



Μ. Τρίτη 23 Απριλίου 2019

«Kitchen Lab»

Εδώ γεννιούνται οι γεύσεις!

Το Σάββατο 4 και την Κυριακή 5 Μαΐου, ο Άκης Πετρετζίκης ανοίγει το «Kitchen Lab» στις 16:50 και παρουσιάζει μαγειρικές εμπειρίες:

Το μενού του **Σαββάτου** έχει διεθνείς επιρροές. Η πρώτη συνταγή είναι εμπνευσμένη από την ασιατική κουζίνα: bao buns με καραμελωμένη πανσέτα. Τα bao buns είναι κινέζικα, αφράτα ψωμάκια, τα οποία μαγειρεύονται στον ατμό. Μόλις ο Άκης τα ετοιμάσει, φτιάχνει μία πικάντικη σάλτσα BBQ με ούζο, με την οποία μαρινάρει την πανσέτα. Ψήνει το κρέας, το κόβει σε μικρά κομμάτια και με αυτά γεμίζει τα ζεστά ψωμάκια. Στο τέλος προσθέτει φρέσκα λαχανικά.

Για δεύτερο πιάτο μαγειρεύει παπαρδέλες με αυγοτάραχο, το οποίο προσθέτει ωμό στα ζυμαρικά αφού πρώτα αφαιρέσει το κερύ και τη μεμβράνη.

Για επιδόρπιο φτιάχνει ένα γλυκό ψυγείου με passion fruit. Ετοιμάζει κρέμα πατισερι, όπου αναμειγνύει τον χυμό από το passion fruit με σαντιγί. Γεμίζει δύο ψημένα φύλλα σφολιάτας με την κρέμα, προσθέτει ένα αρωματικό γλάσο και βάζει το γλυκό στο ψυγείο.

Την **Κυριακή** ο Άκης παρουσιάζει δύο γλυκά κι ένα κυρίως πιάτο. Η πρώτη συνταγή είναι για το παραδοσιακό παστέλι, ένα σνακ πλούσιο σε βιταμίνες.

Ακολουθεί μία πουτίγκα με χωριάτικα λουκάνικα και αυγά. Αρχικά ο σεφ ψήνει την πουτίγκα στον φούρνο και στη συνέχεια τη γεμίζει με τα λουκάνικα, τα οποία έχει μαγειρέψει σε κόκκινη σάλτσα. Έπειτα προσθέτει τηγανιτά αυγά, φέτα, ρόκα και ντοματίνια.

Τέλος, ο Άκης φτιάχνει τούρτα espresso με πραλίνα φουντουκιού. Αφού ψήσει το παντεσπάνι, παρασκευάζει το frosting με μασκαρόνε και πραλίνα φουντουκιού, και συνθέτει την τούρτα. Τη στολίζει με τριμμένα φουντούκια.