



Δευτέρα 26 Νοεμβρίου 2018

## «Kitchen Lab»

### Εδώ γεννιούνται οι γεύσεις!

Το **Σάββατο 8 Δεκεμβρίου στις 17:00**, ο **Άκης Πετρετζίκης**, στο «**Kitchen Lab**», παρουσιάζει δύο οικονομικές συνταγές, οι οποίες αποτελούν συχνή επιλογή σε γιορτές, εξόδους και οικογενειακά τραπέζια.

Αρχικά, φτιάχνει χοιρινές μπριζόλες κρασάτες και μας δείχνει όλα τα μυστικά για να γίνουν μαλακές και ζουμερές, ενώ εξηγεί ότι το κρασί βγάζει αρώματα που χαρίζουν νοστιμιά και πικάντικη γεύση στο κρέας. Για συνοδευτικό επιλέγει ανάμεικτη σαλάτα λαχανικών και σιτάρι, που είναι άκρως υγιεινό και χορταστικό.

Οι μπαμπάδες με ρούμι, ένα λαχταριστό και εύκολο σιροπιαστό γλυκό, αποτελούν το ιδανικό επιδόρπιο. Για την παρασκευή τους, ο Άκης ακολουθεί την κλασική συνταγή που γνωρίζουμε από τα ζαχαροπλαστεία, βάζει, ωστόσο, και τη δική του πινελιά για σίγουρη επιτυχία: ρούμι, μαρμελάδα βερίκοκο, φιστίκι και σιρόπι. Με απλά βήματα, το καλύτερο κέρασμα για την περίοδο των εορτών είναι έτοιμο!

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