



# ΠΡΟΤΖΕΚΤ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΔΕ ΚΙΛΚΙΣ

ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ



# Σκοπός του Πρότζεκτ

- ▶ Γεύση από μαγειρική
- ▶ Πειραματισμός με διάφορες συνταγές
- ▶ Πρόσκληση ειδικών (διατροφολόγου, ειδικού υγιεινής και ασφάλειας)
- ▶ Χρήση Νέων τεχνολογιών για την καταχώρηση συνταγών
  - ▶ Google Drive
  - ▶ Ιστολόγιο (Blog)
  - ▶ Επεξεργαστής Κειμένου
  - ▶ Κανάλι Youtube



# Τι είναι ένα ιστολόγιο

- ▶ Το **ιστολόγιο μπλογκ (blog)**, είναι μορφή [ιστοχώρου](#)
- ▶ Είναι λίστα καταχωρίσεων από την πιο πρόσφατη καταχώριση στην παλαιότερη
- ▶ Το περιεχόμενο των καταχωρίσεων μπορεί να είναι οτιδήποτε, όπως ειδήσεις, ειδικά θέματα όπως τεχνολογία, τέχνες, μόδα, αθλητικά και γαστρονομία
- ▶ εύκολα και δωρεάν
- ▶ Blogger (Google)

## ΚΥΡΙΩΣ ΠΙΑΤΟ

- ▶ Βουλγαράκης Χαράλαμπος
- ▶ Μάνης Μπάμπης
- ▶ Σιδηροπουλος Χαράλαμπος
- ▶ Ζώτου Φένια
- ▶ Γκούνιου Ευαγγέλια
- ▶ Καπάταγης Δημήτριος
- ▶ Γρηγοράκη Ελένη
- ▶ Λαζαρίδου Ελένη
- ▶ Παπαδοπούλου Μαρία
- ▶ Τσαρίδης Γιώργος
- ▶ Σεφερίδου Αναστασία

Κάτι  
μαγειρεύεται  
στο ΣΔΕ  
Κιλκίς

# CLUB-SANDWICH 1/3

## CLUB-SANDWICH

- ▶ **ΤΟ ΣΑΝΤΟΥΙΤΣ ΓΕΝΝΗΘΗΚΕ ΣΤΙΣ ΤΣΟΧΕΣ**
- ▶ **Γιατί το σάντουιτς οφείλει την ύπαρξή του στα τυχερά παιχνίδια;**
- ▶ **Το σάντουιτς είναι ένα από τα πιο διάσημα σνακ σε όλο τον κόσμο, ωστόσο λίγοι γνωρίζουν πως οφείλει την ύπαρξή του στα τυχερά παιχνίδια.**
- ▶ **Οι ρίζες του βρίσκονται στον 18<sup>ο</sup> αιώνα και το εμπνεύστηκε ένας Άγγλος κόμης που είχε αδυναμία στα τυχερά παιχνίδια με τράπουλα.**
- ▶ **Η πιο διαδεδομένη ιστορία που κυκλοφορεί είναι πως το εμπνεύστηκε ο 4<sup>ος</sup> κόμης της πόλης του Σάντουιτς, John Montagu, που έζησε από το 1718 ως το 1892.**





## CLUB-SANDWICH 2/3

- ▶ Ο “Σάντουιτς” πέραγε τις περισσότερες ώρες της ημέρας του παίζοντας τυχερά παιχνίδια με ανθρώπους της καλής κοινωνίας.
- ▶ Πολλές φορές έπαιζε 24 ώρες συνεχόμενα και δεν σταμάταγε το παιχνίδι ούτε για να απολαύσει τα πλουσιοπάροχα γεύματα που του ετοίμαζαν οι μάγειρές του.
- ▶ Συνήθως ζητούσε να του φέρουν μόνο μαγειρεμένο κρέας το οποίο απολάμβανε να τρώει με τα χέρια του.
- ▶ Οι αντίπαλοί του δυσανασχετούσαν μιας και κάθε φορά που ο Montagu έτρωγε, τα φύλλα της τράπουλας λαδωνόντουσαν και το αποτέλεσμα ήταν να μην θέλουν να συνεχίσουν το παιχνίδι.



## CLUB-SANDWICH 3/3

- ▶ Ο κόμης Montagu σκέφτηκε έναν διαφορετικό τρόπο να απολαμβάνει το κρέας του και ζήτησε να του φέρουν δύο φέτες ψωμί.
- ▶ Τοποθέτησε το κρέας του ανάμεσα στις δυο φέτες ψωμί και άρχισε να τρώει χωρίς να λερώνεται. Όλοι όσοι ήταν παρόντες ενθουσιάστηκαν.
- ▶ Αμέσως ζήτησαν και εκείνοι να δοκιμάσουν «ένα ίδιο με του Σάντουιτς».
- ▶ Το συγκεκριμένο γεύμα καθιερώθηκε στα τραπέζια του κόμη Σάντουιτς και σύντομα διαδόθηκε στις λέσχες της Αγγλίας και από εκεί σε κάθε χώρο εργασίας αφού έγινε το αγαπημένο γρήγορο γεύμα των εργαζομένων και των ταξιδιωτών.
- ▶ Το... σκεπτικό και το όνομα έμειναν ίδια στο...σάντουιτς και η γεύση εμπλουτίστηκε δημιουργώντας το πιο διάσημο κολατσιό στον πλανήτη.



# Προετοιμασία

- ▶ Στο σύνδεσμο μπορείτε να δείτε ένα βίντεο που ετοιμάσαμε <https://youtu.be/dKubBQLD9YU>

ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ	ΤΙΜΕΣ
ΨΩΜΙ ΤΟΣΤ ( CLUB )	2,80 €
ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ	1,90 €
ΖΑΜΠΙΟΝ	2,40 €
ΜΑΡΟΥΛΙ	1,45 €
ΜΑΓΓΙΟΝΕΖΑ	2,00 €
ΚΑΣΕΡΙ	2,00 €
<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>	<b>12,55 €</b>



# ΤΡΟΥΦΑΚΙΑ



## ΥΛΙΚΑ

2 Πακέτα μπισκότα OREO (300 γρ)

1 Φιλαδέλφεια τυρί

1 Σακουλάκι τρούφας (50 γρ)

# ΤΡΟΥΦΑΚΙΑ



# ΓΕΥΣΕΙΣ ΑΣΙΑΣ – ΣΟΥΠΑ ΡΑΜΕΝ

## ► ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΥΝΤΑΓΗΣ

### Το Ramen του Momofuku

*Ο David Chang είναι ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα πρόσωπα του κόσμου της γεύσης, ειδικά στο ευρύ κοινό. Εκτός από τις πραγματικά cool εκπομπές του, όπως το Ugly Delicious, έχει γράψει το όνομά του στην ιστορία της γαστρονομίας, με πολλά και ενδιαφέροντα projects. Ένα από αυτά είναι ασφαλώς και η αλυσίδα εστιατορίων Momofuku, που δεν είναι υπερβολή να πούμε πως ξεκίνησε την επανάσταση του ramen στον δυτικό κόσμο*





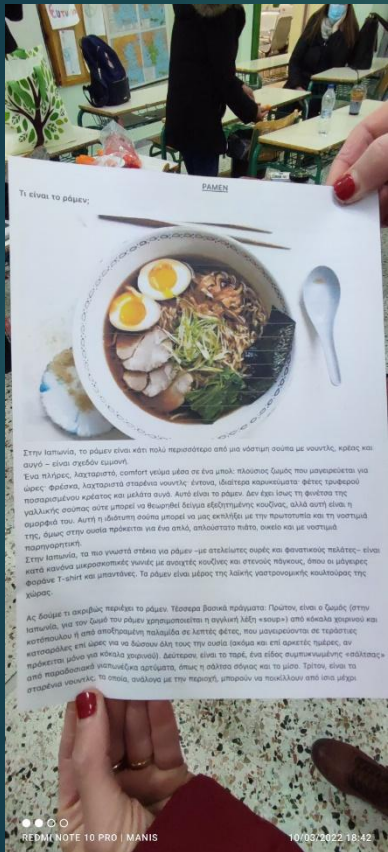
# ΓΕΥΣΕΙΣ ΑΣΙΑΣ – ΣΟΥΠΑ ΡΑΜΕΝ

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ



# ΓΕΥΣΕΙΣ ΑΣΙΑΣ – ΣΟΥΠΑ ΡΑΜΕΝ

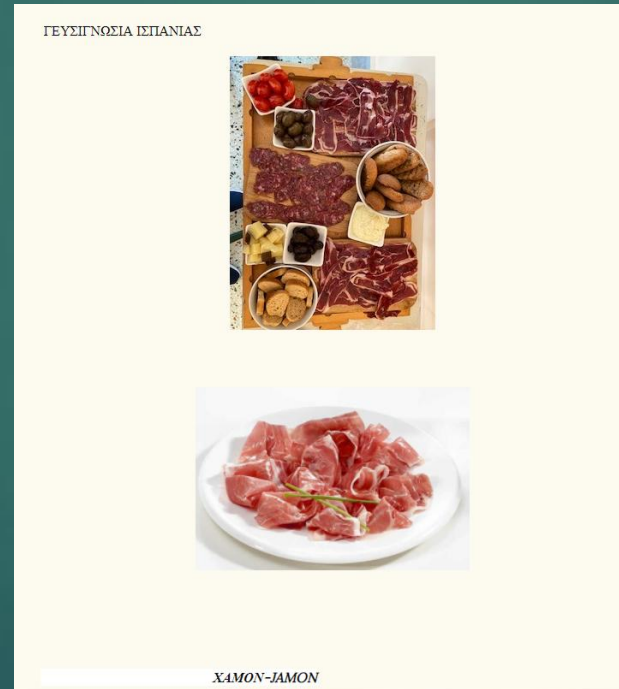
## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ





# ΓΕΥΣΙΓΝΩΣΙΑ: ΙΣΠΑΝΙΑ

Το ζαμπόν ή χοιρομέρι είναι ένα από τα πιο διάσημα προϊόντα της Ισπανίας. Το ζαμπόν Serrano (του βουνού) είναι το πιο κοινό είδος και προέρχεται από λευκούς χοίρους. Ωστόσο, το πιο ακριβό είναι το Ιβηρικό Χαμόν το οποίο προέρχεται από το κρέας μαύρων χοίρων.





# ΠΡΑΣΙΝΗ ΣΑΛΑΤΑ

## ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΔΥΟ ΑΤΟΜΑ

Μαρούλι

Iceberg

Παρμεζάνα

Μεσογειακούς ξηρούς καρπούς

Κρέμα βαλσάμικο

Ελαιόλαδο

Αλάτι



# ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΣΠΑΝΑΚΙ ΚΑΙ ΛΙΑΣΤΗ ΝΤΟΜΑΤΑ

## ΣΑΛΑΤΑ ΓΙΑ ΔΥΟ ΑΤΟΜΑ

50 γρ. κεφαλοτύρι

100 γρ. Baby σπανάκι

100 γρ. iceberg

Δύο κομμάτια λιαστή ντομάτα

20 γρ. γκράνπερις

2 κουταλιές της σούπας κρέμα βαλσάμικο

10 καρύδια

Λίγα φύλλα ρόκα









# Cheesecake

## ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 11 ΑΤΟΜΑ

2 ΠΑΚΕΤΑ ΜΠΙΣΚΟΤΑ DIGESTIVE

1 ΒΙΤΑΜ (250 ΓΡ.)

ΜΙΣΟ ΚΙΛΟ ΤΥΡΙ ΚΡΕΜΑ

ΜΙΣΟ ΚΙΛΟ ΦΥΤΙΚΗ ΚΡΕΜΑ ΓΑΛΑΚΤΟΣ

2 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΣΟΥΠΑΣ ΑΧΝΗ ΖΑΧΑΡΗ

450 ΓΡ. ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΒΥΣΣΙΝΟ Ή ΦΡΑΟΥΛΑ

3 ΚΟΥΤΑΛΙΕΣ ΣΟΥΠΑΣ ΚΟΝΙΑΚ



# Cheesecake





# ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΥΡΙΑ ΜΑΡΙΑ ΚΑΡΒΟΥΝΑΡΗ

- ▶ Διατροφή και υγεία
- ▶ Διατροφή και αδυνάτισμα
- ▶ Διατροφή και μακροζωία
- ▶ Ωφέλημα συστατικά στοιχεία τροφών





# Συμβουλές από την υγειονομικό κυριά Χριστίνα Κωνσταντούδη

- Υγιεινή και ασφάλεια
- Πρόληψη και αντιμετώπιση δηλητηριάσεων
- Θέματα συντήρησης τροφών



# Το τελικό Blog της ομάδας μας

▶ <https://sdekilkis-masterchef.blogspot.com/>



ευχαριστούμε πολύ για την προσοχή σας  
Ομάδα Πρότζεκτ – Κάτι μαγειρεύεται στο  
ΣΔΕ Κιλκίς