



# αρτοποιός

GREEK BAKERY & PASTRY

Ιανουάριος - Φεβρουάριος 2022 / Τεύχος 122

fresh  
pastry

Το αλεύρι  
είναι *Τέχνη.*



ΕΛΛΑΣ  
Hellenic Post



ΠΑΡΑΡΤΗΡΙΟ  
ΤΕΥΧΟΣ  
122  
Αριθμός Πρωτοτύπου  
14231 Ν. ΙΩΝΙΑ  
ΚΡΗΤΗΣ 13, 14231 Ν. ΙΩΝΙΑ

ΜΥΛΟΙ ΚΕΠΕΝΟΥ



**Backem**  
ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ

Οι ειδικοί στην αρτοζαχαροπλαστική



**Donut Mix 50**  
Το πιο υπέροχο Ντόνατ

powered by  
**backaldrin®**

Α ΥΛΕΣ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ & ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ

τηλ. 210 2027042-3, email: info@backem.gr, www.backem.gr

**Φούρνοι MIWE Γερμανίας**



Περιστρεφόμενος  
φούρνος ROLL IN



Ταμπανωτός IDEAL



Ηλεκτρικός CONDO



Αερόθερμοι ECONO

**Αυτόματες σφολιατομηχανές  
RONDO Ελβετίας**



COMPAS 4.0 EXPERT



RONDOSTAR 5000 PRO

**Ψυγεία στόφες αργής ωρίμανσης  
PANEM ΓΑΛΛΙΑΣ**



Με απόλυτο έλεγχο θερμοκρασίας και υγρασίας  
με περιστροφική κατεύθυνση του αέρα

**Μίξερ ζαχαροπλαστικής  
VARIMIXER ΔΑΝΙΑΣ**



Νέο μίξερ KODIAK 30lt



Μίξερ 60lt

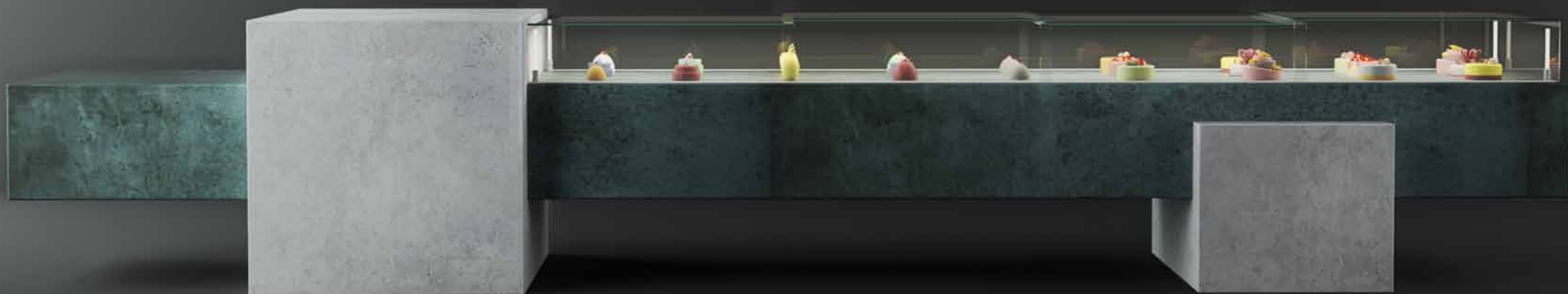
**Σ. ΠΕΤΡΙΔΗΣ & ΑΦΟΙ ΑΕΒΕ**

Κων. Κατάρη 10, Αχαρναί 136 78, τηλ.: 210 82 34 828, 210 82 23 428, 210 82 29 980, fax: 210 82 28 303  
www.petridis.com.gr, e-mail: info@petridis.com.gr





LoVo



LoVo Concept



ΜΕ  
υψηλή  
Διατροφική  
ΑΞΙΑ

# Τα ψωμιά της νέας εποχής!



ΜΕ  
Γλυκαιμικό  
Δείκτη  
μόλις 54

## Multiseed

- ✓ Συνδυασμός προζυμιού, νιφάδων βρώμης, φλοιού σιταριού, ηλιόσπορου, λιναρόσπορου και κολοκυθόσπορου
- ✓ Πηγή Πρωτεϊνών & Εδώδιμων Ινών
- ✓ Χαμηλά Κορεσμένα Λιπαρά



## Grainstar

- ✓ Πηγή Ω-3 λιπαρών οξέων
- ✓ Πηγή Πρωτεϊνών
- ✓ Με 30% λιγότερους υδατάνθρακες από τα πολύσπορα αρτοσκευάσματα



Για όσους  
προσέχουν  
τη σιλουέτα  
τους

## Pro Body

- +60% περισσότερη Πρωτεΐνη\*
- +14 φορές περισσότερα Ω-3 Λιπαρά Οξέα\*
- 80% λιγότεροι Υδατάνθρακες\*
- 60% λιγότερα Σάκχαρα\*

\*έναντι ενός κλασικού πολύσπορου ψωμιού Ολικής άλεσης (πηγή USDA 05/2016)



Υψηλή  
διατροφική  
αξία με  
Superfoods

## Chia Quinoa

- ✓ Με ευεργετικούς σπόρους Chia & Quinoa
- ✓ Πηγή Πρωτεϊνών και Εδώδιμων Ινών
- ✓ Χαμηλά Κορεσμένα Λιπαρά



Χαρούπι,  
το μεσοχαικό  
Superfood

## Carob

- ✓ Η πιο γευστική πρόταση με 3,6% αλεύρι χαρουπιού
- ✓ Πηγή Πρωτεϊνών & Μαγганίου
- ✓ Χαμηλά Κορεσμένα Λιπαρά & Σάκχαρα

Οι διατροφικοί ισχυρισμοί ισχύουν πάντα μέσα στο πλαίσιο μιας ισορροπημένης διατροφής.

36



66



68



16



56



## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

### ΜΟΝΙΜΕΣ ΣΤΗΛΕΣ

- 16 Ρεπορτάζ Αγοράς: Φούρνοι αρτοποιίας
- 22 Νέα της Ομοσπονδίας Αρτοποιιών Ελλάδος
- 36 Νέα της Αγοράς: Προϊόντα, νέα του κλάδου και τεχνικός εξοπλισμός

### ΘΕΜΑΤΑ

- 38 Food waste: Τι είναι και πως μπορεί να αντιμετωπιστεί
- 26 Ψωμί με Ιστορία
- 30 Αφιέρωμα στο νέο προεδρείο της Ομοσπονδίας Αρτοποιιών Ελλάδος
- 46 Συνέντευξη από τον αρτοποιό Michael Moerieux

### ΤΕΧΝΙΚΑ

- 52 Σύγχρονες διατροφικές τάσεις
- 56 Αυγά και σαλμονέλα
- 62 Ορθός χειρισμός έτοιμων γευμάτων

### ΣΥΝΤΑΓΕΣ

- 66 Σκέρ παρέ
- 68 Λαγόνα

{ **freshbakery.gr**

Μαζί, εξελίσσουμε την επιτυχία σας.

ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ Τ 210 2419700 F 210 2462433  
Υποκ/μα ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ: Τ 2310 570121-4, F 2310 570130  
www.stelioskanakis.gr, info@stelioskanakis.gr, Find us on



Ένα βήμα μπροστά!



# EDITORIAL

Νέα χρονιά, νέοι στόχοι, όρεξη για ανανέωση και φυσικά μια έντονη επιθυμία για επιστροφή σε μια προ διαίτας πραγματικότητα, τουλάχιστον από πλευράς υγείας και ελευθερίας. Μπορεί να έχουν περάσει 2 χρόνια από τότε που πρωτοεμφανίστηκε η πανδημία και ακόμα η κατάσταση να μην έχει αλλάξει, ωστόσο η ανάγκη για αισιοδοξία είναι πιο μεγάλη από ποτέ, αφού η ψυχολογική και ψυχική κούραση αλλά και ο φόβος έχουν καταβάλει τους περισσότερους.

Στο πλαίσιο της καινούργιας χρονιάς το περιοδικό που κρατάτε στα χέρια σας ανανεώνεται. Πλέον το περιοδικό προχωρά σε μια αλλαγή, που θα προσφέρει σε εσάς καλύτερη ενημέρωση τόσο στον κλάδο της αρτοποιίας όσο και στον κλάδο της ζαχαροπλαστικής. Ένας διακριτός διαχωρισμός μέσα στο τεύχος. Για εσάς θα είναι μια μεγάλη ευκαιρία να ενημερωθείτε μέσα από τις σελίδες του περιοδικού, ενός περιοδικού που θα αποτελέσει το μοναδικό με κάλυψη τόσο πάνω στην αρτοποιία όσο και στη ζαχαροπλαστική. Ένα τεύχος με 2 σημαντικές και ίσα προβαλλόμενες ενότητες, αυτές της αρτοποιίας και της ζαχαροπλαστικής.

Το πρώτο τεύχος της χρονιάς φτάνει στα χέρια σας με ενδιαφέρουσα ύλη, αποτύπωση του παλμού της αγοράς με όλα τα νέα προϊόντα που κυκλοφορούν και στόχο έχουν την ενίσχυση της ποιότητας της δουλειάς του αρτοποιού. Ενδιαφέροντα άρθρα, συνταγές και πολλά άλλα.

Αφήνουμε πίσω τη χρονιά που φεύγει και ελπίζουμε σε μια καλύτερη νέα. Με πίστη πως όλα θα πάνε καλύτερα και όλους εμάς ενωμένους.

Καλή ανάγνωση και καλή μας χρονιά!

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 εμπορεύματα κείμενα είναι προφορά 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 αντιπρόσωποι 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 P.O. 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.



ΕΚΔΟΤΗΣ:  
Γ. Σπυροστρατουδάκης

ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΣ  
ΕΚΔΟΣΗΣ:  
Ελισάβετ Πετρίδου  
Μαριάννα Σπανού

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:  
Μ. Αρκουλής  
Δ. Δασόπουλος  
Οδ. Ιστορικός  
Γ. Κουβουτσάκης  
Ε. Κουντούρη  
Α. Δ. Κρισσαντώνης  
Χ. Μακρατζάκη  
Δ. Μπισσικός  
Μ. Νανόπουλος  
Ε. Πανά  
Χ. Ρέγκος  
Α. Τσιπούρας  
Λ. Ψυλιόκος

ΥΠΕΥΘΥΝΗ  
ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ:  
Βασιλική Πιπταρά

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ:  
Σουζάνα Κόκοτζη

ART DIRECTOR:  
Βάσια Τσάκα  
Γεωργία Αγγελίδου

DTP:  
Αθανασία Βαβαρίνου

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ  
ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ:  
Στέλλα Κυλινδρή

ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΙ:  
Μεγακλής Γαντζας  
Νικίτσια Αλεξανδρίδης

ΥΠΕΥΘΥΝΗ  
ΣΥΝΔΡΟΜΩΝ:  
Σουζάνα Κόκοτζη

CREATIVE ASSOCIATE  
SHAPE STUDIO

ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ:  
Νίκος Σκανδρέας,  
Μαρία Μπογιατζίδου,  
Σουζάνα Κόκοτζη

ΝΟΜΙΚΟΣ  
ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ:  
Ε. Σαλαβράκος  
τηλ.: 6979 061 721

ΕΤΗΣΙΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:  
Ελλάδα 15€,  
Εκτός Ελλάδας 70€

www.freshbakery.gr

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ  
SHAPE

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

# One Life. One Body. One Chance.

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

- ΙΔΑΝΙΚΗ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ  
- ΔΕΝ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΨΗΣΙΜΟ



## πρωτεϊνική μπάρα

> 25 ΓΡ. ΠΡΩΤΕΪΝΗΣ  
ΑΝΑ 100 ΓΡ. ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

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



GELATO & BAKERY EXPERTS AEBE | Αγ. Χριστοφόρου 15, 19009 Πικέρμι  
T +30 210.6043333 F +30 210.6043334 E info@gnbexperts.gr | www.gnbexperts.gr | f





## ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Αγαπητοί συνάδελφοι, αναγνώστες του περιοδικού μας,

Κατ' αρχάς θα ήθελα από καρδιάς να ευχηθώ καλή χρονιά, με υγεία για όλους μας και τις οικογένειές μας.

Οι γιορτές αυτές ήταν για δεύτερη φορά δύσκολες και σε προσωπικό αλλά και σε επαγγελματικό επίπεδο. Από τη μία αιωρείτο η επιστροφή στην κανονικότητα, από την άλλη, τα συνεχώς αυξανόμενα κρούσματα μάς «πάγωναν» καθημερινά, βιώνοντας ως επαγγελματίες μία αβεβαιότητα και μία συνεχή αγωνία για τα νέα μέτρα, για το πως θα ανταπεξέλθουμε σε αυτά, για την κάλυψη των παγίων εξόδων μας αλλά και για το πως θα αντιμετωπίσουμε τις εν γένει αυξήσεις που σημειώθηκαν το τελευταίο εξάμηνο.

Παρ' όλ' αυτά όμως, οφείλω να ομολογήσω ότι σαν κλάδος, για ακόμα μία φορά δώσαμε τον καλύτερο εαυτό μας. Στολίσαμε τα μαγαζιά μας, προσφέραμε τα χριστουγεννιάτικα εδέσματα με τον παραδοσιακό τρόπο, ενώ ταυτόχρονα προσπαθήσαμε να μεταδώσουμε τη

γιορτινή ατμόσφαιρα στην κάθε γειτονιά που δραστηριοποιούμαστε και στον κάθε πελάτη που μας στηρίζει ανελλιπώς όλα αυτά τα χρόνια.

Αλλά και σαν Ομοσπονδία όλο αυτό το διάστημα, κυρίως μετά το συνέδριό μας, ασχοληθήκαμε και κάναμε ενέργειες σχετικά με την κουμαρίνη στα προϊόντα μας καθώς και με την επιβολή του περιβαλλοντικού τέλους στα πλαστικά είδη μιας χρήσεως. Αναφορικά δε, με τα προαναφερθέντα θέματα, εστάλησαν τα σχετικά υπομνήματα και ελήφθη το σχετικό ενημερωτικό υλικό από τους αρμόδιους φορείς. Ταυτόχρονα ενημερώθηκαν όλα τα μέλη μας, των οποίων έχουμε στοιχεία επικοινωνίας.

Επιπλέον, είμαστε στην διαδικασία διοργάνωσης, εφ' όσον το επιτρέπει η εν γένει κατάσταση της πανδημίας, της έκθεσης ΑΡΤΟΖΥΜΑ στη Θεσσαλονίκη, της οποίας οι ημερομηνίες μετατέθηκαν για 2-4 Απριλίου 2022, καθώς και της παρουσίασης της έρευνας-μελέτης που εκπονήθηκε με πρωτοβουλία της Ομοσπονδίας μας, σε όλα τα σωματεια- μέλη μας.



Εύχομαι πραγματικά να μπορέσουμε να ανταπεξέλθουμε στα παραπάνω, να καταφέρουμε να τα δρομολογήσουμε όλα και να στεφθούν με την ίδια επιτυχία που στέφθηκε το 34<sup>ο</sup> συνέδριό μας. Ελπίζω λοιπόν να μας δοθεί η ευκαιρία να συναντηθούμε όλοι στην έκθεση ΑΡΤΟΖΥΜΑ.

Μιχάλης Μούσιος  
Πρόεδρος  
Ομοσπονδίας Αρτοποιών Ελλάδος



Φυσικό Προζύμι.  
Δεν συγκρίνεται με τίποτα!

## ΦΥΣΙΚΑ ΠΡΟΖΥΜΙΑ BÖCKER

Η ERNST BÖCKER GmbH & Co είναι η Νο.1 εταιρεία στον κόσμο που παράγει προζύμια με φυσική ζύμωση και καλλιέργειες προζυμίου, 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 αρτοποιημάτων και έτοιμα προς χρήση... για να σας λύσουν τα χέρια!



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





# FOOD WASTE

Η υπερπαραγωγή τροφίμων οδηγεί στη δημιουργία τεράστιου όγκου σκουπιδιών.  
Η φύση ρυπαίνεται αλόγιστα και η επεξεργασία των ίδιων των σκουπιδιών  
επιδεινώνει το φαινόμενο του θερμοκηπίου, αυξάνοντας το λεγόμενο  
ενεργειακό αποτύπωμα.



# Amore

Με αυθεντική γεύση προζυμιού

- Κατάλληλα για **άμεση χρήση**
- Δίνουν **ταυτότητα** στο τελικό προϊόν
- Προσφέρουν **ζελαριστή ψίχα & τραγανή κόρα**
- Κατάλληλα και για αρτοσκευάσματα **αργής ωρίμανσης**



 **Sefco Zeelandia**

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



*Η σπατάλη τροφίμων είναι ένα επίμονο πρόβλημα και για τα αρτοποιεία, καθώς επιδιώκουν να εξασφαλίσουν τη διαθεσιμότητα για τους καταναλωτές, ελαχιστοποιώντας τα πλεονάσματα.*

Σύμφωνα με τα στοιχεία του UNEP Food Waste Index Report 2021 του ΟΗΕ, σε επίσημα βήματα σπαταλούνται σχεδόν ένα δισεκατομμύριο τόνοι τροφίμων. Μεγάλος όγκος φαγητού πετιέται σε όλα τα στάδια της εφοδιαστικής αλυσίδας, από τις επιχειρήσεις φιλοξενίας και εστίασης μέχρι τα νοικοκυριά και καταλήγει στις χωματερές, μειώνοντας τους διαθέσιμους πόρους κι επιβαρύνοντας επικίνδυνα το περιβάλλον.

Εδώ κάπου λοιπόν έρχεται το zero-waste το οποίο μας ζητάει να μειώσουμε και ιδανικά να εκμηδενίσουμε, όποτε είναι δυνατόν, την παραγωγή σκουπιδιών.

Τις τελευταίες δεκαετίες έχουν γίνει αρκετές προσπάθειες για την ανάδειξη αυτού του σημαντικού προβλήματος. Ενημερωτικές ενέργειες, προγράμματα που στοχεύουν στον περιορισμό των διατροφικών αποβλήτων μέσω της εφαρμογής ορθών πρακτικών, ντοκιμαντέρ κι εκδόσεις προτρέπουν σε δράση. Όλο και περισσότερες φωνές ενώνονται για να υπογραμμίσουν τη σημασία της μείωσης της σπατάλης του φαγητού.

#### Τι είναι το food waste (σπατάλη τροφίμων)

Με τον όρο σπατάλη τροφίμων εννοούμε τις τεράστιες ποσότητες φαγητού που καταλήγουν στα σκουπίδια, κατά κύριο λόγο από τους κατοίκους των χωρών του λεγόμενου «δυτικού κόσμου». Εκτιμάται ότι το 1/3 του φαγητού που παράγεται παγκοσμίως απορρίπτεται τελικά, ενώ μεγάλη έρευνα του αμερικανικού υπουργείου Γεωργίας έδειξε ότι οι Αμερικανοί πολίτες πετούν στα σκουπίδια 150.000 τόνους φαγητού την ημέρα!

Αυτό εξηγείται πολύ απλά, εάν αναλογιστούμε ότι για την παραγωγή ακόμα και του σιταριού, παραδείγματος χάρι, απαιτείται

ενέργεια και παράγονται ρύποι, με τα στοιχεία να είναι ακόμα πιο επιβλαβή όταν μιλάμε για την παραγωγή και την κατανάλωση κρέατος. Όλοι μας λίγο πολύ, καθημερινά, πετάμε μια ποσότητα φαγητού στα σκουπίδια, είτε αυτό είναι λίγο από το φαγητό της ημέρας που περίσσεψε, είτε λαχανικά που δεν προλάβουμε να καταναλώσουμε και χάλασαν, είτε άλλα προϊόντα, των οποίων η ημερομηνία λήξης πέρασε, χωρίς να τα ανοίξουμε καν από τα πακέτα τους.

#### Ένα χρήσιμο παράδειγμα

Υπήρχε ένα κλίμα απρόσμενης ευφορίας μετά το γεύμα που απόλαυσαν οι 30 ηγέτες, που συμμετείχαν στην παγκόσμια συνδιάσκεψη του ΟΗΕ για την αλλαγή του κλίματος το 2015. Αν έμενε κανείς στην υποσημείωση ότι το φαγητό φτιάχτηκε από υλικά που συνήθως πετάμε στα σκουπίδια, μπορεί και να έκανε ένα μορφασμό του τύπου «μπλιαχ!». Ο βραβευμένος με αστέρι Michelin, Αμερικανός chef, Dan Barber και ιδιοκτήτης του «Blue Hill at StoneBarns» στη Ν. Υόρκη (ενός από τα 50 καλύτερα εστιατόρια του Κόσμου), μαζί με τον πρώην chef του Λευκού Οίκου Sam Kass, όμως, μετέτρεψαν αυτά που συνήθως αποκαλούμε «διατροφικά σκουπίδια» σε ένα γκουρμέ μενού, γράφοντας με τα πιο νόστιμα και λαμπερά γράμματα ότι δεν πρέπει να πετάμε με τόση ευκολία τα τρόφιμα που νομίζουμε ότι δεν τρώγονται, διότι κάνουμε πολλά!

#### Food waste και αρτοποιεία

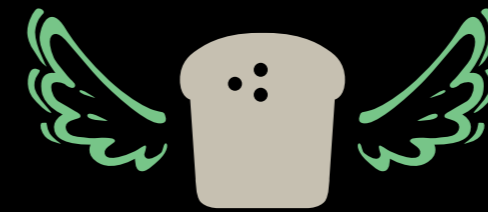
Η σπατάλη τροφίμων είναι ένα επίμονο πρόβλημα και για τα αρτοποιεία, καθώς επιδιώκουν να εξασφαλίσουν τη διαθεσιμότητα για τους καταναλωτές, ελαχιστοποιώντας τα πλεονάσματα.

#### Συντηρήστε σωστά τον εξοπλισμό για την πρόληψη της σπατάλης τροφίμων

Ο εξοπλισμός είναι η «καρδιά» κάθε επιχείρησης αρτοποιίας και λειτουργεί καλά όσο συντηρείται. Όταν ο κρίσιμος για την επιχείρηση εξοπλισμός αποτυγχάνει να λειτουργήσει, κοστίζει σε χρόνο και δημιουργείται απόβλητα. Οι φούρνοι που δεν έχουν υπολογιστεί σωστά μπορεί να σημαίνουν κακοψημένα ή καμένα τρόφιμα. Τα μίξερ που δεν λειτουργούν αποτελεσματικά αποτυγχάνουν να συνδυάσουν σωστά τα συστατικά, επομένως τα προϊόντα δεν έχουν συνέπεια στην υφή και τη γεύση. Ακόμη χειρότερα, ένα μηχάνημα με κακή συντήρηση μπορεί να θέσει σε κίνδυνο τους υπαλλήλους και τους πελάτες. Ακολουθήστε τα βήματα συντήρησης που παρέχονται από τον κατασκευαστή του εξοπλισμού για τον καθαρισμό, την αποθήκευση και την προετοιμασία. Να επισκευάζονται τακτικά όλα τα μηχανήματα στο αρτοποιείο για να συνεχίσουν να λειτουργούν αποτελεσματικά και να διασφαλίζετε ότι όλα τα προϊόντα αρτοποιίας πληρούν υψηλά πρότυπα.

#### Υπολογίστε σωστά

Μπορεί να φαίνεται προφανές, αλλά οι ακριβείς μετρήσεις είναι το κλειδί για την παραγωγή προϊόντων ίδιας ποιότητας, καθημερινά. Οι πελάτες αναμένουν να αγοράσουν ένα ψωμί ή ένα κέικ ή ένα μπισκότο με την ίδια γεύση που είχαν την τελευταία φορά που βρέθηκαν στο κατάστημα. Χωρίς ένα τυποποιημένο σύστημα μέτρησης, αυτό δε θα συμβεί. Ανατρέξτε στους προμηθευτές του αρτοποιείου σας για να βρείτε εργαλεία που βελτιώνουν τις πρακτικές μέτρησης της επι-



**BUCKMILL**  
με ΦΑΓΟΠΥΡΟ & ΤΖΙΝΤΖΕΡ  
**Γεύση που πετάει!**



Με σπόρους φαγόπυρου, τζίντζερ, κεχρί, ηλιόσπορο, λιναρόσπορο, σουσάμι, φυτικές ίνες μήλου, προζύμι και πιπέρι καγιέν.

Ένας διατροφικός θησαυρός με μοναδικό συνδυασμό συστατικών



**KONTA AEBE**  
Α' Υψηλές Αρτοποιίας, Ζαχαροπλαστικής & Παγωτού  
28ης Οκτωβρίου 51, 136 73 Αχαρνάι  
Τηλ.: 210 2406990, 210 2406688 • Fax: 210 2406994  
info@konta.gr • www.konta.gr





**Μπορεί να φαίνεται προφανές, αλλά οι ακριβείς μετρήσεις είναι το κλειδί για την παραγωγή προϊόντων ίδιας ποιότητας, καθημερινά.**

χείρησης, όπως ζυγαριές για ξηρά προϊόντα και μεζούρες για υγρά συστατικά. Η επωνυμία σας βασίζεται στη συνέπεια που περιμένουν οι πελάτες από το αρτοποιείο σας.

#### Εντοπίστε τα εναπομείναντα προϊόντα

Το μυστικό έγκειται στο να επικοινωνείτε καλά με το προσωπικό σας. Δείξτε τους πώς να παρακολουθούν τα υπολείμματα των πορτών. Η παρακολούθηση των υπολειμμάτων είναι ο τρόπος με τον οποίο ξέρετε ότι υπάρχει μεγάλη ποσότητα ενός πράγματος, ώστε να μπορείτε να κάνετε προσαρμογές είτε μειώνοντας είτε εξαλείφοντας εντελώς ένα προϊόν.

#### Παρακολουθήστε τις πωλήσεις

Μια σημαντική στρατηγική είναι να παρακολουθείτε τις παραγγελίες φαγητού και ποτών για να δείτε τι είναι αυτό που πουλάει περισσότερο και τι λιγότερο. Η ακριβής πρόβλεψη πωλήσεων σας επιτρέπει να διαχειρίζεστε το απόθεμά σας, να δημιουργείτε αποτελεσματικά ένα πρόγραμμα ψισίματος ακόμη και να προσαρμόζετε το μάρκετινγκ με βάση τις τάσεις των πελατών. Τα μοτίβα πωλήσεων λένε μια ιστορία που διαφορετικά μπορεί να χάσετε.

#### Διασφαλίστε τη σωστή επισήμανση και συσκευασία

Ένα σύστημα επισήμανσης και συσκευασίας επί τόπου όχι μόνο διασφαλίζει ότι τα προϊόντα σας φαίνονται καλύτερα όταν εκτίθενται ή παραδίδονται, αλλά επίσης μειώνει τα σφάλματα και τη σπατάλη. Τα μπισκότα σοκολάτας που π.χ φέρουν την ένδειξη curcakes σημαίνει ότι πολλοί πελάτες πιθανότατα δεν πήραν αυτό που παρήγγειλαν και είναι απογοητευμένοι.

#### Εξασφαλίστε το σωστό χειρισμό

Ο τρόπος χειρισμού κάθε προϊόντος είναι εξίσου σημαντικός. Ένα κέικ που μπορεί πέσει κατά την παράδοση σημαίνει σπατάλη φαγητού και χρόνου. Εκπαιδεύστε τους υπαλλήλους σχετικά με το σωστό τρόπο χειρισμού κάθε προϊόντος κατά το ψήσιμο, τη συσκευασία και την παράδοση. Αυτό διασφαλίζει τόσο την ασφάλεια του προσωπικού όσο και των τροφίμων και θα παρατείνει τη διάρκεια ζωής των προϊόντων σας.

#### Go Digital για παραγγελίες και πληρωμές

Η τεχνολογία παρέχει έναν πιο αποτελεσματικό τρόπο για παραγγελίες και πληρωμές. Υπάρχουν υποηρεσίες που προσφέρουν ψηφιακές λύσεις για αρτοποιεία που θέλουν να επωφεληθούν από έναν καλύτερο τρόπο επικοινωνίας με πελάτες και δημιουργίας τιμολογίων για παραγγελίες B2B. Με αυτό, οι προμηθευτές αρτοποιείων μπορούν να μειώσουν τις ακυρώσεις και τις ανεκπλήρωτες παραγγελίες, καθώς και να διασφαλίσουν ότι οι πληρωμές εισπράττονται σωστά και γίνονται στην ώρα τους.

#### Δωρίστε τα εναπομείναντα προϊόντα

Μια λύση με οφέλη για όλους είναι να δωρίζετε τα προϊόντα που «ξεμένουν» στο αρτοποιείο σας. Σίγουρα είναι δύσκολο να ξέρετε ακριβώς την ποσότητα που θα χρειαστείτε σε αρτοσκευάσματα, αφού πολλές φορές η καταναλωτική κίνηση είναι απρόβλεπτη. Αντί λοιπόν να σπαταλήσετε τα προϊόντα που έχουν περισσέψει μπορείτε να τα δωρίσετε σε διάφορους οργανισμούς, ιδρύματα ή εκκλησίες που μπορούν να τα χρησιμοποιήσουν.

Image by freepik.com



## ΝΕΑ ΣΕΙΡΑ ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΙΚΩΝ ΦΟΥΡΝΩΝ mondial forni just bake it



MOD.TECHNO 2.0

Ιδανικός για επιχειρήσεις μεγάλης κλίμακας, καταστήματα και ημι-βιομηχανικά εργαστήρια, ο φούρνος αυτός εξασφαλίζει μέγιστη ευελιξία και ψήνει τέλεια σε πλήρη και σε μισό φορτίο. Με νέο πολυλειτουργικό Touch Panel. 18 θέσεων από 6.3m<sup>2</sup>.



MOD. BASIC 3.0

Καταλαμβάνει ελάχιστο χώρο, ιδανικός για αρτοποιεία και ζαχαροπλαστεία. Απλός στη χρήση, αποδοτικός και με νέο πολυλειτουργικό Touch Panel. 15 θέσεων από 3.6m<sup>2</sup>.



MOD. SLIM 9T

Είναι η ιδανική λύση όταν ο διαθέσιμος χώρος είναι περιορισμένος, χάρη στην εξαιρετική αναλογία μεταξύ της επιφάνειας ψησίματος και της επιφάνειας που καταλαμβάνει (μόνο 1,2μ). Συνδυάζεται με στόφα ή με ηλεκτρικό όροφο για μέγιστη ευελιξία χρήσης. 9 θέσεων από 2.16m<sup>2</sup>.



ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ



ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ



ΣΕΒΑΣΜΟΣ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

“Ο ΔΑΚΟΡΩΝΙΑΣ” - ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΣΤΑΣΗΣ & ΣΙΑ ΟΕ

Οέση Λάκκο Κάτσαρη, 193 00 Ασπρόπυργος, τηλ: 210 52 22 677, 210 52 24 815, 210 55 96 172 - Fax: 210 52 36 255  
www.dakoronias.gr | email: info@dakoronias.gr | facebook: Δακωρώνιας Μηχανήματα Αρτοποιίας





## ΦΟΥΡΝΟΙ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ

Ρεπορτάζ με προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά από τις πιο αναγνωρισμένες εταιρείες του κλάδου. Προτάσεις για τεχνολογικό εξοπλισμό που θα σας βοηθήσουν με τις δημιουργίες σας, προσφέροντάς σας το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα και περισσότερους πελάτες.

### ΤΑΜΠΑΝΩΤΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΣ ΓΕΡΜΑΝΙΑΣ

από την ΙΩΑΝΝΗΣ ΛΑΓΓΙΑΣ ΜΟΝ ΕΠΕ - CLIVANEX

Φούρνος ηλεκτρικός για παραδοσιακό ομοιόμορφο ψήσιμο, με ανεξάρτητη ρύθμιση θερμοκρασίας πάνω και κάτω. Το ψήσιμο σε πλάκα διασφαλίζει τέλεια κρούστα, λάμψη και πολύ καλό όγκο. Πολύ καλό σύστημα ατμού. Έχει σθόνη αφής με προγράμματα και έλεγχο όλης της λειτουργίας του φούρνου. Οικονομία ενέργειας. [www.lappasclivanex.gr](http://www.lappasclivanex.gr)



### ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΣ ΟΡΟΦΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ PICCOLO PRO

από την MITSIDIS-HELLAS

Ο νέος ηλεκτρικός, οροφικός, κυκλοθερμικός φούρνος της Wachtel, Piccolo Pro, παράγει αποτελέσματα ψησίματος τα οποία είναι ακόμα καλύτερα και πιο ομοιόμορφα από πριν. Εξοπλισμένος με τις πιο καινοτόμες τεχνολογίες, όπως 4 αισθητήρες θερμοκρασίας και 4 ξεχωριστά ελεγχόμενες ζώνες θέρμανσης, χαρίζει τέλεια αποτελέσματα ψησίματος. Χάρη στις τεχνολογίες του, μπορεί να παράξει μια πολύ μεγάλη ποικιλία προϊόντων. Το μεγαλύτερο προσόν του βέβαια είναι η εξοικονόμηση ενέργειας, με πιστοποίηση ότι καταναλώνει έως και 33,6% λιγότερη ενέργεια συγκριτικά με άλλους φούρνους. [www.mitsidis-group.gr](http://www.mitsidis-group.gr)



## TEOREMA POLIS PW ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΙ ΦΟΥΡΝΟΙ ΜΕ ΠΥΡΟΤΟΥΒΛΟ

Φούρνοι αρτοποιίας-ζαχαροπλαστικής modular με επιλογή του εσωτερικού ύψους 18 ή 30cm.



Παρακολουθήστε τα βίντεο για την λειτουργία των φούρνων στο [VaranakisTV](http://VaranakisTV)



**«ΤΑΜΠΑΝΩΤΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ MODULAR**

από την VARANAKIS

LEONARDO: καινοτόμος, ευέλικτος, ακριβής, ιδανικός για κάθε εργαστήριο αρτοποιίας - ζαχαροπλαστικής. Ηλεκτρικός φούρνος με δυνατότητα τοποθέτησης ορόφων, ο ένας επάνω στον άλλον, χτίζοντας έτσι το δικό σας σταθμό ψησίματος. Επιλέξτε το εσωτερικό ύψος του φούρνου 18 ή 25cm και επιλέξτε επιφάνεια ψησίματος πυρότουβλο για απευθείας ψήσιμο των προϊόντων στην επιφάνεια, ή λαμαρίνα για το ψήσιμο προϊόντων σε ταψί. Με ανεξάρτητη ρύθμιση της ισχύος των αντιστάσεων στην επάνω και κάτω επιφάνεια και ξεχωριστή ρύθμιση της θερμοκρασίας του θαλάμου ψησίματος. [www.varanakis.com](http://www.varanakis.com)



**ΝΕΟΣ MODULAR**

από την CLIVANEXPORT ΣΤΕΦΑΝΟΥ

Ο πιο μικρός, ευέλικτος και οικονομικός τεταρτώδης φούρνος, για ζεστό ψωμί όλη μέρα! Αυτόνομοι, ανεξάρτητοι όροφοι, από 1 έως 6 λαμαρίνες, με δυνατότητα τοποθέτησης στόφας, στόφας ψυγείου ή βάσης στο κάτω μέρος. Με νέο σύστημα ανάκλησης τζαμιών, για πολύ εύκολο καθαρισμό στο εσωτερικό τους. Με νέα οθόνη αφής 99 προγραμμάτων και 5 σταδίων ψησίματος, με αυτόματο προγραμματιζόμενο τάπερ εξαγωγής ατμών. Με νέο σύστημα αυτόματου φουρνίσματος - ξεφουρνίσματος, για ξεκούραστη και πιο γρήγορη εργασία. Σύνδεση με Bluetooth ή Wi-Fi για απομακρυσμένο έλεγχο. [www.clivanexport.gr](http://www.clivanexport.gr)



**ΝΕΟΣ ΑΕΡΟΘΕΡΜΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΜΙΛΕ ΓΕΡΜΑΝΙΑΣ**

από την ΠΕΤΡΙΔΗΣ ΑΕ

Ο νέος φούρνος Ecoo 4.0, με χωρητικότητα 4,6,8,10 λαμαρινών 40x60, είναι ο ιδανικός φούρνος για ψήσιμο κρουασάν, σφολιατοειδών, μπαγκετών, δανέζικων, μπριός και πλήθος άλλων προϊόντων. Με δυνατότητα ατμοδότησης, όπου αυτό είναι απαραίτητο και τέλειο ψήσιμο. Με φιλικό πίνακα λειτουργιών που σας εξασφαλίζει 100 προγράμματα μνήμης, με 5 στάδια ρυθμίσεων σε κάθε πρόγραμμα. Με σύστημα εξοικονόμησης ενέργειας ECO-Mode που ρυθμίζει τη θερμοκρασία του φούρνου στην επιθυμητή τιμή όταν δεν το χρησιμοποιούμε. Διαθέτει επίσης άριστο φωτισμό. [www.petridis.com.gr](http://www.petridis.com.gr)



**ΝΕΟΣ ΑΕΡΟΘΕΡΜΟΣ ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΤΕΧΝΟ 2.0**

από την ΔΗΜ.ΣΤΑΣΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. - ΔΑΚΟΡΩΝΙΑΣ

Ο νέος περιστροφικός φούρνος Τεχνο 2.0 σχεδιάστηκε σύμφωνα με τις ανάγκες των αρτοποιιών και των ζαχαροπλαστών, μια κατηγορία που η εταιρεία υπηρετεί περήφανα για εβδομήντα χρόνια. Εξασφαλίζει μέγιστη ευελιξία, όσον αφορά τη θερμοκρασία και ψήνει τέλεια σε πλήρη και σε μισό φορτίο, χάρη στο πρωτοποριακό σύστημα ανακυκλοφορίας αέρα ΒΤΤ και στο καινοτόμο σύστημα ατμού πολλαπλών σημείων, που αναπτύχθηκε από την Mondial Forni. Ο περιστροφικός φούρνος Τεχνο 2.0 εξασφαλίζει εξαιρετικά αποτελέσματα ψησίματος: ομοιομορφία, άρωμα και μέγιστη ανάπτυξη των προϊόντων. [www.dakoronias.gr](http://www.dakoronias.gr)

**ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ**

από την Θ. ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ

Ο ηλεκτρικός φούρνος JOLLY είναι ο κατάλληλος φούρνος για όλων των ειδών προϊόντα αρτοποιίας-ζαχαροπλαστικής, ασχέτως των μεγεθών τους. Ο κάθε όροφος είναι ανεξάρτητος και μονωμένος ξεχωριστά, επιτυγχάνοντας διαφορετικές θερμοκρασίες ανά όροφο, ώστε να ψήνονται διαφορετικά είδη ταυτόχρονα. Οι ατμοπαραγωγοί είναι ανεξάρτητοι και υψηλής αποδοτικότητας ώστε να μπορούν να παράγουν ατμό ακόμα και στα συνεχόμενα ψησίματα. Οι πλάκες είναι κατασκευασμένες από ειδικό πυράντοχο υλικό και διαχέουν ομοιόμορφα τη θερμότητα τόσο εάν ψήνονται τα προϊόντα κατευθείαν πάνω στην πλάκα είτε σε λαμαρίνα. [www.kourlampas.gr](http://www.kourlampas.gr)



ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΙ • ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ • ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ  
ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ - 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



Διαίρετική στρογγυλοποιητική



Διαίρετική τετράγωνη



Διαίρετική επιτραπέζια 30τεμ. 40-130 γρ.



Μίξερ επιτραπέζιο 8 ltr.



Φρυγανιέρα επιδαπέδια



Φρυγανιέρα επιτραπέζια



Μίξερ από 8-120ltr.



Κουλουρομηχανή για δίχρωμα και γεμιστά προϊόντα



Πλυντήριο σκευών



Κουλουρομηχανή Παραγωγή κουλουριών, Βουτημάτων, κουραμπιέ, κοκ, εκλέρ



Παγωτομηχανή Παστεριωτής



ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΙ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ - ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ  
ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ - ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ  
ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΧΡΗΣΤ. ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ ΕΠ.Ε.

ΛΑΓΟΡΑ 6 (ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ) ΑΘΗΝΑ  
ΤΗΛ: 210 5773 177 - 8 - FAX: 210 5727 253

email: [info@kourlampas.gr](mailto:info@kourlampas.gr)



## ΚΛΙΒΑΝΟΙ ΑΡΤΟΠΟΪΑΣ

από την Α.Ν. ΚΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ Α.Ε.

Ο αερόθερμος περιστροφικός κλιβανός ROTOTHERM Green συμβάλλει καθοριστικά στο άριστο ψήσιμο, σε συνδυασμό με υψηλή ενεργειακή απόδοση και οικονομικά οφέλη, χάρη στην ιδιαίτερα χαμηλή κατανάλωση! Ο ROTOTHERM Green συνδυάζει ό μοναδικά τεχνολογικά χαρακτηριστικά: Εναλλάκτης θερμότητας με δυνατό μοτέρ - η καρδιά του κλιβανού, δυνατό σύστημα παραγωγής ατμών -το μυστικό για μεγάλο όγκο, σύστημα Navigo για βέλτιστη καμπύλη εψίσεως -ανάλογα με το προϊόν, σύστημα Thermostat υψηλής μόνωσης -χωρίς απώλειες, ομοιόμορφη ροή θερμότητας -για πιο αφράτα προϊόντα και πλήρως ανοξείδωτη κατασκευή -για μεγάλη διάρκεια ζωής.  
www.ankostopoulos.com



## ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΣ ΑΡΤΟΚΛΙΒΑΝΟΣ

από την ΜΠΑΣΑΣ Α.Ε.

Στους κλιβανούς της ΜΠΑΣΑΣ ΑΕ οι αντιστάσεις που χρησιμοποιούνται έχουν ειδική προστατευτική επιστρωση έτσι ώστε να μην πυρακτώνονται κατά τη λειτουργία, με αποτέλεσμα να προσφέρουν καλύτερη διανομή της θερμότητας, όπως και υψηλή αντοχή στο χρόνο. Επίσης είναι οι μοναδικοί που έχουν σύστημα ελέγχου της κατανάλωσης, μέσω κεντρικής μονάδας, που προσφέρει πάρα πολύ μεγάλη εξοικονόμηση ενέργειας άρα και κόστος λειτουργείας. Για τη μόνωση χρησιμοποιείται πετροβάμβακας μεγάλης πυκνότητας, με αποτέλεσμα η θερμική απώλεια να είναι ελάχιστη και κυρίως το κόστος λειτουργίας να παραμένει σε χαμηλά επίπεδα.  
www.basas.gr



## ΠΕΡΙΣΤΡΕΦΟΜΕΝΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ ΝΕΑΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

από την CRONUS - ΚΟΥΤΣΜΑΝΗΣ

Ιταλικός φούρνος, μάρκας Zucchelli Forni, με οθόνη LCD και δυνατότητα αποθήκευσης μέχρι 99 προγράμματα. Έχει 2 inverter, ένα για τη ρύθμιση του αέρα και ένα για τη ρύθμιση της περιστροφής του καρτσιού. Παρέχει απόλυτη ομοιομορφία ψησίματος ακόμα και στα πιο απαιτητικά προϊόντα, πάντα σε συνδυασμό με την οικονομία κατανάλωσης καυσίμου. Φέρει, επίσης, δυνατή και συνεχόμενη ατμοδότηση μέσω ενός εξαιρετικού συστήματος με μπίλιες. Διατίθεται στα παρακάτω μοντέλα: Ρεύμα και με καυστήρα αερίου ή πετρελαίου.  
www.cronusequip.gr



## ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΣ ΑΡΤΟΚΛΙΒΑΝΟΣ

από την SKAROS GROUP

Παρέχει ανεξάρτητη ρύθμιση και ένδειξη θερμοκρασίας σε κάθε πάτωμα και ουρανό. Εξ' ολοκλήρου ανοξείδωτος, για να εξασφαλίζει υψηλή αντοχή. Κατασκευάζεται σε όποιες διαστάσεις θέλετε. Η καινοτομία είναι στην πιο πλούσια ατμοδότηση συγκριτικά με άλλους φούρνους και στην εξαιρετικά χαμηλή κατανάλωση ρεύματος, λόγω της κυκλοθερμίας που υπάρχει. Τέλος, το έξυπνο ηλεκτρονικό χειριστήριο έχει πάρα πολλές εναλλακτικές ψησίματος, βάσει του εκάστοτε αρτοσκευάσματος. Πρόγραμμα αφύπνισης του φούρνου και ξεκίνηση αυτού ηλεκτρονικά, την ώρα που εσείς θα ορίσετε.  
www.skarosgroup.gr

## ΚΥΚΛΟΘΕΡΜΙΚΟΙ ΑΡΤΟΚΛΙΒΑΝΟΙ ΠΕΛΛΕΤ

από την ΝΙΚΟΛΑΟΣ Α. ΚΕΝΤΙΚΗΣ

Κυκλοθερμικοί αρτοκλιβανοί κατασκευασμένοι για καύση πέλλετ. Βασίζεται στην ανακύκλωση των καυσαερίων και στη μετάδοση της θερμότητάς τους στο δάπεδο και στην οροφή των θαλάμων, μέσω κυψελών. Η κυκλοφορία των αερίων γίνεται με βεντιλατέρ (ανεμιστήρα) που κινείται από ηλεκτροκινητήρα 3HP τοποθετημένο στο πάνω μέρος του κλιβανού. Με αυτό το τρόπο εξασφαλίζεται ομοιόμορφο ψήσιμο, χωρίς γυρίσματα. Είναι οικονομικοί και ιδανικοί για ψήσιμο όλων των ειδών αρτοποιίας και ζαχαροπλαστικής. Κατασκευάζονται στις διαστάσεις που θέλετε.  
www.artoklivanoifloga.gr



## ΑΕΡΟΘΕΡΜΟΣ ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΙΚΟΣ

Η βοήθεια του Αρτοποιού, το εργαλείο του Ζαχαροπλάστη



Μοντέλα για 1 έως 6 καρτόσια 40x60cm, 50x70cm, 60x80cm, 80x90cm.  
Έχει σχεδιαστεί & κατασκευάζεται με αεροδύβητα μεγάλης επιφάνειας εναλλαγής θερμότητας για Μέγιστη εκμετάλλευση ενέργειας του καυσίμου  
Διαθέτει νέο τεχνολογία κατεύθυνσης αέρα για απόλυτη ομοιομορφία  
Μόνωση τριπλού κρυστάλλου στην πόρτα για ελάχιστες απώλειες  
Προαιρετικά:  
- Χειριστήριο με οθόνη αφής 7" και 99 προγράμματα 5 σταδίων με εικόνες  
- Αυτόματο προγραμματιζόμενο τάμπερ ατμών  
- Inverter με έως 10 ταχύτητες αέρα  
- Σύνδεση με WiFi για απομακρυσμένο έλεγχο

## ΚΥΚΛΟΘΕΡΜΙΚΟΣ ΥΒΡΙΔΙΚΟΣ

Διαχρονικά ή σταθερή, κλασική επιλογή



Κυκλοθερμικοί με έξτρα 1 ή 2 ηλεκτρικούς ορόφους

Μπορεί να λειτουργήσει με καύσιμο : Πετρέλαιο, Υγρόαέριο, Φυσικό αέριο, Pellet και σε συνδυασμό με 1 ή 2 Ηλεκτρικούς ορόφους, για ακόμη μεγαλύτερη ευελιξία (Υβριδικά μοντέλα).

Προαιρετικά:  
- Χειριστήρια με οθόνες αφής 7" και 99 προγράμματα 5 σταδίων με εικόνες  
- Αυτόματο προγραμματιζόμενο τάμπερ ατμών  
- Σύνδεση με WiFi για απομακρυσμένο έλεγχο



## MODULAR

Να μεταφέρεται & να χωράει παντού...

Μοντέλα για 1 έως 6 λαμαρίνες 40x60cm ανά όροφο

Οι επιλογές ξεκινούν από 1 έως 4 ορόφους & με δυνατότητα τοποθέτησης στάφας ή βάσης στο κάτω μέρος, με χώρο τοποθέτησης λαμαρινών ή και τελάρων.

Διαθέτει Νέο χειριστήριο με πλήκτρα αφής και οθόνη 3" με 99 προγράμματα 2 σταδίων

Διαθέτει σύστημα ανάκλισης τζαμιών για εύκολο καθαρισμό

Προαιρετικά:  
- Χειριστήριο με οθόνη αφής 5" και 99 προγράμματα 5 σταδίων με εικόνες  
- Αυτόματο προγραμματιζόμενο τάμπερ ατμών  
- Σύνδεση με Bluetooth ή WiFi για απομακρυσμένο έλεγχο  
- Απορροφητήρας με σύστημα υγραποίησης ατμών  
- Δυνατότητα βαφής σε οποιοδήποτε χρώμα



24 ΩΡΕΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ: 24210 95279



## 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.

### ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ ΤΗΣ ΟΑΕ ΣΤΟΥΣ ΧΟΡΗΓΟΥΣ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ

του Πανελληνίου συνεδρίου της στην Αρτόζα 2021

Η Ομοσπονδία Αρτοποιών Ελλάδος θα ήθελε να ευχαριστήσει θερμά όλους τους χορηγούς που στήριξαν το 34ο Συνέδριό της στο πλαίσιο της 17ης ΑΡΤΟΖΑ στο METROPOLITAN EXPO, τον Νοέμβριο 2021. Πιο αναλυτικά ευχαριστεί τον Μέγα Χορηγό FORUM – ΑΡΤΟΖΑ, τον Χρυσό Χορηγό ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ ΑΕ, τους Χορηγούς ΖΥΜΕΣ ΛΕΣΑΦ ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ, ΡΟΔΟΥΛΑ ΑΕ και ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΕΠΕ. Επίσης ευχαριστεί τους Υποστηρικτές: ΜΙΧΑΗΛ ΑΡΑΜΠΑΤΖΗΣ ΑΒΕΕ, Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ, ΜΠΑΣΑΣ ΑΕ, ΜΠΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕΤ, ΑΦΟΙ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΔΗ ΕΠΕ, ΚΑΝΑΚΗΣ ΣΤΕΛΙΟΣ ΑΒΕΕ, ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ, ΡΥΡΑΤΟΣ ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ, ΙΩΝΙΚΗ ΣΦΟΛΙΑΤΑ ΑΕ και Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ.



### ΔΕΜΑΤΑ ΑΓΑΠΗΣ ΣΕ 500 ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΑ

από το Τοπικό Δίκτυο Κοινωνικής Αλληλεγγύης του Δήμου Εορδαίας

Ο Δήμος Εορδαίας μέσω του Τοπικού Δικτύου Κοινωνικής Αλληλεγγύης της Διεύθυνσης Κοινωνικής Πολιτικής, τα Χριστούγεννα του 2021 διένεψε δέματα αλληλεγγύης σε 500 περίπου νοικοκυριά, σε μία προσπάθεια στήριξης των πολιτών που ανήκουν σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες και αντιμετωπίζουν σοβαρά κοινωνικοοικονομικά προβλήματα. Δικαιούχοι των συγκεκριμένων δεμάτων ήταν μονογονεϊκές και πολύτεκνες οικογένειες, ηλικιωμένοι μοναχικοί άνθρωποι, οικογένειες που βρίσκονται στα όρια της φτώχειας και δεν καλύπτονται από το πρόγραμμα ΤΕΒΑ. Δόση γλύκας με παραδοσιακά μελομακάρονα πρόσθεσε στα δέματα το Σωματείο Αρτοποιών Πτολεμαΐδας.



**DRAKOULAKIS**  
SHOP FITTINGS



[ΑΘΗΝΑΙΟΝ]

www.drakoulakis.gr



**DESIGN  
LUXURY.  
STYLE  
OF  
LIVING.**

**Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ**

25 χλμ Ε.Ο. Αθηνών - Κορίνθου **ΕΛΕΥΣΙΝΑ** (ΑΤΤΙΚΗ ΟΔΟΣ, ΕΞΟΔΟΣ 1)

**T** 215 000 1000 **E** info@drakoulakis.gr

f @ p in







### ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΓΛΥΚΙΣΜΑΤΩΝ

στο Κοινωνικό Παντοπωλείο Δ. Λαρισαίων

Κουραμπιέδες και μελομακάρονα προσέφεραν οι σπουδαστές του τμήματος αρτοποιίας – ζαχαροπλαστικής του ΙΕΚ ΔΗΜΗΤΡΑ σε συνεργασία με τη συντεχνία αρτοποιών νομού Λάρισας με σκοπό να ενισχύσουν τις οικογένειες του Κοινωνικού Παντοπωλείου της Αντιδημαρχίας Κοινωνικής Πολιτικής του Δήμου Λαρισαίων τις ημέρες των Χριστουγέννων. Τα γλυκίσματα παρέδωσαν ο εκπρόσωπος του ΙΕΚ ΔΗΜΗΤΡΑ, Βασίλης Ζάρκος με τους σπουδαστές της σχολής και ο εκπρόσωπος της συντεχνίας αρτοποιών, Αλέξανδρος Γκούλιος, και τα παρέλαβαν ο Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής, Σωτήρης Βούλγαρης, ο οποίος τους ευχαρίστησε για την προσφορά, καθώς και στελέχη του Κοινωνικού Παντοπωλείου.



### ΔΙΑΝΟΜΗ ΒΑΣΙΛΟΠΙΤΑΣ

στους Ιερούς Ναούς Περιστερίου



Ο Δήμος Περιστερίου σε συνεργασία με την Ιερά Μητρόπολη Περιστερίου προχώρησαν ανήμερα της Πρωτοχρονιάς στη διανομή χιλιάδων κομματιών βασιλόπιτας στους Ιερούς Ναούς, τηρώντας το έθιμο της πόλης να δημιουργείται η μεγαλύτερη βασιλόπιτα από τη Συντεχνία Αρτοποιών Αθηνών, Προαστίων & Περιχώρων. Ο Δήμαρχος Ανδρέας Παχατουρίδης και ο Μητροπολίτης Περιστερίου κ.κ. Γρηγόριος εκφράζουν τις θερμές τους ευχές για τη νέα χρονιά, μέσα σε κλίμα ενότητας, αγάπης και αισιοδοξίας, με υγεία και ασφάλεια. Τα κομμάτια βασιλόπιτας δημιουργήθηκαν από βιοτεχνικά αρτοποιεία (φούρνοι της γειτονιάς).

### ΑΠΟΔΟΣΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΥ ΤΕΛΟΥΣ

στα πλαστικά προϊόντα

Από την 1η Ιανουαρίου 2022 επιβάλλεται εισφορά προστασίας του περιβάλλοντος για τα πλαστικά προϊόντα μιας χρήσης, που διατίθενται ως συσκευασία των τροφίμων και των ποτών κατά την πώλησή τους από επιχειρήσεις μαζικής εστίασης και λιανικού εμπορίου, οι οποίες πωλούν τρόφιμα και ποτά. Η καταβολή της εισφοράς επιβάλλεται στους καταναλωτές ανά τεμάχιο προϊόντος. Το τέλος ορίζεται στα 0,04 λεπτά ανά τεμάχιο (πλέον ΦΠΑ), και αφορά σε όλα τα είδη ποτηριών, περιέκτες και τα αντίστοιχα καπάκια μιας χρήσης που είναι εξ' ολοκλήρου πλαστικά ή περιέχουν πλαστικό.



### ΕΠΙΤΥΧΟΝΤΕΣ, ΕΠΙΛΑΧΟΝΤΕΣ, ΑΠΟΡΡΙΠΤΕΟΙ

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα «Ανταγωνιστικότητα, Επιχειρηματικότητα και Καινοτομία»

Η Επιτροπή Αξιολόγησης αιτήσεων της Ομοσπονδίας Αρτοποιών Ελλάδος συγκρότησε τους Οριστικούς Πίνακες Επιτυχόντων, Επιλαχόντων και Απορριπτών Υποψήφιων Ωφελούμενων για συμμετοχή στην Πράξη «Ολοκληρωμένη Δράση Ανάπτυξης Δεξιοτήτων Εργαζομένων, Κατάρτισης και Πιστοποίησης στην Υγιεινή και Ασφάλεια εργασίας και στη Διαχείριση της Υγιεινής και Ασφάλειας προϊόντων - HACCP» με κωδικό ΟΠΣ (ΜΙΣ) 5035191 του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανταγωνιστικότητα, Επιχειρηματικότητα και Καινοτομία». Τα αποτελέσματα έχουν προκύψει βάσει της μοριοδότησής τους ανά περιφέρεια με βάση τις διαθέσιμες θέσεις που αναφέρονται στη σχετική πρόσκληση και έχουν αναρτηθεί στην ιστοσελίδα της ΟΑΕ (www.oae.gr).

### Dough, Baking & Beyond



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



Αρτοκλίβανοι MERCEDOR - Κυκλοθερμικοί, Πετρελαίου, Αερίου, ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΙ, ΣΩΛΗΝΩΤΟΙ. Η απόλυτη οικονομία!



Συγκροτήματα αρτοποιίας



Ζυγοκοπτικό - stretch free για μαλακά ζυμάρια με υγρασία έως 80%



Ταχυζυμωτήριο εξερχόμενο Aqua Mixer για προϊόντα με υγρασία έως 80%

Ταχυζυμωτήρια γαλλικού τύπου με παραδοσιακό δίχало



Αυτόματες - Ημιαυτόματες μηχανές γέμισης



Γεμιστικά με αντίλη μεταφοράς γέμισης, με πιστόλι εύκολο - ευέλικτο, για κάθε είδους γέμιση



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



Φούρνοι Γερμανίας - Τελαρωτοί, αερόθερμοι. Ιδανική λύση για αρτοποιεία, ζαχαροπλαστεία, catering. Φουρνάκια ηλεκτρικά ή αερίου



ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΙ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΙ ΤΩΝ ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΩΝ:



Έχουμε όλες τις απαντήσεις...

ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΟ - ΕΚΘΕΣΗ - ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ: Λεβέντη 5, 121 32 Περιστερί, Αθήνα, τηλ.: 210 57 45 811 - 14, e-mail: jlappas@jlappas.gr

www.lappas.eu



# ΝΙΚΟΣ ΧΑΤΖΗΦΡΑΙΜΙΔΗΣ

ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΣΥΝΤΕΧΝΙΑΣ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΚΙΛΚΙΣ

**Η Συντεχνία Αρτοποιών Κιλκίς δημιουργήθηκε στις αρχές της δεκαετίας του '70 με πρόεδρο τον αείμνηστο αρτοποιό Γιάννη Τσακουρίδη. Σήμερα τα νηία έχει αναλάβει ο κύριος Νίκος Χατζηφραιμίδης, ο οποίος διατελεί πρόεδρος από το 2010 και μιλά στον Αρτοποιό-BAZ για τις εξελίξεις στον κλάδο.**



Από την ίδρυσή της, η Συντεχνία Αρτοποιών Κιλκίς συμμετείχε σε πολλές κοινωνικές δράσεις. Τα πρώτα και δύσκολα για την Ελλάδα χρόνια, μάλιστα, έγινε χορηγός και βοηθός σε πάρα πολλά ιδρύματα, ενώ και οι ίδιοι οι αρτοποιοί συμμετείχαν σε δράσεις βοηθώντας τον κόσμο να ξεπεράσει τα οικονομικά του προβλήματα και προσφέροντας ψωμί σε διάφορα συσσίτια. Στην πόλη του Κιλκίς αρχικά υπήρχαν περίπου τέσσερα αρτοποιεία. Σήμερα μέσα στην πόλη καταγράφονται 12, πέντε υπάρχουν στο Πολύκαστρο, τρία στην Αξιούπολη και όλα τα άλλα είναι διασκορπισμένα στα χωριά του νομού. «Είναι κάτι πολύ σημαντικό γιατί τα χωριά μας εδώ έχουν ερημώσει, έχουν 15-20 κατοίκους το καθένα και οι αρτοποιοί σε καθημερινή βάση εξυπηρετούν με τα αυτοκίνητά τους αυτούς τους ανθρώπους προσφέροντάς τους το πιο βασικό αγαθό, το ψωμί. Ακόμα και σε αυτά τα παραμεθόρια χωριά δεν υπάρχει σπίτι στο οποίο να μην πηγαίνει καθημερινά το ψωμί», σχολιάζει χαρακτηριστικά ο κύριος Χατζηφραιμίδης.

**Ποιες είναι οι δράσεις και οι διακρίσεις της Συντεχνίας Αρτοποιών Κιλκίς;**

Προ κορωνοϊού, κάναμε διαγωνισμούς ζωγραφικής με θέμα το ψωμί στα scho-

λεία και οι μαθητές που διακρίνονταν λάμβαναν ως αμοιβή την κάλυψη των εξόδων τους για τη σχολική χρονιά, όπως τετράδια, βιβλία και γραφική ύλη. Συμμετείχαμε, επίσης, στο φεστιβάλ «Κερνάμε Κιλκίς», όπου προωθούσαμε τη γνωριμία με τα παραδοσιακά προϊόντα του νομού.

Επίσης, σαν Σωματείο έχουμε παρακολουθήσει σεμινάρια από τον ΕΦΕΤ και στα αρτοποιεία μας τηρούμε το HACCP. Από τον ΕΦΕΤ, μάλιστα, έχουμε πάρει συχαρητήρια για τους συναδέλφους που τηρούν όλους τους υγειονομικούς κανόνες και τα πρωτόκολλα και τα μαγαζιά μας είναι άψογα. Τέλος, πριν τρία χρόνια κάναμε ένα δεκάμηνο πρόγραμμα Erasmus στην Ιταλία. Οι συνάδελφοι πήγαν εκεί, γνωρίστηκαν με τους συναδέλφους, έγινε ξενάγηση στα τοπικά εργαστήρια και ανταλλάξαν ιδέες και απόψεις πάνω στο αντικείμενό μας.

**Πώς αντιμετωπίζετε τα μέτρα για τον κορωνοϊό στα αρτοποιεία σας;**

Στα μαγαζιά μας τηρούνται όλες οι υγειονομικές οδηγίες που έχουν δοθεί από τον ΕΟΔΥ και μας έχει κάνει τρομερή εντύπωση ότι όλοι οι άνθρωποι εδώ στην επαρχία, ακόμα και στα μικρά χωριά, έχουν σεβαστεί αυτή την κατάσταση και τηρούν με θρησκευτική ευλάβεια τις οδηγίες. Δεν υπάρχει συνωστισμός, τηρούνται οι αποστάσεις και πραγματικά μας έχει εκπλήξει όλους αυτό.

**Έχει καταγραφεί πτώση στον τζίρο σας λόγω της πανδημίας;**

Γεγονός είναι ότι, παρόλο που ήταν ανοιχτά τα μαγαζιά ακόμα και στα σκληρά lockdown, η δουλειά μας έπεσε πάρα

πολύ. Με τον κόσμο κλεισμένο μέσα στα σπίτια, όλοι παρακολουθούσαν εκπομπές μαγειρικής που έφτιαχναν ψωμί και γλυκά, με αποτέλεσμα να πέσει η κατανάλωση σε εμάς. Και είναι λογικό γιατί ο κόσμος δεν ξέρει τι του ξημερώνει αύριο, η κατάσταση που ζούμε είναι πρωτόγνωρη, αλλά ευχόμαστε να ξεπεραστεί και να πάνε όλα καλά.

**Ποια είναι η άποψή σας για την αύξηση των τιμών των πρώτων υλών;**

Ο κόσμος ήταν έτοιμος να δεχθεί την αύξηση στο ψωμί γιατί έγινε μια σωστή ενημέρωση και από τον πρόεδρο της Ομοσπονδίας, τον κ. Μούσιο και από τα ΜΜΕ για τις αυξήσεις στην ενέργεια και στα καύσιμα. Φέτος η τιμή του σιταριού ξεπέρασε κάθε προηγούμενο, φτάνοντας έως και στο τριπλάσιο. Ο νομός μας είναι γεωργικός και οι καταναλωτές μας που είναι αγρότες ήξεραν ότι πουλούσαν το σιτάρι ακριβά, επομένως ήταν αναμενόμενη η αύξηση της τιμής του ψωμιού και ο κόσμος το δέχτηκε αδιαμαρτύρητα, σαν αναγκαίο κακό. Από εκεί και πέρα όμως δεν ξέρουμε αν η ταχύτητα με την οποία τρέχουν οι αυξήσεις θα ανακοπεί, οπότε ίσως χρειαστεί να γίνει ξανά μια μικρή αύξηση στο προσεχές μέλλον. Ελπίζουμε ότι θα ανακοπεί για να μπορέσουμε κι εμείς να κρατήσουμε την τιμή στα επίπεδα που είναι. Το ψωμί είχε να ανέβει 10 χρόνια, από το 2010, που επωμιστήκαμε όλες τις αλλαγές στον ΦΠΑ αλλά, τις μικροαυξήσεις που γίνονταν κατά καιρούς στα καύσιμα, στην ενέργεια και στα άλευρα. Και τώρα ακόμα απορροφήσαμε μεγάλο μέρος των αυξήσεων, γιατί οι αρτοποιοί πάντα βάζουν πλάτη στις δύσκολες στιγμές που βιώνει η κοινωνία.



# ΨΩΜΙ ΜΕ ΛΟΥΛΟΥΔΟΜΑΓΙΑ

Το παραδοσιακό προζυμένιο ψωμί με λουλουδομαγιά καταγράφεται αρχικά στον Πόντο και το έφεραν στην Ελλάδα οι πρόσφυγες που εγκαταστάθηκαν στο Κιλκίς.

Την άνοιξη, οι νοικοκυρές που έφτιαχναν αυτό το ψωμί πήγαιναν σε μέρη που υπήρχε ποτάμι, τρεχούμενο νερό ή ρυάκι, όπου φύτευαν αυτό το λουλούδι -που «συγγενεύει» με τον λυκίσκο και το μάζευαν. Κρατούσαν τα άνθη λίγες ημέρες να αποξηραθούν, να στεγνώσουν και κατόπιν τα έβραζαν σε μια μεγάλη κατσαρόλα με νερό.

Στη συνέχεια έπαιρναν αυτό τον ζυμό, τον ανακάτευαν με καλαμποκάλευρο και έφτιαχναν ένα σκληρό ζυμάρι, σαν αυτό που φτιάχνουμε τον τραχανά, το οποίο το έβαζαν σε λεκάνες και το άφηναν να ξεκουραστεί.

Την επόμενη μέρα το έκοβαν σε μικρά κομμάτια με το χέρι, το άπλωναν πάνω σε ένα σεντόνι και το άφηναν να ξεραθεί.

Αφού ξεραίνονταν και γινόταν πολύ σκληρό, το περνούσαν από τρίφτες για να το κονιορτοποιήσουν και το αποθήκευαν σε πάνινα σακιά για να το χρησιμοποιήσουν καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου και να φτιάχνουν ψωμί, το λεγόμενο ψωμί με τη λουλουδομαγιά τους, το οποίο ειδικά όταν ψηνόταν στους παλιούς χτιστούς φούρνους ευωδίαζε όλη η γειτονιά. Έχει τρομερό άρωμα και πολύ χαρακτηριστική μυρωδιά.

Αυτή τη στιγμή υπάρχουν ορισμένα αρτοποιεία στο Κιλκίς που κάνουν αυτό το ψωμί αλλά όχι συχνά. Πρόκειται για ψωμί της αργής ωρίμανσης που απαιτεί περισσότερη διαδικασία από ότι χρειάζεται για να τα συνηθισμένα ψωμιά, επομένως πλέον παρασκευάζεται περισσότερο εθιμοτυπικά.

## Συνταγή για ένα κιλό ψωμί

Μαζεύουμε το άνθος από αυτό το κίτρινο λουλούδι και το βράζουμε σε νερό. Σε ένα κιλό αλεύρι καλαμποκιού βάζουμε 500 γρ. περίπου από το ζυμό του λουλουδιού και το ανακατεύουμε μέχρι να γίνει ένα πολύ σφιχτό ζυμάρι. Αφού το αφήσουμε περίπου 20-24 ώρες σκεπασμένο μέσα σε μία λεκάνη να ξεκουραστεί, το κόβουμε σε μικρά κομματάκια, το απλώνουμε σε ένα σεντόνι και το αφήνουμε να ξεραθεί όσο χρόνο χρειάζεται. Έπειτα το κονιορτοποιούμε, το αποθηκεύουμε σε ένα τσουβάλι και το χρησιμοποιούμε καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου. Η ποσότητα του λουλουδιού είναι περίπου ίδια με την ποσότητα της μαγιάς που χρησιμοποιούμε στο συνηθισμένο ψωμί, αλλά ενώ το κανονικό ζυμάρι φουσκώνει περίπου σε 45 λεπτά, αυτό φουσκώνει περίπου σε 75 λεπτά.

ΝΙΚΟΣ ΧΑΤΖΗΦΡΑΙΜΙΔΗΣ  
Πρόεδρος Συντεχνίας Αρτοποιών Κιλκίς

Γιαπρεϊνιουμε την παραδοση  
με την εξεισημ!



ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΙ ΑΡΤΟΚΛΙΒΑΝΟΙ



Συλληνωτοί  
Αρτοκλιβανοί



Συλληνωτοί  
Αρτοκλιβανοί Κτιστοί



Περιστρεφόμενοι  
Αρτοκλιβανοί



ΜΠΑΣΑΣ Α.Ε. Αρτοκλιβανοί & Μηχανήματα Αρτοποιίας

Λ. Τατοΐου 78 Αχαρνάι Τ.Κ.: 136 77 Τηλ.: 210 2478817-210 2478691 Fax: 210 2478818  
www.basas.gr e-mail: info@basas.gr





## ΤΟ ΝΕΟ ΠΡΟΕΔΡΕΙΟ ΤΗΣ ΟΑΕ

Τα μέλη του νεοεκλεγέντος προεδρείου της Ομοσπονδίας Αρτοποιών Ελλάδος, μίλησαν στο περιοδικό για τις δράσεις της ΟΑΕ, τα πλάνα για το τρέχον έτος, τα προβλήματα του κλάδου αλλά και τις δικές τους προσωπικές ευχές.



### Μιχάλης Μούσιος, Πρόεδρος ΟΑΕ

Από τις πρώτες ημέρες του καινούργιου χρόνου η ΟΑΕ ξεκίνησε συναντήσεις με τους θεσμικούς φορείς για θέματα που αφορούν στον κλάδο και τη βιωσιμότητά του. Στη συνάντηση με τον υπουργό Ανάπτυξης, κ. Γεωργιάδη, μεγάλο μέρος της συζήτησης έλαβε το θέμα της ακρίβειας, της ενέργειας και των πρώτων υλών που έχουν διπλασιαστεί. Ακολούθησε συνάντηση και με τον γ.γ. Προστασίας του Καταναλωτή και Εμπορίου για θέματα λειτουργίας της αγοράς. Συνάντηση έγινε και με τον κ. Νίκο Λούλη. Κύριο θέμα της συνάντησης ήταν η δημιουργία από την ΟΑΕ σχολής Αρτοποιίας, κάτι που ανακοινώθηκε στο Συνέδριο της Ομοσπονδίας, τον Νοέμβριο του 2021. Συστάθηκε επιτροπή η οποία θα τρέξει αυτό το εγχείρημα. Είναι κάτι που το έχει ανάγκη ο κλάδος και για τους νέους αρτοποιούς αλλά και για όλους.

Για τις επόμενες ημέρες θα υπάρξει συνάντηση με τον νέο Πρόεδρο του ΚΙΝΑΛ, τον κ. Ανδρουλάκη για να του θέσουμε τα θέματα του κλάδου αλλά και το σημαντικότερο θέμα, αυτό της ακρίβειας που δυσκολεύει τη λειτουργία των επιχειρήσεων.

Εύχομαι σε όλους μια καλή χρονιά με υγεία!



### Ελισάβετ Κουκουμέρια, Α' Αντιπρόεδρος

Μετά το τελευταίο Συνέδριο στην ΑΡΤΟΖΑ στις 13 & 14 Νοεμβρίου 2021, προέκυψε το νέο Διοικητικό Συμβούλιο της ΟΑΕ. Μια καθολική νίκη της παράταξής μας, μια επιβράβευση από τους αρτοποιούς ότι βαδίζουμε σε σωστά μονοπάτια. Την τελευταία δεκαετία συνέβησαν αλλαγές που επηρέασαν και την Ομοσπονδία Αρτοποιών Ελλάδος. Η μεγαλύτερη δυσκολία ήταν η μείωση των εσόδων μας από την παύση του πόρου και εδώ φαίνεται η συνοχή και η στρατηγική μας, που μέσα σε αυτό το δύσκολο περιβάλλον κατορθώσαμε με χρηστή διαχείριση, να αναβαθμίσουμε το περιοδικό, να συνεχίσουμε τη διοργάνωση δύο εκθέσεων σε συνεργασία με τις εταιρείες FORUM & HELEXPO. Τα παραπάνω επιβεβαιώνουν το κύρος και την αναγνώριση της δουλειάς που γίνεται στην Ομοσπονδία και δείχνουν το δρόμο που θα προχωρήσουμε. Κύριος στόχος, να διατηρηθεί η βιοτεχνική αρτοποιία σε υψηλό επίπεδο, να βρούμε λύση στην έλλειψη εξειδικευμένου εργατικού προσωπικού και βέβαια να διατηρήσουμε τις όποιες νομοθετικές ρυθμίσεις αφορούν στο επάγγελμά μας, προσπαθώντας να δημιουργήσουμε ένα καλύτερο επιχειρηματικό περιβάλλον για όλους τους αρτοποιούς. Η πρώτη ευχή για το 2022 είναι να έχουμε όλοι υγεία και επειδή η ασχολία με το συνδικαλισμό είναι μια εθελοντική διαδικασία, εύχομαι να καμφθούν οι όποιοι δισταγμοί και να έχουμε μεγαλύτερη συνοχή και συμμετοχή στα Σωματεία, αλλά και στην Ομοσπονδία μας.

### Προκόπης Τσουκαλάς, Β' Αντιπρόεδρος

Βιώνουμε μία πρωτόγνωρη κατάσταση λόγω της πανδημίας. Παρά το γεγονός ότι η περίοδος ήταν πάρα πολύ δύσκολη για τη διεξαγωγή του συνεδρίου μας, εντούτοις, όμως, ξεπεράσαμε τις δυσκολίες και τα εμπόδια. Ως εκ τούτου το συνέδριό μας πραγματοποιήθηκε με επιτυχία και υπήρξε ιδιαίτερα παραγωγικό για τον κλάδο. Αποτελεί ιδιαίτερη τιμή για εμένα η επανεκλογή μου στη θέση του Αντιπροέδρου της Ο.Α.Ε. Για το νέο έτος η Ο.Α.Ε. έχει θέσει σημαντικούς στόχους για την καλύτερη εκπροσώπηση των συναδέλφων. Πέραν της ενεργούς εκπροσώπησης στους αρμόδιους φορείς για τα ζητήματα του κλάδου, έναν από τους κυριότερους στόχους μας αποτελεί η δημιουργία της Σχολής Αρτοποιών, στην επιτροπή της οποίας έχω την τιμή να είμαι μέλος. Φιλοδοξούμε η Σχολή να προσφέρει αποτελεσματικά στην αναβάθμιση της αρτοποιίας μέσω της τεχνολογίας. Κλείνοντας, ευχή μου είναι να τελειώσει η πανδημία, να επιστρέψει η κανονικότητα και η ψυχολογία της αγοράς, η οποία έχει πληγεί καθ' όλη την παρούσα περίοδο.



### Δημήτρης Κόγιας, Γ' Αντιπρόεδρος

Θα ήθελα να ευχηθώ από πλευράς μου μια καλή νέα χρονιά, με υγεία, αισιοδοξία και γρήγορα αποκατάσταση της ζωής και καθημερινότητάς μας. Εμείς ως Ομοσπονδία θα κάνουμε το καλύτερο δυνατό για να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματα του κλάδου μας, όπως το ζήτημα της ενέργειας, της ακρίβειας των πρώτων υλών κ.ά. Είμαι αισιόδοξος και πιστεύω όλοι μαζί, με κέντρο τους αρτοποιούς και τα συμφέροντά τους, θα τα καταφέρουμε.







### **Κώστας Κεβρεκίδης, Γενικός Γραμματέας**

Αυτή τη στιγμή η ΟΑΕ συνεχίζει το έργο το οποίο κάνει τόσα χρόνια. Μας ενδιαφέρει να εκσυγχρονιστούν όλα τα αρτοποιεία και όλοι οι αρτοποιοί να παράγουν όσα περισσότερα προϊόντα μπορούν. Αυτό που είναι αναγκαίο είναι ο διαχωρισμός των προϊόντων που έχει ένα αρτοποιείο από όλα τα άλλα καταστήματα. Υπάρχει αυτή τη στιγμή μια πολύ καλή ομάδα στην Ομοσπονδία, με επικεφαλής τον Μιχάλη Μούσιο, η οποία ενδιαφέρεται για τον μικρό φούρνο της γειτονιάς. Είμαστε κοντά σε κάθε σωματείο, οποιαδήποτε στιγμή μας χρειαστεί. Εύχομαι σε όλους μια καλή χρονιά, με υγεία, υπομονή και γρήγορα να ξεφύγουμε από την πανδημία, που τόσο μας έχει ταλαιπωρήσει.



### **Αχιλλέας Κωτούζας, Αναπλ. Ταμίας**

Για το νέο έτος, μπροστά έχουμε αρκετές προκλήσεις. Οι ανατιμήσεις είναι ένα μεγάλο ζήτημα, γιατί δεν είναι μόνο στην πρώτη ύλη, το αλεύρι, που έχουμε συνεχόμενες αυξήσεις, αλλά και στην ενέργεια, οι συνάδελφοι καλούνται να πληρώσουν πολύ περισσότερα χρήματα, είτε για ηλεκτρικό ρεύμα, πετρέλαιο ή φυσικό αέριο. Αυτό δημιουργεί τεράστια οικονομικά προβλήματα, μια μικρή αύξηση που μπορεί να έκανε ο κάθε συνάδελφος τον περασμένο Αύγουστο-Σεπτέμβριο, πιστεύω ότι δεν επαρκεί ώστε να είναι βιώσιμες οι επιχειρήσεις. Η δουλειά σίγουρα δεν είναι αναμενόμενη, όπως τα προηγούμενα χρόνια. Έχει πέσει αρκετά η κίνηση, κυρίως λόγω κορωνοϊού. Το ενεργειακό θέμα, βέβαια, είναι κάτι που απασχολεί όλο τον κόσμο και όχι μόνο τον δικό μας κλάδο, αλλά και τους πελάτες μας και τους καταναλωτές, που επίσης καλούνται να πληρώσουν πολύ παραπάνω. Άρα η οικονομική δυνατότητα και η αγοραστική δύναμη έχει πέσει πάρα πολύ. Σε συνδυασμό με τα τρέχοντα έξοδα, πιστεύω ότι το 2022 θα είναι ένα δύσκολο έτος οικονομικά.

### **Θεόδωρος Σίνδρος, Αναπλ. Γεν. Γραμματέας**

Μέσα σε μια κατάσταση που περνάει η χώρα λόγω covid έλαβε χώρα το 34ο Συνέδριο της ΟΑΕ και ταυτόχρονα οι εκλογές για το νέο Δ.Σ της ΟΑΕ, με μεγάλη επιτυχία και με αρωγό την Αρτόζα, στο πλαίσιο της διοργάνωσης της έκθεσης. Κινηθήκαμε πάνω σε προβλήματα του κλάδου και σε σχεδιασμό νέων κατευθύνσεων στο χώρο μας. Η συμμετοχή ήταν καθολική, κάτι που μας δίνει τη χαρά και τη δύναμη να προχωρήσουμε πάνω στο έργο που έχουμε καλεστεί να επιτελέσουμε. Η προσωπική ευχή μου είναι να βγούμε γρήγορα από αυτή την περιπέτεια της πανδημίας και εμείς ακόμα περισσότερο να μπορούμε να διαχειριζόμαστε τα προβλήματα της καθημερινότητας. Όπως πάντα οι αρτοποιοί ήταν και είναι στις επάλξεις.



### **Νίκος Μάζης, Οργανωτικός Γραμματέας**

Έχοντας παρακολουθήσει όλα τα συνέδρια από το 1993 μέχρι σήμερα, μπορώ να πω ότι ήταν ίσως το καλύτερο, με την έννοια ότι ήταν σύντομο αλλά ουσιαστικό. Μιλήσαμε για τα θέματα του κλάδου και οργανώσαμε τα στρατηγικά σχέδια της Ομοσπονδίας χωρίς αντιπαράθεσεις. Είπαμε τι χρειαζόμαστε αυτή τη στιγμή, συζητήσαμε για τις ανατιμήσεις που έχουν γίνει στις πρώτες ύλες και πώς μπορούμε να το αντιμετωπίσουμε. Για όλα τα σοβαρά θέματα που αντιμετωπίζει ο κλάδος υπήρξαν ουσιαστικές στρατηγικές παρεμβάσεις. Το συνέδριο έγινε στην Αθήνα και έδειξε ότι δε χρειάζεται να πηγαίνουμε από άκρη σε άκρη σε όλη την Ελλάδα για να παίρνουμε αποφάσεις και οι αποφάσεις που έχουμε πάρει είναι ουσιαστικές. Μπήκαν και καινούργιοι άνθρωποι μέσα στο Διοικητικό Συμβούλιο ενισχύοντας το πνεύμα της ανανέωσης που χρειάζεται.



### **Ανδρέας Παπαϊωάννου, Ταμίας**

Οι εκλογές της Ομοσπονδίας έγιναν με ένα χρόνο καθυστέρηση λόγω της πανδημίας και πραγματοποιήθηκαν στο πλαίσιο της έκθεσης ARTOZA, ένα δικό μας παιδί, το οποίο στηρίξαμε και αναδείξαμε με αυτό τον τρόπο και είχε απόλυτη επιτυχία. Πήραμε όλα τα απαραίτητα υγειονομικά μέτρα και καταφέραμε να βγούμε αλώβητοι από μια διαδικασία που δεν ήταν εύκολη, καθώς ανησυχούσαμε για την εξέλιξη από υγειονομικής πλευράς. Ευτυχώς εξελίχθηκε ομαλά, η διοίκηση της Ομοσπονδίας έκανε έναν απολογισμό για το τι έχει συμβεί αυτά τα τέσσερα χρόνια, βάλαμε νέους στόχους και οράματα για την επόμενη θητεία. Αυτή τη στιγμή είμαστε στη φάση δημιουργίας της δομής του χρονοδιαγράμματος. Από την πλευρά της, η ΟΑΕ όλο αυτό το διάστημα κινήθηκε προς υπεράσπιση των συμφερόντων των αρτοποιών στο βαθμό που της αναλογούσε. Ανάμεσα στα προβλήματα του κλάδου που συζητήθηκαν είναι η κατάσταση με τα καταστήματα bake off, ζήτημα που σκοπεύει να αντιμετωπίσει άμεσα η ΟΑΕ.



### **Κωνσταντίνος Παπαδόπουλος, Έφορος**

Εύχομαι να περάσουμε γρήγορα τον σκόπελο που λέγεται κορωνοϊός. Πιστεύω ακράδαντα ότι οι αρτοποιοί έχουν τις δυνάμεις να το ξεπεράσουν όλο αυτό που περνάμε τώρα και με την οικονομική κρίση. Η ενέργεια έχει ανέβει πολύ ψηλά και δεν ξέρω πως θα ενσωματώσουμε αυτό το κοστολόγιο στο τελικό προϊόν, αλλά εύχομαι να βρούμε τον σωστό δρόμο και να μπορέσουμε να αντεπεξέλθουμε.



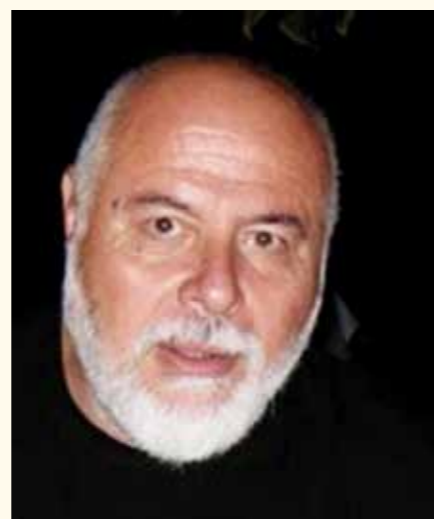


**Ιωάννης Παπαθανασίου, Σύμβουλος Προεδρείου**

Αυτό που θα παίξει σημαντικό ρόλο το 2022 για τα αρτοποιεία είναι η ενέργεια είτε σε ρεύμα είτε σε καύσιμα. Αυτό που απασχολεί όλους μας είναι αν θα συνεχιστούν οι αυξήσεις στις πρώτες ύλες. Όλο αυτό το διάστημα η Ομοσπονδία κινείται προς κάθε κατεύθυνση προκειμένου να πιέσει να πέσουν οι τιμές ειδικά στην ενέργεια και στις πρώτες ύλες. Βέβαια, δεν είναι στο χέρι μας απόλυτα, αλλά ως προς την κυβέρνηση πιέζουμε για να μειωθούν οι τιμές στο ρεύμα και στο καύσιμο και είναι κάτι που πιστεύω πως θα το καταφέρουμε. Προς το παρόν, όμως, πολλά αρτοποιεία πλέον δουλεύουν με γεννήτρια προκειμένου να μην πληρώσουν τη ρήτρα. Αρτοποιεία σε περιοχές που δεν έχουν πολλή δουλειά αυτή την περίοδο αναγκάζονται να το κάνουν αυτό για να περιορίσουν κάπως τα έξοδα. Η πανδημία έχει διαλύσει όλες τις επιχειρήσεις, με τα κρούσματα και με τους αρνητές του εμβολιασμού.

**Χατζούλης Θωμάς, Σύμβουλος Προεδρείου**

Οι εκλογές της Ομοσπονδίας κύλησαν ομαλά παρόλο που είχαμε πολύ περιορισμένα χρονικά περιθώρια λόγω της COVID-19. Οι στόχοι μας για φέτος είναι οι ίδιοι που ήταν πάντα, δηλαδή η σχέση της Ομοσπονδίας ως κλάδου με το κράτος σε σχέση με την αυτοδιοικητική νομοθεσία και τους κανόνες που καθορίζουν το εργασιακό και επιχειρηματικό μας περιβάλλον. Κι αυτό γιατί γίνονται πολλές αλλαγές σχετικά με τον χαρακτηρισμό κάποιων πρώτων υλών από την ευρωπαϊκή οδηγία. Επίσης, ένα κυρίαρχο ζήτημα για εμάς είναι η ενημέρωση και η εκπαίδευση των συναδέλφων και των σχολών αρτοποιίας, γιατί σήμερα είναι πολύ δύσκολο να βρεθούν άτομα που έχουν μια σχετική επιμόρφωση πάνω στο αντικείμενό μας και άτομα που ενδιαφέρονται να εργαστούν. Από εκεί και πέρα μας ενδιαφέρει η γνωριμία με τους συναδέλφους και τα προβλήματά τους και η ανταλλαγή ιδεών και απόψεων.



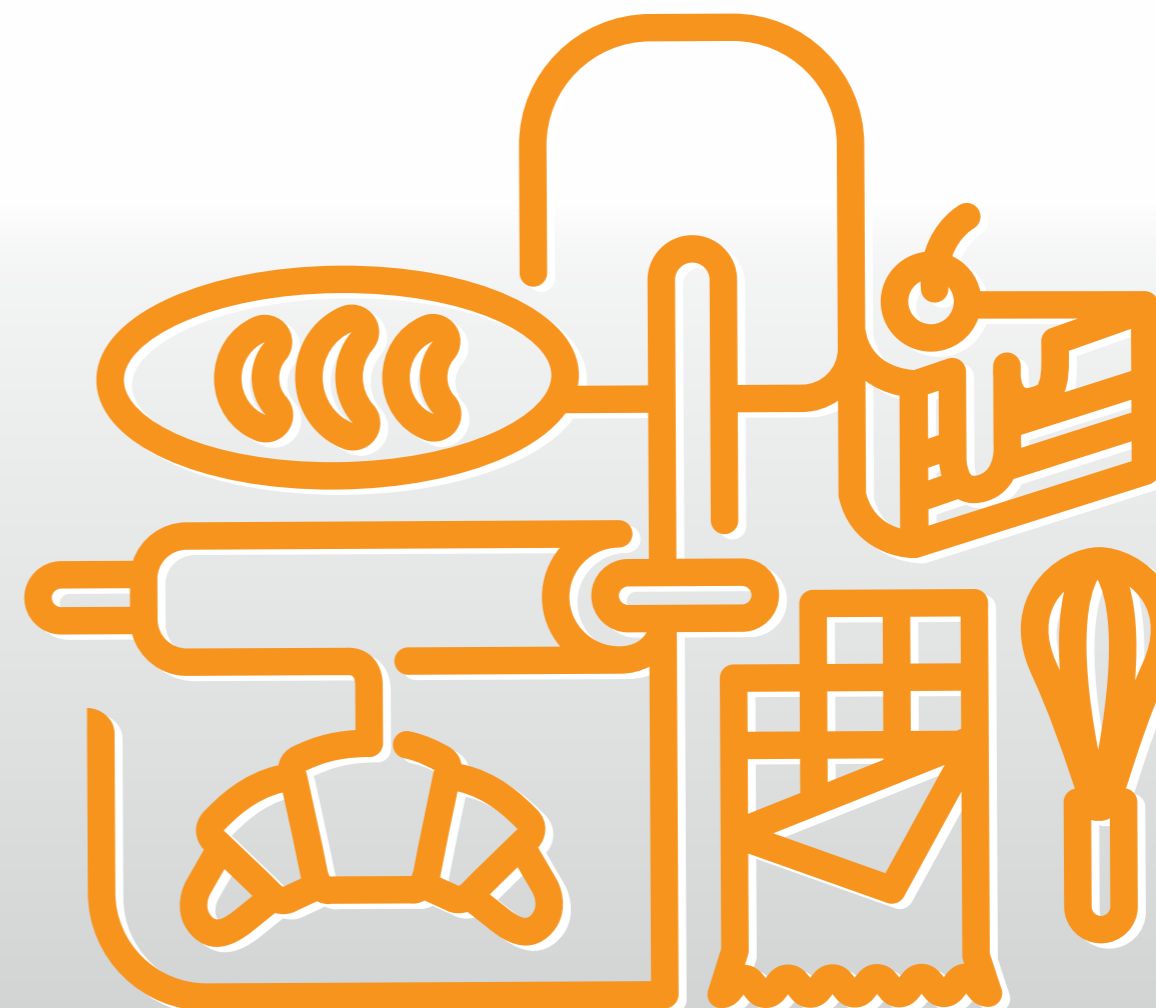
**Γρηγόρης Τσιπούρας, Σύμβουλος Προεδρείου**

Εύχομαι καλή χρονιά σε όλους με υγεία και ευτυχία. Οι αυξήσεις στις τιμές και στις πρώτες ύλες είναι ένα μεγάλο πρόβλημα και με την πανδημία επικρατεί χάος. Εμείς σαν αρτοποιοί προσπαθούμε κάθε μέρα να είμαστε καλυμμένοι και εμβολιασμένοι, αλλά δυστυχώς τα πράγματα ξεφεύγουν. Αν δεν εμβολιαστεί ο κόσμος δε νομίζω ότι θα έχουμε γρήγορα αποτελέσματα. Όλο το προσωπικό φοράει μάσκες και τηρεί όλα τα μέτρα, αλλά δε μπορεί κανείς να υποχρεώσει τον άλλο να εμβολιαστεί.



# Artozymba

10<sup>η</sup> ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΚΘΕΣΗ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ, ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ, ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ, ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ, ΕΤΟΙΜΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ



Παράλληλες Εκδηλώσεις

- » 5<sup>ο</sup> Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Ψωμιού
- » Seminars » Workshops
- » Master Classes

2-4 | 4 | 2022

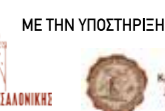
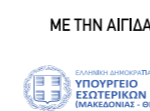
ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΚΘΕΣΙΑΚΟ & ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΜΕ ΤΗ  
 **Detrop**  
boutique

[artozymba.helexpo.gr](http://artozymba.helexpo.gr)

T: +302310 291135

ΟΡΓΑΝΩΣΗ  
**HELEXPO**







## 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.

### FITNESS BREAD

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Το FITNESS της PBP είναι ένα νέο «λειτουργικό» προϊόν που στη λίστα των συστατικών του περιέχει συνδυασμό επιλεγμένων σπόρων και δημητριακών από αλεύρι ζέας ολικής άλεσης, νιφάδες βρώμης, ηλιόσπορους, κολοκυθόσπορους, λιναρόσπορους, προζύμι σίτου και κομμάτια μήλου. Το αρτοσκεύασμα Fitness Bread έχει ασυναγώνιστη γεύση και αποτελεί πηγή Μαγνησίου, Πρωτεϊνών, Εδώδιμων Ινών και Φωσφόρου που προσφέρουν πολλαπλά διατροφικά οφέλη για τον ανθρώπινο οργανισμό, ενισχύοντας την καθημερινή ενέργεια και ευεξία του, πάντοτε μέσα στο πλαίσιο μιας ισορροπημένης διατροφής. Διατίθεται σε σακί 25 κιλών. [www.stelioskanakis.gr](http://www.stelioskanakis.gr)



### ΝΕΑ ΣΕΙΡΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

από την ΜΥΛΟΙ ΚΕΠΕΝΟΥ

Η ΜΥΛΟΙ ΚΕΠΕΝΟΥ, γνωστή για τα άλευρα εξαιρετικής ποιότητας που ανταποκρίνονται στις ολοένα αυξανόμενες απαιτήσεις της αγοράς, προχώρησε στη δημιουργία της πρώτης σειράς καταναλωτικών προϊόντων: Το «ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ» αλεύρι για όλες τις χρήσεις και το «ΘΑΥΜΑΤΟΥΡΓΟ» κίτρινο αλεύρι, από την καρδιά του σκληρού σιταριού, καλώντας το ευρύ κοινό να δημιουργήσει νόστιμα & ποιοτικά αρτοσκευάσματα που θα φέρουν το προσωπικό ταλέντο του καθενός ξεχωριστά. [www.kepenos.gr](http://www.kepenos.gr)



### ΘΕΣΣΑΛΙΚΟ: ΠΡΟΖΥΜΙ ΓΙΑ ΧΩΡΙΑΤΙΚΟ ΨΩΜΙ

από την LESAFFRE ΕΛΛΑΣ

Το Livendo Θεσσαλικό είναι το μοναδικό καθαρό ελληνικής προέλευσης προζύμι, από στάρια Θεσσαλίας, αλεσμένα σε πετρόμυλο. Σχεδιασμένο ειδικά για χωριάτικο ψωμί, με άρωμα Ελλάδας. Μπορείτε τώρα να συμπληρώσετε την αρτοποιία σας με ένα premium προζυμμένο χωριάτικο ψωμί, σαν αυτό που έφτιαχνε η γιαγιά μας, στο σπιτικό ξυλόφουρνο. Συνδυάζεται ιδανικά με τα κίτρινα άλευρα, έχει ήπια οξύτητα, χαρακτηριστική γεύση και κλασικά αρώματα του παραδοσιακού χωριάτικου. Εύκολο στη χρήση και στην ενσωμάτωση στις κλασικές συνταγές του χωριάτικου ψωμιού. Συσκευασία 5kg. [www.lesaffre.gr](http://www.lesaffre.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% ικνιλάσιμο. Τα αρτοσκευάσματα από tritordeum έχουν μοναδικά χαρακτηριστικά, όπως γλυκιά γεύση, φυσικό άρωμα και χρυσό κίτρινο χρώμα. [www.mills.gr](http://www.mills.gr)

**WACHTEL**  
electro ovens since 1923

**Mitsidis-Hellas**

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος στην Ελλάδα των γερμανικών φούρνων αρτοποιίας. 2ο χλμ. Σερρών - Θεσσαλονίκης Τηλ.: +30-23210-35357 Fax: +30-23210-35316

Η λύση κάθε αρτοποιού για την επιτυχία.



### ATLAS

Ο κυρίαρχος σε όλες τις κατηγορίες. Περιστροφικός φούρνος ηλεκτρικός / πετρελαίου / αερίου υψηλής οικονομίας.

**ECO MULTI STEAM** - Ανακύκλωση ατμού

**AUTOPILOT AIR PRESSURE** - Σταθερές συνθήκες πίεσης

**ENERGY MANAGER** - Πληροφορίες σχετικά με το κόστος ενέργειας και νερού Ρυθμιζόμενη ταχύτητα μεταφοράς του αέρα

Τριπλά τζάμια θερμομόνωσης

Εργονομικός σχεδιασμός της πόρτας

**W MAGNETIC** - Μαγνητικό στήριγμα για μαχαίρια και γάντια ψησίματος

Τεχνολογία LED - εσωτερικά και εξωτερικά

### INFRA

Ταμπανωτός, ηλεκτρικός φούρνος.

Πληκτρολόγιο **IQ TOUCH**.

Ξεχωριστές γεννήτριες ατμού για κάθε όροφο, υψηλής απόδοσης.

Κεραμικές αντιστάσεις.

Αεροστεγείς συγκολλημένοι θάλαμοι ψησίματος.

**ICT** (Υπέρυθρη Κεραμική Τεχνολογία).

**TURBO** (Μοναδικός συνδυασμός ακτινοβολούμενης θερμότητας και κυκλοφορίας αέρα).

Ανασυρόμενος όροφος (κατόπιν αιτήματος)



### COLUMBUS

Ταμπανωτός φούρνος αερίου / πετρελαίου.

Ο συγκεκριμένος φούρνος έχει τη δυνατότητα να δουλεύει μέχρι και σε τρεις διαφορετικές θερμοκρασίες ταυτόχρονα, γεγονός που βοηθάει στο ψήσιμο διαφορετικών αρτοσκευασμάτων.

-Πληκτρολόγιο **IQ TOUCH**

-**ICT** (Υπέρυθρη Κεραμική Τεχνολογία)

-**W-TURBO** (Μοναδικός συνδυασμός ακτινοβολούμενης θερμότητας και ανακυκλωμένου αέρα)

-**STEIN** (Πυρίμαχη επιφάνεια σε όλο το φούρνο)

-Ανασυρόμενοι όροφοι





### ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΕΣ ΜΕ FUEGO ΝΙΚΑΣ

από την ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ

Η ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΦΟΥΡΝΟΣ σας παρουσιάζει δύο δημοφιλή προϊόντα της, στην κατηγορία της σφολιάτας. Τη χειροποίητη με καπνιστό ζαμπόν Fuego Νίκας και παραδοσιακή γραβιέρα ΠΟΠ Κρήτης, πασπαλισμένη με σουσάμι-μαυροσούσαμο και τη χειροποίητη με καπνιστή γαλοπούλα Fuego Νίκας και ανθότυρο, πασπαλισμένη με καλαμπόκι. Φτιαγμένες με αυθεντικά υλικά απαράμιλλης ποιότητας και γεύσης και πάντα σε συνεργασία με τους πιο αξιόπιστους επαγγελματίες του είδους, φέρνει στην αγορά πρώτης ζήτησης προϊόντα, που θα ξετρελάνουν. Ανακαλύψτε τα και απολαύστε τη μοναδική γεύση τους, από την εταιρεία που είναι πάντα δίπλα σας. [www.brakopoulos.gr](http://www.brakopoulos.gr)

### ΕΥ ΖΗΝ ΑΛΕΥΡΑ

από την ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ

Επιλέξτε τα άλευρα της σειράς «Ευ Ζην» της εταιρείας ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ, για αρτοσκευάσματα υψηλής διατροφικής αξίας και εξαιρετική γεύσης! Η πλούσια γκάμα της σειράς περιλαμβάνει άλευρα με υψηλότερη διατροφική αξία, σε σχέση με τα κοινά άλευρα αρτοποιίας. Μεταξύ άλλων, περιλαμβάνει τα άλευρα: Βρώμης, Σίκαλης, Ντίνκελ ολικής άλεσης, Καλαμποκάλευρο, Κριθαραύλευρο αλλά και άλευρα από πιστοποιημένα βιολογικά σιτάρια. Δημιουργήστε αρτοσκευάσματα, τα οποία εκτός από απίστευτη γεύση, προσφέρουν πολλαπλά οφέλη στους καταναλωτές σας. Επισκεφθείτε το site της εταιρείας και δείτε όλα τα προϊόντα της κατηγορίας «Ευ Ζην»! [www.loulismills.gr](http://www.loulismills.gr)



### ΑΚΤΙΣΚΕ ΜΟΥ

από την ΑΚΤΙΝΑ Α.Ε.

Η ΑΚΤΙΝΑ συμπληρώνει τη μεγάλη συλλογή των κέικ της με το νέο προϊόν Aktiske Mud. Για κέικ με πλούσια γεύση σοκολάτας, χαρακτηριστική υγρασία και μεγάλη διατηρησιμότητα. Κατάλληλο για τόμπους, καθώς διαθέτει συνεκτική δομή και μεγάλη ελαστικότητα, για muffins και ιδανικό για την καλύτερη σοκολατόπιτα που έχετε φτιάξει ποτέ! Διατίθεται σε συσκευασία 1,5kg. [www.aktinafoods.com](http://www.aktinafoods.com)



### ΨΩΜΙ & ΣΝΑΚ ΜΕ SUPERFOOD

από την ΚΟΝΤΑ ΑΕΒΕ



Καινοτόμο προϊόν υψηλής διατροφικής αξίας, με πιστοποίηση clean label, το GRANOPAN BUCKMILL με Φαγόπυρο & Τζίντζερ της AGRANO, εγγυάται πεντανόστιμα αρτοσκευάσματα και σνακ με ανταγωνιστικά πλεονεκτήματα. Είναι πηγή πρωτεϊνών, εδωδιμων ινών, μαγνησίου και φωσφόρου και έχει χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα και κορεσμένα λιπαρά. Με μοναδικό συνδυασμό συστατικών, εξασφαλίζει πικάντικη γεύση και ιδιαίτερα αρωματικό χαρακτήρα. Σε σακί 15 κιλών. Συνοδεύεται από αφίσα και banderole. [www.konta.gr](http://www.konta.gr)



“Είμαι πολύ περήφανος που ο γιος μου πήρε την δική μου αγάπη για τον φούρνο”

Ο πατέρας μου με έμαθε να δουλεύω με μεράκι στον φούρνο μας, γι' αυτό χρησιμοποιώ την μαγιά Μπλε Χελιδόνη για να φτιάχνουμε ψωμιά με αγάπη και φροντίδα για τους πελάτες μας.

Μπαρνασάς Παναγιώτης (Πατέρας) - Μπαρνασάς Γιώργος (Γιος)  
ΜΕΣΣΗΝΙΑ



Η πρώτη μαγιά στον κόσμο



Πλάθουμε το Μέλλον  
Προστατεύουμε το περιβάλλον



LESAFFRE ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ

10° χλμ Αττικής Οδού, Θέση Αραιές Βελανιδιές, 19300 Ασπρόπυργος

Τηλ.: 210 4835386, 210 5580240, Fax: 210 4835387 • e-mail: [lesaffrehellas@lesaffre.com](mailto:lesaffrehellas@lesaffre.com) • site: [www.lesaffre.gr](http://www.lesaffre.gr)



### TSOUREKI DIREKT

από την **BACKEM ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ**

Η **BACKEM ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ** σας παρουσιάζει το νέο μείγμα της, Tsureri Direkt. Με μεστή γεύση, ινώδη και αφράτη δομή, με μυρωδιά και γεύση που θα σας κάνουν να αναπολήσετε. Ιδανικό για την καθημερινή παραγωγή και για το Πάσχα, είναι εύκολο, γρήγορο και σίγουρο. Μην διστάσετε να επικοινωνήσετε το συντομότερο με την εταιρεία για να το δείτε, να το γευτείτε και να αποκτήσετε το πλεονέκτημα!

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



### ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΜΕΤΣΟΒΙΤΙΚΟΣ ΑΡΤΟΣ

από την **INTERALLIS GROUP**

Το Intermix Μετσοβίτικο περιέχει προζύμι σίτου durum και αλεύρι από σκληρό σιτάρι. Προσφέρει απλόχερα όλη την πειρώτικη παράδοση με έντονο άρωμα, μεστή γεύση και τραγανή κόρα με χρώμα ζηλευτό. Ένα ψωμί που δεν πρέπει να λείπει από τη γκάμα των προϊόντων σας.

[www.inter-mix.gr](http://www.inter-mix.gr)

### ΦΡΥΓΑΝΙΕΡΑ ΕΠΙΔΑΠΕΔΙΑ

από την **ΔΗΜ.ΣΤΑΣΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε. - ΔΑΚΟΡΩΝΙΑΣ**

Φρυγανιέρα επιδαπέδια, ελληνικής κατασκευής, για κοπή οποιουδήποτε τύπου ψωμιού ή φρατζόλας σε ισοπαχείς φέτες. Το πάχος της φέτας κυμαίνεται από 11 έως 18 χιλιοστά. Ημιαυτόματη εύκολη χρήση του μηχανήματος. Γερή κατασκευή, στιβαρή με μεγάλη ευστάθεια σε 4 τροχούς, 2 από αυτούς με φρένο. Διαθέτει σήμανση CE.

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



### ΑΡΤΟΠΟΙΗΜΑΤΑ ΠΡΩΤΕΪΝΗΣ

από την **MILLBAKER**

Η **MILLBAKER** παρουσιάζει 2 μείγματα αρτοποιημάτων, καθαρής ετικέτας, υψηλού πρωτεϊνικού περιεχομένου. Επιλέξτε το υλικό **FABACEE** ή **SPORTEIN** για αρτοποιήματα με άλευρο αρακά, πράσινης φακής, σόγιας και ρεβυθιού και ποσοστό πρωτεΐνης ψωμιού πάνω από 18%. 100 γρ. ψωμιού **FABACEE** ή **SPORTEIN** συνεισφέρουν κατά 21% στις ημερήσιες ανάγκες για σίδηρο, ο οποίος βοηθάει στην απορρόφηση οξυγόνου και 19% των ημερησίων αναγκών σε μαγνήσιο που βοηθάει στο μυοσκελετικό σύστημα και 34% των αναγκών σε φώσφορο, που είναι απαραίτητος για την ομαλή λειτουργία του μεταβολισμού στο ανθρώπινο σώμα.

[www.trofingred.com](http://www.trofingred.com)



### GOLDEN BRIOCHE

από την **KENFOOD**

Η **KENFOOD** προτείνει το μείγμα Golden Brioche, για να ετοιμάσετε εύκολα και σίγουρα τα πιο νόστιμα brioche. Με τη χρήση του, θα έχετε τελικά προϊόντα με χρυσαφένια όψη, υπέροχη γεύση βουτύρου, ψιλή κόρα και μεγάλη διατηρησιμότητα. Η υπόγλυκη γεύση του είναι που το κάνει ξεχωριστό, αφού ταιριάζει εξίσου με γλυκές και αλμυρές γεμίσεις! Δοκιμάστε το σε γλυκά σνακ συνδυάζοντάς το με τις πραλίνες της Kenfood ή σε αλμυρά με γεμίσεις αλλαντικών και τυριών. Μάθετε περισσότερα για το προϊόν και τις συνταγές του στο site της εταιρείας.

[www.kenfood.com](http://www.kenfood.com)



- Μπιφτέκι • Λουκάνικο
- Πίτσα λαχανικών • Φαλάφελ
- Τυρόπιτα Κουρού

# Vegan

Χορτασινιά & Νησιόσιμα



T/ 210 66.26.562  
E/ [info@brakopoulos.gr](mailto:info@brakopoulos.gr)  
[www.brakopoulos.gr](http://www.brakopoulos.gr)

Πάντα δίπλα σας





### ΕΠΙΔΕΙΞΗ BACKEM ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ - ΑΦΟΙ ΓΑΛΗ ΣΤΗΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Με μεγάλη επιτυχία στέφθηκε η επίδειξη της BACKEM ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ σε συνεργασία με την Αφοί Γαλή, στο ξενοδοχείο Grand Hotel Palace, στην Θεσσαλονίκη. Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν την παραγωγή αλλά και να γευτούν μια μεγάλη ποικιλία προϊόντων, που κάλυψε σημαντικό εύρος της γκάμας της αρτοποιίας και της αρτοζαχαροπλαστικής. Στον ίδιο χρόνο είχαν την ευκαιρία να ρωτήσουν και να συμβουλευτούν τους τεχνικούς και τους πωλητές των δύο εταιρειών σε σχέση με τις τεχνικές παραγωγής και την δυναμική των προϊόντων.  
www.backem.gr



### BROWNIE STYLE CROISSANT

από την DELIFRANCE HELLAS

Το Brownie Style Croissant δημιουργήθηκε για να ικανοποιήσει την ανάγκη των καταναλωτών για ευχαρίστηση, απόλαυση και καινοτομία στα προϊόντα αρτοποιίας. Ένα μοναδικό, υβριδικό προϊόν, που συνδυάζει ιδανικά την τραγανή γαλλική σφολιάτα βουτύρου με την απολαυστική γεύση του σοκολατένιου brownie και την επικάλυψη με κομμάτια καβουρδισμένου φουντουκιού. Η πλούσια γέμισή του (29%) το καθιστά ιδανικό για τους λάτρεις της σοκολάτας. Ζητήστε το!  
www.delifrance.com

### ΓΙΑ ΤΙΣ 12-16 ΜΑΡΤΙΟΥ 2022 ΑΝΑΒΑΛΛΕΤΑΙ Η SIGEP

Λόγω των τρεχουσών εξελίξεων σχετικά με την πανδημία, η 43η Sigep, που είχε αρχικά προγραμματιστεί για τον Ιανουάριο, αναβλήθηκε για τις 12 - 16 Μαρτίου 2022. Η εκδήλωση αναβλήθηκε προκειμένου να διατηρηθούν τα υψηλότερα ποιοτικά και ποσοτικά πρότυπα για τους εθνικούς και διεθνείς επισκέπτες, διασφαλίζοντας έτσι μια ευρεία και υψηλής απόδοσης επιχειρηματική εκδήλωση.  
www.en.sigep.it



### ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΗΣ ΗΘΙΚΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ SEFCO ZEELANDIA

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε η 14η Τελετή Απονομής RESPONSIBLE MANAGEMENT EXCELLENCE AWARDS BY EBEN, στις 14 Δεκεμβρίου. Η SEFCO ZEELANDIA, για ακόμη μια χρονιά, κατείχε εξέχουσα θέση ανάμεσα στις εταιρείες που βραβεύτηκαν, επισφραγίζοντας με τον καλύτερο τρόπο τα χρόνια λειτουργίας της, με απaráμιλλη επιχειρηματική ηθική, από την ίδρυσή της έως σήμερα. Η κοινωνική υπευθυνότητα και η επιχειρηματική ηθική αποτελούν αξίες που αποτυπώνονται σε όλους τους τομείς της επιχειρηματικής δραστηριότητας της εταιρείας και είναι απόλυτα συνδεδεμένες με την κουλτούρα και την αποστολή της.  
www.sefcozeelandia.gr

### ΣΤΙΣ 2 - 4 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2022 ΜΕΤΑΦΕΡΕΤΑΙ Η ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΚΘΕΣΗ ΑΡΤΟΖΥΜΑ

Η ΔΕΘ-HELEXPO, έχοντας ως βασικό γνώμονα τη διαφύλαξη της δημόσιας υγείας και της ασφάλειας των εκθετών, επισκεπτών και συνεργατών της, αποφάσισε να μεταθέσει κατά έναν περίπου μήνα τις ημερομηνίες διεξαγωγής της 10ης Διεθνούς Έκθεσης Αρτοποιίας & Ζαχαροπλαστικής Artozuma και της 30ης Διεθνούς Έκθεσης Τροφίμων & Ποτών Detrop Βουτίque. Οι νέες ημερομηνίες διεξαγωγής των δύο εκθέσεων στο Διεθνές Εκθεσιακό και Συνεδριακό Κέντρο Θεσσαλονίκης είναι 2 - 4 Απριλίου 2022. Artozuma και Detrop Βουτίque θα είναι έτοιμες να υποδεχθούν εκθέτες και επισκέπτες με ανανεωμένη δυναμική.  
www.artozuma.helexpo.gr



Πραγματοποιήστε τις ιδέες σας με τα νέα μας προϊόντα!

Στη Μύλοι Κεπενού, απόλυτη προτεραιότητά μας είναι να σας προσφέρουμε απaráμιλλες πρώτες ύλες για να φτιάξετε μοναδικές δημιουργίες με τα νέα μας προϊόντα.

Δημιουργήστε τις πιο πρωτοποριακές ιδέες σας με τα πιο αγνά υλικά, χωρίς όρια.

Το αλεύρι είναι Τέχνη.





## ΝΕΑ ΕΝΟΤΗΤΑ ΜΕ ΧΡΗΣΙΜΑ ΑΡΘΡΑ

από την KENFOOD

Επισκεφθείτε την ειδικά διαμορφωμένη ενότητα με τα Χρήσιμα Άρθρα στο site της εταιρείας. Εκεί θα βρείτε καταποιστικές συμβουλές για τη σωστή χρήση των προϊόντων και τεχνικές αρτοποιίας, από την πιο έμπειρη ομάδα τεχνικών. Με ένα περιεχόμενο άρθρων που ανανεώνεται συχνά, θα μαθαίνετε ό,τι νέο κυκλοφορεί στον κλάδο σας αλλά και τα μυστικά για τις πιο πετυχημένες συνταγές. Παράλληλα, θα βρείτε άρθρα που αφορούν την εικόνα του καταστήματός σας και τρόπους προσέλκυσης πελατών.

[www.kenfood.com/el/xrisima-arthra](http://www.kenfood.com/el/xrisima-arthra)



## BREAD FACTORY ΣΤΗ ΛΑΡΙΣΣΑ

από την Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ

Ένα ολοκαίνουργιο κατάστημα BREAD FACTORY άνοιξε τις πόρτες του στη Λάρισα. Η μελέτη και η κατασκευή του εξοπλισμού έχουν την υπογραφή της Δ. ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΑΒΕΕ. Δόθηκε έμφαση στη βέλπστη παρουσίαση των προϊόντων και σε κάθε λειτουργική λεπτομέρεια. Η επιλογή των κρυστάλλινων πανοραμικών ψυγείων γλυκών, οι καλαίσθητες βιτρίνες για τα snacks και η σωστή διαρρύθμιση ενισχύουν την άνετη θέαση του επισκέπτη. Στην κατασκευή του εξοπλισμού, κύριο μέλημα της σχεδιαστικής ομάδας ήταν, η επιλογή υλικών άριστης ποιότητας και μηχανημάτων προηγμένης τεχνολογίας και υψηλών προδιαγραφών.

[www.antonopoulos.com.gr](http://www.antonopoulos.com.gr)

## ΕΓΓΡΑΦΕΙΤΕ ΣΤΟ ΚΑΝΑΛΙ ΤΗΣ ΜΥΛΟΙ ΛΟΥΛΗ ΣΤΟ YOUTUBE

Η θέληση για ανακάλυψη νέων συνταγών δε σταματά ποτέ! Μάθετε κι εσείς τη σωστή τεχνική, αλλά και τον ιδανικό συνδυασμό αλεύρων ώστε να έχετε σίγουρο και εγγυημένο αποτέλεσμα στα αρτοσκευάσματά σας. Επισκεφθείτε το κανάλι στο YouTube, Μύλοι Λούλη/Loulis Mills και δείτε το σωστό τρόπο για την εκτέλεση των συνταγών σας. Κάντε εγγραφή στο κανάλι και μείνετε συντονισμένοι για πολλά «νόστιμα» video συνταγών που έρχονται! Μην διστάσετε να μοιραστείτε απορίες σχετικά με τη συνταγή ή την τεχνική της. Η έμπειρη ομάδα τεχνικών βρίσκεται πάντα στη διάθεσή σας.

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



## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΜΑΘΗΤΕΙΑΣ ΤΟΥ ΟΑΕΔ ΣΤΟ ΓΑΛΑΤΣΙ

Η Επαγγελματική Σχολή Μαθητείας του ΟΑΕΔ στο Γαλάτσι λειτουργεί από το 1988 έως σήμερα με την ειδικότητα «Αρτοποιία - Ζαχαροπλαστική» ενώ από το 2020 λειτουργεί και με την ειδικότητα «Μαγειρικής Τέχνης». Ανήκει στην τυπική μεταγυμνασιακή εκπαίδευση, είναι διετούς φοίτησης και ακολουθεί το δυϊκό σύστημα επαγγελματικής εκπαίδευσης (Μαθητεία) που συνδυάζει τη θεωρητική και εργαστηριακή εκπαίδευση του μαθητή στο σχολείο με την εκπαίδευση σε πραγματικές συνθήκες εργασίας, μέσω της αμειβόμενης Πρακτικής Άσκησης, σε επιχειρήσεις του κλάδου.

[epas.galatsi@oaed.gr](mailto:epas.galatsi@oaed.gr)



## NEO BAKERY-PASTRY «ΕΣΤΙΑ» ΣΤΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

από την Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ

Σε συνέχεια της επιτυχούς μακροχρόνιας συνεργασίας με την αλυσίδα Bakery-Pastry ΕΣΤΙΑ, το εργοστάσιο Δ. ΔΡΑΚΟΥΛΑΚΗΣ ΑΒΕΤΕ ολοκλήρωσε ένα ακόμη εντυπωσιακό κατάστημα, στην Λ. Παπανικολάου 88, στο Ρετζίκι Θεσσαλονίκης και είναι έτοιμο να φιλοξενήσει πελάτες και επισκέπτες. Πρόκειται για ένα ζεστό και φιλόξενο χώρο, με μοντέρνο σχεδιασμό, σύγχρονα υλικά και εξοπλισμό, ένα κατάστημα υψηλής αισθητικής και ποιότητας σύμφωνα με τη φιλοσοφία της αλυσίδας, η οποία καθορίζει τα ποιοτικά και γευστικά προϊόντα της.

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



Τα πιο νόστιμα & αφράτα  
brioche, φτιάχνονται με το  
Golden Brioche της Kenfood!

ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΜΕΙΓΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ & ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ  
Σπετσών 1, Κερατσίνι 187 55 | Τ. 210 56 15 410 | F. 210 56 15 717 | [kenfood@loulisgroup.com](mailto:kenfood@loulisgroup.com)



[www.kenfood.com](http://www.kenfood.com)



# ΜΙΚΚΑËΛ ΜΟΡΙΕΥΧ

Ο ΚΟΡΥΦΑΙΟΣ ΣΤΗΝ ΤΕΧΝΗ ΤΗΣ ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ  
ΕΡΧΕΤΑΙ ΓΙΑ 1<sup>Η</sup> ΦΟΡΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΤΗ LA CHEF LEVI

**Ο Mickaël Morieux βραβεύτηκε με τον ανώτατο τίτλο MOF (Meilleur Ouvrier de France) ως ένας από τους κορυφαίους στην τέχνη της Αρτοποιίας, στη Γαλλία. Παράγει τα πάντα μόνος του, δίνει μεγάλη σημασία στις πρώτες ύλες αλλά και στην κάθε λεπτομέρεια σε όλη τη διαδικασία παραγωγής. Η La Chef Levi, τον υποδέχεται για ένα μοναδικό Masterclass το οποίο είναι ήδη sold out!**

Στόχος του είναι να φέρει το επάγγελμα στην κορυφή υπερασπιζόμενος την ιδέα ότι οι αρτοποιοί δεν είναι απλοί αναμείκτες αλευριού και νερού, ή ότι χρησιμοποιούν προκαθορισμένες συνταγές. Αντιθέτως, σύμφωνα με τον ίδιο, ο καθένας πρέπει να επιδιώξει να αναπτύξει τον μοναδικό του χαρακτήρα για να προκαλέσει το ενδιαφέρον των πελατών και έτσι να διασφαλιστεί η βιωσιμότητα του χειροτεχνικού αρτοποιείου.

Με αφορμή τον ερχομό του στην Ελλάδα, στο πλαίσιο του masterclass που θα παραδώσει στη σχολή La Chef Levi, ο Mickaël Morieux, μιλά αποκλειστικά στο περιοδικό ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ.

για, Πρώτη επιλογή, Τελικός (στον τελικό συμμετείχαμε περισσότεροι από 12 υποψήφιοι) και τέλος το Καλλιτεχνικό κομμάτι. Έπρεπε να συγκεντρώσουμε κατά μέσο όρο 16 βαθμούς για να γίνουμε ένας από τους καλύτερους «τεχνίτες» της Γαλλίας (Meilleurs Ouvriers de France). Ο διαγωνισμός διεξάγεται κάθε τρία με τέσσερα χρόνια και θεωρείται από τους δυσκολότερους της χώρας. Συμπεριλαμβάνει το πρακτικό κομμάτι της παραγωγής του ψωμιού, τα αρτοποιήματα (γλυκίσματα), τα σνακς καθώς και το καλλιτεχνικό και θεωρητικό κομμάτι του επαγγέλματος.

**Θυμάστε να περιγράψετε την πρώτη σας επαφή με το ψωμί; Τι σας έκανε να καταλάβετε ότι με αυτό θέλετε να ασχοληθείτε;**

Η πρώτη μου επαφή με το ψωμί έγινε στο χωριό το Sain-Père-sur Nivelle της χώρας των Βάσκων. Από μικρός ήθελα να γίνω αρτοποιός ή ζαχαροπλάστης ή μάγειρας. Η ευκαιρία που μου δόθηκε να μαθητεύσω σ' αυτό το χωριό, μου επέτρεψε να πραγματοποιήσω ένα από τα όνειρά μου και μέχρι σήμερα κρατάω επαφές με τον δάσκαλό μου.

**Πώς θα περιγράφατε τη φιλοσοφία με την οποία εργάζεστε; Τι είναι αυτό που θέλετε να προσφέρετε στον κόσμο;**

Η φιλοσοφία μου είναι πολύ απλή. Να μεταδώσω το επάγγελμά μου σύμφωνα με τις ανθρώπινες αξίες και να συνδυάσω την παράδοση με τη σύγχρονη εποχή. Για το κοινό: Να πειστεί ότι είναι καλό να τρώει υγιεινά και ποιοτικά κάθε μέρα.

**Η φιλοσοφία μου είναι να μεταδώσω το επάγγελμά μου σύμφωνα με τις ανθρώπινες αξίες και να συνδυάσω την παράδοση με τη σύγχρονη εποχή.**

**Το 2011, ήσασταν ανάμεσα στους έξι αρτοποιούς στους οποίους απονεμήθηκε ο τίτλος του Meilleur Ouvrier de France, επιλεγμένοι μεταξύ 100 φιναλίστ. Μπορείτε να μας πείτε λίγα λόγια για αυτή την εμπειρία και πώς νιώσατε όταν κερδίσατε αυτόν τον τίτλο;**

Το 2011 ήμασταν περισσότεροι από 120 συμμετέχοντες. Ο διαγωνισμός διεξήχθη σε τέσσερα στάδια: Τεχνολο-





Οφείλουμε να τολμούμε και να δημιουργούμε  
ασταμάτητα, διατηρώντας τις αξίες της παράδοσης  
και την τεχνογνωσία.



**Πώς πιστεύετε ότι έχει αλλάξει η βιομηχανία αρτοποιίας και η τέχνη της παρασκευής ψωμιού με τα χρόνια;**

Δε θα πρέπει να παραλείψουμε τη «βιομηχανία» του άρτου. Βρίσκεται παντού, ωστόσο θεωρώ ότι τα χειροποίητα αρτοποιήματα είναι ασυναγώνιστα, παρουσιάζοντας απaráμιλλη ποιότητα, επιλέγοντας πάντα τις σωστές πρώτες ύλες. Οφείλουμε να τολμούμε και να δημιουργούμε ασταμάτητα, διατηρώντας τις αξίες της παράδοσης και την τεχνογνωσία.

**Πόσο σημαντικό είναι να αγοράζει κανείς φρέσκο ψωμί από το φούρνο της γειτονιάς και όχι κατεψυγμένο από π.χ. ένα σούπερ μάρκετ;**

Το πιο σημαντικό είναι να ψωνίζουμε ποιοτικά σε όλους τους τομείς. Η ποιότητα δεν έχει τιμή παρά μόνο τη σωστή τιμή. Ο παραγωγός έχει ένα και μοναδικό χαρτί να παίζει. Τα φρέσκα προϊόντα.

**Σήμερα, ποιες είναι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει ο αρτοποιός;**

Το στοίχημα του σύγχρονου αρτοποιού είναι να προσαρμόζεται συνεχώς ανάλογα με το καταναλωτικό κοινό και με έξυπνο τρόπο να επιβάλλει το στυλ και το δικό του όραμα σε σχέση με την αρτοποιία. Το πιο σημαντικό είναι να κάνει με αγάπη τη δουλειά του γιατί μόνο έτσι θα δημιουργήσει ποιοτικά και ξεχωριστά προϊόντα.

**Ποιες είναι οι νέες τάσεις που αναδύονται στην αγορά και ποια κριτήρια επιλέγετε ποια να ακολουθήσετε;**

Σχετικά με το ψωμί: Όσο το δυνατόν πιο φυσικά άλευρα (όχι μακράς διάρκειας). Η επεξεργασία και η επιλογή των πρώτων υλών να γίνεται με όσο το δυνατόν φυσικότερο τρόπο. Σχετικά με την πελατεία: Ο πελάτης αξίζει το καλύτερο και στη γεύση και στη συντήρηση των προϊόντων. Για το λόγο αυτό, πιστεύω ότι πρέπει να επιλέγουμε τις καλύτερες πρώτες ύλες και να τις υπολογίζουμε σωστά ώστε να υπάρχει σωστή αποδοτικότητα του προϊόντος. Η τεχνογνωσία του επαγγέλματος είναι απαραίτητη και για το λόγο αυτό οφείλουμε

**Κάθε αρτοποιός είναι μοναδικός. Και αν θα μπορούσα να δώσω μια συμβουλή στους Έλληνες και γενικά σε όλους, είναι να προσαρμόζεστε συνεχώς.**

να εξελισσόμαστε και να μαθαίνουμε συνεχώς κρατώντας πάντα, τις παραδόσεις του επαγγέλματος.

**Πώς επιλέγετε τις πρώτες ύλες που θα χρησιμοποιήσετε;**

Επιλέγω όλες τις πρώτες ύλες, γνωρίζοντας την προέλευσή τους, τον τόπο παραγωγής και επεξεργασίας. Οφείλουμε οπωσδήποτε να προσπαθούμε να αγοράζουμε τα πιο αγνά προϊόντα.

**Ποια είναι η πηγή έμπνευσής σας και τι πιστεύετε ότι είναι αυτό που κάνει τις δημιουργίες σας να ξεχωρίζουν;**

Για τις δημιουργίες μου εμπνέομαι από αυτά που βλέπω. Από μια βόλτα στο δάσος ή στο χωριό... Οι συζητήσεις με τους ανθρώπους και τους επαγγελματίες με εμπνέουν πολύ. Τα πάντα μπορεί να μου δώσουν έμπνευση. Ένας πίνακας, ένα λουλούδι, ένας τόπος.

**Πώς είναι μια τυπική μέρα για εσάς;**

Ειλικρινά δεν υπάρχει τυπική μέρα για μένα. Δουλεύω καλά τόσο στην επιχείρησή μου όσο και στο συμβούλιό μου. Το πιο σημαντικό για μένα είναι να είμαι ευχαριστημένος τόσο ο ίδιος όσο και αυτοί που βρίσκονται γύρω μου.

**Ποια είναι η σχέση σας με όσους έρχονται να αγοράσουν τις δημιουργίες σας και πόσο σημαντική είναι για εσάς η προσωπική επαφή με τον πελάτη;**

Η σχέση μου με τους πελάτες μου είναι πολύ σημαντική. Αγαπώ την απλότητα κι αν μπορώ να δώσω λίγο ευτυχία μέσα από τα δημιουργήματά μου είμαι ικανοποιημένος. Η συμβουλή μου: κάντε σημαντικά πράγματα δίκως να παίρνετε τον εαυτό σας στα σοβαρά!

**Ποιο είναι το αγαπημένο σας ψωμί;**

Μου είναι πολύ δύσκολο να απαντήσω σε αυτή την ερώτηση. Μου αρέσει να δημιουργώ και δεν έχω συγκεκριμένη προτί-

μηση. Όμως λατρεύω να δημιουργώ νέα ψωμιά και νέες γεύσεις.

**Ποιοι είναι οι στόχοι σας για το μέλλον;**

Ο στόχος μου για το μέλλον είναι να δίνω ευχαρίστηση στην οικογένειά μου, στο επάγγελμά μου, στις καθημερινές συναντήσεις. Λατρεύω να μεταδίδω τις γνώσεις μου, να γνωρίζω νέες κουλτούρες και να ανακαλύπτω νέους τρόπους ζωής.

**Ποιο είναι το μυστικό της επιτυχίας σας;**

Κάθε αρτοποιός είναι μοναδικός. Και αν θα μπορούσα να δώσω μια συμβουλή στους Έλληνες και γενικά σε όλους, είναι να προσαρμόζεστε συνεχώς. Ο καλύτερος είναι αυτός που προσαρμόζεται ευκολότερα.

**Το στοίχημα του σύγχρονου αρτοποιού είναι να προσαρμόζεται συνεχώς και με έξυπνο τρόπο να επιβάλλει το στυλ και όραμά του.**

**Έρχεστε στην Ελλάδα για 1<sup>η</sup> φορά, για το masterclass στη σχολή La Chef Levi, που θα σας φιλοξενήσει. Με λίγα λόγια, ποια είναι τα μυστικά και οι τεχνικές που θα μοιραστείτε με όσους το παρακολουθήσουν;**

Οι τεχνικές που θα μοιραστώ είναι ένας συνδυασμός παράδοσης και εκσυγχρονισμού. Σκοπεύω να φέρω μια νέα τεχνογνωσία στο ψωμί, στα γλυκίσματα, στα σάντουιτς και στα μπισκότα. Με αποδοτικότητα και δημιουργικότητα προσαρμοσμένη στις επιχειρήσεις. Οφείλουμε να δημιουργούμε σωστά και καλά προϊόντα που αποδίδουν κέρδος.



# freshbakery.gr

φρέσκο - υγιεινό - λειτουργικό

## ΔΩΡΕΑΝ Επαγγελματικές Αγγελίες

Fresh  
Bakery  
ON LINE

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

Τώρα μπορείτε και εσείς να καταχωρήσετε τις δικές σας αγγελίες για τον κλάδο της αρτοποιίας και της ζαχαροπλαστικής, εύκολα και γρήγορα, ΧΩΡΙΣ ΧΡΕΩΣΗ, στην ηλεκτρονική σελίδα του περιοδικού "ΑΡΤΟΠΟΙΟΣ-ΒΑΖ", [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)

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



Στην Differ πρωτοπορούμε στον σχεδιασμό και στην κατασκευή πρότυπων εξοπλισμών για επαγγελματικούς χώρους εστίασης.

Παρέχοντας προτάσεις υψηλής αισθητικής, ευέλικτες εξατομικευμένες λύσεις για κάθε ανάγκη και κατασκευές κορυφαίας ποιότητας, δίνουμε έμφαση στις λεπτομέρειες φωτισμού, ιδανικών συνθηκών συντήρησης και άψογου φινιρίσματος, με σκοπό την άριστη προβολή των προϊόντων σας.



Differ - Χατζηαϊβάζογλου • 22χλμ. Θεσσαλονίκης - Ν. Μουδανιών • Τ: 2392 091577 • e: [info@differ.gr](mailto:info@differ.gr)





**Ο κλάδος της αρτοποιίας ως ένας από τους πιο δυναμικούς κλάδους των τροφίμων, οφείλει να ανταποκριθεί ανάλογα και να καλύψει τις διαρκώς αυξανόμενες ανάγκες.**

## ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΛΑΓΑΝΕΣ

Στο παρόν άρθρο θα επικεντρωθούμε στις σύγχρονες διατροφικές τάσεις έτσι όπως αυτές διαμορφώνονται παγκοσμίως και στο πως θα τις ενσωματώσουμε σε παραδοσιακά προϊόντα αρτοποιίας, όπως είναι η λαγάνα.

### Σύγχρονες τάσεις

Πολλοί λόγοι και αιτίες συντρέχουν για τις αλλαγές που συντελούνται, μεταξύ άλλων και στις διατροφικές τάσεις των ανθρώπων.

Οι πιο σημαντικοί είναι:

- Προβλήματα διατροφικής επάρκειας: αναμένεται αύξηση του πληθυσμού κοντά στα 10 δις μέχρι το 2050.
- Περιορισμός σπατάλης τροφίμων: εκτιμάται ότι το 33%-50% της τροφής που παράγεται παγκοσμίως, δεν καταναλώνεται.
- Κλιματική αλλαγή: οδηγεί στη μείωση των διαθέσιμων πόρων και στην αύξηση εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου.
- Αύξηση των νοσημάτων που σχετίζονται με τη διατροφή: παχυσαρκία, υπέρταση, σακχαρώδης διαβήτης.
- Αύξηση της γήρανσης του πληθυσμού: άνω των 65 ετών.
- Ευαισθητοποίηση καταναλωτών: οικοκεντρική ηθική, ευζωία ζώων και νέες διατροφικές τάσεις που συμβάλουν στη διατήρηση της υγείας.

Σύμφωνα με μελέτες διεθνών οργανισμών και ινστιτούτων, οι σύγχρονες τάσεις διατροφής που έρχονται ως απόρροια των παραπάνω αιτιών είναι:

- Τρόφιμα «καθαρές επικέτας» (clean label)
- Βιωσιμότητα και αειφορία (sustainability)
- Καινοτομία και ποικιλία (novelty & variety)
- Παραδοσιακά τρόφιμα -ντόπιες γεύσεις (localization -local taste)
- Υποστήριξη Υγείας -Healthy foods
- Κατανάλωση τροφίμων φυτικής προέλευσης (plant based)

### Χαρούπι

Καθώς η υγεία του παγκόσμιου πληθυσμού έχει εξελιχθεί σε μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις του 21ου αιώνα, η ανάπτυξη θρεπτικών προϊόντων με ιδιαίτερες ευεργετικές ιδιότητες για τον άνθρωπο καθίσταται αναγκαία.

Το χαρούπι και η καλλιέργειά του στην Ελλάδα μπορεί να ενταχθεί σύμφωνα με τις παραπάνω διατροφικές τάσεις σε ένα προϊόν παραδοσιακό, βιώσιμης καλλιέργειας και αειφορίας και παράλληλα υγιεινό.

Τα τελευταία χρόνια, η αξιοποίηση του χαρουπιού από τη βιομηχανία τροφίμων αυξάνεται ολοένα και περισσότερο εξαιτίας της υψηλής θρεπτικής αξίας του καρπού, ενώ στο εμπόριο διατίθενται άλευρα και τρόφιμα με βάση το χαρούπι. Ένα από τα πιο διαδεδομένα προϊόντα είναι το χαρουπάλευρο το οποίο προέρχεται από τον λαβό, μετά την αφαίρεση των σπόρων και βρίσκει εφαρμογή ως υποκατάστατο του κακάο.

Η χαρουπιά παρουσιάζει αντοχή στην ξηρασία και έχει την ικανότητα να αποτρέπει τη διάβρωση, την υποβάθμιση του εδάφους και την ερημοποίηση. Προσφέρει το πλεονέκτημα της ανάπτυξης σε φτωχά και άγονα εδάφη του Μεσογειακού εδάφους και δεν απαιτεί πολύ νερό για άρδευση.

Σε ότι αφορά τη σύστασή του, σε μακροθρεπτικά συστατικά, είναι πλούσιο σε σάκχαρα και φυτικές ίνες (40%), ενώ περιέχει μικρή ποσότητα πρωτεΐνης. Το χαρούπι είναι πλούσιο και σε μικροσυστατικά, όπως φαινολικά οξέα, φλαβονοειδή, λιγνάνες και σιλβένια, τα οποία έχουν συσχετιστεί με καρδιοπροστατευτικές και αντιοξειδωτικές δράσεις στον άνθρωπο. Υπάρχουν αναφορές και για περιεκτικότητα σε μέταλλα, όπως κάλιο, ασβέστιο, φώσφορο και μαγνήσιο.

### Γλυκαιμικός δείκτης

Στο πλαίσιο της αναζήτησης διατροφικού πλάνου που βοηθάει στη διατήρηση της καλής υγείας, η κατανάλωση προϊόντων με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη είναι ψηλά στις προτιμήσεις των καταναλωτών, μιας και ο σακχαρώδης διαβήτης είναι από τις σημαντικότερες αιτίες νόσησης παγκοσμίως.

Θυμίζουμε - μέσα από το αντίστοιχο άρθρο στο τεύχος Σεπτεμβρίου 2019 - ότι ο γλυκαιμικός δείκτης εκφράζεται μέσα από μια κλίμακα που ξεκινάει από το μηδέν (0) για τρόφιμα που δεν περιέχουν καθόλου υδατάνθρακες, μέχρι το εκατό (100) που εκφράζει τη γλυκόζη.

Τροφές χαμηλού ΓΔ θεωρούνται εκείνες με τιμή μικρότερη του 55, μέτριου ΓΔ είναι αυτές με τιμή μεταξύ 55-70 και υψηλού ΓΔ είναι αυτές που έχουν τιμή πάνω από 70.

Όσο πιο υψηλός ο ΓΔ, τόσο προκαλείται μεγαλύτερη και πιο απότομη αύξηση του επιπέδου της γλυκόζης στην κυκλοφορία του αίματος στον οργανισμό. Αντίθετα, τρόφιμα με χαμηλό ΓΔ απελευθερώνουν σταδιακά το σάκχαρο στο αίμα και έτσι συμβάλλουν στον καλύτερο γλυκαιμικό έλεγχο, ειδικά σε άτομα με διαβήτη.

### Βιωσιμότητα και αειφορία

Οι κλιματικές αλλαγές που συντελούνται με ολοένα αυξανόμενο ρυθμό, οδηγούν στην ανάγκη για ανάπτυξη καλλιεργειών που βοηθάνε στη μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου, καλύτερη διαχείριση των υδάτινων πόρων και των καλλιεργήσιμων εκτάσεων, λιγότερη χρήση χημικών φυτοφαρμάκων και λιπασμάτων και βιώσιμη ανάπτυξη της κτηνοτροφίας.



**Η κατανάλωση προϊόντων με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη είναι ψηλά στις προτιμήσεις των καταναλωτών, μιας και ο σακχαρώδης διαβήτης είναι από τις σημαντικότερες αιτίες νόσησης παγκοσμίως.**

Σε παλαιότερα άρθρα του «Αρτοποιού» έχουμε μιλήσει για τις περιπτώσεις δημητριακών που εντάσσονται στις βιώσιμες καλλιέργειες, με ιδιαίτερα διατροφικά χαρακτηριστικά, όπως το δίκοκκο στάρι, το καμούτ και το tritordeum.

#### Παράδοση και τοπικές γεύσεις

Όπως προαναφέρθηκε, ο παράγοντας της παράδοσης αλλά και η χρήση τοπικών πρώτων υλών στην παρασκευή τροφίμων, είναι εξίσου σημαντικός. Μην παραβλέπουμε και τις αρνητικές επιπτώσεις στον πλανήτη από το αποτύπωμα άνθρακα (carbon footprint) εξαιτίας της διακίνησης αγαθών σε μεγάλες αποστάσεις, ενίοτε κι από άλλες ηπείρους. Η Ελλάδα με το μεσογειακό κλίμα, το έντονο ανάγλυφο του εδάφους, τη μεγάλη βιοποικιλότητα, τη θάλασσα που την περικλείει και τη μακραίωνη ιστορία της, έχει όλα τα πλεονεκτήματα για να μπορέσει από θέση ισχύος να εδραιωθεί στην παγκόσμια κοινότητα ως μια «διατροφικά πλούσια» χώρα.

Η καλλιέργεια εποχιακών φρούτων και λαχανικών, η ορθή εκμετάλλευση της ελιάς και του δώρου της - του ελαιόλαδου - ως βασική και υψηλής διατροφικής αξίας ελαίου, αλλά και το πλήθος βρώσιμων χόρτων που φύονται στα γόνιμα εδάφη της, είναι οι αιχμές του δόρατος της μεσογειακής διατροφής.

#### Plant based

Ο ορισμός της plant based διατροφής βασίζεται σε τροφές φυτικής προέλευσης που περιλαμβάνει λαχανικά, δημητριακά, καρπούς, όσπρια και σπόρους και αποκλείει ή ελαχιστοποιεί τη χρήση ζωικών προϊόντων (κρέας, πουλερικά, ιχθυρά, γαλακτοκομικά, αυγά). Το ευτύχημα στην αρτοποιία είναι πως οι βασικότερες πρώτες ύλες - με λίγες

και διαχειρίσιμες εξαιρέσεις - είναι εκ φύσεως φυτικής προέλευσης: αλεύρι, ζάχαρη, ελαιόλαδο, σπόροι κλπ. Έτσι, εύκολα πολλά από τα αρτοποιήματα μπορούν να χαρακτηριστούν ως plant based, και να στοχεύσουν στην καλύτερη προώθησή τους σε καταναλωτές όπως οι vegans, οι vegetarians και οι flexiterians. Η τελευταία κατηγορία αφορά καταναλωτές που ακολουθούν ένα είδος ημι-χορτοφαγικής διατροφής, που βασίζεται κατά κύριο λόγο στην κατανάλωση φυτικών προϊόντων, χωρίς όμως να αποκλείουν την περιστασιακή κατανάλωση κρέατος. Ενώ οι vegans αποτελούν το 3-5% των καταναλωτών, οι flexiterians αφορούν ένα ραγδαία αυξανόμενο ποσοστό, που σήμερα φτάνει το 30%. Η μεσογειακή δίαιτα θα μπορούσε εύκολα να ενταχθεί μέσα σε αυτή, μιας και ελαχιστοποιεί την κατανάλωση ζωικών προϊόντων.

#### Συμπερασματικά

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, ο κλάδος της αρτοποιίας ως ένας από τους πιο δυναμικούς κλάδους των τροφίμων, οφείλει να ανταποκριθεί ανάλογα και να καλύψει τις διαρκώς αυξανόμενες ανάγκες αλλά και απαιτήσεις των καταναλωτών. Έχει στα χέρια του τα κατάλληλα «εργαλεία» (α' ύλες, τεχνικές αρτοποιίας, τεχνολογία και τεχνολογία) για να μπορέσει να αντιμετωπίσει τις αυριανές προκλήσεις και να συνεχίσει να καινοτομεί.

#### Συνταγές για εναλλακτικές λαγάνες

Για τις λαγάνες έχουμε ξαναμιλήσει σε παλιότερο άρθρο («Αρτοποιός» - Φλεβάρης 2018). Εδώ προτείνουμε μερικές λαγάνες που ενσωματώνουν τις προαναφερθείσες αξίες:

#### Λαγόνα Χαρουπιού

4.250 γρ. Αλεύρι Τ70% δυνατό  
750 γρ. Χαρουπάλευρο 100%  
200 γρ. Χαρουπόμελο  
100 γρ. Αλάτι  
125 γρ. Μαγιά  
200 γρ. Ταχίνι  
250 γρ. Ελαιόλαδο  
3.000 γρ. Νερό

#### Λαγόνα με Tritordeum

4.250 γρ. Αλεύρι Tritordeum  
750 γρ. Αλεύρι Ολικής Σκληρότητας (πετρόμυλου)  
100 γρ. Αλάτι  
125 γρ. Μαγιά  
250 γρ. Ελαιόλαδο  
20 γρ. Κρεμμύδι (σκόνη)  
200 γρ. Ταχίνι  
3.000 γρ. Νερό

#### Λαγόνα Low GI

5.000 γρ. Μίγμα GI48  
250 γρ. Ελαιόλαδο  
150 γρ. Μαγιά  
200 γρ. Ταχίνι  
3.200 γρ. Νερό

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί για 10 λεπτά στην αργή και 5 λεπτά στη γρήγορη ταχύτητα. Κόβουμε τη ζύμη, μορφοποιούμε σε μπάλες των 450 γραμμαρίων και ξεκουράζουμε σκεπασμένες για μισή ώρα. Ανοίγουμε τις λαγάνες και τις τοποθετούμε για ωρίμανση 40 λεπτά περίπου σε ήπια στόφα, με συνθήκες 65% υγρασία και 35°C θερμοκρασία. Κάνουμε μικρές λακούβες είτε με τα δάκτυλα είτε με το κατάλληλο εργαλείο και ψεκάζουμε με νερό. Προαιρετικά πασπαλίζουμε με σουσάμι και μαυροσούσαμο. Ψήνουμε με ατμό σε ταμπανωτό φούρνο στους 230°C για 25 λεπτά περίπου. Τα τελευταία λεπτά αφινώνουμε τα τάμπερ ανοικτά.



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



## Λαγόνα με το χρυσό δημητριακό!

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

**ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ**

ηλάθω  
υγεία





# ΣΑΛΜΟΝΕΛΑ ΚΑΙ ΑΥΓΑ

Η σαλμονέλα ή σαλμονέλλα είναι ένα γένος ραβδόμορφων παθογόνων βακτηρίων που ευθύνονται για τη σαλμονέλλωση, μια γαστρεντερική λοίμωξη που προκαλείται από την κατανάλωση μολυσμένων τροφίμων.

Το βακτήριο της σαλμονέλας εξουδετερώνεται, όταν εκτεθεί σε θερμοκρασία 70°C.

Μιλάμε για μικρο-οργανισμούς, αόρατους με γυμνό μάτι, που όταν καταναλωθούν μπορεί να προκαλέσουν έντονο κοιλιακό άλγος, κράμπες, ναυτία και έμετο και οι οποίοι βρίσκουν το φυσικό τους περιβάλλον στα έντερα των θηλαστικών, των πτηνών και των ερπετών.

Ανάμεσα στις πιο κοινές και συχνές αιτίες σαλμονέλλωσης, τη μόλυνση από σαλμονέλα, βρίσκουμε το χοιρινό και τα αυγά. Με το τελευταίο θα ασχοληθούμε σήμερα, για να μάθουμε όχι μόνο πώς μπορεί να συμβεί μόλυνση αλλά και κυρίως πώς να αποφύγουμε κινδύνους και πιθανές μολύνσεις. Τι μπορεί να προκαλέσει η σαλμονέλα; Πώς πεθαίνουν τα βακτήρια της σαλμονέλας; Από την επιλογή του προϊόντος μέχρι το μαγείρεμα, το πέρασμα από τη σωστή συντήρηση και τη συνεχή προσοχή στην υγιεινή, ακολουθούν όλοι οι κανόνες για να καταστρέψετε τη σαλμονέλα και να απολαύσετε τα αυγά χωρίς κανέναν κίνδυνο.

Με τον όρο σαλμονέλα προσδιο-

ρίζουμε μια ομάδα βακτηρίων που ανήκουν στην οικογένεια *Enterobacteriaceae*, μικροοργανισμούς που βρίσκουν το φυσικό τους περιβάλλον στα έντερα των πτηνών, των ερπετών και των θηλαστικών και που προκαλούν στον άνθρωπο μια γαστρεντερική λοίμωξη, γνωστή ως σαλμονέλλωση. Οι μικροοργανισμοί που είναι γνωστοί ως σαλμονέλα είναι πολυάριθμοι (σχεδόν 2000 ορότυποι), αλλά οι επικίνδυνες για τον άνθρωπο παραλλαγές, αυτοί που μπορούν να προκαλέσουν μόλυνση από σαλμονέλλωση, είναι περίπου πενήντα και διαχέονται συχνότερα σε χοίρους, κοτόπουλα και κότες. Πώς περνά η σαλμονέλα από το έντερο του ζώου στον άνθρωπο;

Η απάντηση βρίσκεται στο φαγητό και συγκεκριμένα στο κρέας, το γάλα αλλά και στην κατανάλωση και χρήση των αυγών στην κουζίνα. Στην περίπτωση των αυγών, ο πραγματικός κίνδυνος βρίσκεται στο κέλυφος το οποίο, έχοντας έρθει σε επαφή με τα κόπρανα του ζώου, μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε φορέα μόλυνσης και επομένως μόλυνσης. Πώς να προστατευτείτε από αυτόν τον κίνδυνο; Το πρώτο πράγμα είναι ότι η υγιεινή είναι απαραίτητη όταν πρόκειται για βακτήρια, το δεύτερο είναι ότι η σαλμονέλα είναι ένα ευαίσθητο στη θερμοκρασία βακτήριο. Αυτό σημαίνει ότι το μαγείρεμα του φαγητού ή το ψήσιμο των προϊόντων μειώνει σημαντικά (σχεδόν πλήρως) την πιθανότητα προσβολής από σαλμονέλλωση επειδή η ζέση καταστρέφει τα βακτήρια.

**Η παστερίωση είναι πολύ σπουδαία γιατί καταστρέφει τη Salmonella, χωρίς να μαγειρεύει τα αυγά ή χωρίς να επηρεάζει το χρώμα, τη γεύση και τη θρεπτική αξία.**

## Αυγά και σαλμονέλα: Πώς να αποφύγετε τους κινδύνους

Το γεγονός ότι τα αυγά μπορεί να είναι φορέας επαφής και μόλυνσης δεν σημαίνει καθόλου ότι πρέπει με κάποιο τρόπο να εγκαταλείψουμε τη γεύση τους, αλλά μόνο ότι πρέπει να πάρουμε κάποιες μικρές προφυλάξεις, συγκεκριμένα, εδώ μπορούμε να αποφύγουμε τους κινδύνους:

**Αγορά:** φροντίστε να αγοράζετε πάντα φρέσκα και άθικτα αυγά, κατά προτίμηση από συμβατικά, πιστοποιημένους παραγωγούς.

**Αποθήκευση:** οι χαμηλές θερμοκρασίες μπορούν να επιβραδύνουν τον πολλαπλασιασμό των βακτηρίων, για το λόγο αυτό τα αυγά πρέπει να φυλάσσονται στο ψυγείο, κατά προτίμηση στο χαμηλότερο ράφι όπου η θερμοκρασία είναι μεταξύ 4-5°C.

## Γενικές συμβουλές

- Αποφεύγουμε να αγοράζουμε αυγά με ακάθαρτο, ραγισμένο και μη φυσιολογικό κέλυφος.
- Αποφεύγουμε να καταναλώνουμε αυγά με κηλίδες αίματος, με ασπράδι θρομβώδες, χρωματισμένο, ανακατεμένο με τον κρόκο και με δυσάρεστη οσμή.
- Δε χρησιμοποιούμε αυγά με δυσάρεστη οσμή.
- Τα αυγά πρέπει να παραμένουν καθαρά, στεγνά, και να προστατεύονται από την απευθείας έκθεσή τους στον ήλιο.
- Για την καλή συντήρηση των αυγών που αγοράζουμε δεν τα πλένουμε.
- Τα αυγά είναι προτιμότερο να φυλάσσονται εκτός ψυγείου, σε σκιερό και δροσερό χώρο. Σε περίπτωση που φυλάσσονται σε θερμοκρασία ψύξης, πρέπει να διατηρείται η αλυσίδα ψύξης μέχρι την κατανάλωσή τους.
- Η νωπότητα του αυγού διαπιστώνεται από το μέγεθος του αεροθαλάμου του. Τα φρέσκα αυγά έχουν πολύ μικρό θάλαμο.



**Η διαδικασία της σωστής αποθήκευσης και μετά του σπασίματος των αυγών αποτελεί το μεγάλο «πονοκέφαλο» της υγιεινής των προϊόντων.**

- Για λόγους ασφάλειας, τα αυγά πρέπει να αποθηκεύονται με τέτοιο τρόπο ώστε να μην έρχονται σε επαφή με άλλα εκτεθειμένα τρόφιμα για την αποφυγή επιμολύνσεων (κυρίως αποτροπή επιμόλυνσης με σαλμονέλα).
- Το πλύσιμο των χεριών είναι απαραίτητο πριν και μετά τη χρήση αυγών.
- Βγάζετε τα αυγά από το ψυγείο λίγο πριν τα καταναλώσετε και μην τα αφήνετε κοντά σε πηγές θερμότητας. Η ξαφνική αλλαγή της θερμοκρασίας θα μπορούσε να προκαλέσει το σχηματισμό υγρασίας και συμπύκνωσης, ένα φυσικό περιβάλλον για τα βακτήρια.
- Απομακρύνουμε τα σπασμένα ή κατεστραμμένα αυγά. Τα βακτήρια που υπάρχουν στο κέλυφος θα μπορούσαν να έρθουν σε επαφή με το εσωτερικό και να θέσουν σε κίνδυνο τον κρόκο ή το ασπράδι ή ακόμη και το τελικό προϊόν.

Με δυο λέξεις, το τακτικό πλύσιμο των μαγειρικών σκευών και του πάγκου, η αποφυγή επαφής μαγειρεμένων τροφίμων με ακατέργαστα προϊόντα και η σωστή συντήρηση των τροφών είναι βασικοί κανόνες για την αποφυγή της προσβολής από τη σαλμονέλλωση, αλλά και άλλων ασθενειών.

#### Η Αποθήκευση των αυγών

Στον παρακάτω πίνακα φαίνονται οι συνθήκες αποθήκευσης των αυγών, καθώς και προϊόντων που περιέχουν αυγά:

Συνθήκες Αποθήκευσης των Αυγών		
ΠΡΟΪΟΝ	ΨΥΞΗ	ΚΑΤΑΨΥΞΗ
Αυγά νωπά με κέλυφος	3 με 5 εβδομάδες	Μην καταψύχετε
Ασπράδι αυγού νωπό	2 με 4 ημέρες	12 μήνες
Κρόκος αυγού νωπός	2 με 4 ημέρες	Οι κρόκοι δεν καταψύχονται καλά
Αυγά νωπά που καταψύχθηκαν τυχαία με το κέλυφος	Άμεση χρήση μετά την απόψυξη	Διατηρήστε τα κατεψυγμένα, αποψύξτε τα στο ψυγείο
Αυγά, βρασμένα σφικτά	1 εβδομάδα	Μην καταψύχετε
Υποκατάστατα αυγού, υγρά		
Σφραγισμένα	10 ημέρες	Μην καταψύχετε
Ανοιγμένα	3 ημέρες	Μην καταψύχετε
Υποκατάστατα αυγού, κατεψυγμένα		
Σφραγισμένα	Μετά την απόψυξη, 7 ημέρες ή κοιτάξτε την ημερομηνία λήξεως	12 μήνες
Ανοιγμένα	Μετά την απόψυξη, 3 ημέρες ή κοιτάξτε την ημερομηνία λήξεως	Μην καταψύχετε
Φαγητά που έγιναν με αυγά	3 με 4 ημέρες	Μετά το μαγείρεμα ή ψήσιμο, 2 με 3 μήνες
Κρέμα custard και chiffon	3 με 4 ημέρες	Μην καταψύχετε



**Για αρτοσκευάσματα υψηλής διατροφικής αξίας, εκλεκτής ποιότητας και μοναδικής γεύσης, επιλέξτε τα άλευρα της σειράς Eu Zην**



*Δημιουργούμε αξία για την ανθρώπινη διατροφή*



**μύλοι  
ΛΟΥΛΗ**

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





Στην περίπτωση των αυγών, ο πραγματικός κίνδυνος βρίσκεται στο κέλυφος, το οποίο μπορεί εύκολα να μετατραπεί σε φορέα μόλυνσης.

Τα τελευταία χρόνια πολλές επιχειρήσεις που παράγουν αρτοσκευάσματα και είδη ζαχαροπλαστικής για την καλύτερη υγιεινή των προϊόντων τους έχουν επιλέξει τη χρήση αυγών σε σκόνη ή σε κατεψυγμένη μορφή (προϊόντα αυγού). Ο λόγος είναι απλός για όλα αυτά που προαναφέραμε. Η διαδικασία της σωστής αποθήκευσης και μετά του σπασίματος των αυγών αποτελεί τον μεγάλο «πονοκέφαλο» της υγιεινής των προϊόντων, και για την εστίαση αλλά και για τη ζαχαροπλαστική. Αποθηκεύετε τα αυγά στη συσκευασία τους ή στα ειδικά δοχεία του ψυγείου. Με αυτόν τον τρόπο θα αποφύγετε το σπάσιμο του κελύφους.

Ο όρος 'προϊόντα αυγού' αναφέρεται σε αυγά από τα οποία έχει απομακρυνθεί το κέλυφος και τα οποία έχουν υποστεί κάποια επεξεργασία. Τα βασικά προϊόντα αυγού είναι το πλήρες αυγό, το ασπράδι, ο κρόκος και διάφορα μίγματα με ή χωρίς άλλα συστατικά και τα οποία έχουν υποστεί επεξεργασία και παστερίωση και είναι διαθέσιμα με υγρή, κατεψυγμένη ή αφυδατωμένη μορφή.

Η παστερίωση είναι πολύ σπουδαία γιατί καταστρέφει τη Salmonella, χωρίς να μαγειρεύει τα αυγά ή χωρίς να επηρεάζει το χρώμα, τη γεύση-οσμή, τη θρεπτική αξία ή το σκοπό χρήσεως των αυγών.

Τα προϊόντα αυγού μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε πολλά προϊόντα αρτοποιίας, καθώς και να καταναλωθούν μετά από μαγείρεμα (π.χ. ομελέτα). Είναι παστεριωμένα, αλλά και πάλι να χρησιμοποιούνται και να καταναλώνονται σε προϊόντα που έχουν ψηθεί ή πι-

γανισθεί ή μαγειρευθεί με άλλο τρόπο. Οι καταναλωτές πρέπει να προσέχουν και να εξασφαλίζουν ότι το εσωτερικό του προϊόντος που μαγειρεύουν έχει πιάσει τους 71°C. Τα παστεριωμένα προϊόντα μπορούν να αντικαταστήσουν τα κωπά αυγά σε συνταγές που δεν περιλαμβάνουν θέρμανση στους 71°C.

#### Ασφάλεια των Προϊόντων Αυγού

Όταν αγοράζετε προϊόντα αυγού:

- Τα δοχεία πρέπει να είναι κλειστά αεροστεγώς.
- Τα κατεψυγμένα προϊόντα δε θα πρέπει να είναι ή να φέρουν σημάδια αποψύξεως.
- Να αγοράζετε εψυγμένα προϊόντα που διατηρούνται στους 4,5°C ή παρκατάτω.
- Να αποφεύγετε τα αφυδατωμένα αυγά που έχουν πήξει.

Κατά την αποθήκευση:

- Διατηρήστε τα κατεψυγμένα αυγά μέχρι 1 έτος.
- Κοιτάξτε αν υπάρχει ημερομηνία λήξεως και ακολουθήστε την.
- Τα υγρά προϊόντα χωρίς ημερομηνία λήξεως, να διατηρούνται στους 4,5°C ή παρακάτω σε σφραγισμένες συσκευασίες μέχρι 7 ημέρες και μετά το άνοιγμα όχι πάνω από 3 ημέρες.
- Μην καταψύχετε ανοιγμένες συσκευασίες ή αποψυγμένα κατεψυγμένα προϊόντα αυγού.
- Τα αφυδατωμένα προϊόντα αυγού, εφ' όσον δεν έχουν ανοιχθεί και δεν έχουν προσλάβει υγρασία μπορούν να διατηρηθούν για πολύ μεγάλα χρονικά διαστήματα αν διατηρούνται σε δροσε-

ρό μέρος ή υπό ψύξη. Μετά το άνοιγμα να διατηρούνται στο ψυγείο.

• Να χρησιμοποιείτε τα ανασυσταμένα προϊόντα αμέσως ή μετά τοποθέτηση στο ψυγείο και χρήση εντός της ημέρας.

• **Παγωτό - Κρέμα Σαντιγί - Σούπα με αυγολέμονο - Προσοχή!!!:** Θερμαίνεται τρόφιμα που δεν υπόκεινται θέρμανση και αποτελούν πραγματικό κίνδυνο για τη υγεία του καταναλωτή. Για τη παρασκευή των συγκεκριμένων προϊόντων χρησιμοποιήστε αυγά που έχουν υποστεί παστερίωση.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ  
 1. THE SCIENCE OF FOOD - Marion Bionnion - WILEY N. Y 1980  
 2. <https://www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/salmonella>  
 3. <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A3%CE%B1%CE%BB%CE%BC%CE%BF%CE%BD%CE%AD%CE%B8%CE%B1>  
 4. <https://www.cdc.gov/foodsafety/communication/salmonella-and-eggs.html>  
 5. <https://www.foodsafety.gov/food-safety-charts/cold-food-storage-charts>  
 6. ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ & ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΓΙΑ ΣΤΕΛΕΧΗ ΚΑΙ ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ & ΟΡΓΑΝΩΣΕΩΝ ΠΟΥ ΕΜΠΛΕΚΟΝΤΑΙ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΝΟΜΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΕ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΕΚΤΑΚΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ ΚΑΙ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΩΝ Εκδ Υπουργείο ανάπτυξης και τροφίμων Αθήνα 2013  
 7. ΟΔΗΓΟΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ Νο 9 ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΝΟΜΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΕ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ, ΨΥΞΗΣ Η ΚΑΤΑΨΥΞΗΣ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ Ένισχος Φορέας Ελέγχου Τροφίμων-ΕΦΕΤ ΑΘΗΝΑ 2003

Image by freepik.com



ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΠΟΣΔΙΚΟΣ  
Τεχνολόγος Τροφίμων

## ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΜΙΓΜΑΤΑ ΑΡΤΟΠΟΪΙΑΣ



Le Pain au Chiaivre

Αυθεντική γεύση Κάνναβης με μέλι, & παπαρουνόσπορο



diabémix Χαμηλός γλυκαιμικός δείκτης

ΧΑΜΗΛΟΥ ΓΛΥΚΑΙΜΙΚΟΥ ΔΕΙΚΤΗ Χαμηλών υδατανθράκων Πολύσπορο & νόστιμο



Καθαρή Ετικέτα

Για πολύσπορο πρωτεϊνικό αρτοποιήμα οσπρίων ( φακή , αρακάς ρεβύθι & σόγια )

Πλούσιο σε φυτικές ΙΝΕΣ και ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ Πηγή ΣΙΔΗΡΟΥ και ΜΑΓΝΗΣΙΟΥ με gojiberrys cranberries & φύλλα πράσινου τσαγιού



[www.millbaker.com](http://www.millbaker.com) , [www.millbaker.gr](http://www.millbaker.gr)

Για πλ η φορορίες προϊόντων & διάθεσης συστατικών Millbaker & Goteborgs Food επικοινωνήστε μαζί μας : Βασίλης Κοκτσιδής [vkoktsidis@trofingred.com](mailto:vkoktsidis@trofingred.com), +30 6970803706



## ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΡΕΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ GOTEBORGS

Τέλειες για κάθε εφαρμογή



Ganache σοκολάτας



Mousse & κρέμες σοκολάτας

Υψηλής ρευστότητας σοκολάτας για μπάρες & σοκολατάκι

Goteborgs Food Budapest Παραγωγή κουβερτούρας & compround σοκολάτας πραλινών , γλάσσου & επικαλύψεων παγωτού

Ειδικές διατροφικές σειρές

Ice couvertures Επικάλυψη Παγωτού

Jan 30th - 2nd Feb 2022  
Cologne, Germany

Προσθετες ειδικές σειρές προϊόντων : χωρίς ζάχαρη / πρωτεϊνης / βιολογικές Συμμετέχετε στις επιδείξεις της τεχνικής μας ομάδας το 2022. [vkoktsidis@trofingred.com](mailto:vkoktsidis@trofingred.com)



Visit us in Hall 6.2 Stand F023



# ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΖΕΣΤΩΝ ΓΕΥΜΑΤΩΝ

## ΑΠΟ ΤΑ ΑΡΤΟΠΟΙΕΙΑ - ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Τον τελευταίο καιρό όλο και περισσότερα αρτοποιεία διαθέτουν μαγειρεμένο φαγητό, έτοιμα, ζεστά γεύματα που μπορούν να απολαύσουν οι πελάτες στο σπίτι τους. Είναι ένα επιπλέον είδος για να προσφέρουν τα αρτοποιεία, ένα είδος με αυξανόμενη ζήτηση από τους καταναλωτές που όμως κρύβει νέους κινδύνους σχετικά με την ασφάλεια των τροφίμων. Τι πρέπει να προσέξουμε;



### Επιλογή προμηθευτή

Αρχικά η επιλογή του προμηθευτή. Είναι καθοριστική για την ποιότητα των προϊόντων που θα προσφέρετε και δεν αρκεί μόνο να παρασκευάζει λαχταριστά πιάτα. Όπως και για κάθε άλλη πρώτη ύλη που προμηθεύεστε, ελέγξτε ότι έχει άδεια λειτουργίας και τηρεί όλους τους κανόνες υγιεινής πρακτικής κατά την προμήθεια, την παρασκευή, αποθήκευση και διάθεση των προϊόντων του. Τα προϊόντα του πρέπει να έχουν σταθερή ποιότητα, να παραδίδονται εγκαίρως. Εφόσον σας τα παραδίδουν με δικά τους φορτηγά, ελέγξτε την καταλληλότητα του οχήματος για αυτή την εργασία και την καθαριότητα του.

### Συνθήκες και χρόνος διατήρησης ζεστών γευμάτων

Τα τρόφιμα μετά το μαγείρεμα τους διατηρούνται ζεστά μέχρι τη διάθεσή τους, σε θερμοκρασία μεγαλύτερη των 60°C, τοποθετημένα σε καθαρούς θερμαινόμενους δίσκους, προθερμασμένα τραπεζία ατμού ή θερμούς δίσκους, καλυμμένα ώστε να αποφευχθεί μόλυνσή τους. Τα τρόφιμα πρέπει να ανακατεύονται ώστε να διανέμεται η θερμότητα σε όλη τη μάζα τους. Η εσωτερική θερμοκρασία πρέπει να ελέγχεται ανά δίωρο.

**Η επιλογή του προμηθευτή είναι καθοριστική για την ποιότητα των προϊόντων που θα προσφέρετε και δεν αρκεί μόνο να παρασκευάζει λαχταριστά πιάτα.**

### Διακίνηση ετοιμών γευμάτων

Τα οχήματα μεταφοράς τροφίμων και ποτών πρέπει να διαθέτουν βεβαίωση υγειονομικής καταλληλότητας που εκδίδεται από την Υγειονομική Υπηρεσία της Περιφερειακής Ενότητας που ανήκει η Δ/νση μεταφορών όπου γίνεται η έκδοση άδειας κυκλοφορίας του οχήματος. Οι χώροι των οχημάτων που μεταφέρουν τρόφιμα πρέπει να καθαροί και κατάλληλοι για τα τρόφιμα που μεταφέρουν. Οι περιέκτες που προορίζονται για την μεταφορά τροφίμων συνίσταται να είναι μόνο για αυτή την χρήση. Τα τρόφιμα πρέπει να είναι ικανοποιητικά καλυμμένα για να αποφευχθεί κάθε πιθανή επιμόλυνση. Εφόσον μεταφέρονται μέσα στο ίδιο όχημα έτοιμα προς κατανάλωση γεύματα και πρώτες ύλες, αυτά θα πρέπει να είναι σαφώς διαχωρισμένα. Καλό είναι πριν την μεταφορά να γίνεται καθαρισμός του εσωτερικού του οχήματος και του περιέκτη προς αποφυγή επιμολύνσεων. Για τα δε τρόφιμα που πρέπει να μεταφέρονται ζεστά, θα πρέπει να εξασφαλιζονται οι απαιτούμενες συνθήκες και να υπάρχει η δυνατότητα ελέγχου της θερμοκρασίας του τροφίμου.

Εφόσον πρόκειται να εκθέσετε τα τρόφιμα σε θερμαινόμενη βιτρίνα, αυτά θα πρέπει να έχουν προθερμανθεί από πριν στους 70°C. Ποτέ μην χρησιμοποιείτε τη βιτρίνα για να θερμάνετε τα τρόφιμα! Τα προϊόντα μέσα στις βιτρίνες τοποθετούνται σε μικρές ποσότητες ώστε να καταναλώνονται άμεσα. Στο τέλος της ημέρας η βιτρίνα πρέπει να αδειάζεται, να καθαρίζεται σχολαστικά και να απολυμαίνεται.

Το σερβίρισμα μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την ασφάλεια των τροφίμων αν δεν τηρηθούν από τον εργαζόμενο οι κανόνες ορθής υγιεινής πρακτικής, όπως ο σωστός ρουχισμός, η χρήση καθαρών σκευών σερβιρίσματος, η κάλυψη των φαγητών αμέσως μετά το σερβίρισμα. Οι μικροοργανισμοί αναπτύσσονται με ταχύτατους ρυθμούς σε θερμοκρασίες που περιλαμβάνονται στην «επικίνδυνη ζώνη» ανάπτυξης των μικροβίων, δηλαδή μεταξύ 5°C και 60°C. Σε αυτή την περίπτωση:

- i.για χρονικό διάστημα μικρότερο των 2 ωρών, πρέπει να ψύχεται ή να καταναλώνεται αμέσως.
- ii.για χρονικό διάστημα από 2 ώρες ως 4 ώρες, πρέπει να καταναλώνεται αμέσως.
- iii.για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο των 4 ωρών, πρέπει να απορρίπτεται και να μην καταναλώνεται.



**Θα πρέπει να είστε σε θέση να ενημερώσετε τους πελάτες σας για την παρουσία αλλεργιογόνων ουσιών, όπως αυτές ορίζονται από τον Κανονισμό.**

#### Αλλεργιογόνα

Θα πρέπει να είστε σε θέση να ενημερώσετε τους πελάτες σας για την παρουσία αλλεργιογόνων ουσιών, όπως αυτές ορίζονται από το παράρτημα II του κανονισμού 1169/2011. Την πληροφορία αυτή θα πάρετε από τον προμηθευτή σας. Κατά την επιλογή του προμηθευτή, λάβετε υπόψη σας και αυτό το κριτήριο: μπορεί να σας εγγυηθεί για την ορθή ενημέρωση σχετικά με την παρουσία αλλεργιογόνων (είτε παρόντα στο γεύμα λόγω της συνταγής ή από πιθανή επιμόλυνση). Από την ώρα που τα τρόφιμα θα έρθουν στο χώρο σας προσέξτε τις επιμολύνσεις με αλλεργιογόνα, από επαφή με άλλα τρόφιμα, από τα σκεύη, το προσωπικό και γενικά λανθασμένους χειρισμούς.

#### Συσκευασία

Ο περιέκτης μέσα στον οποίο θα τοποθετήσουμε το τρόφιμο πρέπει είναι κατάλληλος για επαφή με τρόφιμα και επιπλέον ζεστά τρόφιμα. Ζητήστε σχετική βεβαίωση από τον προμηθευτή των υλικών συσκευασίας. Χειριστείτε τα υλικά συσκευασίας όπως τα τρόφιμα που χρησιμοποιείτε στο κατάστημά σας. Αποθηκεύστε τα σε ξεχωριστό, καθαρό χώρο, σκεπασμένα, μακριά από πηγές επιμόλυνσης.

#### Μετά την απομάκρυνση από το κατάστημα

Ενημερώστε τους πελάτες σας για τον ορθό χειρισμό των ζεστών γευμάτων που προμηθεύτηκαν από εσάς, ώστε να τρόφιμα να παραμείνουν ασφαλή μέχρι την κατανάλωσή τους. Τα ζεστά γεύματα πρέπει να μεταφέρονται το συντομότερο στον

προορισμό τους και να καταναλώνονται άμεσα. Μπορείτε να βάλετε πάνω στη συσκευασία λιτές οδηγίες ή να φτιάξετε κάποιο σχετικό φυλλάδιο, ή ακόμη να ανεβάσετε στο site σας ή σε άλλο μέσο κοινωνικής δικτύωσης που έχετε πιο αναλυτικές οδηγίες. Συμπεριλάβετε σε αυτές τις σωστές θερμοκρασίες διατήρησης (πάνω από τους 60°C) ή τον απαιτούμενο χρόνο κατανάλωσης, εφόσον το τρόφιμο θα βρεθεί σε θερμοκρασίες μεταξύ 5 και 60°C.

**Ενημερώστε τους πελάτες σας για τον ορθό χειρισμό των ζεστών γευμάτων που προμηθεύτηκαν από εσάς, ώστε να τρόφιμα να παραμείνουν ασφαλή μέχρι την κατανάλωσή τους.**

Είναι σημαντικό για την ασφάλεια των πελατών σας αλλά και για να αποφύγετε τυχόν προβλήματα που μπορεί να προκύψουν από τη λανθασμένη χρήση των τροφίμων που διαθέσατε. Για αυτό είναι επίσης καλό να καταγράφετε τις πρακτικές σας και να τεκμηριώνετε τις ενέργειές σας. Εντάξτε αυτή τη δραστηριότητα στη μελέτη HACCP που εφαρμόζετε.

Image by freepik.com



**ΕΛΕΝΗ ΠΑΝΑ**  
Χημικός, Σύμβουλος ποιότητας και Ασφάλειας Τροφίμων, FOODCONSULTANT

# Τα χειροποίητα της alfa

## Ατομική πίτα με καπνιστή μπριζόλα και καπνιστό τυρί Βερμίου

**alfa**  
ΑΠΟ ΤΟ 1952



Ανοιγμένο στο χέρι

### Νέα χειροποίητη ατομική πίτα από την alfa!

Η κατηγορία «Τα χειροποίητα της alfa» εμπλουτίζεται με ένα νέο ατομικό προϊόν. Πρόκειται για τη Χειροποίητη πίτα με καπνιστή μπριζόλα, καπνιστό τυρί Βερμίου και σάλτσα! Φτιαγμένη από χειροποίητο τραγανό φύλλο και γευστικές πρώτες ύλες. Η γευστική πανδαισία ολοκληρώνεται με την υπέροχη σάλτσα τομάτας με μυρωδικά και τα flakes καλαμποκιού στην επιφάνεια της ατομικής πίτας. Η νέα χειροποίητη ατομική πίτα της alfa θα πρωταγωνιστήσει σε κάθε στιγμή της ημέρας!





### Σεκέρ Παρέ

Τα σεκέρ παρέ σημαίνουν στα τούρκικα κομμάτια ζάχαρης -γλυκές μπουκιές. Κλασσικό κέρασμα σε όλη την Πόλη ακόμη και στις μέρες μας.

# ΣΕΚΕΡ ΠΑΡΕ

δια χειρός των μαθητών "Αρτοποιίας - Ζαχαροπλαστικής"  
της ΕΠΑ.Σ ΟΑΕΔ Γαλασιού

Πρόκειται για λαχταριστά, μικρά μπισκότα, αφράτα, με υπέροχο χρυσαφένιο χρώμα και ελαφρώς ψικουλιστή υφή, που οφείλεται στο σιμιγδάλι που προστίθεται στη συνταγή, σιροπιαστά, με ελαφρύ άρωμα εσπεριδοειδών και στολισμένα με ολόκληρο λευκό αμύγδαλο, που δένει μοναδικά με τα υπόλοιπα υλικά. Λιώνουν στο στόμα, η απολαυστική τους γεύση αιχμαλωτίζει τον ουρανίσκο και είναι αδύνατον να δοκιμάσεις μόνο ένα!

#### ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ:

900 γρ. μαργαρίνη μαλακή  
400 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική  
500 γρ. αμύγδαλο  
ολόκληρο ξεφλουδισμένο  
4 αυγά  
50 γρ. σιμιγδάλι φιλό  
50 γρ. σιμιγδάλι χοντρό  
1250 γρ. αλεύρι ζαχαροπλαστικής  
20 γρ. μπέικιν πάουντερ  
1 κ.γ αλάτι

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Χτυπάμε τη μαργαρίνη με τη ζάχαρη, ρίχνουμε τα αυγά ένα ένα ώσπου να αφρατέψουν και μετά όλα τα υπόλοιπα μέχρι να γίνει μια ζύμη εύπλαστη.  
Το πλάθουμε στρογγυλά μπαλάκια και καρφώνουμε από πάνω ένα αμύγδαλο ολόκληρο.  
Το ψήνουμε στους 180°C για περίπου 15'.

#### ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ:

1500 γρ. νερό  
2000 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική  
300 γρ. γλυκόζη  
1 πρέζα βανίλια  
1/2 λεμόνι

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Βάζουμε το νερό με τη ζάχαρη να βράσει. Στη συνέχεια ρίχνουμε τη γλυκόζη και όταν αρχίσει και πάλι να βράζει ρίχνουμε τη βανίλια και το λεμόνι. Το αφήνουμε για 2 λεπτά και το σβήνουμε.

Με το που ξεφουρνίζουμε το σεκέρ παρέ απ' το φούρνο, το σιροπιάζουμε με ζεστό σιρόπι.

Καλή απόλαυση!



Τα Πολίτικα "σεκερ παρέ" ετοίμασαν οι δευτεροετείς μαθητές του τμήματος Β2 της Σχολής, στο πλαίσιο του εργαστηρίου "Ζαχαροπλαστικής" με την επίβλεψη και καθοδήγηση του κου Τσουκαλά Απόστολου, Τεχνικού Αρτοποιίας Ζαχαροπλαστικής και της κας Ευσταθίας Λύρα, Τεχνολόγου Τροφίμων.





## ΛΑΓΑΝΑ ΠΟΛΙΤΙΚΗ

### ΥΛΙΚΑ

1 000 γρ. αλεύρι δυνατό T70%  
20 γρ. μαγιά  
20 γρ. αλάτι  
750 γρ. νερό κρύο 15 °C  
20 γρ. λάδι ελιάς

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Αναπιάνουμε το προζύμι με το 50% του αλεύρου, όλο το νερό και τη μαγιά. Το κυλό αυτό τον τοποθετούμε στη σχάρα για 30 λεπτά να διπλασιαστεί σε όγκο. Στη συνέχεια, προσθέτουμε και τα υπόλοιπα υλικά, εκτός από το λάδι, το οποίο ρίχνουμε στο τέλος του ζυμώματος. Αφήνουμε να ξεκουραστεί για 5-10 λεπτά στον πάγκο. Τεμαχίζουμε 300 γρ. και μορφοποιούμε σε σχήμα λαγάνας, πατώντας επάνω με τα δάχτυλα. Στρώνουμε σε τελάρα, πασπαλίζοντας με αρκετό αλεύρι. Στοφάρουμε για 20 λεπτά στους 35 °C, χωρίς υγρασία. Ψήνουμε στους 230 °C για 17-20 λεπτά περίπου.





### Ομοσπονδία Αρτοποιών Ελλάδος

#### ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

##### ΠΡΟΕΔΡΕΙΟ

Πρόεδρος: Μιχάλης Μούσιος  
Α' Αντιπρ/ος: Ελισάβετ Κουκουμέρια  
Β' Αντιπρ/ος: Προκόπιος Τσουκαλάς  
Γ' Αντιπρ/ος: Δημήτριος Κόγιας  
Γεν. Γραμματέας: Κων/νος Κεβρεκίδης  
Αν. Γ. Γραμματέας: Θεόδωρος Σίνδρος  
Οργ. Γραμματέας: Νικόλαος Μάζης  
Ταμίας: Ανδρέας Παπαϊωάννου  
Αν. Ταμίας: Αχιλλέας Κωτούζας  
Έφορος: Κων/νος Παπαδόπουλος

##### ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ ΠΡΟΕΔΡΕΙΟΥ

Ιωάννης Παπαθανασίου  
Θωμάς Χατζούλης  
Γρηγόριος Τσιτούρας

##### ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ

Σπύρος Έξαρχος  
Γεώργιος Τσουκαλάς  
Κωνσταντίνος Σάββας  
Παναγιώτης Ράπτης  
Λεωνίδας Θεολόγου  
Αλέξανδρος Γκούλιος  
Λεωνίδας Τεντόγλου  
Νικόλαος Χατζηνευφραμίδης  
Δημήτριος Θανασούλης  
Νικόλαος Βενέρης  
Αβραάμ Μοσκόπουλος  
Δημήτριος Μανούσκος  
Παρασκευάς Καλογράνας  
Απόστολος Κύρινας  
Πέτρος Γιαννάκης  
Δημήτριος Ντούρας  
Χριστόφορος Τζαμαριάς  
Ιάσων Καπλάνης  
Νικόλαος Μπουμπουλής  
Χαρίλαος Μάνος  
Νικόλαος Σιδηρόπουλος  
Κωνσταντίνος Τσουράπας

##### ΕΔΕΓΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Αριστείδης Τηλιγάδης  
Στόλης Ευάγγελος  
Γκιώννης Ιωάννης

ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΡΤΟΠΟΙΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ  
Κουμουνδούρου 1  
10437 Αθήνα  
Τ: 210 5236086  
F: 210 5236771  
email: omarte@otenet.gr  
Web site: oae.gr

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

## Σωματεία Αρτοποιών Μέλν της Ο.Α.Ε.

### ΑΓΡΙΝΙΟΥ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Κωνσταντίνος Σάββας  
Έδρα: Αγρίνιο

### ΑΘΗΝΩΝ, ΠΡΟΑΣΤΙΩΝ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Χαρίλαος Μάνος  
Έδρα: Αθήνα

### ΑΙΓΙΑΛΕΙΑΣ & ΚΑΛΑΒΡΥΤΩΝ

Πρόεδρος: Αριστείδης Τηλιγάδης  
Έδρα: Αίγιο

### ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑΣ, ΜΕΛΙΚΗΣ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Αθανάσιος Λιολιόπουλος  
Έδρα: Μελίκη

### ΑΔΑΜΩΠΙΑΣ

Πρόεδρος: Χατζηγεωργίου Σταύρος  
Έδρα: Φουστάνη Αριδαίας

### ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Χρήστος Κούτσικος  
Έδρα: Βούλα

### ΑΝΔΡΟΥ

Πρόεδρος: Ιωάννης Παντεράλης  
Έδρα: Κόρθη Άνδρου

### ΑΡΓΟΛΙΑΣ

Πρόεδρος: Κων/νος Στεφανόπουλος  
Έδρα: Άργος

### ΑΡΚΑΔΙΑΣ

Πρόεδρος: Θεόδωρος Τσουκαλάς  
Έδρα: Τρίπολη

### ΑΡΤΑΣ

Πρόεδρος: Γεώργιος Σούλης  
Έδρα: Άρτα

### ΒΕΡΟΙΑΣ

Πρόεδρος: Δημήτριος Κόγιας  
Έδρα: Βέροια

### ΓΡΕΒΕΝΩΝ

Πρόεδρος: Λεωνίδας Τεντόγλου  
Έδρα: Φελλί Γρεβενών

### ΔΡΑΜΑΣ

Πρόεδρος: Αργύριος Κιοσσές  
Έδρα: Αγ. Αθανάσιος

### ΕΒΡΟΥ

Πρόεδρος: Κωνσταντίνος Κεβρεκίδης  
Έδρα: Αλεξανδρούπολη

### ΕΔΕΣΣΑΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Πούτνης  
Έδρα: Έδεσσα

### ΕΥΒΟΙΑΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Παπαθανασίου  
Έδρα: Βασιλικό

### ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

Πρόεδρος: Βασίλειος Δαφέρμος-Αγγελάκης  
Έδρα: Ηράκλειο

### ΘΕΣΣΠΡΩΤΙΑΣ

Πρόεδρος: Κωνσταντίνος Ανδόνης  
Έδρα: Ηγουμενίτσα

### ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Ελισάβετ Κουκουμέρια  
Έδρα: Θεσσαλονίκη

### ΘΗΒΩΝ

Πρόεδρος: Ηλίας Χρήστος  
Έδρα: Θήβα

### ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ

Πρόεδρος: Θεόδωρος Σίνδρος  
Έδρα: Ιωάννινα

### ΚΑΒΑΛΑΣ

Πρόεδρος: Δρόσος Ιωάννης  
Έδρα: Καβάλα

### ΚΑΛΥΜΝΟΥ

Πρόεδρος: Σουλιούνα Μίκης  
Έδρα: Κάλυμνος

### ΚΑΡΔΙΤΕΑΣ

Πρόεδρος: Κων/νος Γκαρινάκης  
Έδρα: Καρδίτσα

### ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

Πρόεδρος: Πέτρος Γιαννάκης  
Έδρα: Κλεισούρα

### ΚΕΦΑΛΟΝΙΑΣ

Πρόεδρος: Χριστόφορος Τζαμαριάς  
Έδρα: Πόρος Κεφ/νιάς

### ΚΙΛΚΙΣ

Πρόεδρος: Νικόλαος Χατζηνευφραμίδης  
Έδρα: Κιλκίς

### ΚΟΖΑΝΗΣ

Πρόεδρος: Απόστολος Κύρινας  
Έδρα: Κοζάνη

### ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

Πρόεδρος: Ιωάννης Βακαλόγλου  
Έδρα: Κόρινθος

### ΛΑΚΩΝΙΑΣ

Πρόεδρος: Νικόλαος Μάζης  
Έδρα: Σπάρτη

### ΛΑΡΙΣΑΣ

Πρόεδρος: Αλέξανδρος Γκούλιος  
Έδρα: Λάρισα

### ΛΙΒΑΔΕΙΑΣ

Πρόεδρος: Δημήτριος Μανούσκος  
Έδρα: Λιβαδειά

### ΛΕΣΒΟΥ

Πρόεδρος: Νικόλαος Μπουμπουλής  
Έδρα: Μυτιλήνη

### ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ

Πρόεδρος: Κων/νος Τσουράπας  
Έδρα: Βόλος

### ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ

Πρόεδρος: Παναγιώτης Γουρδές  
Έδρα: Καλαμάτα

### ΝΑΟΥΣΑΣ

Πρόεδρος: Δημήτριος Θανασούλης  
Έδρα: Νάουσα

### ΝΑΥΠΛΑΚΤΙΑΣ

Πρόεδρος: Παναγιώτης Αγγουριάς  
Έδρα: Κάτω Δάφνη

### ΞΑΝΘΗΣ

Πρόεδρος: Μαριάνθη Μαλλιουράκη  
Έδρα: Ξάνθη

### ΠΑΤΡΩΝ

Πρόεδρος: Επαμεινώνδας Ανδρεόπουλος  
Έδρα: Πάτρα

### ΠΕΙΡΑΙΑΣ

Πρόεδρος: Γεώργιος Τσουκαλάς  
Έδρα: Πειραιάς

### ΠΙΕΡΙΑΣ

Πρόεδρος: Ηλίας Μελετιδίδης  
Έδρα: Κολινδρός Κατερίνης

### ΠΥΛΑΙΑΣ

Πρόεδρος: Χρήστος Μαλακάκης  
Έδρα: Πυλαία

### ΡΟΔΟΠΗΣ

Πρόεδρος: Γεώργιος Λαθανάσης  
Έδρα: Κομοτηνή

### ΣΕΡΡΩΝ

Πρόεδρος: Γεώργιος Βλαχόπουλος  
Έδρα: Σέρρες

### ΤΕΣΣ ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΗΣ

Πρόεδρος: Σαχινίδης Παναγιώτης

### ΤΡΙΚΑΛΩΝ

Πρόεδρος: Λάμπρος Κόγιας  
Έδρα: Τρίκαλα

### ΥΠΑΙΟΥΧΟΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Ελένη Παλαβρατζή  
Έδρα: Κουφάλια

### ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

Πρόεδρος: Γρηγόριος Τσιτούρας  
Έδρα: Οικισμός Ευρυάντων-Λαμία

### ΦΛΩΡΙΝΑΣ

Πρόεδρος: Συμεών Κώτσου  
Έδρα: Φλώρινα

### ΦΩΚΙΑΣ

Πρόεδρος: Αλέκος Αρβαντάς  
Έδρα: Άμφισσα

### ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ

Πρόεδρος: Θάνος Δημήτριος  
Έδρα: Κασάνδρα

### ΧΑΝΙΩΝ

Πρόεδρος: Βασίλης Γαλανός  
Έδρα: Χανιά

### ΧΙΟΥ

Πρόεδρος: Ιωάννης Αργυράκης  
Έδρα: Βερίτη

# fresh pastry

## GREEK BAKERY & PASTRY

Ιανουάριος - Φεβρουάριος 2022 / Τεύχος 122

# Choco Experts



OLYMPIC FOODS  
ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

www.olympic-foods.gr





100



82



98



108



106

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

### ΜΟΝΙΜΕΣ ΣΤΗΛΕΣ

82 Ρεπορτάζ Αγοράς: Σοκολάτα

86 Νέα της Αγοράς: Προϊόντα, νέα του κλάδου και τεχνικός εξοπλισμός

### ΘΕΜΑΤΑ

90 Σοκολάτα: Ιστορία & διατροφικά οφέλη

94 Συνέντευξη από τον Pastry chef, Μάρκο Κωνσταντινίδη

### ΤΕΧΝΙΚΑ

100 Παντεσπάνι και παραλλαγές

110 Μυοσκελετικά ορθοστατικής εργασίας

### FRESH PASTRY

76 Σοκολατόπιτα με AKTICAKE MUD από την AKTINA

### ΣΥΝΤΑΓΕΣ

99 Τάρτα με κρέμα λεμόνι

106 Πάστα σοκολάτας με εσπεριδοειδή

108 Τάρτα Μίλου Καραμέλα

{ [freshpastry.gr](http://freshpastry.gr)

AB | MAURI

# Το κορυφαίο μίγμα για αυθεντικά choux & éclair!

Extra Bigne #382304



OF  
OLYMPIC FOODS  
ΣΤΗΝ ΚΟΥΦΗ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

Τέρμα Αρτέμιδος, 14452 Μεταμόρφωση, Αθήνα  
T: 210 2846036 E: info@olympic-foods.gr [www.olympic-foods.gr](http://www.olympic-foods.gr)



Καλέστε μας για παρουσίαση στον χώρο σας





# EDITORIAL

Το 2022 είναι εδώ και μαζί με τη νέα χρονιά έρχεται και η ανανέωση του περιοδικού που κρατάτε στα χέρια σας, μια ανανέωση που έμελλε να συμβεί με στόχο την προβολή του κλάδου της ζαχαροπλαστικής και κατ' επέκταση την πιο ολοκληρωμένη ενημέρωσή σας. Η ζαχαροπλαστική είναι μια μορφή τέχνης και συγκεκριμένα η τέχνη των γλυκών, που συνδυάζει δεξιοτεχνία και ποιότητα! Η ζαχαροπλαστική αλλάζει, εξελίσσεται, προσαρμόζεται και βελτιώνεται συνεχώς, κάτι που το περιοδικό παρακολουθεί και θέλει να αναδείξει και να προβάλλει.

Σοκολάτα: Ένα μόνο υλικό, αμέτρητες δημιουργίες. Αγαπημένη πολλών και ένα δυνατό υλικό στα χέρια του ζαχαροπλάστη, με το οποίο μπορεί να καταπλήξει. Και όταν ο επαγγελματίας αναζητά το καλύτερο προϊόν για την επιχείρησή του, έρχεται το τεύχος του Αρτοποιού για να προσφέρει όλα όσα πρέπει να γνωρίζει.

Στο δεύτερο μισό του τεύχους θα έχετε τη δυνατότητα να ενημερωθείτε αναλυτικά για τα προϊόντα και τις τάσεις που κυριαρχούν στο χώρο της σοκολάτας αλλά και για τα νέα και τις δράσεις στο χώρο της ζαχαροπλαστικής ευρύτερα.

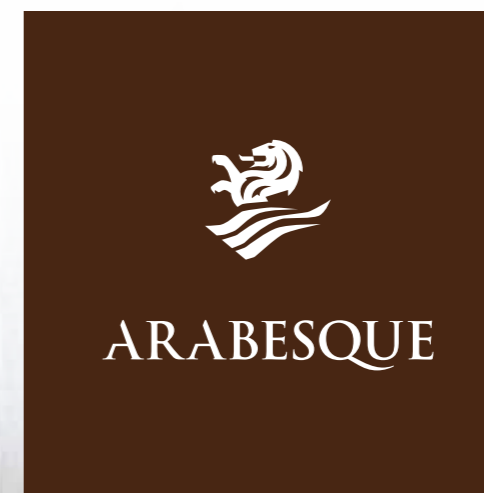
Στόχος μας είναι να προβάλλουμε νέους ανθρώπους, που σημειώνουν επιτυχία στο χώρο του γλυκού και που αναδεικνύουν την τέχνη της ζαχαροπλαστικής μέσα από τη δουλειά και τις δημιουργίες τους. Στο τεύχος αυτό φιλοξενούμε τον Μάρκο Κωνσταντινίδη, έναν νέο pastry chef, ο οποίος παρόλο που προέρχεται από τη γνωστή οικογένεια του χώρου, ανοίγει τα δικά του φτερά και θέλει να γράψει τη δική του ιστορία.

Όσο κι αν οι εξελίξεις στο χώρο της ζαχαροπλαστικής τρέχουν και όσο και αν νέα παρασκευάσματα χρησιμοποιούνται σαν βάση των γλυκών, το παντεσπάνι παραμένει ο κυρίαρχος του παιχνιδιού. Μέσα από ένα άκρως ενδιαφέρον τεχνικό άρθρο θα ενημερωθείτε διεξοδικά για τις ιδιότητες του παντεσπανιού, τη διαδικασία παρασκευής και το ρόλο των διαφόρων συστατικών.

Τέλος, εντός των άλλων, σας δίνουμε τρεις υπέροχες συνταγές, τις οποίες μπορείτε να φτιάξετε και να ενθουσιάσετε: μια ανάλαφρη τάρτα με κρέμα λεμόνι, μια εθιστική πάστα σοκολάτας με εσπεριδοειδή και μια μυρωδάτη τάρτα μίλου καραμέλα.

Καλή ανάγνωση!  
Από την υπέθνη σύνταξης  
Ελισάβετ Πετρίδου

{ [freshpastry.gr](http://freshpastry.gr) }



**Πραγματική σοκολάτα  
κουβερτούρα**

Dark 70%   Dark 60%   Dark 52%   Milk 34%   White 30%

 **Sefco Zeelandia**

T. 210 663 3663  
[www.sefcozeelandia.gr](http://www.sefcozeelandia.gr) | [f](#) [@](#) [in](#) /sefcozeelandia



fresh  
pastry

## ΣΟΚΟΛΑΤΟΠΙΤΑ ΜΕ ΑΚΤΙΣΑΚΕ MUD

Η ΑΚΤΙΝΑ καλωσορίζει το νέο έτος με μια υπέροχη συνταγή για την πιο πλούσια και απόλυτα γευστική σοκολατόπιτα που φτιάξατε ποτέ. Η αφράτη και συνεκτική δομή του νέου Akticake Mud σε συνδυασμό με τη βελούδινη σοκολατένια sauce δημιουργούν μια απολαυστική πρόταση στην οποία δε θα μπορέσετε να αντισταθείτε.



### ΥΛΙΚΑ ΑΚΤΙΣΑΚΕ MUD

Akticake mud	1000 γρ.	Akticake Mud
Akticrema Velvet Crème	220 ml	Νερό
Golden Line Buttons	350 γρ.	Ηλιέλαιο
	360 γρ.	Αυγά

Γεμίστε με το μίγμα τις φόρμες της επιλογής σας και ψήστε στους 160°C για 25-30 λεπτά.

### SAUCE ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

500 γρ.	Σιρόπι 26 BE
500 γρ.	Akticrema Velvet Cream
500 γρ.	Golden Line Buttons

Τοποθετήστε την Akticrema Velvet Crème σε ένα μικρό κασαρολάκι και βράζετε. Αφαιρέστε απ' τη φωτιά και προσθέστε την σοκολάτα. Ανακατέψτε μέχρι να λιώσει και προσθέστε το σιρόπι. Κόψτε την σοκολατόπιτα, σερβίρετε σε μερίδες των 500 γρ. την sauce σοκολάτας και αφήστε το να κρυώσει.

### GANACHE ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

Προσθέτουμε στην υπόλοιπη sauce σοκολάτας των 1000 γρ., 250 γρ. λιωμένη Golden Line Couverture buttons και ανακατεύουμε με το ραβδομπλέντερ. Όταν κρυώσει η σοκολατόπιτα, επικαλύπτουμε με την ganache.

# Glasage

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



MADE BY SHAPE LTD

### AKTINA A.E.

ΠΑΠΠΟΥ 21, 104 42 ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ, ΑΘΗΝΑ  
T: 210 5122410, [www.aktinafoods.com](http://www.aktinafoods.com)

### FOLLOW US







## ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΡΕΣ ΓΙΑ ΕΜΠΝΕΥΣΜΕΝΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ

Οι εξαιρετικής ποιότητας σοκολάτες κουβερτούρες ΧΟCΟFΙΝΕ διαθέτουν μεγάλη περιεκτικότητα σε βούτυρο κακάο και εξαιρετική ρευστότητα που τις καθιστούν premium και μοναδικές.



### ΠΛΗΡΗΣ ΓΚΑΜΑ ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΕΦΑΡΜΟΓΗ

Οι premium σοκολάτες κουβερτούρες ΧΟCΟFΙΝΕ παρασκευάζονται από τη CÉMOI, την παλαιότερη σοκολατοβιομηχανία της Γαλλίας και εγγυώνται **μοναδικές γεύσεις** και **πληθωρικά αρώματα** που θα καλύψουν τις υψηλές απαιτήσεις των chocolatiers, σε όλες τις εφαρμογές τους όπως επικαλύψεις, μους, γκανάζ, σοκολατάκια, διακοσμητικά κ.α. Η γκάμα προϊόντων συμπληρώνεται από σταγόνες και μπατονέτες σοκολάτας ψιμίματος καθώς και άλλα προϊόντα, τα οποία θα αναδείξουν τις δημιουργίες σας, κερδίζοντας τις εντυπώσεις.



### ΠΑΡΑΔΟΣΗ, ΥΨΗΛΗ ΤΕΧΝΟΓΝΩΣΙΑ & ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Η μοναδικότητα και η εξαιρετική ποιότητα των προϊόντων σοκολάτας ΧΟCΟFΙΝΕ οφείλεται στην επιλογή **των καλύτερων και 100% ανιχνεύσιμων κόκκων κακάο** από την Ακτή Ελεφαντοστού, το Εκουαδόρ και τη Δομινικανή Δημοκρατία, μέσω του προγράμματος "Transparence Cascao", το οποίο εξασφαλίζει την **εφαρμογή ορθών γεωργικών πρακτικών**, την προσεκτική επιλογή φρεσκοκομμένων κόκκων κακάο και την αυθημερόν παράδοσή τους ("Selection Cascao Frais") στα κέντρα ζύμωσης και ξήρανσης της γαλλικής σοκολατοβιομηχανίας.



#### ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΡΑ ΧΟCΟFΙΝΕ 60%

- Με 60% κακαόμαζα & 37,5% βούτυρο κακάο
- Με φρουτώδη γεύση κακάο
- Με πολύ καλή ρευστότητα



#### ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΡΑ ΧΟCΟFΙΝΕ 55%

- Με 55% κακαόμαζα & 36,3% βούτυρο κακάο
- Με πλούσια φρουτώδη γεύση
- Με εξαιρετική ρευστότητα



#### ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΡΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΧΟCΟFΙΝΕ 40%

- Με 40% κακαόμαζα & 31% βούτυρο κακάο
- Με επίγευση καραμέλας γάλακτος & σοκολάτας
- Με πολύ καλή ρευστότητα



#### ΛΕΥΚΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΧΟCΟFΙΝΕ 30%

- Με 30% βούτυρο κακάο
- Με πλούσια γεύση γάλακτος & ελαφριά γλυκύτητα
- Με εξαιρετική ρευστότητα

Διατίθενται σε σακί 10 κιλών

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ, πάντα δίπλα στον επαγγελματία και τις ανάγκες του, φροντίζει να παρέχει λύσεις με μια ευρεία γκάμα ποιοτικών προϊόντων που συνεχώς ανανεώνεται ώστε να ανταποκρίνεται πλήρως στις υψηλές σας απαιτήσεις.

**Μαζί, εξελίσσουμε την επιτυχία σας.**



Ένα βήμα μπροστά!



## Σοκολάτες Κουβερτούρες Υψηλών Επιδόσεων

- Πλήρης γκάμα από σοκολάτες κουβερτούρες υγείας, γάλακτος και λευκή
  - Υψηλή περιεκτικότητα σε βούτυρο κακάο
- Εξαιρετική ρευστότητα που διευκολύνει τη διαδικασία παραγωγής
- Πλούσια γεύση σοκολάτας, υπέροχο άρωμα και επίγευση που διαρκεί



**Μαζί, εξελίσσουμε την επιτυχία σας.**

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



Ένα βήμα μπροστά!





ΣΤΕΛΙΟΣ ΓΙΑΝΝΙΚΑΣ ΑΕΒΕ

## ΣΗΜΑΔΕΨΤΕ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ!

Σε ζητήματα καρδιάς, ένα γλυκό πετυχαίνει πάντα κέντρο και γι' αυτό η γιορτή των ερωτευμένων προϋποθέτει μια στάση στο ζαχαροπλαστικό. Όμως, εάν στο σχήμα η ημέρα σχεδόν επιβάλλει το κλισέ μιας ροζ καρδιάς, στη γεύση το ζητούμενο είναι η σαγήνη ενός δυνατού συνδυασμού, όπως αυτός στη συνταγή που ακολουθεί, με μους βανίλιας Tahitensis, γέμιση κεράσι στο κέντρο και όλο αυτό τοποθετημένο απαλά σε αφράτη βάση σαμπλέ, καλυμμένη με ένα τραγανό, λεπτό φύλλο λευκής σοκολάτας.

### COEURS DOUCEURS D'AMOUR

ΣΥΝΤΑΓΗ ΓΙΑ 16 ΑΤΟΜΙΚΑ ΕΠΙΔΟΡΓΙΑ

#### ΜΟΥΣ ΜΠΑΒΑΡΟΥΑΖ ΜΕ ΒΑΝΙΛΙΑ TAHITENSIS

400 ml Γάλα πλήρες  
110 γρ. Ζάχαρη  
60 γρ. Κρόκους  
15 γρ. Εκχύλισμα βανίλιας Tahitensis Sébalcé  
3 φύλλα Ζελατίνης  
250 γρ. Κρέμα γάλακτος 35% χτυπημένη Asturiana

Ρίχνουμε στο γάλα 60 γραμ. από τη ζάχαρη και ζεσταίνουμε μέχρι να πάρουν βράση. Χτυπάμε με σύρμα τους κρόκους με την υπόλοιπη ζάχαρη κι έπειτα προσθέτουμε τη βανίλια. Ανακατεύοντας διαρκώς, ρίχνουμε το καυτό γάλα στο μείγμα των κρόκων. Ρίχνουμε πάλι όλο το μείγμα στο κατσαρολάκι και ψήνουμε à la parre. Προσθέτουμε τη ζελατίνη που έχουμε μουλιάσει σε κρύο νερό και στραγγίξει. Αφήνουμε την κρέμα να κρυσταλλώσει στους 30°C. Τέλος, ενσωματώνουμε σταδιακά με απαλές κινήσεις τη χτυπημένη κρέμα γάλακτος.

#### ΓΕΜΙΣΗ ΚΕΡΑΣΙ

160 γρ. Γέμιση MB Cherry BRAUN

Μοιράζουμε τη γέμιση σε ημισφαίρια Ø2,5 cm και καταψύχουμε. Ξεφορμάρουμε και διατηρούμε στην κατάψυξη.

#### ΖΥΜΗ SABLÉ BRETON

500 γρ. Μείγμα για Cookies Ancel  
80 γρ. Κρόκους  
200 γρ. Βούτυρο μαλακωμένο

Χτυπάμε στο μίξερ με το φτερό όλα τα υλικά μέχρι να πετύχουμε ομοιογενή και λεία ζύμη. Καλύπτουμε με μεμβράνη (ώστε να εφάπτεται στην επιφάνεια της ζύμης) και βάζουμε στο ψυγείο για 2 ώρες. Ανοίγουμε φύλλο πάχους 8 mm. Με κουπάτ κόβουμε δίσκους Ø5,5 cm. Με το ειδικό σπρέι ψασίματος της Ancel περνάμε τσέρκια Ø6cm, τα τοποθετούμε σε λαμαρίνα στρωμένη με χαρτί ψασίματος και στη βάση τοποθετούμε τους δίσκους ζύμης. Ψήνουμε για περίπου 15 λεπτά στους 150°C (για αερόθερμο φούρνο) ή για περίπου 20 λεπτά στους 160°C (για ταμπανωτό φούρνο).



#### KRANFIL'S ΛΕΥΚΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

400 γρ. Kranfil's Λευκή Σοκολάτα BRAUN

Ζεσταίνουμε αν χρειάζεται το Kranfil's στο φούρνο μικροκυμάτων για να μαλακώσει. Έπειτα απλώνουμε ανάμεσα σε δύο φύλλα χαρτιού ψησίματος σε πάχος περίπου 2mm. Τοποθετούμε στο ψυγείο. Με ένα κουπάτ κόβουμε δίσκους διαμέτρου 6cm. Διατηρούμε στο ψυγείο. Τα υπόλοιπα από τα κομμάτια μπορούν να ξαναχρησιμοποιηθούν.

#### DÉCOR VELOURS ROSE

1 Spray Velours Rose ANCEL

Βεβαιωνόμαστε ότι το σπρέι είναι σε θερμοκρασία 25°C περίπου για τουλάχιστον 2 ώρες πριν από τη χρήση. Ανακινούμε καλά πριν από την εφαρμογή και ψεκάζουμε από απόσταση περίπου 30cm.

#### ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ & ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ

Μοιράζουμε τα δύο τρίτα της μπαβαρουάζ με βανίλια Tahitensis σε φόρμες σιλικόνης σε σχήμα καρδιάς. Τοποθετούμε στο κέντρο κάθε φόρμας ένα ένθεμα γέμισης κεράσι κι έπειτα συμπληρώνουμε με μπαβαρουάζ. Λειαίνουμε την επιφάνεια κάθε φόρμας με μια σπάτουλα και καταψύχουμε. Ξεφορμάρουμε και διατηρούμε στην κατάψυξη. Τοποθετούμε τους δίσκους τραγανής γέμισης λευκής σοκολάτας πάνω στις βάσεις από ζύμη σαμπλέ. Ψεκάζουμε τις καρδιές με Velours ροζ σύμφωνα με τις οδηγίες, από απόσταση περίπου 30cm και τις τοποθετούμε πάνω στις βάσεις σαμπλέ με την τραγανή γέμιση λευκής σοκολάτας. Διακοσμούμε με πλακίδιο λευκής σοκολάτας σε σχήμα καρδιάς, βατόμουρα κομμένα στη μέση και ένα φύλλο χρυσού.



## ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΤΕ ΤΙΣ ΚΑΡΔΙΕΣ ΤΟΥ ΒΑΛΕΝΤΙΝΟΥ

♥ Για τη βάση #CookiesMix\_ANCEL ♥ Εφέ βελούδου #SprayVelour\_ANCEL

♥ Τραγανός δίσκος #Kranfils\_ΛευκήΣοκολάτα\_BRAUN ♥ Γέμιση #MBCherry\_BRAUN

♥ Εκχύλισμα βανίλιας #Tahitensis\_SEBALCE



ΣΤΕΛΙΟΣ ΓΙΑΝΝΙΚΑΣ ΑΕΒΕ

Ευριπίδου 5, 12133 Περιστέρι | Τηλ: 2105772337, -9 | F: 210 5755703

Email: headoffice@yiannikasgroup.com | www.yiannikas.gr | Facebook: @steliosyiannikas





## ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΓΟΡΑΣ



## ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Ρεπορτάζ με όλα τα προϊόντα που κυκλοφορούν στην αγορά από τις πιο αναγνωρισμένες εταιρείες του κλάδου. Σοκολατένιες προτάσεις για επικαλύψεις, έτοιμες δημιουργίες, σοκολάτες, σοκολατάκια, τεχνικό και μηχανολογικό εξοπλισμό για να ενθουσιάσετε τους πελάτες σας!



### ΝΕΑ ΣΥΛΛΟΓΗ ΔΙΑΚΟΣΜΗΤΙΚΩΝ ST. VALENTINE'S

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Νέα Συλλογή Διακοσμητικών St. Valentine's της εταιρείας LEMAN CAKE DECORATIONS, από τη ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ. Δημιουργήστε για την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου ευφάνταστα γλυκά με εντυπωσιακή εμφάνιση, που ζωντανεύουν τη γιορτινή ατμόσφαιρα για τους ερωτευμένους και όχι μόνο. Υπέροχα, μοντέρνα και πρωτότυπα σχέδια από σοκολάτα, για δημιουργία διακόσμησης σε τούρτες και πάστες. [www.stelioskanakis.gr](http://www.stelioskanakis.gr)



Λογότυπο σε σοκολάτα  
Άμεση παράδοση!

τηλ.: 213 0055754  
κιν.: 6947 202510

### ΠΡΑΛΙΝΑ ΚΑΚΑΟ UTZ

από την ΑΚΤΙΝΑ ΑΕ

Αναδείξτε τα ποιοτικά σας γλυκίσματα, όπως σοκολατάκια με γεμίσεις και γευστικές κρέμες ή γαρνίρετε κρέπες, βάφλες και παγωτό, με την εξαιρετικής ποιότητας πραλίνα κακάο UTZ της ΑΚΤΙΝΑ. Πραλίνα κακάο, μαλακή και για πληθώρα χρήσεων, με πιστοποιημένο κακάο UTZ και έλαιο ηλίανθου, χωρίς τεχνητά χρώματα και αρώματα. [www.aktinafoods.com](http://www.aktinafoods.com)



**HARD-O-DYNAMIC® ADAPTIVE**

- Αναγνωρίζουν αυτόματα το είδος & την ποιότητα του μείγματος.
- Διαμορφώνουν δυναμικά τον κατάλληλο κύκλο ψύξης για το συγκεκριμένο μείγμα.

**Μηχανές παγωτού High Efficiency 45-60-90-110 κιλών**

**ΑΝΤΛΙΑ ΕΝΑΛΛΑΓΗΣ ΘΕΡΜΟΤΗΤΑΣ ADAPTIVE**

- Μειώνουν τα λιποσφαιρίδια στα 2-5 μικρά για ομογενοποιημένο και κρεμώδες παγωτό με διάρκεια.
- Εξασφαλίζουν μέγιστη υγιεινή χάρη στην κατασκευή της αντλίας εναλλαγής θερμότητας από ένα μονοκόμματο κομμάτι χωρίς ενώσεις.
- Επεξεργάζονται ρευστά και κολλώδη μείγματα χάρη στους διαφορετικούς εξειδικευμένους τροφοδότες.

**Παστεριωτές High Efficiency 60-120 κιλών**







## ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΓΟΡΑΣ

### ΠΛΗΡΗΣ ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΣΟΡΜΠΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

από την OLYMPIC FOODS

Η OLYMPIC FOODS εμπλουτίζει τη γκάμα των προϊόντων παγωτού και σας προτείνει ένα νέο πλήρες μίγμα για σορμπέ σοκολάτας, το dark choco di gusto. Με απλή προσθήκη νερού έχετε εύκολα και γρήγορα ένα υπέροχο μίγμα για σορμπέ σοκολάτας με πλούσια γεύση, βελούδινη υφή και χαρακτηριστικό χρώμα σοκολάτας που σίγουρα θα τραβήξει την προσοχή των πελατών στη βιτρίνα σας. [www.olympic-foods.gr](http://www.olympic-foods.gr)



### ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΕΣ ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ AMBRA

από την GELATO & BAKERY EXPERTS

Η ιταλική AMBRA φέρνει τώρα την απόλυτη καινοτομία στις επιγραφές από σοκολάτα! Υπογράψτε όλες τις ζαχαροπλαστικές δημιουργίες σας, με τις μοναδικές επιγραφές-λογότυπα από σοκολάτα της Ambra. Με την Ambra έχετε τώρα τη δυνατότητα για ανάγλυφες επιγραφές, καθώς και επιγραφές σε κενό blister για να τις γεμίσετε με μια σοκολάτα επιλογής σας! Επίσης, μοναδικά Chocolate Chablons για να τοποθετήσετε την υπογραφή σας, με μια αξιολύπητη, ποιοτική επιγραφή «μνιατούρα», ακόμα και τα πιο μικρά γλυκά! Και όλα αυτά, με ελάχιστη παραγγελία που ξεκινά από 2 κιβώτια ανά κωδικό! [www.gnbexperts.gr](http://www.gnbexperts.gr)



### ΣΟΥΦΛÉ ΜΕ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

από την KONTA AEBE

Για μικρά αριστουργήματα, με έντονη σοκολατένια γεύση, που απογειώνει τις αισθήσεις, εμπιστευθείτε το CREDI SOUFFLÉ από την CREDIN. Το μοναδικό μείγμα της αγοράς με πραγματική σοκολάτα (σε περιεκτικότητα 30%). Είναι γρήγορο και πολύ απλό στη χρήση του, αφού προσθέτετε μόνο λάδι ή βούτυρο και νερό. Εξαιρετικό για λαχταριστά σουφλέ, απολαυστικά μπράουνις και άλλα εκλεκτά γλυκίσματα. Διατίθεται σε σακί 10 κιλών. [www.konta.gr](http://www.konta.gr)

### ΚΟΥΒΕΡΤΟΥΡΕΣ & COMPOUND ΕΠΙΚΑΛΥΨΗΣ ΠΑΓΩΤΟΥ

από την GOTEBORGS FOOD

Με υψηλή τεχνογνωσία στις βιομηχανικές εφαρμογές η εταιρεία παράγει και διαθέτει κουβερτούρες επικάλυψης παγωτού και Straciatella σε Callets ή δοχεία με υψηλότερο ποσοστό βούτυρου κακάο, άνω του 40% και πρόσθετα λιπαρά γάλακτος καθώς και σοκολατένια compound με κακάο ή σε απεριόριστες γεύσεις. Ιδανικά για χρήση επικάλυψης παγωτού ή παγωτινιών είτε λεπτή υφή επικάλυψης σε κώνους παγωτού. Δεν απαιτείται στρώσιμο για χρήση των υλικών ή προσθήκη άλλων συστατικών. Διατίθενται διαφορετικά υλικά, ανάλογα με την τραγανότητα και υφή επικάλυψης. [www.trofingred.com](http://www.trofingred.com)



### ΕΠΙΚΑΛΥΠΤΙΚΗ ΜΗΧΑΝΗ

από την VARANAKIS



Το Twirlo είναι ειδικά σχεδιασμένο για να απλοποιεί το έργο της επικάλυψης προϊόντων, όπως κουφέτα, ξηροί καρποί, κόκκοι καφέ, πατατάκια κ.λπ. Ανοξείδωτη κατασκευή με αποσπώσιμο κυλινδρικό κάδο, χωρητικότητας 5, 7, 11 και 16Lt, με επιλογή της ταχύτητας της περιφοράς. Ενσωματωμένος ανεμιστήρας και εύκαμπτος αγωγός για αυτόματη τροφοδοσία φιλτραρισμένου αέρα. Αξιόπιστο, ιταλικό μηχάνημα, σε compact διαστάσεις, ιδανικό για βιοτεχνική χρήση σε εργαστήρια ζαχαροπλαστικής, κουφετοποιία κ.ο.κ. [www.varanakis.com](http://www.varanakis.com)



### ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΑ ΚΕΛΥΦΗ - ΚΑΡΔΙΕΣ

από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΓΙΑΝΝΙΚΑΣ ΑΕΒΕ

Για την ημέρα των ερωτευμένων και όχι μόνο, υπάρχει μια πρόταση που συνδυάζει ιδανικά τη σοκολάτα, το συμβολισμό και τη δημιουργικότητα: Ξεκινήστε από τα χειροποίητα κελύφη της Chocosa Lux σε σχήμα καρδιάς από σοκολάτα σκούρα, γάλακτος ή φράουλα και γαρνίρετε με οποιαδήποτε κρύα γέμιση θέλετε. Ολοκληρώστε διακοσμώντας τις δημιουργίες σας με φαντασία για μοναδικά και άκρως εντυπωσιακά αποτελέσματα. Εννοείται πως μπορείτε πάντοτε να ανακαλύψετε και άλλα σχέδια, εξερευνώντας τη μεγάλη συλλογή από σοκολατένια κελύφη της Chocosa Lux. [www.yiannikas.gr](http://www.yiannikas.gr)



### ΜΗΧΑΝΕΣ ΣΤΡΩΣΙΜΑΤΟΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΙΤΑΛΙΑΣ

από την Θ. ΚΟΥΡΛΑΜΠΑΣ

Μια νέα μηχανή στρώσιματος σοκολάτας, χωρητικότητας 9 κιλών, ήρθε για να καλύψει τις ανάγκες και των πιο απαιτητικών επαγγελματιών, οι οποίοι έχουν περιορισμένο χώρο. Είναι κατασκευασμένη από inox και στρώνει τη σοκολάτα ελέγχοντας τη θερμοκρασία με ηλεκτρονικούς θερμοστάτες υψηλής ακρίβειας. Διαθέτει, μεταξύ άλλων, ψυκτικό σύστημα χωρίς σύνδεση με νερό, ενώ μπορεί να τοποθετηθεί και τραπέζι επικάλυψης στο μέλλον. Το σύστημα δόνησης της μηχανής αυτής δημιουργεί τέλεια σοκολατάκια υψηλής ποιότητας, καθώς δεν επιτρέπει στον αέρα να αλλοιώσει την εμφάνιση των προϊόντων. [www.kourlampas.gr](http://www.kourlampas.gr)



### ΑΥΘΕΝΤΙΚΕΣ ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ ARABESQUE

από την SEFCO ZEELANDIA

Η σειρά Arabesque αποτελείται από πέντε ποικιλίες πραγματικής σοκολάτας κουβερτούρας: Dark 70%, Dark 60%, Dark 52%, Milk 34% και White 30%, που εντυπωσιάζουν με την πλούσια γεύση και το υπέροχο άρωμά τους. Είναι ανθεκτικές, σταθερές σε αλλαγές θερμοκρασίας και παρουσιάζουν εξαιρετική συμπεριφορά στο λιώσιμο. Κατάλληλες για όλες τις χρήσεις. Διατίθενται σε χαρτοκιβώτιο 10kg. [www.sefcozeelandia.gr](http://www.sefcozeelandia.gr)



### VELVET COVER & ΚΑΘΡΕΠΤΕΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΚΑΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

από την BACKEM ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ

Η BACKEM ΑΦΟΙ ΤΟΥΝΤΟΠΟΥΛΟΙ σας παρουσιάζει τη νέα σειρά Velvet! Τα Velvet cover και καθρέπτες σοκολάτας και σοκολάτας γάλακτος είναι εύκολα στη χρήση τους, σταθερά και απλώνονται ομοιόμορφα. Χρησιμοποιήστε τα για να προσδώσουν υπέροχη γεύση και άψογη κάλυψη στα προϊόντα σας, που σίγουρα θα εντυπωσιάσουν. [www.backem.gr](http://www.backem.gr)





## TA NEA THS AGORAS



## ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ ΣΤΟΝ ΚΛΑΔΟ

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



### ΝΕΑ ΠΑΓΩΤΑ MEC3 2022 από την LAOUDIS FOODS

Τα νέα παγωτά της MEC3 για το 2022 είναι ήδη έτοιμα στο εργοστάσιο παραγωγής τους, στην Ιταλία και πολύ σύντομα θα βρίσκονται στη χώρα μας προς διάθεση από την LAOUDIS FOODS ΑΕΒΕ. Και οι φετινές προτάσεις, που ανέπτυξε το καινοτόμο R&D της MEC3, βρίσκονται πολύ μπροστά από τον ανταγωνισμό! Με καταξιωμένες οικογένειες προϊόντων όπως οι Cookies® Original, Quella, Extra (Chocolates), Granfrutta® κ.α., κάθε χρόνο οι νέες κυκλοφορίες της MEC3 αποτελούν το Νο 1 σημαντικό γεγονός για μια gelateria! Μείνετε συντονισμένοι! [www.laoudis.gr](http://www.laoudis.gr)

### EXTRA BIGNE ΜΙΓΜΑ ΓΙΑ ΣΟΥ από την OLYMPIC FOODS

Η OLYMPIC FOODS παρουσιάζει το extra bigne - μίγμα για σου που έρχεται να καλύψει το κενό ποιότητας που υπάρχει στο απαιτητικό κομμάτι της παρασκευής σου και εκλέρ. Τραγανά και εύγευστα, εντελώς κενά στο εσωτερικό τους, χωρίς οσμή ή επίγευση αυγού, κατάλληλα τόσο για γλυκές όσο και για αλμυρές γεμίσεις. Με μια μικρή παραλλαγή στη συνταγή μπορείτε επίσης να παρασκευάσετε αφράτα και γευστικά churros. [www.olympic-foods.gr](http://www.olympic-foods.gr)



### ΚΡΕΜΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ, ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΘΕΤΑ ΣΑΚΧΑΡΑ από την SEFCO ZEELANDIA

Ανακαλύψτε τη Minuta Zero, τη νέα προσθήκη της SEFCO ZEELANDIA στην κατηγορία Zero. Πρόκειται για κρέμα ζαχαροπλαστικής, χωρίς πρόσθετα σάκχαρα, με γλυκαντικά. Με άρωμα και γεύση βανίλιας, απαλό κρεμ χρώμα και βελούδινη υφή που παρασκευάζεται μόνο με νερό. Μπορεί να ψηθεί χωρίς αφράτεμα ή να αφρατευτεί με Casa Cream. Η Minuta Zero συνδυάζεται υπέροχα με το Mama's Zero της εταιρείας, καθώς και με τις πάστες παγωτού χωρίς προσθήκη ζάχαρης, για ένα εξαιρετικό γευστικό αποτέλεσμα χωρίς τύψεις! Διατίθεται σε Σακί 15kg. [www.sefcozeelandia.gr](http://www.sefcozeelandia.gr)

### SYNTHESIS 2 ΤΗΣ CARPIGIANI ΓΙΑ ΦΡΕΣΚΟ ΠΑΓΩΤΟ από την DOMESTICA

Με την νέα Synthesis 2 της Carpigiani μπορείτε να παράγετε και να σερβίρετε φρέσκο παγωτό μπροστά στον πελάτη, με ένα μόνο μηχάνημα. Η λειτουργία βρασμού σας δίνει τη δυνατότητα για παστερίωση και παραγωγή παγωτού στον ίδιο κάδο. Η πατενταρισμένη, από την Carpigiani, λειτουργία για στατική συντήρηση του παγωτού χωρίς ανάδευση, διατηρεί απεριόριστα την ποιότητά του αναλλοίωτη. Ιδανική αντιπρόταση στην κλασική μηχανή παγωτού soft 2 γεύσεων, με δυνατότητα προσφοράς premium προϊόντος σε premium τιμές, χωρίς μεγαλύτερη εξειδίκευση για το προσωπικό σας. [www.domestica.gr](http://www.domestica.gr)



# . ORIGINAL . AMERICAN Sweets . MADE WITH LOVE .



Για αυθεντικά  
**AMERICAN**  
Muffins





## ΤΑ ΝΕΑ ΤΗΣ ΑΓΟΡΑΣ

### Η ΦΗΜΙΣΜΕΝΗ PERNIGOTTI & Ο ΧΡΥΣΟΣ ΚΑΦΕΣ ΤΗΣ ΣΙΚΕΛΙΑΣ από την GELATO & BAKERY EXPERTS

Η GELATO & BAKERY EXPERTS ΑΕΒΕ, η συνεχώς ανερχόμενη εταιρεία αντιπροσώπευσης και διανομής πρώτων υλών ζαχ/στικής, αρτοποιίας και παγωτού, αύξησε το προϊοντικό χαρτοφυλάκιό της με δύο νέες δυνατές συνεργασίες που παρουσίασε στην πρόσφατη Artoza! Συγκεκριμένα, αντιπροσωπεύει πλέον επίσημα στην Ελλάδα τις πρώτες ύλες ζαχ/κης και παγωτού της ιταλικής PERNIGOTTI και τον κορυφαίο Ιταλικό καφέ MISCELA D'ORO, που παρέχει με ολοκληρωμένη πρόταση, δηλαδή με την παροχή εκλεκτών χαρμανιών για Freddo Espresso και Carruccino και των μηχανημάτων που απαιτούνται για την παραγωγή τους!  
[www.gnbexperts.gr](http://www.gnbexperts.gr)



### ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΠΑΓΩΤΟΥ: ΤΑΣΕΙΣ & ΝΕΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΤΗΣ FABBRI από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ

Η ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΑΝΑΚΗΣ ΑΒΕΕ συνεχίζει δυναμικά να βρίσκεται δίπλα στους επαγγελματίες και πραγματοποιεί αρχές Μαρτίου ξεχωριστή επίδειξη για όλες τις τάσεις και τα νέα προϊόντα της κορυφαίας εταιρείας FABBRI, στην κατηγορία του παγωτού. Ποιες είναι οι νέες γεύσεις παγωτού που θα κερδίσουν τις εντυπώσεις των καταναλωτών φέτος και ποιοι θα γίνουν οι πιο αγαπημένοι συνδυασμοί; Η ομάδα του Τεχνικού Τμήματος Ζαχαροπλαστικής & Παγωτού της Εταιρείας, ζωντανά στο Athens Center of Gastronomy, απαντά μεταδίδοντας γνώση, έμπνευση, ιδέες, συμβουλές και ολοκληρωμένες λύσεις για τη βιτρίνα παγωτού.  
[www.stelioskanakis.gr](http://www.stelioskanakis.gr)



### ΝΕΑ ΣΕΙΡΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ από την ARTIZAN

Η ARTIZAN Α.Ε. παρουσιάζει μια πλήρη σειρά προϊόντων σοκολάτας. Προϊόντα ανώτερης ποιότητας που προκύπτουν από την πολύ προσεκτική επιλογή των κόκκων κακάο, δίνοντας σοκολάτες με ξεχωριστά αρώματα. Η γκάμα περιλαμβάνει τα εξής προϊόντα (σε μορφή κουμπιού): Σοκολάτα Γάλακτος, Σοκολάτα Υγείας 56%-60%/67%, Κουβερτούρα Λευκή. Ιδανική επιλογή για όλες τις χρήσεις στη ζαχαροπλαστική, στα παγωτά, ακόμη και στα ροφήματα.  
[www.artizanhellas.gr](http://www.artizanhellas.gr)



### ΜΑΥΡΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑ CALLEBAUT από την FRULLATI I.K.E

Η συνταγή N° 815 της Callebaut είναι η μαύρη σοκολάτα με πλούσιο σώμα κακάο, με πικρές νότες. Η ελαφριά γλυκύτητά της συνδυάζεται τέλεια με συστατικά όπως εξωτικά φρούτα. Μια αυθεντική συνταγή του Ostaaf Callebaut, που έχει εξελιχθεί σε εμβληματικό προϊόν της Callebaut παγκοσμίως. Φτιάχνεται από το μείγμα Wieze. Το μυστικό της κρύβεται στο ψήσιμο ολόκληρων κόκκων που εγγυάται τη γεύση, το συμπαγές σώμα του κακάο και τις λεπτές, φρουτώδεις νότες. Η μέτρια ρευστότητά της και η εξαιρετική της ποιότητα την καθιστά περιζήτητη για κάθε εφαρμογή.  
[www.frullati.gr](http://www.frullati.gr)

### SCHOKOBELLA RUBY από την ΣΤΕΛΙΟΣ ΓΙΑΝΝΙΚΑΣ ΑΕΒΕ

Η Schokobella Ruby προστέθηκε στην πιο πολυμορφική σειρά προϊόντων της Martin Braun. Εκτός από εντυπωσιακό ροζ χρώμα και την υπέροχη γεύση Ruby, έχει και όλες τις εκπληκτικές ιδιότητες μιας Schokobella, αφού είναι ιδανική για αμέτρητες εφαρμογές ως επικάλυψη, γέμιση, γεύση και γαρνίρισμα! Ως επικάλυψη δε σπάει στο κόψιμο και δεν απαιτεί στρώσιμο. Για γαρνίρισμα χτυπήστε για διόγκωση, ενώ για γέμιση, είτε χρησιμοποιήστε την απευθείας από το δοχείο 6Kg είτε εξασκήστε τη δημιουργικότητά σας χτυπώντας την με κρέμα γάλακτος, γιασούρι, mascarpone ή αρωματίστε τη για μοναδικούς γευστικούς συνδυασμούς.  
[www.yiannikas.gr](http://www.yiannikas.gr)

# Viennoiserie Délifrance

HERITAGE

“ Τα κρουασάν Délifrance Héritage είναι τα καλύτερα προϊόντα μας, όπου χρησιμοποιούμε μόνο τα καλύτερα ποιοτικά συστατικά, όπως ζάχαρη από ζαχαροκάλαμο, Γαλλικό αλεύρι Grands Moulins de Paris, εξαιρετικό φυσικό βούτυρο και αυγά ελευθέρως βοσκής.

Η διαδικασία παραγωγής που χρησιμοποιούμε ενισχύεται από το πάθος των ανθρώπων μας και το σεβασμό στις παραδοσιακές τεχνικές αρτοποιίας, συνδυάζοντας μεγάλους χρόνους ωρίμανσης με τη μοναδική μας εμπειρία στο προζύμι. Το αποτέλεσμα είναι προϊόντα ύψιστης ποιότητας που προσφέρουν μια μοναδικά απολαυστική εμπειρία γεύσης.



Délifrance Hellas Μονοπρόσωπη Α.Ε.  
τηλ.: 210 4251 130 [www.delifrance.com](http://www.delifrance.com)

**Délifrance**  
LIVE EVERYDAY DELICIOUS





**Ο πρώτος  
Ευρωπαίος  
που θεωρείται  
ότι ανακάλυψε  
και έφερε το  
κακάο στην  
Ευρώπη είναι  
ο Hernando  
Cortez.**



## ΣΟΚΟΛΑΤΑ ΙΣΤΟΡΙΑ & ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΟΦΕΛΗ

**Η ιστορία της σοκολάτας στην Ευρώπη ξεκινάει με την ανακάλυψη της Αμερικής, πριν από 500 περίπου χρόνια. Μέχρι τότε οι κάτοικοι της Ηπείρου μας, δεν ήξεραν τίποτα για το συναρπαστικό αυτό φυσικό και απολαυστικό προϊόν, που έμελλε να γίνει με τα χρόνια η πιο αγαπημένη γεύση μικρών και μεγάλων.**

### Η ιστορία της σοκολάτας

Οι πρώτες πληροφορίες που έχουμε για την καλλιέργεια κακαόδεντρων είναι από την εποχή του πολιτισμού των Μάγια κάπου στο 600 μ.Χ. Στην εποχή των Αζτέκων το είδος ήταν σπάνιο και άξιζε όσο και το χρυσάφι. Οι καρποί προσφέρονταν συνήθως στους Θεούς και τους βασιλιάδες και χρησιμοποιούνταν ακόμα ως μέσο εμπορικών συναλλαγών, ως χρήμα.

Η σοκολάτα όμως δεν ήταν τότε γνωστή με τη σημερινή στερεά μορφή της. Οι Αζτέκοι χρησιμοποιούσαν τους καρπούς του κακάο - αφού πρώτα τους έτριβαν μεταξύ τους και τους έκαναν σκόνη - για την παρασκευή ενός ρο-

φήματος που το ονόμαζαν «Chocolatl». Το ρόφημα αυτό, στο οποίο πρόσθεταν και άλλα μπαχαρικά, το έπιναν ζεστό και θεωρούσαν ότι ήταν χωνευτικό, δυναμωτικό και το καλύτερο φάρμακο της εποχής εκείνης, που μπορούσε να γιατρέψει κάθε αρρώστια.

Ο πρώτος Ευρωπαίος που θεωρείται ότι ανακάλυψε και έφερε το κακάο στην Ευρώπη είναι ο Hernando Cortez, ο οποίος το Πάσχα του 1519 προσάραξε με το στόλο του στη χερσόνησο Γιουκατάν. Εκεί τον υποδέχτηκε ο βασιλιάς των Αζτέκων, Μοντεζούμα, που του πρόσφερε χρυσάφι, πολύτιμους λίθους και ένα καλάθι γεμάτο με κόκκους κακάο.

Κατά την επιστροφή του στην Ισπανία

το 1528, ο Cortez έφερε μαζί του τους πρώτους καρπούς του κακάο και τα απαραίτητα σύνεργα για την προετοιμασία του ροφήματος «Chocolatl». Το νέο αυτό ρόφημα κατέκτησε άμεσα τη Βασιλική Αυλή της Ισπανίας και απέκτησε σύντομα πιστούς φίλους μεταξύ της Ισπανικής αριστοκρατίας. Στα επόμενα χρόνια το ρόφημα έγινε μόδα της εποχής, που απλώθηκε σιγά - σιγά σε όλη την Ευρώπη.

Για πρώτη φορά σοκολάτα σε στερεά μορφή παρασκεύασε το παραδοσιακό μαγαζί του Λονδίνου «Ο Μύλος του Καφέ», που το 1674 παρουσίασε σοκολατένια ραβδάκια «αλά ισπανικά» και ένα γλύκισμα σοκολάτας σε στυμπαγή μορφή.



## Οι ποικιλίες του κακάο είναι πολλές, ο συνδυασμός τους όμως απαραίτητος για τη δημιουργία είδους σοκολάτας.

### Το δέντρο του κακάο

Το δέντρο του κακάο είναι ένα τροπικό φυτό που ευδοκίμει αποκλειστικά σε τροπικά κλίματα, εκεί που υπάρχει ζέση και πολύ υγρασία. Είναι δέντρο ύψους 6-8 μέτρων με πυκνή φυλλωσιά και χρειάζεται περίπου 4 χρόνια από τη στιγμή που φυτεύεται για να αποδώσει καρπούς. Κάθε δέντρο παράγει κατά μέσο όρο 20 με 30 καρπούς το χρόνο από τους οποίους συλλέγονται 2 κιλά κόκκοι κακάο.

Η συγκομιδή των ώριμων καρπών γίνεται με τη βοήθεια μιας λεπίδας προσαρμοσμένης σε ένα μακρύ κοντάρι. Οι καρποί ανοίγονται στη μέση από όπου ξεπροβάλλουν οι κόκκοι του κακάο, τυλιγμένοι μέσα σε ένα άσπρο πολτό. Οι κόκκοι του κακάο αποχωρίζονται από το εξωτερικό περίβλημα του καρπού και τοποθετούνται σε μεγάλα καλάθια για να υποστούν τη ζύμωση που είναι απαραίτητη για να αποβληθεί ο πολτός και να ξεχωρίσουν οι κόκκοι. Τα καλάθια σκεπάζονται με πλατιά φύλλα μπανανιάς.

Αναπτύσσεται έτσι θερμοκρασία 50 βαθμών Κελσίου, ο πολτός λειώνει και παραμένουν καθαροί οι κόκκοι του κακάο.

Στη συνέχεια απλώνονται σε μεγάλες ψάθες πάνω στο έδαφος και εκτίθενται στον ήλιο, προκειμένου να ξεραθούν. Εκεί παίρνουν το καφέ χρώμα τους και αρχίζει να αναπτύσσεται το λεπτό άρωμά τους. Έτοιμοι πια συσκευάζονται σε σάκους και παίρνουν το δρόμο για εξαγωγή.

Οι ποικιλίες του κακάο είναι πολλές. Η κάθε μια έχει τα δικά της ποιοτικά χαρακτηριστικά, ο συνδυασμός όμως των

διαφόρων ποικιλιών είναι απαραίτητος για τη δημιουργία της ιδιαίτερης γευστικής απόλαυσης κάθε είδους σοκολάτας.

### Είδη σοκολάτας

Ανάλογα με το χρώμα εμφανίζονται 4 βασικά είδη σοκολάτας:

#### Η μαύρη

Η μαύρη σοκολάτα αποτελείται από κακάομαζα (το κακάο) ως το κυρίαρχο συστατικό ενώ ζάχαρη, γάλα και άλλα τυχόν συστατικά έχουν περισσότερο βοηθητικό και γευστικό ρόλο, το σκούρο χρώμα προέρχεται από τους ζυμωμένους σπόρους σοκολάτας που αποκτούν αυτό το σκούρο σκοτεινό χρώμα καθώς και αυτή τη συγκεκριμένη γεύση, λόγω μικρότερων ποσοτήτων γάλακτος/ζάχαρης. Συχνά αναφέρεται και ως σοκολάτα υγείας.

**Το κακάο είναι πλούσιο σε φλαβανόλες, οι οποίες μειώνουν την αρτηριακή πίεση βελτιώνοντας τη λειτουργία των αιμοφόρων αγγείων.**

#### Η γάλακτος

Η σοκολάτα γάλακτος χρησιμοποιείται κυρίως ως γλύκισμα παρά ως πρώτη ύλη, το κακάο και το βούτυρο του κακάο δίνει το όνομα της σοκολάτας παρόλο που η κακάομαζα είναι σε μικρότερο ποσοστό, το όνομά της προέρχεται από την προσθήκη γάλακτος (συνήθως γάλα σε σκόνη) ενώ

το χρώμα και η γεύση προέρχεται από τον συνδυασμό γάλακτος, κακάομαζας και βούτυρου κακάο.

#### Η λευκή

Η διαφορά με τις παραπάνω είναι ότι απουσιάζει εντελώς η κακάομαζα η οποία απέδιδε το σκούρο χρώμα και έτσι αφήνεται λευκή (ζαχαρή). Το βούτυρο κακάο είναι το μόνο συστατικό που προέρχεται από τους κακάοσπορους, λόγω της απουσίας κακάομαζας το βούτυρο κακάο έχει πιο έντονη γεύση στη λευκή σοκολάτα ενώ βασικό ρόλο έχει και η βανίλια.

#### Η ροζ

Η ροζ σοκολάτα προέρχεται από μια κατοχυρωμένη διαδικασία παραγωγής της ελβετικής Barry Callebaut η οποία καλύπτει την διαδικασία από τη συγκομιδή των σπόρων μέχρι το τελικό στάδιο, παρόλο που η διαδικασία αποτελεί εμπορικό μυστικό. Σύμφωνα με δημοσιεύσεις απουσιάζει η πρωταρχική διαδικασία της ζύμωσης που απέδιδε το σκούρο χρώμα στους κακάοσπορους και έδινε την έντονη γεύση του κακάο, εξ'ού και τα συμπεράσματά όσων τη δοκίμασαν πως δεν έχει τη γεύση της κλασικής σοκολάτας παρά μόνον γεύση ξηρών καρπών. Στη συνέχεια μια επεξεργασία με κιτρικό οξύ κάνει εντονότερη την «εξώτική» γεύση της. Παρόμοιως τα άλλα πρωταρχικά στάδια παρασκευής αντικαθίστανται με τα στάδια της πατέντας. Η εταιρία αναφέρει πως το ροζ χρώμα προέρχεται από τη ροζ ποικιλία των κακάοσπορων και όχι από χρωστικές.

**Ποια είναι τα θρεπτικά συστατικά της σοκολάτας;**

#### 1. Αντιοξειδωτικά οφέλη & βελτίωση των επιπέδων της χοληστερόλης

Το κακάο είναι πλούσιο σε πολυφαινόλες, οι οποίες έχουν σημαντικά αντιοξειδωτικά οφέλη για την υγεία, όπως μειωμένη φλεγμονή και βελτιωμένα επίπεδα χοληστερόλης. Ωστόσο, η επεξεργασία κακάου στη σοκολάτα ή άλλα προϊόντα μπορεί ουσιαστικά να μειώσει την περιεκτικότητα σε πολυφαι-

νόλες. Μελέτες αποκαλύπτουν ότι το κακάο είναι πλούσιο σε φλαβανόλες, οι οποίες μειώνουν την αρτηριακή πίεση βελτιώνοντας τα επίπεδα του μονοξειδίου του αζώτου και τη λειτουργία των αιμοφόρων αγγείων. Τα φλαβονοειδή του μπορούν να επιβραδύνουν την πέψη και την απορρόφηση των υδατανθράκων στο έντερο, να βελτιώσουν την έκκριση ινσουλίνης, να μειώσουν τη φλεγμονή και να διεγείρουν την πρόσληψη σακχάρου από το αίμα στον μυ.

Το κακάο και η μαύρη σοκολάτα μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο διαβήτη και να διατηρήσουν υγιή τα επίπεδα του σακχάρου στο αίμα. Ωστόσο, υπάρχουν κάποια αντικρουόμενα αποτελέσματα στα επιστημονικά στοιχεία, επομένως απαιτείται περισσότερη έρευνα.

#### 2. Μείωση του κινδύνου καρδιακής προσβολής & εγκεφαλικού επεισοδίου

Το κακάο μπορεί να βελτιώσει τη ροή του αίματος και να μειώσει τη χοληστερόλη. Η κατανάλωση έως και μιας μερίδας σοκολάτας ανά ημέρα, μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο καρδιακής προσβολής, καρδιακής ανεπάρκειας και εγκεφαλικού επεισοδίου.

**Μελέτες σε συστατικά του κακάο διαπίστωσαν ότι έχουν αντιοξειδωτικά αποτελέσματα, προστατεύουν τα κύτταρα από βλάβες, καταπολεμούν τη φλεγμονή κ.ά.**

#### 3. Βελτίωση της υγείας του νευρικού συστήματος

Οι φλαβανόλες στο κακάο μπορούν να υποστηρίξουν την παραγωγή νευρώνων, τη λειτουργία του εγκεφάλου και να βελτιώσουν τη ροή του αίματος και την παροχή στον εγκεφαλικό ιστό. Μπορούν, έτσι, να διαδραματίσουν ρόλο στην πρόληψη του εκφυλισμού

του εγκεφάλου που σχετίζεται με την ηλικία, όπως στη νόσο του Αλτσχάιμερ, με τις επιστημονικές έρευνες, ωστόσο, να μην είναι ακόμα πλήρεις γι' αυτά τα στοιχεία.

#### 4. Ευεργετικά οφέλη για την ψυχική υγεία

Το κακάο μπορεί να έχει ευεργετικά αποτελέσματα στη διάθεση, αφού μπορεί να μειώσει καταθλιπτικές τάσεις μειώνοντας τα επίπεδα άγχους, την πρεμία, την ικανοποίηση και τη συνολική ψυχολογική ευεξία, καθώς περιέχει το αμινοξύ τρυπτοφάνη που είναι υπεύθυνο για τη σεροτονίνη την ορμόνη της καλής διάθεσης. Ωστόσο, απαιτείται περισσότερη έρευνα.

#### 5. Πιθανές Αντικαρκινικές Ιδιότητες

Μελέτες σε συστατικά του κακάου διαπίστωσαν ότι έχουν αντιοξειδωτικά αποτελέσματα, προστατεύουν τα κύτταρα από βλάβες, καταπολεμούν τη φλεγμονή, αναστέλλουν την ανάπτυξη των κυττάρων, προκαλούν θάνατο από καρκινικά κύτταρα και βοηθούν στην πρόληψη της εξάπλωσης των καρκινικών κυττάρων. Ωστόσο, όπως οι περισσότερες περιπτώσεις που απαιτούνται περισσότερες έρευνες.

#### 6. Γενική υγεία

Το κακάο μπορεί να προάγει την οδοντική υγεία, καταπολεμώντας βακτήρια και αυτό δεν ισχύει για προϊόντα που περιέχουν ζάχαρη. Ενισχύει, επίσης, την υγεία του δέρματος προστατεύοντάς το από το ηλιακό φως

και βελτιώνοντας την κυκλοφορία, την επιφάνεια του δέρματος και την ενυδάτωση.

Images by freepik.com



# ΜΑΡΚΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ

## ΕΝΑΣ PASTRY CHEF

### ΠΟΥ ΓΡΑΦΕΙ ΤΗ ΔΙΚΗ ΤΟΥ ΙΣΤΟΡΙΑ

Εάν συνηθίζεται σε αρκετές περιπτώσεις, παιδιά να ακολουθούν τα επαγγέλματα των γονιών τους, στην περίπτωση του Μάρκου ήταν σχεδόν νομοτελειακό! Από τότε που θυμάται τον εαυτό του έπαιζε σε μια κουζίνα. Ακολουθούσε τον πατέρα του στο ζαχαροπλαστείο και ενώ εκείνος ανέβαινε στο γραφείο, ο Μάρκος έμενε στο εργαστήριο και έπαιζε με τους ζαχαροπλάστες. Πότε μπήκε το μικρόβιο για τα καλά μέσα του; Όταν κάπκε για πρώτη φορά με καραμέλα!

**Κουβαλάς στους ώμους σου ένα όνομα «βαρύ». Ωστόσο αντί να μείνεις «προστατευμένος» στο δίκτυ ασφαλείας που σου δίνει η οικογένεια, εσύ επιλέγεις να φτιάξεις κάτι δικό σου. Τι είναι αυτό που σε ώθησε στο να πάρεις αυτή την απόφαση;**

Το να είσαι συνεχιστής μιας οικογενειακής παράδοσης 100 χρόνων είναι βαρύ φορτίο. Με σεβασμό στην παράδοση της οικογένειάς μου, θέλησα να δημιουργήσω το δικό μου γλυ-

κό κόσμο επιστρέφοντας από τη Ρώμη όπου και σπούδασα ζαχαροπλαστική. Κινητήριο δύναμη να απαγκιστρωθω από το δίκτυ ασφαλείας ήταν η περιέργειά μου για το πρωτοποριακό, η αγάπη μου για την ανάμιξη των γεύσεων και η ανάγκη μου να παρουσιάσω τη δική μου, γλυκιά ματιά.

**Θεωρείς την απόφαση που πήρες ρίσκο ή ήσουν σίγουρος ότι έχοντας τις ικανότητες η επιτυχία είναι σίγουρη;**

Στη σημερινή εποχή που όλοι κρίνουν εύκολα και επιπόλαια θεωρώντας ότι όλα είναι τυχαία το ξεκίνημα ενός νέου ανθρώπου, χρειάζεται περισσότερη προσπάθεια και επιμονή. Έχω εμπιστοσύνη στις ικανότητές μου, αγαπώ πολύ αυτό που κάνω άρα δε το είδα ποτέ ως ρίσκο αλλά σαν πραγματοποίηση ενός ονείρου.

**Πότε αποφάσισες να ασχοληθείς με τη ζαχαροπλαστική και τι πιστεύεις είναι αυτό που σε οδήγησε σε αυτή την κατεύθυνση;**







*Έχω εμπιστοσύνη στις ικανότητές μου, αγαπώ πολύ αυτό που κάνω άρα δε το είδα ποτέ ως ρίσκο αλλά σαν πραγματοποίηση ενός ονείρου.*

Από τότε που θυμάμαι τον εαυτό μου, έπαιζα σε μια κουζίνα. Κάποια πρωινά ακολουθούσα τον πατέρα μου στο ζαχαροπλαστείο, αυτός ανέβαινε στο γραφείο και εγώ έμενα κάτω στο εργαστήριο όπου έπαιζα με τους ζαχαροπλάστες.

**Θυμάσαι πότε ήταν η πρώτη φορά που έφτιαξες μόνος σου ένα γλυκό και τι ήταν αυτό;**

Στο εργαστήριο της οικογενειακής επιχείρησης στη Λάρισα ήμουν μαθητής στο δημοτικό, θυμάμαι σαν χθες, όπου κάπκα για πρώτη φορά με την καραμέλα. Εκεί ήταν που το μικρόβιο της σοκολάτας μπήκε για τα καλά μέσα μου.

**Τι αποτελεί για εσένα πηγή έμπνευσης;**

Η έμπνευση βρίσκεται παντού.. ταξίδια, γεύσεις, φωτογραφίες, συζητήσεις.

**Πως διαχειρίζεσαι και πόσο πιστεύεις επηρεάζει το επάγγελμά σου το θέμα της πανδημίας;**

Στην αρχή ήταν κάτι πρωτόγνωρο, όπως για όλους άλλωστε, αλλά γρήγορα αναπτύξαμε αντανakλαστικά και προσαρμοστήκαμε στις νέες ανάγκες της αγοράς. Οπλισμένοι με υπομονή, πίστη και αισιοδοξία προσπαθώ να διαχειριστώ τις δυσκολίες που προέκυψαν.

**Ποιες είναι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζεις ως επαγγελματίας;**

Να συνεχίσω να δουλεύω με την ψυχή και όχι μόνο με τα χέρια μου, να ενημερώνομαι και να μεταβολίσω αυτή τη γνώση σε καινούριες γεύσεις, να παραμένω επίκαιρος με νέες ιδέες.

**Η ζαχαροπλαστική αποκτά όλο και μεγαλύτερο έδαφος στην Ελλάδα του σήμερα και οι Έλληνες είναι πιο εκπαιδευμένοι γευστικά. Θεωρείς ωστόσο ότι είναι ανοικτοί στο να δοκιμάζουν νέα πράγματα και να εμπιστευονται προτάσεις που θα τους προσφέρουν κάτι λιγότερο συνηθισμένο;**

Μπορεί να πειραματιστούν και να δοκιμάσουν κάποιες φορές το διαφορετικό αλλά μάλλον μένουν πιστοί στις παραδοσιακές γεύσεις. Η νέα γενιά είναι πολύ πιο ανοικτή στις δοκιμές και σε αυτό συνετέλεσε το Ίντερνετ.

**Με ποια κριτήρια επιλέγεις τα υλικά που χρησιμοποιείς;**

Ποιότητα, οικεία γεύση, ένταση στον ουρανίσκο.

**Ποια η σχέση σου με τον κόσμο που έρχεται σε εσένα και πόσο σημαντική θεωρείς την ουσιαστική επαφή μαζί τους;**

Οι πελάτες αναγνωρίζουν το μεράκι και την ποιότητα που υπάρχει σε κάθε προϊόν που βγαίνει από το εργαστήριό μας. Μας εμπιστεύονται, ακούνε τις προτάσεις μας και εμείς προσπαθούμε

να ανταποκρινόμαστε στις προσδοκίες τους. Άρα δημιουργείται μια σχέση ουσιαστική.

Ζαχαροπλαστείο Μάρκος Κωνσταντινίδης:  
Αγίας Παρασκευής 101, Χαλάνδρι  
Facebook: Ζαχαροπλαστεία Κωνσταντινίδης 1925  
Instagram: konstantinidis1925  
Προσεχώς νέο κατάστημα  
στη Μαρίνου Αντύπα 119, Ηλιοπούλη

**Θέλω να συνεχίσω να δουλεύω με την ψυχή και όχι μόνο με τα χέρια μου, να ενημερώνομαι και να μεταβολίσω αυτή τη γνώση σε καινούριες γεύσεις.**





# Από το στάρι στο ψωμί

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



Τεχνολογία αρτοποιίας



Αρτοποιία & αρτοζαχαροπλαστική με προζύμια και μαγιά



Τεχνικός Αρτοποιίας & Ζαχαροπλαστικής



Αρτοζαχαροπλαστική με διογκωτικές ύλες



Συνταγές αρτοποιίας



Συνταγές ζαχαροπλαστικής αλεύρου

<http://eshop.freshbakery.gr>

# ΤΑΡΤΑ ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΛΕΜΟΝΙ

Η συνταγή είναι από τον Μάρκο Κωνσταντίνιδη, Pastry Chef

## ΥΛΙΚΑ ΚΡΕΜΑΣ

300 γρ. λεμόνι  
100 γρ. μάνγκο  
500 γρ. ζάχαρη  
500 γρ. βούτυρο  
600 γρ. αυγά  
10 γρ. ζελατίνες

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΚΡΕΜΑΣ

Μουλιάζουμε τη ζελατίνη σε κρύο νερό. Σε μια κατσαρόλα βάζουμε το λεμόνι, το μάνγκο, τη ζάχαρη και το αυγό και βράζουμε. Αποσύρουμε από τη φωτιά, προσθέτουμε τη ζελατίνη, το βούτυρο και με το μίξερ ενσωματώνουμε.

## ΥΛΙΚΑ ΖΥΜΗ ΤΑΡΤΑΣ

600 γρ. βούτυρο  
250 γρ. ζάχαρη άχνη  
500 γρ. αλεύρι μαλακό  
200 γρ. αυγά  
Αλάτι  
Βανίλια

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ ΖΥΜΗ ΤΑΡΤΑΣ

Δουλεύουμε βούτυρο με άχνη μέχρι να γίνουν ένα και προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά. Τέλος, προσθέτουμε το αλεύρι και ζιμώνουμε μέχρι να το πάρει όλο. Βάζουμε στο ψυγείο για 1-2 ώρες. Ανοίγουμε τη ζύμη στο μέγεθος που θέλουμε και ψήνουμε στους 170°C για 25-30 λεπτά, ανάλογα το φούρνο.







## ΟΙ ΒΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΓΛΥΚΟΥ ΤΟ ΠΑΝΤΕΣΠΑΝΙ (ΜΕΡΟΣ 1<sup>ο</sup>)

Όσο κι αν οι εξελίξεις στο χώρο της ζαχαροπλαστικής τρέχουν και όσο και αν νέα παρασκευάσματα χρησιμοποιούνται σαν βάση των γλυκών, το παντεσπάνι παραμένει ο κυρίαρχος του παιχνιδιού.

«Η βάση του γλυκού»: ακούγεται υπερβολικό; Και όμως, το παντεσπάνι δεν είναι μόνο το υλικό πάνω στο οποίο στηρίζεται όλο το γλυκό, αλλά είναι αυτό που μπορεί να δώσει ξεχωριστό χαρακτήρα και να ολοκληρώσει την σύνθεση που ο επαγγελματίας θέλει να υλοποιήσει.

Δεν είναι λίγες οι φορές που ένα γλυκό αδικείται από ένα παντεσπάνι που δε μπορεί να κρατήσει το σιρόπι του και λασπώνει, από ένα παντεσπάνι με μεγάλη κυφέλωση ή από ένα ψωμοειδές παντεσπάνι.

Η διάρκεια της ζωής των γλυκών στη βιτρίνα πρέπει να συνδέεται με την υφή του παντεσπανιού που επιλέγουμε. Τα παστάκια π.χ θα πρέπει να έχουν όσο το δυνατόν πιο συνεκτικό παντεσπάνι κλπ., το γλυκό ημέρας πιο αφράτο παντεσπάνι κλπ.

### Ιδιότητες

Το παντεσπάνι θα μπορούσαμε να το περιγράψουμε σαν ένα κέικ το οποίο όμως δεν έχει καθόλου λιπαρά. Ή, για να ακριβολογούμε, περιέχει μόνον τα λιπαρά του γαλακτωματοποιητή που χρησιμοποιούμε, αν δεχτούμε ότι όσοι επαγγελματίες δε βασίζονται σε ένα μίγμα παντεσπανιού, τουλάχιστον προ-

σθέτουν στην παραδοσιακή τους συνταγή ένα μίγμα γαλακτωματοποιητών και σταθεροποιητών. Επίσης, λιπαρά προστίθενται εμμέσως στο παντεσπάνι από τον κρόκο των αυγών, αλλά και από το κακάο όταν προστίθεται για να φτιάξουμε το ανάλογο παντεσπάνι.

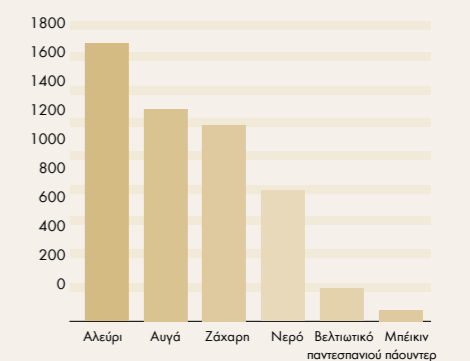
Ζητούμενα από ένα καλό παντεσπάνι είναι:

- Ικανοποιητική διόγκωση: θα πρέπει να είναι ομοιόμορφη σε όλο το πλάτος της λαμαρίνας
- Ομοιόμορφη κυφέλωση: η κλειστή κυφέλωση δεν απορροφά αρκετό σιρόπι, η ανοικτή κυφέλωση πιθανόν να οδηγήσει σε στέγνωμα
- Διακριτική γεύση: για να μην αλλοιώνει τις γεύσεις της κρέμας και των επικαλύψεων
- Ισορροπημένη νωπότητα: απαραίτητη για την ελαστικότητα του παντεσπανιού
- Συνεκτική υφή (να μην το βρίσκουμε στην μέση του γλυκού σαν ένα κομμάτι ψωμί, διαφορετικό από την υφή της κρέμας) ειδικά για την περίπτωση χρήσης κοπτικού μηχανήματος
- Ικανοποιητική ελαστικότητα (αντοχή στους χειρισμούς, αποφυγή τριψίματος)

### Συνταγή

Η απλούστερη συνταγή παντεσπανιού μπορεί να περιλαμβάνει μόνον αλεύρι, αυγά και ζάχαρη. Οι ολοκληρωμένες όμως συνταγές παντεσπανιού περιλαμβάνουν περισσότερα υλικά, μεταξύ των οποίων ένα μίγμα διογκωτικών υλών (baking powder) και ένα μίγμα γαλακτωματοποιητών-σταθεροποιητών (βελτιωτικό).

Να σημειώσουμε ότι η ποσότητα βελτιωτικού παντεσπανιού (σε αντίθεση με το βελτιωτικό αρτοποιίας) υπολογίζεται πάντα επί του συνόλου των υλικών της συνταγής. Ας δούμε σε γράφημα μια βασική, πλούσια και σωστά ισορροπημένη συνταγή παντεσπανιού για να έχουμε μια εικόνα της συμμετοχής τού κάθε συστατικού.





**Η απλούστερη συνταγή παντεσπανιού μπορεί να περιλαμβάνει μόνον αλεύρι, αυγά και ζάχαρη. Οι ολοκληρωμένες όμως συνταγές παντεσπανιού περιλαμβάνουν περισσότερα υλικά.**

Η ποσότητα επαρκεί για μια λαμαρίνα 50x70 εκατοστών που είναι μια συνηθισμένη διάσταση στα περισσότερα εργαστήρια:

1700 γρ.	αλεύρι ζαχαροπλαστικής (δυνατό)
1300 γρ.	αυγά
1200 γρ.	ζάχαρη
70 γρ.	μπέικιν πάουντερ άριστης ποιότητας
150-200 γρ.	βελτιωτικό παντεσπανιού
750-850 γρ.	νερό

#### Διαδικασία παρασκευής

Ανακατεύουμε όλα τα στεγνά υλικά μαζί (αλεύρι, ζάχαρη, μπέικιν πάουντερ). Στη συνέχεια, όλα τα συστατικά μπαίνουν στο μίξερ (από την στιγμή που δεχόμαστε τη χρήση μίγματος γαλακτωματοποιητών-σταθεροποιητών) και χτυπιούνται πάντα με το σύρμα εφ' όσον σκοπός είναι η ενσωμάτωση ικανής ποσότητας αέρα στο μίγμα μας. Εάν θέλουμε να φτιάξουμε παντεσπάνι κακάο η σωστή διαδικασία είναι να αφαιρέσουμε μέρος του αλεύρου και να το αντικαταστήσουμε με κακάο.

Διατηρούμε έτσι σταθερή την ισορροπία στερεών-υγρών στο μίγμα μας, αλλά, και τη σωστή ποσότητα βελτιωτικού:

1500 γρ.	αλεύρι ζαχαροπλαστικής (δυνατό)
200 γρ.	κακάο 20-22 ή 22-24
1300 γρ.	αυγά
1200 γρ.	ζάχαρη
70 γρ.	μπέικιν πάουντερ άριστης ποιότητας
150-200 γρ.	βελτιωτικό παντεσπανιού
750-850 γρ.	νερό

Στην περίπτωση αυτή το κακάο καλό είναι να ανακατευτεί με τη ζάχαρη της συνταγής και στη συνέχεια να αναμειχθούν όλα τα στεγνά υλικά μαζί. Η αντικατάσταση του αλεύρου από το κακάο έχει ελάχιστη επίδραση στην υφή του παντεσπανιού, μιας και το κακάο περιέχει αρκετή ποσότητα πρωτεΐνης (περίπου 18%) για να καλύψει το έλλειμμα που προκύπτει.

Οι λαμαρίνες στρώνονται με αντικολλητικό χαρτί καλής ποιότητας, ενώ τα μεταλλικά τσέρκια τοποθετούνται μέσα σε λαμαρίνα όπου ήδη έχουμε στρώσει αντικολλητικό χαρτί. Τα τοιχώματα τόσο των λαμαρινών όσο και των τσερκιών καλό είναι να μην περνιούνται με μαργαρίνη ή άλλο λιπαρό γιατί παρεμποδίζεται έτσι η ομοιόμορφη διόγκωση του παντεσπανιού.

#### Ο ρόλος των διάφορων συστατικών

**Αλεύρι:** Το αλεύρι είναι το συστατικό που συμμετέχει με το μεγαλύτερο ποσοστό, άρα, η προσεκτική επιλογή ενός ποιοτικού αλεύρου ζαχαροπλαστικής είναι πρωτεύουσας σημασίας. Στο παντεσπάνι μεγαλύτερη σημασία έχει η ποιότητα του περιεχομένου αμύλου (περιεκτικότητα, καθαρότητα, κοκκομετρία) μιας και είναι αυτό που ζελατινοποιείται στα πρώτα στάδια του ψησίματος και σταθεροποιεί τη δομή.

**Η πρώτη συνταγή παντεσπανιού καταγράφεται το 1615 από τον Άγγλο ποιητή Gervase Markham.**



Η πρωτεΐνη που περιέχει το αλεύρι του παντεσπανιού είναι χαμηλή σε περιεκτικότητα, συμπληρώνεται όμως στη δράση της από την πρωτεΐνη των αυγών. Σε παραδοσιακές συνταγές παντεσπανιού ή σε συνταγές που το αλεύρι είναι περισσότερο δυνατό απ' ό,τι χρειάζεται, θα παρατηρήσουμε αντικατάσταση του αλεύρου από άμυλο σε ένα ποσοστό 10-15%.

**Αυγά:** Τα αυγά είναι το δεύτερο σημαντικό συστατικό του παντεσπανιού. Η αλβουμίνη, η σημαντικότερη πρωτεΐνη των αυγών που περιέχεται σε ένα ποσοστό 12%, βοηθάει την ενσωμάτωση αέρα στο μίγμα, αλλά και τη διατήρηση του όγκου. Η λεκιθίνη που περιέχεται στον κρόκο των αυγών και

είναι ένα φωσφολιπίδιο, λειτουργεί σαν γαλακτωματοποιητής και βοηθάει στη δημιουργία κλειστής κυψέλης. Τα αυγά πρέπει να είναι καλής ποιότητας και όσο γίνεται πιο φρέσκα για να έχουν μεγαλύτερη αφριστική ικανότητα. Θα πρέπει να χρησιμοποιούνται μόνον αψύτου έχουν φτάσει σε θερμοκρασία περιβάλλοντος ειδήλλως δε θα λειτουργήσουν όπως πρέπει. Ιδανική θερμοκρασία είναι οι 21 °C όπου σχηματίζεται το καλύτερο δυνατόν μίγμα. Τα αυγά μπορούν να αντικατασταθούν σε ποσοστό 100% από παστεριωμένο πλήρες αυγό ή σε μικρότερα ποσοστά από παστεριωμένο κρόκο ή παστεριωμένο ασπράδι. Η αντικατάσταση με ασπράδι θα δώσει μεγαλύτερη διόγκω-

ση και ανοικτή κυψέλη, ενώ η αντικατάσταση με κρόκο θα δώσει πιο βαρύ και συνεκτικό παντεσπάνι.

Η αντικατάσταση με παστεριωμένο πλήρες αυγό συνήθως μειώνει την τελικό όγκο του παντεσπανιού σε ένα ποσοστό που μπορεί να φτάσει και το 10%.

**Ζάχαρη:** Η ζάχαρη πέραν του ότι στο παντεσπάνι συμμετέχει σε μεγάλο ποσοστό στο συνολικό βάρος της συνταγής, είναι αυτή που βοηθάει στη διατήρηση της υγρασίας στο τελικό προϊόν, δεσμεύοντας ένα μέρος του νερού της συνταγής. Ένα μέρος της ζάχαρης έως 10% μπορεί να αντικατασταθεί από ιμπερτοζάχαρο για να αυξηθεί η νωπότητα του παντεσπανιού.



## Η διάρκεια της ζωής των γλυκών στη βιτρίνα πρέπει να συνδέεται με την υφή του παντεσπανιού που επιλέγουμε.

Αν δε θέλουμε να αντικαταστήσουμε τη ζάχαρη, μπορούμε να προσθέσουμε ένα 3-5% ιμβερτοζάχαρο επί του βάρους του αλεύρου, δηλαδή, 30-50 γρ. ανά κιλό αλεύρου.

**Αέρας:** Ο αέρας ενσωματώνεται κατά το χτύπημα του μίγματος, αλλά και από την πρώτη αντίδραση μεταξύ νερού και μπέικιν πάουντερ, σχηματίζοντας αρχικά μεγάλες φυσαλίδες οι οποίες όσο συνεκρίζεται το χτύπημα διασπείρονται στο μίγμα και μικραίνουν σε μέγεθος δίνοντας όγκο στο μίγμα. Εάν ξεπεράσουμε το χρόνο χτυπήματος, τότε θα έχουμε αντίστροφα αποτελέσματα, δηλαδή απώλεια όγκου και κορδάρισμα του μίγματος. Ουσιαστικά το μίγμα μας θα πρέπει να γίνει ένα ομοιογενές γαλάκτωμα και μόλις φτάσει στο μέγιστο σημείο διόγκωσης μέσα στο μίξερ θα πρέπει να σταματήσουμε το χτύπημα. Σημαντικό είναι επίσης το αρχικό στάδιο χτυπήματος στη χαμηλή ταχύτητα, που δίνει χρόνο στα συστατικά να απορροφήσουν την διαθέσιμη υγρασία και να διευθετηθούν στην μάζα του μίγματος για να μπορέσουν στην συνέχεια να ενσωματώσουν την αναγκαία ποσότητα αέρα.

Περαιτέρω ενσωμάτωση αέρα γίνεται κατά τη διάρκεια του ψησίματος και οφείλεται στις διογκωτικές ύλες που λειτουργούν εν θερμώ και παράγουν διοξειδίο του άνθρακα.

**Ψήσιμο:** Ο φούρνος πρέπει να είναι καλά προθερμασμένος, τουλάχιστον

20°C παραπάνω από τη θερμοκρασία ψησίματος έτσι ώστε οι λαμαρίνες μπαίνοντας να μη ρίξουν την θερμοκρασία κάτω από το επιτρεπτό όριο. Το παντεσπάνι χρειάζεται ένα θερμικό σοκ στο ξεκίνημα του ψησίματος για να ενεργοποιηθούν γρήγορα και άμεσα οι διογκωτικές ύλες.

- Ένας κρύος φούρνος θα έχει σαν αποτέλεσμα ένα στεγνό παντεσπάνι που θα τρίβεται. Τα πατώματα του φούρνου θα πρέπει να είναι ίσια και να μη γέρνουν, ειδάρως το παντεσπάνι δεν θα έχει ομοιόμορφη διόγκωση, σε άλλα σημεία θα καεί ενώ σε άλλα σημεία θα είναι ψημένο και θα υπάρχουν απώλειες στις φέτες.

- Οι λαμαρίνες ή τα τσέρκια θα πρέπει να είναι τοποθετημένα χωρίς να ακουμπάνε μεταξύ τους, για να κυκλοφορεί η θερμότητα όσο το δυνατόν πιο ανεμπόδιστα.

- Φροντίστε να φουρνίζετε λαμαρίνες ή τσέρκια ίδιου μεγέθους για να ολοκληρώνεται το ψήσιμο ταυτόχρονα. Επίσης, φουρνίστε όλες τις λαμαρίνες μαζί για να μη χρειαστεί να ανοίξετε την πόρτα του φούρνου τουλάχιστον το πρώτο εικοσάλεπτο. Το άνοιγμα της πόρτας θα οδηγήσει σε απώλεια της υγρασίας που έχει δημιουργηθεί μέσα στο φούρνο, αφού ο θερμός ατμός θα βγει από την πόρτα και θα δημιουργήσει ένα κενό που μπορεί να κάνει το παντεσπάνι να καταρρεύσει.

**Μετά το ψήσιμο:** Αφήστε τις λαμαρίνες να κρυώσουν για μισή ώρα τουλάχιστον πριν ξεφορμάρετε το παντεσπάνι για να μη διακινδυνέψετε να σπάσει. Γυρίστε τα παντεσπάνια ανάποδα για να φύγει η υγρασία της βάσης. Όταν στεγνώσει, καλά κόψτε σε φέτες ή επανατοποθετείστε στις λαμαρίνες και αποθηκεύστε τυλιγμένο σε καθαρές σακούλες στο ψυγείο.

**Διόγκωση:** Μπορείτε να μετρήσετε την διόγκωση του παντεσπανιού σας γεμίζοντας ένα σκεύος ενός λίτρου με το μίγμα πριν το ψήσιμο. Το βάρος θα πρέπει να κυμαίνεται από 600 έως 700

γραμμάρια περίπου. Αυτό σημαίνει ότι σε ένα λίτρο μίγματος παντεσπανιού περιέχεται 300-400 ml αέρα περίπου. Δεν αναφερθήκαμε καθόλου στις παραδοσιακές μεθόδους παρασκευής παντεσπανιού με την κρύα ή ζεστή μαρέγκα, μιας και πλέον έχουν περισσότερο ιστορική αξία και λιγότερο εφαρμοστική.

Για το «παρελθόν» του παντεσπανιού να συμπληρώσουμε ότι η πρώτη καταγραφή του όρου «παντεσπάνι» είναι στην ιταλική Αναγέννηση. Οι Ιταλοί σεφ έψηναν «μπισκότα» των οποίων η χρήση εξαπλώθηκε στην Ιταλία, την Αγγλία και την Γαλλία. Η πρώτη συνταγή παντεσπανιού καταγράφεται το 1615 από τον Άγγλο ποιητή Geovase Markham. Ακόμη και τότε το παντεσπάνι δεν είχε πάρει τη σημερινή του μορφή. Στα μέσα του 18ου αιώνα οι ζαχαροπλάστες άρχισαν να χρησιμοποιούν χτυπημένα αυγά σαν διογκωτικό υλικό του μίγματος, πράγμα που έδωσε στο παντεσπάνι το βασικό του χαρακτηριστικό της αφρατάδας και της ελαστικότητας. Τέλος, η περίφημη φράση “Αφού δεν έχουν ψωμί, ας φάνε παντεσπάνι” που αποδίδεται στην Μαρία Αντουανέτα, δεν θα μπορούσε ποτέ να έχει ειπωθεί από την ίδια, αφού όταν το γεγονός καταγράφηκε από τον Ζαν Ζακ Ρουσσώ το 1765, η Μαρία Αντουανέτα ήταν μόλις εννέα ετών και δεν είχε επισκεφτεί ποτέ της την Γαλλία. Η φράση αποδόθηκε σε αυτήν το 1846 από τον δημοσιογράφο Αλφόνς Καρ και περισσότερο ήθελε να δείξει την αδιαφορία των βασιλέων για τα προβλήματα του λαού. Υπάρχει μια πιθανότητα η φράση να είχε ειπωθεί έναν αιώνα πριν την Γαλλική Επανάσταση από την Μαρία Τερέζα, σύζυγο του Λουδοβίκου 14ου.

Images by freepik.com

ΝΙΚΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ  
Γεωπόνος-Επιστήμων Τροφίμων



foodconsultant.gr  
for quality & safety

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

### Για τη διασφάλιση της υγιεινής των προϊόντων που παράγετε:

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

- Συνεχής υποστήριξη για την ορθή εφαρμογή και μετά την εγκατάσταση του συστήματος.

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

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

### Εκπαίδευση του προσωπικού:

- Στην εφαρμογή του Συστήματος Αυτοελέγχου και

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

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

- Εναρμόνιση της ετικέτας των προϊόντων σας με τον νέο κανονισμό

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

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

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε μαζί μας στο  
τηλ. 210 68 53 877 – 6936 927240 ή στο [foodconsultant@foodconsultant.gr](mailto:foodconsultant@foodconsultant.gr)

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





# ΣΟΚΟΛΑΤΙΝΑ ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΩΝ

## ΜΠΙΣΚΟΥΙ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

600 γρ. αυγά  
375 γρ. ζάχαρη  
225 γρ. αλεύρι 70%  
100 γρ. κακάο 22/25

Χτυπάμε τα αυγά με την ζάχαρη μαζί, μέχρι να ασπρίσουν και να διογκωθούν. Έπειτα, ρίχνουμε κοσκινισμένο το αλεύρι και το κακάο και αναδεύουμε απαλά με μαρίζ. Στρώνουμε σε σιλπάτ και ψήνουμε στο φούρνο για 8 λεπτά, στους 180°C.

## ΜΟΥΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΑΛΕΞΕ ΜΕ ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΗ

500 γρ. γάλα  
10 γρ. ζελατίνη μαλακωμένη  
700 γρ. σοκολάτας 60%  
1 κιλό κρέμα γάλακτος 35%  
Ξύσμα από 2 μανταρίνια

Ζεσταίνουμε το γάλα και το ξύσμα μανταρίνι στους 80°C. Αφήνουμε 10 λεπτά να βγάλει αρώματα το ξύσμα μανταρίνι, σκεπασμένο με μεμβράνη. Έπειτα ξαναζεσταίνουμε μέχρι τους 60 βαθμούς και ρίχνουμε τη ζελατίνη μαλακωμένη. Αναδεύουμε και έπειτα σουρώνουμε στη σοκολάτα και ομογενοποιούμε. Αφού η θερμοκρασία είναι κάτω από 40 βαθμούς, ενσωματώνουμε σταδιακά την ελαφρά χτυπημένη κρέμα γάλακτος. Το μους είναι έτοιμο.

## ΚΟΥΛΙΣ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ

250 γρ. πουρέ πορτοκάλι  
25 γρ. ζάχαρη  
6 γρ. ζελατίνη μαλακωμένη

Βράζουμε τον πουρέ πορτοκάλι και τη ζάχαρη και ενσωματώνουμε τη ζελατίνη μαλακωμένη. Φορμάρουμε και παγώνουμε τουλάχιστον για 12 ώρες.

## ΓΛΑΣΑΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

125 γρ. κρέμα γάλακτος  
125 γρ. νερό  
210 γρ. ζάχαρη  
90 γρ. κακάο  
25 γρ. ζελατίνη μαλακωμένη  
450 γρ. ζελέ ουδέτερο

Βράζουμε την κρέμα γάλακτος με νερό και ζάχαρη και έπειτα ρίχνουμε το κακάο κοσκινισμένο και συνεχίζουμε το βρασμό. Αποσύρουμε από τη φωτιά, ρίχνουμε τη ζελατίνη και αναδεύουμε. Στο τέλος ρίχνουμε το ζελέ και μιμηράρουμε. Δουλεύουμε το γλασάζ στους 35 με 40°C.

## ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ ΓΛΥΚΟΥ

Σε τσέρκι κόβουμε τα μπισκούι στο ανάλογο μέγεθος. Ξεκινάμε με το μους να γεμίζουμε ως τη μεση. Τοποθετούμε το couli στο κέντρο και ξασανγемίζουμε με το μους σοκολάτας εσπεριδοειδών. Παγώνουμε τουλάχιστον για 12 ώρες και γλασάρουμε.

Καλή σας απόλαυση.



ΘΑΝΟΣ ΑΓΓΕΛΙΔΗΣ  
Pastry Chef



# ΤΑΡΤΑ ΜΗΛΟΥ ΚΑΡΑΜΕΛΑ



## ΖΥΜΗ ΤΑΡΤΑΣ

700 γρ. βούτυρο 82%  
300 γρ. ζάχαρη  
100 γρ. αυγά  
100 γρ. πούδρα αμυγδάλου  
2 γρ. κανέλλα  
900 γρ. αλεύρι

Χτυπάμε στο μίξερ, στο φτερό, όλα τα υλικά εκτός από τα αυγά. Όταν ομογενοποιηθούν τα πρώτα υλικά ρίχνουμε τα αυγά ένα-ένα μέχρι να γίνει μία ομοιόμορφη ζύμη. Φορμάρουμε στις επιθυμητές φόρμες και ψήνουμε στους 160°C για 10 λεπτά.

## FRANGIPANE ΚΑΝΕΛΛΑΣ

100 γρ. βούτυρο 82%  
θερμοκρασία δωματίου  
100 γρ. πούδρα αμυγδάλου  
100 γρ. ασπράδι αυγού  
100 γρ. άχνη ζάχαρη  
5 γρ. κανέλα

Χτυπάμε στο μίξερ όλα τα υλικά, με το σύρμα, μέχρι να γίνει ένας ομοιόμορφος κυλός και απλώνουμε μια λεπτή στρώση πάνω στις ψημένες τάρτες. Ψήνουμε για 8 λεπτά στους 160°C.

## GANACHE ZEPHYR CARAMEL

250 γρ. κρέμα γάλακτος  
200 γρ. ινβερτοζαχαρο  
405 γρ. Zephyr Caramel  
50 γρ. βούτυρο

Βράζουμε την κρέμα γάλακτος μαζί με το ινβερτοζάχαρο. Στη συνέχεια προσθέτουμε το μείγμα στην κουβερτούρα και κάνουμε ένα γαλάκτωμα. Στους 40 βαθμούς προσθέτουμε το βούτυρο και δουλεύουμε την επόμενη μέρα.

## ΜΟΥΣ ΠΡΑΣΙΝΟΥ ΜΗΛΟΥ

20 γρ. φύλλα ζελατίνης  
100 γρ. νερό  
1 κ. πουρέ πράσινου μήλου sicoly  
50 γρ. λικέρ μήλου  
150 γρ. ασπράδι  
170 γρ. ζάχαρη  
600 γρ. σαντιγί

Μαλακώνουμε τη ζελατίνη στο νερό. Χτυπάμε την κρέμα γάλακτος μέχρι να γίνει σαντιγί. Ζεσταίνουμε το 1/3 του πουρέ και λιώνουμε μέσα τη μαλακωμένη ζελατίνη. Ομογενοποιούμε αυτό το ζεστό μείγμα πίσω στον υπόλοιπο πουρέ και προσθέτουμε το χυμό και το λικέρ. Φτιάχνουμε μια ελβετική μαρέγκα με τη ζάχαρη και τα ασπράδια. Ανακατεύουμε το 1/2 του μείγματος του πουρέ στη μαρέγκα. Και το άλλο 1/2 στη σαντιγί. Ομογενοποιούμε τα δύο μείγματα μεταξύ τους.

## CARAMEL CINNAMON

195 γρ. νερό  
485 γρ. ζάχαρη  
820 γρ. κρέμα γάλακτος  
3 γρ. κανέλα  
15 γρ. άνθος αλατιού

Κάνουμε καραμέλα νερό και ζάχαρη. Προσθέτουμε τη ζεστή κρέμα γάλακτος και τη κανέλα. Στη συνέχεια βράζουμε την καραμέλα μέχρι να δέσει. Σερβίρουμε όταν κρυώσει.

## ΕΠΙΚΑΛΥΨΗ ΓΙΑ ΤΟ ΜΟΥΣ

400 γρ. λευκή σοκολάτα  
75 γρ. μυσγο  
100 γρ. λάδι  
Power flower food coloring

## ΜΟΝΤΑΡΙΣΜΑ

Σε μια τάρτα 9cm ψήνουμε και τοποθετούμε το frangipane. Στη συνέχεια προσθέτουμε 15 γρ. καραμέλας cinnamon και 50 γρ. ganache zephyr caramel. Τελειώνουμε με το μους που το έχουμε ήδη επικαλύψει.



ΠΑΝΤΕΛΗΣ ΠΛΑΤΗΣ  
Pastry Chef Ledra Foods



# ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΕΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

## από ΤΗΝ ΠΑΡΑΤΕΤΑΜΕΝΗ ΟΡΘΟΣΤΑΣΙΑ

Η παρατεταμένη ορθοστασία σχετίζεται τόσο με ΜΣΠ όσο και με μη ΜΣΠ επιπτώσεις στην υγεία, οι οποίες περιλαμβάνουν τα ακόλουθα: πόνος και διαταραχές των ποδιών, των γονάτων, των αστραγάλων και των ποδιών, πόνος στη μέση, υψηλή αρτηριακή πίεση/περιορισμένη ροή αίματος, καρδιακές παθήσεις, κίρσοι, κόπωση, προβλήματα στην εγκυμοσύνη

Έκθεση σε κραδασμούς ολόκληρου του σώματος όταν στέκεστε για παρατεταμένες περιόδους, για παράδειγμα αν στέκεστε σε επιφάνεια που δονείται, αυξάνει τους κινδύνους προβλημάτων στη μέση και άλλων ΜΣΠ, ειδικά σε στάσεις που είναι περιορισμένες, δύσκολες ή παράξενες.

Έρευνες δείχνουν επίσης ότι τα επαγγέλματα που αφορούν κυρίως στην ορθοστασία συνδέονται με ακόμα μεγα-

λύτερο κίνδυνο καρδιακών παθήσεων από επαγγέλματα που περιλαμβάνουν κυρίως καθιστή θέση. Αυτό υπογραμμίζει τη σημασία του να μην αντικαθιστά κανείς απλώς την όρθια εργασία με την καθιστή εργασία αλλά αντ' αυτού να διασφαλίζει ένα συνδυασμό του καθίσματος, της ορθοστασίας και της κίνησης στη δουλειά.

### Κανονισμοί και οδηγίες

#### • Κανονισμοί

Σύμφωνα με τις οδηγίες της ΕΕ, όλοι οι εργοδότες στην ΕΕ έχουν γενικά καθήκοντα να διεξάγουν Μελέτες Εκτίμησης Επικινδυνότητας και να θεσπίσουν προληπτικά μέτρα με βάση τις μελέτες αυτές. Στην επιλογή για τα μέτρα θα πρέπει να ελαχιστοποιούν τους κινδύνους, αν είναι δυνατόν και να προσαρμόζουν την εργασία ανάλογα με τον εργαζόμενο. Στη Μελέτη Εκτίμησης Επικινδυνότητας πρέπει να ληφθούν



επίσης υπόψη τυχόν εργαζόμενοι που είναι ιδιαίτερα ευαίσθητοι στον κίνδυνο (όπως για παράδειγμα εργαζόμενοι που πάσχουν από ισχιαλγίες ή προβλήματα στα γόνατα) ενώ η οδηγία για την ίση μεταχείριση στην εργασία απαιτεί οι εργοδότες να παρέχουν εύλογη πρόσβαση στο χώρο εργασίας, στους εργαζομένους με αναπηρία. Όλοι οι εργαζόμενοι που χρησιμοποιούν εξοπλισμό οθόνης ως βασικό εργαλείο της συνήθους εργασίας τους καλύπτονται από τη Νομοθεσία για τον κατάλληλο εξοπλισμό οθόνης και πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με εργονομική καρέκλα, που βοηθάει στη σωστή στάση σώματος. Οι οδηγίες για

**Το αντίθετο του να κάθεται δεν είναι να στέκεσαι αλλά να κινείσαι. Έτσι, ακόμα και αν γίνεται εναλλαγή μεταξύ όρθιας και καθιστής στάσης, δε βοηθάει.**

τον εξοπλισμό εργασίας, τα μηχανήματα, τις δονήσεις-κραδασμούς και για το χειροκίνητο χειρισμό μπορεί να σχετίζονται με την αποφυγή και βελτίωση της υγείας και της εργονομίας της όρθιας εργασίας. Η Οδηγία επίσης για τους χώρους εργασίας αναφέρει την ύπαρξη περιοχών ανάπαυσης όπου υπάρχουν καθίσματα με πλάτη για να ξεκουράζεται το σώμα. Η Οδηγία που καλύπτει τα εργοτάξια περιλαμβάνει επίσης διατάξεις για χώρους ανάπαυσης. Οι εργοδότες πρέπει να παρέχουν υποδήματα ασφαλείας, εάν χρειάζεται, που είναι κατάλληλα και άνετα. Η οδηγία που καλύπτει τις εγκύους εργαζόμενες απαιτεί από τους εργοδότες να αξιολογούν τους κινδύνους και να αποφασίζουν ποια μέτρα πρέπει να ληφθούν. Αυτό περιλαμβάνει κινδύνους από κινήσεις, στάσεις και κόπωση που συνδέονται με την εργασία ενός απόμου.

#### • Οδηγίες για την ορθοστασία στη δουλειά

Με βάση τις κατευθυντήριες γραμμές που εξετάζονται στις έρευνες, η συμβουλή είναι να επικεντρωθείτε κυρίως στα ακόλουθα:

- Παράπονα λόγω παρατεταμένης περιορισμένης ορθοστασίας θα μπορούσαν να εμφανιστούν όταν στέκεστε όρθιοι καθημερινά για 15 λεπτά ή περισσότερο.
- Παρατεταμένη περιορισμένη ορθοστασία σημαίνει περιορισμός σε ή κοντά σε ένα συγκεκριμένο σημείο (εντός 1 m2 χωρίς να βγείτε από την περιοχή).
- Αποφύγετε την παρατεταμένη περιορισμένη ορθοστασία στην εργασία:
  - για περισσότερο από 1 ώρα συνεχώς και/ή
  - για συνολικά περισσότερες από 4 ώρες την ημέρα.

- Εναλλάσσετε όσο το δυνατόν περισσότερο τις στάσεις στις ακόλουθες αναλογίες:
  - 30 % όρθια
  - 60 % καθιστή
  - 10 % περπάτημα/μετακίνηση

**Το Ινστιτούτο για την Εργασία και την Υγεία συνιστά: «Στάσου όταν το θέλεις, κάτσε όταν το χρειάζεσαι και κινήσου όποτε μπορείς».**

Είναι σημαντικό να καταλάβουμε ότι το αντίθετο από το να κάθεται δεν είναι να στέκεσαι αλλά και να κινείσαι. Έτσι, ακόμα και αν γίνεται εναλλαγή μεταξύ όρθιας και καθιστής στάσης δε βοηθάει, διότι πάλη εναλλαγή αφορά δύο στατικές καταστάσεις του σώματος. Το Ινστιτούτο για την Εργασία και την Υγεία συνιστά: «Στάσου όταν το θέλεις, κάτσε όταν το χρειάζεσαι και κινήσου όποτε μπορείς».

Πηγή: EU-OSHA

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

**ΜΑΙΡΗ ΑΡΜΑΚΟΛΑ**  
Σύμβουλος A&Y

**Στη Μελέτη πρέπει να ληφθούν επίσης υπόψη τυχόν εργαζόμενοι που είναι ιδιαίτερα ευαίσθητοι στον κίνδυνο π.χ που πάσχουν από ισχιαλγίες.**



## ΜΑΡΤΙΟΣ

**12-16**

**SIGEP**  
Ρίμινι, Ιταλία  
www.sigep.it

**22-25**

**MODERN BAKERY MOSCOW**  
Μόσχα, Ρωσία  
www.modern-bakery-moscow.ru.messefrankfurt.com

**30-1**

**IFFIP**  
{International Forum of Food Industry and Packaging}  
Κίεβο, Ουκρανία  
www.iffip.kiev.ua/en

## ΑΠΡΙΛΙΟΣ

**2-4**

**ARTOZYMA & DETROP BOUTIQUE**  
Θεσσαλονίκη, Ελλάδα  
www.artozyma.helexpo.gr

**3-5**

**GASTROPAN**  
Μπρασόφ, Ρουμανία  
www.gastropan.ro

## ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ

**22-25**

**SÜDBACK STUTTGART**  
Μόναχο, Γερμανία  
www.messe-stuttgart.de/suedback

# { freshbakery.gr

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



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

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



## αρτοποιός

online  
ΕΚΔΟΣΗ

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

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



**SHAPE**

SHAPE IKE - TECHNICAL EDITIONS  
ΚΡΗΤΗΣ 13, 142 31 Ν.ΙΩΝΙΑ, ΑΘΗΝΑ  
T.2102723628  
WWW.SHAPE.COM.GR

www <https://freshbakery.gr/>

**αρτοποιός**  
freshbakery.gr





## Το όραμά σας, πράξη!

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

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

1963-2022

**59**  
ΧΡΟΝΙΑ

ANTO  
NOPOU  
LOS

SHOP SET UP

**Δ. Αντωνόπουλος ABEE**

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