



Πέμπτη 11 Απριλίου 2019

## «Kitchen Lab»

### Εδώ γεννιούνται οι γεύσεις!

**Πλούσια πιάτα, γευστικές προτάσεις, εύκολες συνταγές, έξυπνα tips, έρχονται κάθε εβδομάδα στις οθόνες μας. Για το Σάββατο 20 και την Κυριακή 21 Απριλίου στις 17:00, το «Kitchen Lab» προτείνει:**

Το **Σάββατο του Λαζάρου** ο Άκης Πετρετζίκης δίνει ιδέες για το Πασχαλινό τραπέζι. Το μενού ανοίγει με μια διαφορετική συνταγή, πατάτες ογκρατέν με μαύρη μπίρα. Αρχικά ο σεφ κόβει τις πατάτες σε φέτες, τις μαρινάρει με την μπίρα και στη συνέχεια προσθέτει μπέικον και μανιτάρια. Έπειτα τις απλώνει σε στρώσεις, σε ταψί, ρίχνει τριμμένη γραβιέρα και τις ψήνει στον φούρνο.

Για δεύτερο πιάτο φτιάχνει την πατροπαράδοτη μαγειρίτσα. Αφού δείξει όλη τη διαδικασία για το κόψιμο και το καθάρισμα της συκωταριάς, την βράζει στη χύτρα ταχύτητας όπου προσθέτει μαρούλι, κρεμμύδι, μπόλικο άνηθο και το ρύζι. Στο τέλος, χτυπά αυγολέμονο και περιχύνει τη μαγειρίτσα.

Για επιδόρπιο ο Άκης ακολουθεί το έθιμο και ετοιμάζει παραδοσιακά Πασχαλινά κουλουράκια, σε σχήμα λαγού.

Την **Κυριακή των Βαΐων** το μενού περιλαμβάνει δύο νηστίσιμες συνταγές για την Μεγάλη Εβδομάδα κι ένα γλυκό για το Πασχαλινό τραπέζι. Για πρώτο πιάτο φτιάχνει ένα νηστίσιμο wellington με μανιτάρια πορτομπέλο, αντί για μοσχαρίσιο φιλέτο που περιλαμβάνει η κλασική συνταγή. Ο Άκης ψήνει τα μανιτάρια και τα κάνει πάστα με καρύδια και φασκόμηλο. Τυλίγει το μείγμα σε φύλλο σφολιάτας και το ψήνει στον φούρνο.

Στη συνέχεια μαγειρεύει γεμιστά κολοκυθάκια με τραχανά λαχανικών. Ο σεφ χρησιμοποιεί στρογγυλά κολοκυθάκια από τα οποία κόβει το καπάκι και αφαιρεί τη σάρκα, για να τα γεμίσει με τον τραχανά. Μετά τα καπακώνει, τα περιχύνει με σάλτσα ντομάτας και τα ψήνει.

Για να μας γλυκάνει, ο Άκης ετοιμάζει moelleux με σοκολάτα και καφέ. Αφού χτυπήσει όλα τα υλικά στο μίξερ, μοιράζει το μείγμα σε ατομικά φορμάκια και τα ψήνει στον φούρνο για περίπου 10 λεπτά. Μόλις ετοιμαστούν, τα σερβίρει με σαντιγί.