



# Κερνάμε Ελλάδα

21 - 30 Ιουλίου 2017

**ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ  
ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ**

*Αναδεικνύουμε τους  
γαστρονομικούς προορισμούς  
της Ζακύνθου!!!*





Χαιρετίζω την πραγματοποίηση του Φεστιβάλ Κερνάμε Ελλάδα.

Το Φεστιβάλ Κερνάμε Ελλάδα αποτελεί τον σημαντικότερο θεσμό για την ανάδειξη της τοπικής κουλτούρας και την ανάπτυξη της τοπικής οικονομίας που συμβαίνει στην χώρα μας. Είναι σημαντικό οι ίδιοι οι παραγωγοί να παρουσιάζουν στο κοινό και στους εμπορικούς επισκέπτες το προϊόν τους τόσο στον εκθετήριο χώρο τους όσο και μέσα από τις εκδηλώσεις και παρουσιάσεις που γίνονται από τις ομάδες των chef.

Με εκτίμηση.

**Νίκος Κατσαρός,**

*Επιστημονικός Συνεργάτης ΕΚΕΦΕ ΔΗΜΟΚΡΙΤΟΣ, τ. Πρόεδρος ΕΦΕΤ*

---

Συμμετέχω ως επικεφαλής του Τομέα Γαστρονομίας στο Φεστιβάλ Κερνάμε Ελλάδα. Φέτος σε μια προσπάθεια περαιτέρω αναβάθμισης του θεσμού θα συμμετέχει στο φεστιβάλ ομάδα Chef, οι οποίοι καθ' όλη τη διάρκειά του θα παρουσιάζουν εδέσματα της Ζακυνθινής τοπικής κουζίνας.



Καλή αντάμωση στο Φεστιβάλ.

**Θωμάς Λαζανάς,**  
*Executive Chef,*

# Κερνάμε Ελλάδα Ζάκυνθος 2017

## ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ – ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το Κερνάμε Ελλάδα Ζάκυνθος 2017 φιλοδοξεί να αποτελέσει σημείο αναφοράς, κινούμενο στο δίπτυχο Ζάκυνθος – Ελλάδα. Μια στάση σε ό,τι αφορά στον γαστρονομικό τουρισμό, που αναδεικνύει τις γεύσεις, τα αρώματα και την μουσική που τις συνοδεύουν. Ακόμη, στο Φεστιβάλ θα γίνουν εκδηλώσεις που φέρνουν κοντά την τοπική οικονομία, ανθρώπους και προϊόντα και αναδεικνύουν την παράδοση και την ιστορία του τόπου, στοχεύοντας στην ανάδειξη της σύγχρονης φυσιογνωμίας της Ζακύνθου.

Σε δεύτερο επίπεδο, σημείο αναφοράς θα είναι η Ζάκυνθος για την Μεσόγειο – και η Μεσόγειος στη Ζάκυνθο: γευστικές διαδρομές. Κάθε τόπος και μια γευστική πρόταση, από την παρασκευή της μέχρι τον ουρανό.

### ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

Στόχος του Φεστιβάλ Ζάκυνθος 2017 είναι να προβάλλει, να αναδείξει και να δικτυώσει την τοπική κουζίνα και τις επιχειρήσεις μέσα από μια σειρά δράσεων που θα λάβουν χώρα καθ' όλο το τρίμηνο.

### ΕΚΘΕΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

Παραγωγοί παρουσιάζουν τα προϊόντα τους και αναδεικνύουν την τοπική ταυτότητα

### ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΕΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ

Chef θα μας παρουσιάσουν προτάσεις από διάφορες περιοχές της Ζακύνθου

### ΠΑΙΔΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

Γνωριμία των μικρών μας φίλων με τα προϊόντα της ζακυνθινής γης. Σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο τα παιδιά κατασκευάζουν και δημιουργούν.

### ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

Καθ' όλη τη διάρκεια του Φεστιβάλ θα πραγματοποιούνται μουσικές εκδηλώσεις.





## ΝΕΕΣ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΕΣ

Νέα delicatessen  
Ενεργειακά Φυτά  
Ελαιοκράμβη  
Ιπποφαές  
Κενάφ  
Μύρτιλλο  
Ροδιά  
Στέβια  
Τρούφα  
Σαλιγκάρια



## ΤΟΜΕΙΣ

Τα καλάθια των Περιφερειών  
Προϊόντα ΠΟΠ και ΠΓΕ  
Βιολογικά προϊόντα  
Παραδοσιακά - Τοπικά προϊόντα  
Προϊόντα ολοκληρωμένης Διαχείρισης  
Αγροτουρισμός  
Πράσινη Ανάπτυξη

## ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ

Τοπικά Παραδοσιακά Προϊόντα  
Προϊόντα της ελιάς  
Κρασί  
Τυροκομικά προϊόντα  
Μελισσοκομικά προϊόντα  
Οπωροκηπευτικά  
Βότανα - Αρωματικά φυτά  
Προϊόντα κρέατος - Αλλαντικά  
Αποστάγματα  
Ζυμαρικά  
Ζαχαροπλαστική  
Αλιεύματα



## ΣΤΟ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ

- Γενικοί φορείς που σχετίζονται με την παραγωγή προϊόντων Ποιότητας
- Συνεταιρισμοί
- Εταιρίες τυποποίησης αγροτικών προϊόντων
- Γυναικείοι συνεταιρισμοί
- Δημόσιοι οργανισμοί, Επιμελητήρια, Περιφέρειες
- Δήμοι και Περιφερειακές Ενώσεις Δήμων



**Θωμάς Λαζανάς**  
*Executive Chef*



**Γιώργος Λέκκας**  
*Executive Chef*



## ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΑΡΑΛΛΗΛΩΝ EVENT

- Παρουσίαση προϊόντων με ιδιαίτερο χαρακτήρα απ' όλη τη Ζάκυνθο
- Παρουσίαση Τοπικών Κρασιών
- Γευσιδοκμασίες Τοπικών Τυριών
- Παρουσίαση Ελληνικών Αποσταγμάτων
- Ελληνικό Παιδικό Πρωινό
- Εργαστήριο παρασκευής γλυκών
- Παραδοσιακά παιχνίδια
- Επιστημονικές ημερίδες
- Παιδικά Εργαστήρια
- Φρουτόπολη
- Παρουσίαση λαχανικών από διάφορες περιοχές της Ζακύνθου



## ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΓΕΥΣΕΩΝ

A

Παλαιωμένα τυριά.  
Κρασιά ξινόμαυρα.  
Σκάλισμα φρούτων – carving.  
Διακόσμηση πιάτων – food styling.  
Γεύσεις Μεσογείου.

B

Παρουσίαση Παιδικού Πρωινού  
Παρουσίαση τοπικής ταυτότητας



## ΓΕΥΣΤΙΚΑ ΑΦΙΕΡΩΜΑΤΑ

Το Φεστιβάλ είναι αφιερωμένο στα προϊόντα, τα οποία θα αναδεικνύουμε μέσα από τεχνικές μαγειρέματος και παρουσίασης, για μια ολοκληρωμένη γευστιγνωσία.

**Γιορτή ψαριού.** Ντόπια, φρέσκα ψάρια στα τηγάνια και τις σχάρες σε μια πανδαισία θαλασσινών γεύσεων.

**Γιορτή Πατάτας.** Ψητές, τηγανητές, βραστές – ο χαρακτήρας δεν αλλάζει: θα τις απολαύσουμε με συνοδευτικά που θα τις απογειώσουν.

**Γιορτή λαδιού κι ελιάς.** Εκεί που το ελαιόλαδο θα ρέει άφθονο: θα δοκιμάσουμε το τοπικό λάδι με ζεστό ψωμί, και όχι μόνον.

**Γιορτή κολοκύθας.** Μαγειρεύουμε την κολοκύθα σε πίτα, με αυγά στο τηγάνι και πλάθουμε γευστικούς κολοκυθοκεφτέδες με τυρί.

**Γιορτή καλαμποκιού.** Ψητό καλαμπόκι: γεύσεις, χρώματα και μυρωδιές που θα συγκινήσουν.

**Γιορτή κρασιού.** Θα αναρριχηθούμε στις γευστικές κορυφές των οίνων της Ζακύνθου.

**Γιορτή μελιού.** Αρώματα του νησιού όπως τα έχουν συλλέξει οι μέλισσες: κεχριμπάρι στο μάτι, νέκταρ στον ουρανό.

**Γιορτή ντομάτας.** Από γλυκό μέχρι σαλάτα και από το τηγάνι μέχρι τον φούρνο.

**Γιορτή ζυμαρικών.** Μοναχικά ή με παρέα, τα παραδοσιακά ζυμαρικά του νησιού μαγειρεμένα για όσους αναζητούν αξέχαστες γαστρονομικές εμπειρίες.

**Γιορτή καρπουζιού.** Ένα φρούτο, πολλοί γευστικοί συνδυασμοί δροσιάς: φέτες, χυμός και σαλάτα από το δώρο του καλοκαιριού.



## ΟΙ ΚΟΥΖΙΝΕΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Είναι η στιγμή που η Ελλάδα έρχεται στην Ζάκυνθο: γευστικές προτάσεις από την υπόλοιπη χώρα θα μας υπενθυμίσουν γιατί η ελληνική διατροφή είναι από τις καλύτερες και πιο υγιεινές στον κόσμο. Και μάλιστα, με ποικιλία που εκπλήσσει. Καιρός να την ανακαλύψουμε εκ νέου...

Από την **Δυτική Μακεδονία** δοκιμάζουμε τηγανιά της Καστοριάς, μπουκίτσες χοιρινού κρέατος με κρεμμύδια και ρίγανη.

Από την **Κεντρική Μακεδονία** τυριά για να τα γνωρίσουμε και να τα αγαπήσουμε.

Από την **Ανατολική Μακεδονία – Θράκη** λουκάνικα χωριάτικα με πορτοκάλι.

Από την **Αττική** γεύομαστε αποξηραμένα σύκα.

Από την **Ήπειρο** τα ξακουστά τυριά της.

Από την **Κρήτη** θα γευθούμε τον μοναδικό ντάκο.

Από τα νησιά του **Νοτίου Αιγαίου** δοκιμάζουμε δημιουργίες με ιδιαίτερες σπιτικές πίτες.

Από την **Δυτική Ελλάδα** η γευστική πρόταση είναι ρεβίθια σκορδαλιά.

Από την **Πελοπόννησο** λουκάνικα χωριάτικα με αρωματικά χόρτα.

Από την **Θεσσαλία** δοκιμάζουμε τηγανίτες με μέλι και κανέλα.

Από το **Βόρειο Αιγαίο** δοκιμάζουμε αμυγδαλωτά.





## ΖΑΚΥΝΘΙΝΗ ΚΟΥΖΙΝΑ

Κάθε χωριό στην Ζάκυνθο έχει να προσφέρει μια δική του ξεχωριστή γευστική πρόταση. Θα εξερευνήσουμε το ανάγλυφο των γεύσεων και θα πλουτίσουμε σε γαστριμαργικές εμπειρίες. Θα δοκιμάσουμε από τα ίδια φαγητά που τρώνε οι κάτοικοι της Ζακύνθου, μαγειρεμένα με τον ίδιο τρόπο. Για τρεις μήνες θα Κερνάμε Ζάκυνθο.

### Μελιτζάνες σκορδοστούμπι

Είναι ένα έδεσμα που ταιριάζει πολύ με φρέσκο ψωμί, φέτα και καλό κρασί.

### Σκαρτσοτσέτα

Κυριακάτικη ή εορταστική συνταγή με μοσχάρι γεμιστό με τυρί, σκόρδο και μαϊντανό.

### Μαντολάτο

Το μαντολάτο θεωρείται ένα από τα πιο παραδοσιακά γλυκά της Ζακύνθου, ενώ είναι και ένα από τα αγαπημένα γλυκίσματα των Βενετσιάνων. Παρασκευάζεται από αμύγδαλα, μέλι, ζάχαρη και ασπράδια αυγών χτυπημένα σε μαρέγκα. Παράγεται και καταναλώνεται όλες τις εποχές του χρόνου και οφείλει το όνομά του στην ιταλική λέξη mandorlato, που στα ελληνικά σημαίνει "γεμάτο με αμύγδαλα



### Φιτούρα

Η φιτούρα ή φριτούρα είναι παραδοσιακό γλυκό της Ζακύνθου, συνήθως προσφέρεται στην γιορτή του Αγίου Διονυσίου! Μοναδικό, πεντανόστιμο, απλό και εύκολο γλυκό, ιδανικό για την περίοδο της νηστείας .

### Σοφιγαδούρα

Κρέας κοκκινιστό, πρόβειο ή κατσικίσιο, με κρεμμύδια, αρκετά σκόρδα, ντομάτες, πατάτες και λίγο λευκό κρασί. Φυσικά και οπωσδήποτε αλατοπίπερο και λάδι.

### Σγατζέτο

Είναι μια παραδοσιακή τοπική συνταγή, η οποία στην ουσία βασίζεται σε αυτή για το ζακυνθινό σπληνάντερο, με μόνη διαφοροποίηση το αυγολέμονο.

### Πανσέτα γεμιστή

Η πανσέτα γεμιστή στο φούρνο είναι μία από τις παραδοσιακές συνταγές της Ζακύνθου, η οποία παρασκευάζεται εύκολα και αποτελεί μία γευστική πρόταση για το κυριακάτικο τραπέζι.



### Ραγού της Ζακύνθου

Η Ζακυνθινή παραλλαγή της Ραγούς, είναι ένα πιάτο με χοντρό μακαρόνι και κόκκινη σάλτσα από μεγάλα κομμάτια μοσχάρι ή χοιρινό, σε συνδυασμό με μυρωδικά λαχανικά που σιγοβράζουν όλα μαζί για ώρες σε μεγάλη κατσαρόλα.

### Γεμιστός κόκορας

Ο κόκορας ανέκαθεν αποτελούσε βασικό συστατικό για ένα γευστικό πιάτο, πόσο μάλλον όταν είναι γεμιστός με συκωτάκια και κεφαλογραβιέρα,

### Φρυγανιά

Η φρυγανιά είναι ένα πολύ ελαφρύ εκμέκ. Σαν βάση έχει μια σιροπιασμένη φρυγανιά, από πάνω κρέμα και τέλος – προαιρετικά – σαντιγί.



### Λαδοτύρι

Θα δοκιμάσουμε ένα από τα πιο φημισμένα και γευστικά τοπικά προϊόντα της Ζακύνθου, το οποίο οι κάτοικοι του νησιού αποκαλούν "ντόπιο". Παράγεται από πρόβειο γάλα και ωριμάζει σε πήλινα σκεύη μαζί με παρθένο ελαιόλαδο.

### Κερκυραϊκή Πασιτσάδα

Είναι μια παραδοσιακή τοπική συνταγή της Κέρκυρας, η οποία φτιάχνεται με χωριάτικο κόκορα και χοντρό μακαρόνι.



### Τσογαρέλι

Διάφορα χόρτα τσιγαρισμένα με κόκκινη σάλτσα που δεν γίνεται με ντομάτα, αλλά με κόκκινο καυτερό πιπέρι. Όμως το παραδοσιακό τσογαρέλι που έφτιαχναν κάποτε στα σπίτια αξίζει να πούμε ότι το ραντίζουν με αγιασμό.

### Μπουρμπουρέλια

Τα μπουρμπουρέλια είναι μίγμα από όσπρια, σιτάρι και μπιζέλια που μαγειρεύονται παραδοσιακά στην Κεφαλονιά την ημέρα των Εισοδίων της Θεοτόκου.



### Καλογήρια (σπαράγγια και οβριές)

Ένας νόστιμος Κεφαλονίτικος μεζές της εποχής είναι τα καλογήρια. Τα καλογήρια, μαζί με τα σπαράγγια και τις οβριές, αποτελούν το... ισχυρό χειμερινό τρίο της γαστριμαργικής Κεφαλονιάς.

### Αλιάδα Κεφαλονιάς

Με καφκιά\* και με μουρτάρι\*, η αλιάδα έχει χάρη!!! Η αλιάδα αποτελεί την κεφαλονίτικη εκδοχή της σκορδαλιάς, την οποία συναντάμε και στα υπόλοιπα Επτάνησα.

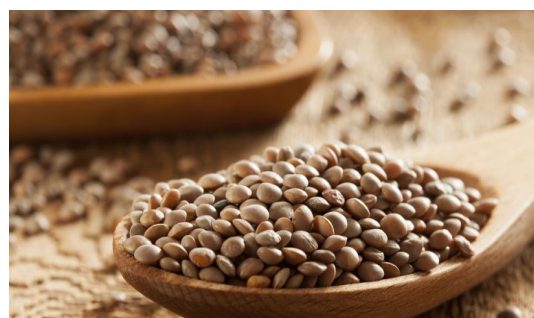


### Τυρί σφίνας

Λευκό αλμυρό τυρί που μοιάζει με φέτα αλλά είναι πιο σκληρό.

### Φακές Εγκλουβής

Οι φακές της Λευκάδας είναι φημισμένες λόγω της νοστιμιάς τους και της ιδιότητά τους να βράζουν πολύ γρήγορα. Σήμερα η καλλιέργεια είναι πολύ περιορισμένη.



Το φαγητό και η μουσική θα είναι οι ξεναγοί μας στις χώρες της Μεσογείου. Θα αφήσουμε την κουζίνα του κάθε λαού να μας διδάξει την δική της ιστορία: πώς από ίδια προϊόντα βγαίνουν διαφορετικές γαστριμαργικές συνθέσεις. Το αποτέλεσμα φιλοδοξεί να είναι πειστικό όχι μόνον γευστικά, από τα χέρια καταξιωμένων chef, αλλά και ακουστικά. Μουσικές από την τιμώμενη χώρα θα διανθίζουν την έκθεση και θα μας μεταφέρουν νοητά εκεί που η μαγειρική θα μας περιμένει ήδη.

**Γαλλία:** θα γευθούμε ντομάτες γεμιστές αλά γαλλικά υπό τους ήχους του **Derniere Dance**.

**Ιταλία:** πόσο μπορεί να μεταμορφώσει ένα γνήσιο ιταλικό ριζότο τους ήχους του **Un altra te**.

**Ισπανία:** πατάτες με βούτυρο και καυτερή σάλτσα, σε ισορροπία με την **Malaguena Salerosa**.

**Τουρκία:** εδώ τα όσπρια θα έχουν τον πρώτο λόγο συντροφιά με το **Unutamadim**.

**Πορτογαλία:** φρουτοσαλάτα με σταφύλια για να απολαύσουμε «το τραγούδι της θάλασσας» .  
**Cancao Do Mar**.

**Μαρόκο:** λαχανικά με μυρωδικά και οι ήχοι του **Nass el ghiwane** θα μας μεταφέρουν στο εξωτικό Μαρόκο.

**Σλοβενία:** με κορμό το καλαμπόκι και τις γευστικές περιελίξεις του σε σαλάτες, θα αφεθούμε να μας ταξιδέψει το **Za vsako rano**.

**Αλγερία:** γευστικοί συνδυασμοί με σταφύλια μαζί με τους ήχους του **Atulawin**.

**Μάλτα:** πιπεριές γεμιστές με μυρωδικά υπό τους ήχους της ιδιαίτερης μαλτέζικης μουσικής.

**Τυνησία:** καυτερές πίτες γεμιστές με πιπεριές, ντομάτες κι ελιές με το **Al Hayati** να μας μεταφέρει τους ψιθύρους της ερήμου.





**ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ**

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ

6:00 μμ - 12:00 πμ

**ΟΡΓΑΝΩΣΗ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

**ΕΟΣΣ**

Ιπποκράτους 2, 10679 Αθήνα

Τηλ. 2103610265 Fax: 2103610276

Email: [info@edpa.gr](mailto:info@edpa.gr)

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

<https://www.facebook.com/kernamelladazakynthos/>