



Πέμπτη 28 Μαρτίου 2019

«Kitchen Lab»

Εδώ γεννιούνται οι γεύσεις!

Το Σάββατο 6 και την Κυριακή 7 Απριλίου, ο Άκης Πετρετζίκης ανοίγει το «Kitchen Lab» στις 16:50 και παρουσιάζει μαγειρικές εμπειρίες:

Το μενού του **Σαββάτου** περιλαμβάνει τρία πιάτα στα οποία δεν μπορεί να αντισταθεί κανείς. Αρχικά, ο Άκης φτιάχνει μακαρονάδα με γαρίδες. Αφού βράσει τα спаγγέτι, μαγειρεύει τις γαρίδες στο τηγάνι και παράλληλα ετοιμάζει μία σάλτσα με τυρί κρέμα και σπανάκι την οποία δένει με ταχίνι. Στο τέλος, σερβίρει τη μακαρονάδα με τριμμένη παρμεζάνα.

Ακολουθεί μία νόστιμη ρωσική σαλάτα με χειροποίητη μαγιονέζα. Ο σεφ ξεκινά να φτιάχνει τη μαγιονέζα και αποκαλύπτει το μυστικό ώστε να μην κόψει η σως και ταυτόχρονα να αποκτήσει βελούδινη υφή. Στη συνέχεια ετοιμάζει την κλασική ρώσικη σαλάτα με αρακά, αγγουράκι τουρσί, αυγά, πατάτες, καρότα και ζαμπόν.

Κι επειδή το Πάσχα πλησιάζει, ο Άκης παρουσιάζει μια συνταγή για νηστίσιμο τσουρέκι. Αφού φτιάξει τη ζύμη, την αρωματίζει με μαστίχα, μαχλέπι και κάρδαμο, και την αφήνει να φουσκώσει. Έπειτα δείχνει τον πιο πρακτικό και εύκολο τρόπο για να την πλάσουμε σωστά σε πλεξούδες, τις οποίες πασπαλίζει με φιλέ αμυγδάλου και τις ψήνει.

Το **Κυριακάτικο** γεύμα ξεκινά με αφράτα τυρόψωμα. Η προετοιμασία τους είναι πολύ εύκολη. Ο Άκης φτιάχνει τη ζύμη, την ανοίγει με τον πλάστη και, αφού προσθέσει τυρί φέτα, την τυλίγει σε ρολό, το οποίο κόβει σε κομμάτια για να πλάσει τα τυρόψωμα. Τα αφήνει να φουσκώσουν κι έπειτα τα ψήνει.

Για δεύτερο πιάτο ετοιμάζει μπάμιες με γαρίδες. Πρώτα ψήνει τις γαρίδες με ούζο. Στη συνέχεια μαγειρεύει τις μπάμιες σε σάλτσα ντομάτας και, στο τέλος, προσθέτει τις γαρίδες και τα μυρωδικά.

Για επιδόρπιο προτείνει μελόπιτα, ένα Πασχαλινό Κυκλαδίτικο γλυκό, το οποίο φτιάχνεται χωρίς φύλλο και αλεύρι. Περιέχει μόνο μέλι, ανθότυρο και αυγά. Αφού αναμείξει όλα τα υλικά, με το χέρι, ο Άκης απλώνει το μείγμα σε ταψί και το ψήνει. Η μελόπιτα σερβίρεται με καρύδια, κανέλα και θυμάρι.