



Τετάρτη 23 Ιανουαρίου 2019

## «Kitchen Lab»

**Κάθε Σάββατο και Κυριακή, στις 17:00**

**Όταν βλέπεις τον Άκη να μαγειρεύει, βλέπεις το επόμενο πιάτο που θα λατρέψεις... Το Σάββατο 2 και την Κυριακή 3 Φεβρουαρίου το «Kitchen Lab» ανοίγει στις 17:00 και παρουσιάζει μαγειρικές εμπειρίες:**

Το **Σάββατο** ο **Άκης Πετρετζίκης** φτιάχνει δύο συνταγές, μία αλμυρή και μία γλυκιά, με υλικά από την παραδοσιακή ελληνική κουζίνα: κοτόπουλο με τραχανά και κέικ μανταρίνι. Αρχικά μαγειρεύει μπουτάκια κοτόπουλου με καραμελωμένα κρεμμύδια, μπουκόβο και λευκό κρασί. Μέσα στη σάλτσα τους σιγοβράζει τον γλυκό τραχανά. Ψήνει κρουτόν με βούτυρο και θυμάρι, και σερβίρει το πιάτο με τριμμένη φέτα.

Για επιδόρπιο φτιάχνει ένα αρωματικό κέικ μανταρίνι, το οποίο με απλά και εύκολα tips δείχνει σαν φέτα από το φρούτο. Αρωματίζει το κέικ με σιρόπι από χυμό μανταρίνι, καλύπτει το εξωτερικό του με λευκή κουβερτούρα, την οποία αναμειγνύει με πορτοκαλί χρώμα ζαχαροπλαστικής, και το στολίζει με φέτες μανταρίνι. Το κέικ γίνεται πολύ αφράτο εσωτερικά, ενώ ο συνδυασμός του εσπεριδοειδούς με τη λευκή σοκολάτα απογειώνει τη γεύση.

Την **Κυριακή** ο Άκης προτείνει δύο υγιεινές, γευστικές συνταγές και δίνει ιδέες για το καθημερινό μενού. Για πρώτο πιάτο μαγειρεύει λαζάνια σε μια διαφορετική εκδοχή: αντικαθιστά τον κιμά που υπάρχει στην κλασική συνταγή με μανιτάρια, πετυχαίνοντας την ίδια ακριβώς νοστιμιά, και προσθέτει φέτα. Αφού αποκαλύψει όλα τα μυστικά για το πώς θα αποκτήσουν τα λαζάνια σωστή υφή, δηλαδή να είναι ζουμερά εσωτερικά και τραγανά από πάνω, τα τοποθετεί τα υλικά σε στρώσεις: λαζάνια, μανιτάρια, τριμμένα τυριά και πολλά μυρωδικά, και τα ψήνει μόλις μία ώρα στον φούρνο.

Ακολουθεί το γλυκό: η γευστική lemon pie. Ο Άκης φτιάχνει τη ζύμη της τάρτας και δείχνει όλα τα βήματα και tips για σωστό ψήσιμο, προκειμένου να βγει νόστιμη και τραγανή. Στη συνέχεια γεμίζει τη βάση με γλυκόξινη, βελούδινη κρέμα λεμονιού, την οποία στολίζει με απαλή μαρέγκα.

**«Kitchen Lab»: Εδώ γεννιούνται οι γεύσεις!**