνωμένων Εθνών αποφάσισε να προσθέσει δύο από τα πιο ευρέως χρησιμοποιούμενα PFAS, τα PFOA και PFOS, στον κατάλογο χημικών ουσιών που απαγορεύεται παγκοσμίως στο πλαίσιο της Σύμβασης της Στοκχόλμης.
- Εάν η σύσταση εγκριθεί κατά την προσηκη διάσκεψη των Ηνωμένων Εθνών τον Σεπτέμβριο, θα ήταν νομικά δεσμευτική απαγόρευση για τις 181 χώρες και την Ευρωπαϊκή Ένωση που είναι συμβαλλόμενα μέρη στη Στοκχόλμη Σύμβαση. Εντωμεταξύ, τα PFAS παραμένουν στο περιβάλλον. Ακόμη και αν απαγορευτούν, η μόλυνση θα συνεχιστεί πιθανότατα για δεκαετίες. Τα τελευταία χρόνια οι προσπάθειες εστιάζονται στον καθαρισμό του νερού ύδρευσης με φίλτρα που τα συγκρατούν, ενώ παράλληλα γίνονται προσπάθειες για την καταστροφή αυτών, μετά την απομόνωση τους.

ΠΗΓΕΣ:  
[https://ec.europa.eu/food/safety/chemical\\_safety/contaminants/catalogue/pfas\\_en](https://ec.europa.eu/food/safety/chemical_safety/contaminants/catalogue/pfas_en)  
<https://www.epa.gov/pfas/basic-information-pfas>  
<https://www.norden.org/en/news/fluorinated-substances-pollute-billions-euros-every-year>  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1385894719319096>  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5834591/>  
<https://www2.mst.dk/Udgiv/publications/2015/05/978-87-93352-15-5.pdf>

Photos 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 γλυτένη, γάλα, 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](mailto:foodconsultant@foodconsultant.gr)

Επισκεφτείτε μας στο [www.foodconsultant.gr](http://www.foodconsultant.gr)

# TRITORDEUM - ΚΑΤΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΑΠΟ ΕΝΑ ΔΗΜΗΤΡΙΑΚΟ

Το *Tritordeum* είναι ένα νέο μεσογειακό δημητριακό που προήρθε από φυσική διασταύρωση αγριοκρίδαρου (*Hordeum chilense*) και σκληρού σίτου (*Triticum durum*).

Η διασταύρωση των ειδών για τη δημιουργία δημητριακών με στόχο αποδόσεις ανάλογες ή υψηλότερες του σιταριού, αυξημένες δυνατότητες παραγωγής κάτω από δυσμενείς συνθήκες (εδάφη μέτριας γονιμότητας, χαμηλές θερμοκρασίες) και βελτιωμένη βιολογική αξία του προϊόντος, δεν είναι κάτι νέο στην αγροτική πρακτική.

Η παλαιότερη διασταύρωση του πρωτόγονου Αιγίλοπα (*Aegilops Tauschii*) με Σκληρό σάρι (*Triticum Durum*) μας έδωσε το πιο δημοφιλές δημητριακό, το Μαλακό σάρι (*Triticum Aestivum*). Το ίδιο ισχύει και με το δημητριακό *Triticale* που είναι διασταύρωση Σίτου και Σίκαλης.

Το *Tritordeum* λοιπόν δεν είναι μια νέα ποικιλία σίτου, αλλά μια νέα καλλιέργεια με τις δικές της ρεολογικές, θρεπτικές και οργανοληπτικές ιδιότητες.

Καλλιεργείται δε στην Ελλάδα με μοναδικά διατροφικά, περιβαλλοντολογικά και οργανοληπτικά οφέλη.

Πέρα από την καλλιέργειά του, και η άλεσής του επίσης γίνεται εγχώρια, με το αλεύρι που προκύπτει να είναι είτε «κα-

θαρό» από πίτυρα με εικόνα όπως το γνωστό μας σταρένιο αλεύρι, είτε ολικής άλεσης.

## Χαρακτηριστικά

Είναι ένα δημητριακό που περιέχει μεν γλουτένη, αλλά η ποιότητα της είναι διαφορετική από άλλα δημητριακά όπως το σιτάρι ή το ντίνκελ (*spelt*).

Σε σχέση με το σταρένιο αλεύρι, συνιστάται η ανάμιξη της ζύμης σε χαμηλή ταχύτητα και μικρότερο χρόνο ανάμιξης. Η απορρόφηση νερού ανάλογα με το αρτοσκεύασμα και την αρτοποιητική διαδικασία μπορεί να είναι από 58% έως 80% επί του αλεύρου, επιτρέποντας την παραγωγή προϊόντων με κλειστή ή ανοικτή δομή ψίχας.

Επειδή το νερό χρειάζεται περισσότερο χρόνο για να απορροφηθεί, σε σύγκριση με το σιτάρι, καλό είναι η προσθήκη του να είναι σταδιακή κατά το ζύμωμα.

Η εφαρμογή της μεθόδου της αυτόλυσης ενδείκνυται.

Η ζύμη από το *Tritordeum* έχει χαμη-

λότερη ελαστικότητα και υψηλότερη εκτατότητα σε σχέση με τη σταρένια, καθώς και καλύτερη συγκράτηση του νερού μετά το ψήσιμο, κάτι που συμβάλλει στη διατηρησιμότητα της φρεσκάδας.

## Πλεονεκτήματα

Τα αρτοσκευάσματα με *Tritordeum* έχουν εξαιρετικό οργανοληπτικό προφίλ με μοναδικά χαρακτηριστικά, όπως γλυκιά γεύση, φυσικό άρωμα, ελκυστικό χρυσοκίτρινο χρώμα.

Τα ιδιαίτερα διατροφικά χαρακτηριστικά του συνίστανται βασικά στις ιδιότητες των πρωτεϊνών που περιέχει. Αυτές έχουν 50-60% χαμηλότερα ποσοστά γλιαδίνης, η οποία ως γνωστόν ευθύνεται για την κοιλιοκάκη, αλλά και την ευαισθησία σε μη-κοιλιοκακικούς. Έτσι θεωρείται ως εξαιρετική επιλογή για όσους έχουν ελαφρές δυσανεξίες με τη γλουτένη. Εντούτοις δεν πρέπει να θεωρείται ως *gluten free*.

Περιέχει ακόμα 10 φορές περισσότερη λουτεΐνη από το σιτάρι, μια χρωστική με

*Η ζύμη από το Tritordeum έχει χαμηλότερη ελαστικότητα και υψηλότερη εκτατότητα σε σχέση με τη σταρένια, καθώς και καλύτερη συγκράτηση του νερού μετά το ψήσιμο, κάτι που συμβάλλει στη διατηρησιμότητα της φρεσκάδας.*

αντιοξειδωτικές ιδιότητες υπεύθυνη για το χρυσοκίτρινο χρώμα, ωφέλιμη για την υγεία των ματιών και την προστασία του δέρματος από τις υπεριώδεις ακτίνες και την πρόωγη γήρανση. Έχει περισσότερο ελαϊκό οξύ από το σιτάρι, ένα μονοακόρεστο λιπαρό οξύ χαρακτηριστικό στη μεσογειακή διατροφή που βοηθά στη μείωση του κινδύνου καρδιαγγειακών παθήσεων. Περιέχει 30% περισσότερες διαιτητικές ίνες από το σιτάρι με θετικές επιδράσεις στην καρδιαγγειακή και γαστρεντερική υγεία. Τέλος, το Tritordeum είναι πιο εύπεπτο επειδή περιέχει λιγότερη δύσπεπτη πρωτεΐνη από το σιτάρι.

#### **Βιωσιμότητα (sustainability):**

Το Tritordeum είναι ένα σιτηρό με χαμηλό περιβαλλοντικό αντίκτυπο, που χρησιμοποιεί αποτελεσματικά το νερό και έχει καλή αντίσταση στις πιέσεις της κλιματικής αλλαγής. Πρόκειται για μια σθεναρή καλλιέργεια με καλή αντοχή στην ξηρασία, υψηλές θερμοκρασίες, ασθένειες και με στρεμματικές αποδόσεις που εξασφαλίζουν ικανοποιητικό κέρδος στους παραγωγούς. Είναι 100% ικνιλάσιμο αφού καλλιεργείται με αυστηρά συμβολιακά πρότυπα που εφαρμόζει από το σπόρο ως τη συγκομιδή η αποκλειστική αντιπρόσωπος για την Ελλάδα, Alfa seeds ABEE, σε συνεργασία με επιλεγμένους Έλληνες αγρότες ώστε η προέλευση κάθε παρτίδας να μπορεί να αναγνωριστεί και να ικνιλατηθεί εύκολα. Το 2018 κέρδισε το πρώτο βραβείο βιώσιμου συστατικού σε διεθνή διαγωνισμό βιώσιμων τροφίμων που οργανώθηκε από την Esonia Intelligence στην Ολλανδία

#### **Εφαρμογές**

Το νέο αυτό φυσικό δημητριακό μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε ένα ευρύ φάσμα προϊόντων με βάση τα δημητριακά στην αρτοποιία και τη ζαχαροπλαστική.

Πέρα από την παρασκευή εξαιρετικών αρτοσκευασμάτων, το Tritordeum είναι κατάλληλο για μια μεγάλη γκάμα προϊόντων με βάση τα δημητριακά, όπως μετξύ άλλων γλυκά (κέικ, κρουασάν), δημητριακά για πρωινό, μπισκότα, καθώς και ζυμαρικά, πίτσα, ακόμα και για ζυθοποίηση.

#### **Τυπική συνταγή για ψωμί με αλεύρι από Tritordeum**

10.000 γρ. αλεύρι Tritordeum  
5.800 γρ. νερό κρύο (58%)  
200 γρ. αλάτι (2%)  
150 γρ. μαγιά (1,5%)

**Αυτόλυση:** Ανάμιξη μόνο του αλεύρου με το μεγαλύτερο μέρος του νερού και αναμονή στον κάδο του ζυμωτηρίου για 60 λεπτά.

**Ζύμωμα:** Ζύμωμα 6 λεπτά στην αργή, 2 λεπτά στη γρήγορη ταχύτητα. Το υπόλοιπο νερό μπαίνει σταδιακά. Τελική θερμοκρασία ζύμης: 25 °C το χειμώνα, 24 °C το καλοκαίρι.

**Ξεκούραση:** 60 λεπτά σε λεκάνη, διπλωμένη και σκεπασμένη η ζύμη. Κόψιμο / ζύγιμα: 120 - 420 γρ. Αναμονή 10 λεπτά.

**Μορφοποίηση:** Ελαφριά μορφοποίηση. Τοποθετούμε σε αλευρωμένο τελάρο ή λαμαρίνα.

**Ωρίμανση:** Στη στόφα 30 °C για 30-45 λεπτά.

**Ψήσιμο:** Χαράσσουμε και ψήνουμε σε δυνατό φούρνο (230 °C) με ατμό για περίπου 30-35 λεπτά. Προς το τέλος ανοίγουμε τα τάμπερ.



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



**tritordeum**

VIVAGRAN

## **Το χρυσό δημητριακό!**

Το tritordeum είναι ένα νέο μεσογειακό δημητριακό που καλλιεργείται στην Ελλάδα, με μοναδικά διατροφικά, περιβαλλοντολογικά και οργανοληπτικά οφέλη.



Ένα ψωμάκι πρωτότυπο,  
τόσο σε χρώμα  
όσο και σε γεύση!



# ΜΕ ΑΛΕΥΡΙ ΜΟΥΡΩΝ & ΠΑΠΑΡΟΥΝΟΣΠΟΡΟ

Μιχάλης Νανόπουλος  
Τεχνικός Αρτοποιίας-Εκπαιδευτής Αρτοποιίας-Ζαχαροπλαστικής

## ΥΛΙΚΑ

1 600 γρ. αλεύρι κίτρινο Τ.Μ  
400 γρ. αλεύρι μούρων  
100 γρ. παπαρουνόσπορο  
40 γρ. ηλιέλαιο  
40 γρ. αλάτι  
20 γρ. ζάχαρη  
300 γρ. χυμό ρόδι  
1 200 γρ. νερό  
20 γρ. μαγιά

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί, για 5' στην πρώτη ταχύτητα και για ακόμη 7' στη δεύτερη. Ξεκουράζουμε το ζυμάρι για περίπου 60' και στη συνέχεια το πλάθουμε σε καρβελάκια, βάρους 500 γρ. και τα τοποθετούμε σε μεταλλικές φόρμες σχήματος «κύβου». Τοποθετούμε στη στόφα για 30' και στη συνέχεια ψήνουμε στους 240°C για 40'.





# ΠΙΚΑΝΤΙΚΟ, ΜΕ ΑΝΘΡΑΚΑ & ΠΙΠΕΡΙΕΣ ΦΛΩΡΙΝΗΣ

Μιχάλης Νανόπουλος  
Τεχνικός Αρτοποιίας-Εκπαιδευτής Αρτοποιίας-Ζαχαροπλαστικής

Ψωμάκι  
που εντυπωσιάζει  
με την εμφάνιση,  
τα χρώματα  
και τη μοναδική  
γεύση του!

## ΥΛΙΚΑ

1500 γρ. αλεύρι κίτρινο Τ.Μ  
500 γρ. αλεύρι 70% μαλακό  
50 γρ. βρώσιμος άνθρακας  
1400 γρ. νερό  
40 γρ. αλάτι  
30 γρ. μαγιά  
50 γρ. πάπρικα καυτερή  
200 γρ. πιπεριές φλωρίνης ψιλοκομμένες

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί, εκτός από τις πιπεριές, για 10' στην πρώτη ταχύτητα και για ακόμη 4' στη δεύτερη. Προσθέτουμε και τις πιπεριές και ζυμώνουμε ακόμη 1'. Αφήνουμε να ξεκουραστεί για 30', πλάθουμε και ξεκουράζουμε για άλλα 30' μέσα σε ταψάκι. Χαράζουμε με μία σπάτουλα και ψήνουμε με ατμό στους 230°C για 35'.



Το CHEESE CAKE που θα σας παρουσιάσω θα το χαρακτηρίζα ένα «μεταβατικό γλυκό», που τοποθετείται ανάμεσα στο τέλος του καλοκαιριού και στην έναρξη του χειμώνα. Είναι ένα ξενόφερτο γλυκό, με απαλή, κρεμώδη και ανάλαφρη γεύση, με πινελιές τυριού και επίγευση ενός κόκκινου φρούτου ως επιστέγασμα. Να μην ξεχνάμε βέβαια και τη βάση από μπισκότο.



# CHEESECAKE

Νίκος Ζαχαράκης  
Καθηγητής Αρτοποιίας-Ζαχαροπλαστικής

## ΒΑΣΗ DIGESTIVE ΚΡΕΜΑ CHEESECAKE

### ΥΛΙΚΑ

1500 γρ. αλεύρι ΜΖ + 500 γρ. ολικής άλεσης  
200 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική + 200 γρ. γλυκόζη  
800 γρ. μαλακή μαργαρίνη  
200 γρ. χυμό πορτοκάλι + 50 γρ. ούζο  
2 γρ. βύνη + 5 γρ. Baking Powder

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ο τρόπος παρασκευής του μπισκότου είναι πολύ απλός. Ρίχνουμε όλα τα υλικά στο μίξερ για 5-8 λεπτά σε χαμηλές ταχύτητες (1η και 2η) φτάνει να μην ξεχάσουμε η μαργαρίνη να είναι σε θερμοκρασία περιβάλλοντος (εκτός ψυγείου).

### ΕΠΙΚΑΛΥΨΗ

### ΥΛΙΚΑ

1 kg ώριμες φράουλες ή 1 kg ώριμα κεράσια  
ή 1 kg ώριμα βύσσινα κ.ά. κόκκινα φρούτα  
250 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική  
1 σφηνάκι λικέρ

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Σε ένα αντικολλητικό τηγάνι βάζουμε τη ζάχαρη και ανακατεύουμε πάνω από τη φωτιά με ξύλινη κουτάλα, μέχρι να υγροποιηθεί. Στη συνέχεια προσθέτουμε τα κόκκινα φρούτα χοντροκομμένα (στη μέση). Μόλις η σάλτσα αρχίσει να δένει, ρίχνουμε το λικέρ και σβήνουμε. Τα αφήνουμε να κρυσώσουν και είναι έτοιμα για χρήση (ΚΟΥΛΙ).

### ΥΛΙΚΑ

500 γρ. κρόκοι αυγού  
1125 γρ. σιρόπι 34 βαθμοί πυκνότητας  
της κλίμακας brix μετράμε με γραδόμετρο  
2500 γρ. φυτική κρέμα  
2000 γρ. τυρί κρέμα  
2 γρ. βανίλια  
Ξύσμα από ένα λεμόνι

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βάζουμε το σιρόπι σε χαμηλή φωτιά έτσι ώστε με το βράσιμο να πάρουμε ένα σιρόπι 120°C (καραμελόμετρο). Ταυτόχρονα χτυπάμε με σύρμα τους κρόκους ώστε να ασπρίσουν και να αφρατέψουν. Μόλις ετοιμαστεί το σιρόπι 120°C χαμηλώνω την ταχύτητα στο μίξερ (1η) και ρίχνω το καυτό σιρόπι 120°C αργά και σε συνεχόμενη ροή (κορδόνι) μέχρι να το απορροφήσει όλο.

### Μέθοδος (Pata-Bob) και παστερίωση

Η μέθοδος που περιγράφω λέγεται έτσι και το καυτό σιρόπι 120 βαθμών στο караμελόμετρο παστεριώνει το αυγό. Στη συνέχεια προσθέτω το τυρί κρέμα και ανεβάζω την ταχύτητα του μίξερ στη 2η ώστε να ομοιογενοποιηθεί. Προσθέτω το ξύσμα λεμόνι και λίγη βανίλια. Τέλος προσθέτω την ελαφροχτυπημένη φυτική κρέμα, την οποία έχω προετοιμάσει και ανακατεύω απαλά με το χέρι (όπως στη Serrano). Η κρέμα μου είναι έτοιμη προς χρήση.

## ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ:

Πρώτα τρίβουμε τα μπισκότα μας DIGESTIVE και προσθέτουμε το ¼ του βάρους τους σε βούτυρο αγελαδινό λιωμένο. Ανακατεύουμε στο μίξερ και στρώνουμε σε μπολ διάφανα ή μεταλλικά τσέρκια με αντικολλητική κόλλα στη βάση και διάφανη ταινία μέσα από το τσέρκι. Προσθέτουμε την κρέμα μας και σταματάμε 1cm πριν γεμίσει το σκεύος μας. Σε αυτό το σημείο μπορούμε να παγώσουμε το γλυκό και να σερβίρουμε αργότερα (χρόνος διατήρησης στην κατάψυξη 30 ημέρες το λιγότερο) ή να σερβίρουμε καλύπτοντας με κόκκινο ΚΟΥΛΙ (χρόνος διατήρησης στη συντήρηση 7 ημέρες το περισσότερο).



αρτοποιός

# ΓΕΥΣΕΙΣ ΑΠΟ ΕΛΛΑΔΑ



Δοκιμάζοντας αυτό το υπέροχο ψωμί,  
σίγουρα θα σταθούμε στο εξαιρετικό του άρωμα  
με μια απαλή και ευχάριστη γεύση προζυμιού.





## ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΑ ΝΤΕΒΕΤΑ ΜΕ ΠΡΟΖΥΜΗ ΑΠΟ ΒΑΣΙΛΙΚΟ

**Κατάλληλο για μαζική αλλά και βασική παραγωγή στο αρτοποιείο μας. Μπορεί να αντικαταστήσει το κλασικό χωριάτικο ψωμί και να δώσει άνοδο στις πωλήσεις μας με το μικρότερο δυνατό κόστος. Σαν βάση έχουμε ένα αλεύρι τύπου Μ κίτρινο. Στο μίγμα αυτό προσθέτουμε προζύμη από βασιλικό. Η παραγωγή είναι εύκολη και απροβλημάτιστη και η διατηρησιμότητά του φτάνει τις 3 ημέρες.**

### Μέθοδος παραγωγής της προζύμης

Προετοιμάζουμε το νερό που θα ζυμώσουμε με τον εξής απλό τρόπο. Παίρνουμε 2 κιλά νερό και εμβαπτίζουμε μέσα σε αυτό 1 κλαράκι από ανθισμένο βασιλικό κατά προτίμηση. Το αφήνουμε 8 ώρες και μετά σουρώνουμε καλά. Με αυτό το νερό ξεκινάμε τη συνταγή μας. Την πρώτη μέρα παίρνουμε 2 κιλά Τ.70% από μαλακό στάρι και προσθέτουμε 2 κιλά νερό. Το αφήνουμε σε σκεπασμένη λεκάνη για δυο εικοσιτετράωρα. Μετά προσθέτουμε 2 κιλά αλεύρι Τ. 70% και 1 κιλό νερό και το αφήνουμε για άλλες εικοσιτέσσερις ώρες να γίνει. Στη συνέχεια, μπορούμε να κρατήσουμε τη μισή ποσότητα για να δουλέψουμε με το ψωμί και το υπόλοιπο να το αναπιάσουμε ισόποσα, δηλαδή για κάθε 2 κιλά προζύμη προσθέτουμε στο ανάπιασμα 2 κιλά αλεύρι και 1 κιλό νερό. Με αυτό τον τρόπο θα έχουμε καθημερινά επαρκή ποσότητα προζύμης για χρήση, αλλά και ικανοποιητική ποσότητα για να αναπιάσουμε. Σε ημέρες που μπορούμε να προβλέψουμε μεγαλύτερη παραγωγή ή ακόμα και διπλάσια, τότε 2 μέρες νωρίτερα φροντίζουμε με τη μέθοδο που περιγράψαμε να έχουμε διαθέσιμο και το ανάλογο προζύμι. Αν η παραγωγή μας είναι κλειστή για 1 ή 2 μέρες, τότε τους καλοκαιρινούς μήνες ακολουθούμε δυο πρακτικές:

A. Βάζουμε την προζύμη στο ψυγείο

B. Αν δεν υπάρχει η παραπάνω δυνατότητα τότε κάνουμε τη ζύμη της προζύμης όσο το δυνατό πιο σφιχτή, ρίχνοντας λιγότερο νερό στο ανάπιασμα, χρησιμοποιούμε παγωμένο νερό και αποθηκεύουμε το ζυμάρι στο πιο δροσερό σημείο του εργαστηρίου.

### Εκτέλεση

Ζυμώνουμε κατά προτίμηση σε αργό ζυμωτήριο για 30 με 35 λεπτά. Ρίχνουμε κατά προτίμηση το αλάτι 10 λεπτά πριν σταματήσουμε το ζύμωμα. Θα πρέπει κανονικά να έχουμε ένα κολλώδες ζυμάρι, που όταν πέσει το αλάτι να το μαζέψει και μετά να αποκτήσει μια φυσιολογική συμπεριφορά.

Σε δικές μου δοκιμές, ρίχνοντας το αλάτι κανονικά από την αρχή, δεν επηρέασε καθόλου το ψωμί, ίσα ίσα μπόρεσα να προβλέψω καλύτερα και την τελική απορροφητικότητα σε νερό.

Η θερμοκρασία της ζύμης δε θα πρέπει να ξεπερνά τους 24 με 25 βαθμούς για το λόγο ότι ακολουθούν μεγάλα διαστήματα ξεκούρασης και θα πρέπει να δώσουμε το περιθώριο στη ζύμη μας να αναπτύξει τα επιθυμητά αρώματα, αυτό το στοιχείο δηλαδή που κάνει αυτό το ψωμί τόσο ξεχωριστό.

Ξεκουράζουμε τη ζύμη μας μέσα στον κάδο για 45 λεπτά. Σκεπάζουμε με καθαρό άσπρο σεντόνι να μην πετσιάσει το ζυμάρι. Τεμαχίζουμε κατά προτίμηση φραντζόλες του κιλού και τα αραδιάζουμε στον πάγκο με τη σειρά να ξεκουραστούν άλλα 20 λεπτά.

Πλάθουμε και αν θέλουμε πασπαλίζουμε με αλεύρι κίτρινο. Στοφάρουμε για περίπου 60 λεπτά στους 30 βαθμούς και υγρασία 75%.

Αν θέλουμε μια πιο παραδοσιακή εμφάνιση και πιο τραγανή κόρα εξωτερικά, τότε έχουμε τη στόφα μας σβηστή και επιμηκύνουμε λίγο το χρόνο παραμονής σε αυτή.

Ψήνουμε στους 210 βαθμούς περίπου για 55 λεπτά με χρήση ελάχιστου ατμού στην αρχή. Επίσης το ψωμί αυτό είναι κατάλληλο και για επεξεργασία στην πάσα με πανιά και φούρνισμα σε ξυλόφουρνο. Τότε τα αποτελέσματα είναι θεαματικά.

Καλή επιτυχία!

### Υλικά

10 κιλά αλεύρι τύπου Μ κίτρινο (100%)  
2 κιλά προζύμη από βασιλικό (20%)  
200 γρ. αλάτι (2%)  
40 γρ. μαγιά (0,4%)  
100 γρ. ελαιόλαδο (1%)  
7 κιλά νερό κρύο (70%)

ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΙΣΤΟΡΙΚΟΣ  
Τεχνικός Αρτοποιίας





## Το όραμά σας, πράξη!

Από το 1963 η Δ. Αντωνόπουλος ΑΒΕΕ 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 ΑΒΕΕ**

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