

***Μνήμες & Ιστορίες***

**ΤΟ ΞΥΛΙΝΟ ΤΡΑΠΕΖΙ ΤΗΣ ΓΙΑΓΙΑΣ 9€**

*Α ρε γιαγιά... Τι ομόρφα που περνούσαμε όταν μέναμε στο σπίτι σου τα καλοκαίρια όταν ήμασταν παιδιά; Το ζεστό αεράκι έμπαινε απ’ την πόρτα τη νύχτα και όταν μας είχες κουράσει με γέλιο και παιχνίδι, μας χόρταινες με το ψωμί σου, στο ξύλινο τραπέζι.. Εκεί, σε βρίσκω και με βρίσκω.*

ΨΗΜΕΝΗ ΜΠΡΟΥΣΚΕΤΑ. ΜΥΖΗΘΡΑ. ΚΟΝΦΙ ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ. ΠΕΤΙΜΕΖΙ. ΛΑΔΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟΥ & ΣΚΟΡΔΟΥ ΑΠΟ ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ. **(BIOLEA ελαιόλαδο ψυχρής έκθλιψης αλεσμένο σε μυλόπετρες Βιολογικό)**

**ΑΠΛΟΤΗΤΑ 7€**

*Να διαλέγεις το πιο απλό. Η γεύση και οι αισθήσεις σου, ξέρουν να σου πουν. Απλώς, μην το μπερδεύεις με το απλοϊκό. Το πολύπλοκο και το σύνθετο είναι το περιτύλιγμα της ουσίας του απλού. Πολλές φορές, προσπαθούμε να απολάυσουμε αυτά που σαν παιδιά, τα βιώναμε ως απλά και τώρα ίσως μοιάζουν περίπλοκα, ενώ δεν είναι. Γιαυτό, ας φροντίσουμε να αφήνουμε πάντα χώρο, σε στιγμές απλότητας και όχι απλά, σε στιγμές.*

ΨΗΜΕΝΟ ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΟ ΨΩΜΙ. ΣΑΛΤΣΑ ΦΡΕΣΚΙΑΣ NΤΟΜΑΤΑΣ. ΕΛΙΕΣ. ΘΑΛΑΣΣΙΝΟ ΑΛΑΤΙ. ΜΥΡΩΔΙΚΑ & ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ **(BIOLEA ελαιόλαδο ψυχρής έκθλιψης αλεσμένο σε μυλόπετρες Βιολογικό)**

**ΜΙΝΩΙΚΗ ΠΙΤΑ 7.50€**

*Μέχρι στιγμής, δεν έχει βρεθεί κάποιο στοιχείο που να μας επιδεικνύει το πώς ή τι έτρωγαν οι Μινωίτες με σιγουριά, στα αρχαία χρόνια. Τα μόνα ευρήματα, είναι κάποια μαγειρικά σκεύη της εποχής, τα οποία μας ενέπνευσαν να δημιουργήσουμε μία ξεχωριστή συνταγή, προσεγγίζοντας φανταστικά το παρελθον της Κρήτης. Ένα ταξίδι στο χρόνο, με οδηγό τις αισθήσεις. Κι αν τελικά αυτός ο προορισμός δεν υπάρχει στα αλήθεια.. Μπορείς πάντα να απολαύσεις το ταξίδι.*

ΠΙΤΑ ΑΠΟ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΑΛΕΥΡΙ. ΓΕΜΙΣΗ ΑΠΟ ΚΡΗΤΙΚΑ ΤΥΡΙΑ, ΔΥΟΣΜΟ, ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ & ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ. **(PAMAKO BLEND Βιολογικό)**

**Ο ΨΑΡΑΣ ΚΑΙ ΤΑ ΒΡΑΧΙΑ 8€**

*Μέσα στην άγρια θάλασσα ζει ένας ψαράς. Τα μαύρα βράχια απ’ το ηφαίστειο των νησιών, είναι το μαξιλάρι του. Το μισοφέγγαρο είναι το φωτάκι του. Μέσα στον βαθύ ωκεανό που μυρίζει ιώδιο και αλμύρα, ψάχνει... Και πάντα βρίσκει. Ανάμεσα σε φύκια, λέπια και άμμο, κλείνεται μοναχικά στον απολαυστικό του μόχθο. Αν βρεθείς κοντά στο βυθό, ρίξε μια ματιά και ίσως τον δεις να γνέφει. Ψάξε... και μπορεί να βρεις.*

ΦΑΒΑ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗΣ. ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΑ ΚΡΑΚΕΡΣ ΜΕ ΜΕΛΑΝΙ ΣΟΥΠΙΑΣ. ΦΥΚΙ ΤΟΥΡΣΙ. ΜΑΡΙΝΑΡΙΣΜΕΝΗ ΣΑΡΔΕΛΑ. ΜΑΙΝΤΑΝΟΣ. ΘΑΛΑΣΣΙΝΟ ΑΛΑΤΙ. ΑΦΡΟΣ ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΩΝ & ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΜΕ ΝΕΡΑΤΖΙ. **(BIOLEA NERATZIO βιολογικό)**

**Ο ΚΥΚΛΟΣ 10€**

*Υπάρχει μια ιστορία που λέει πως, ένας πιτσιρικάς -*Ο Κώστας*- και η παρέα του ξεκινούσαν με εφόδια την όρεξή τους, ένα μαχαιράκι, λίγο λεμόνι και λίγο αλάτι στην τσέπη τους, πηγαίνοντας προς τις αγκιναριές για να κόψουν και να φάνε. Χωρίς ρολόγια, εναρμονισμένοι με τον κύκλο της ζωής και της εποχής. Το μεγαλύτερο από εμάς, κυκλικό ρολόι. Όταν τρως κάτι ολόφρεσκο απ τον κήπο της ζωής, εναρμονίζεσαι με τη φρέσκια στιγμή του κύκλου, με το τώρα, με εσένα. Ο απόλυτος συγχρονισμός.*

ΑΓΚΙΝΑΡΑ. ΑΒΟΚΑΝΤΟ. ΚΟΛΟΚΥΘΑΚΙ. ΚΟΥΚΙΑ. ΦΥΣΤΙΚΙΑ ΑΙΓΙΝΗΣ, ΛΕΜΟΝΙ. ΦΡΕΣΚΑ ΜΥΡΩΔΙΚΑ & ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟΜΕ ΛΕΜΟΝΙ. **(BIOLEA LEMONIO βιολογικό)**

**Ο ΣΠΟΡΟΣ 10€**

*Εξελισσομαι μέσα από γενιές και γενιές. Πριν από εσένα αλλά και μέσα από εσένα. Υπάρχω. Έχω πέσει από δέντρα, με έχει δώσει ένας πατέρας σε έναν γιο, έχω ταξιδέψει παντού χιλιετίες τώρα, από την αρχαιότητα στο πιάτο σου και απ’ το πιάτο σου στο άπειρο. Άκου… Εγώ είμαι, ο σπόρος μέσα σου, που περιμένει να αναπτυχθεί.*

ΜΟΣΧΟΒΟΛΙΣΤΕΣ ΤΟΜΑΤΕΣ ΑΠΟ ΑΥΘΕΝΤΙΚΟΥΣ ΣΠΟΡΟΥΣ, ΜΕ ΦΡΕΣΚΙΑ ΣΑΛΤΣΑ ΤΟΜΑΤΑΣ, ΜΥΡΩΔΙΚΑ, ΞΥΔΟΕΛΙΕΣ ΚΑΛΑΜΩΝ, ΓΛΥΣΤΡΙΔΑ, ΠΑΞΙΜΑΔΙ ΧΑΡΟΥΠΙΟΥ ΚΑΙ ΚΑΤΣΙΚΙΣΙΑ ΜΥΖΗΘΡΑ ΚΑΙ ΦΡΕΣΚΑ ΦΥΛΛΑΡΑΚΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ

*Αρτίζεται με* ***BIOLEA Έχτρα Παρθένο Ελαιόλαδο***

**ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗ ΝΑΠΟΛΙ ΜΕ ΤΟΝ ΠΑΣΚΟΥΑΛΕ 10€**

*Μάρτιος του 2018. Η πόλη μυρίζει ελαιόλαδο, προζύμι, ντομάτα, βασιλικό & καφέ. Η πρώτη φορά που δοκίμασα αυθεντική πίτσα. Χρόνια μετά, η προσπάθεια μου να προσεγγίσω αυτό που βίωσα τότε, έφτασε κοντά. Αυτή είναι η δική μας εκδοχή.*

**ΠΙΤΣΑ 1**) ΣΠΙΤΙΚΗ ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΑ ΖΥΜΗ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΦΡΕΣΚΙΑΣ ΝΤΟΜΑΤΑ. ΑΠΟ ΠΑΝΩ ΤΥΡΟΜΑΛΑΜΑ ΚΑΙ ΓΡΑΒΙΕΡΑ , ΕΛΙΕΣ , ΣΚΟΡΔO , ΜΥΡΩΔΙΚΑ , ΒΑΣΙΛΙΚΟΣ & ΕΞΤΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ. **(PAMAKO μονοποικιλιακή Τσουνάτη Βιολογικό)**

**ΠΙΤΣΑ2)** ΣΠΙΤΙΚΗ ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΑ ΖΥΜΗ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΓΡΑΒΙΕΡΑΣ ,ΦΡΕΣΚΙΑ ΣΙΚΑ ΚΑΙ ΦΥΛΛΑ ΒΑΣΙΛΙΚΟΥ **(PAMAKO μονοποικιλιακή Τσουνάτη Βιολογικό)**

**ΤΟ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ 11€**

*Απόγευμα καλοκαιριού. Η μάνα μαζεύει ρόκα και μυρωδικά. Η γιαγιά έχει ετοιμάσει τις χυλοπίτες και μας περιμένει ήδη. Μέρα παρά μέρα γυρίζουμε στο σπίτι απ’ το αγρόκτημα, απ’ τον κόσμο μας. Εκεί που όλα θέλουν κόπο και μεράκι για να παραχθούν. Σουρουπώνει ήσυχα. Ετοιμαζόμαστε όλοι μαζί, στην αυλή, για το βραδινό που μόνοι μας φτιάξαμε. Ευγνωμοσύνη...*

ΦΡΕΣΚΙΕΣ ΧΥΛΟΠΙΤΕΣ. ΣΤΑΚΑ. ΠΕΣΤΟ ΡΟΚΑΣ ΜΕ ΦΥΣΤΙΚΙΑ ΑΙΓΙΝΗΣ, ΣΚΟΡΔΟ, ΓΡΑΒΙΕΡΑ &ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ.**(BIOLEA ελαιόλαδο ψυχρής έκθλιψης αλεσμένο σε μυλόπετρες Βιολογικό)**

\*ΕΠΙΛΟΓΗ 2 ΜΕ ΚΡΕΜΑ ΓΡΑΒΙΕΡΑΣ ΚΑΙ ΣΑΛΤΣΑ ΑΠΟ ΦΡΕΣΚΙΑ ΝΤΟΜΑΤΑ

**Η ΑΠΟΘΗΚΗ ΤΟΥ ΧΩΡΙΟΥ ΜΟΥ 11€**

*Βρήκα επιτέλους κάτι που να θυμίζει το καμίνι του χωριού. Τη μυρωδιά που έμπαινε δίπλα απ’την αποθήκη του παππού μου, γεμάτη με βότανα, αλεύρι, αυγά και τσικουδιά. Λίγο πιο πέρα, το ασβεστωμένο εκκλησάκι του χωριού, που κάθε μέρα παίζαμε κρυφτό ως αργά, μέσα στα λουλούδια που το έντυναν. Έλα να πάμε μαζί μια βόλτα...*

ΦΡΈΣΚΑ ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ ΓΕΜΙΣΤΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ. ΓΕΜΙΣΗ ΑΠΟ ΚΑΠΝΙΣΤΟ ΤΟΠΙΚΟ ΧΟΙΡΙΝΟ, ΚΡΗΤΙΚΑ ΤΥΡΙΑ & ΜΥΡΩΔΙΚΑ. ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΛΟΥΛΟΥΔΙΩΝ ΤΟΥ ΧΩΡΙΟΥ ΜΑΣ. ΣΤΑΚΑ. ΛΑΔΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟΥ & ΣΚΟΡΔΟΥ ΑΠΟΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ. **(BIOLEA ελαιόλαδο ψυχρής έκθλιψης αλεσμένο σε μυλόπετρες Βιολογικό)**

**ΤΟ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ II 10€**

*Πρωινό Καλοκαιριού. Μέρα παρά μέρα πάμε στο αγρόκτημα, εκεί είναι ο κόσμος μας. Ο παππούς να σκαλίζει τα αυλάκια, ο πατέρας μου να αρμέγει και εγώ να κυνηγάω τις κότες και να κλέβω τα αυγά τους μέσα απ’ το κοτέτσι. Ύστερα απ’ τη δουλειά και το παιχνίδι, κάτω απ’ το δέντρο ήρθε η ώρα... Το γεύμα.*

ΦΡΕΣΚΑ ΑΥΓΑ. ΣΤΑΚΑ. ΤΡΑΓΑΝΕΣ ΦΛΟΙΔΕΣ ΓΡΑΒΙΕΡΑΣ. ΚΑΒΟΥΡΔΙΣΜΕΝΟ ΑΜΥΓΔΑΛΟ. ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ. ΒΑΣΙΛΙΚΟ & ΛΑΔΙ ΜΑΙΝΤΑΝΟΥ & ΣΚΟΡΔΟΥ ΑΠΟ ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ.

**ΕΠΙΛΟΓΗ 2** ΜΕ ΠΕΣΤΟ ΡΟΚΑΣ ΚΑΙ ΦΥΣΤΙΚΙΑ ΑΙΓΙΝΗΣ

**(BIOLEA ελαιόλαδο ψυχρής έκθλιψης αλεσμένο σε μυλόπετρες Βιολογικό)**

*ΣΕΡΒΙΡΕΤΑΙ ΜΕ ΠΡΟΖΥΜΕΝΙΟ ΨΩΜΙ.*

**ΑΡΝΙ ΣΤΗΝ ΓΑΣΤΡΑ 12€**

*Σταμάτα για λίγο. Κοίταξε γύρω και μέσα σου. Υπάρχει ένας αρχέγονος αργός ρυθμός. Ακολούθησέ τον με υπομονή. Θυμήσου στιγμές σιωπής και δημιουργίας, στιγμές αξίας,*

*που σε επαναφέρουν στο εδώ.*

*Γιατί ό,τι αξίζει χρειάζεται χρόνο κι αν νιώσεις πως δεν έχεις, απλώς, σταμάτα για λίγο..*

ΑΡΓΟΨΗΜΕΝΟ ΑΡΝΙ 5 ΩΡΕΣ ΣΤΗΝ ΓΑΣΤΡΑ ΜΕ ΔΕΝΔΡΟΛΙΒΑΝΟ, ΣΚΟΡΔΟ ΜΑΙΝΤΑΝΟ ΚΑΙ ΦΥΣΤΙΚΙ ΑΙΓΙΝΗΣ

ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΗ ΠΙΤΑ ΜΕ ΤΗΓΑΝHΤΟ ΚΡΕΜΜΥΔΙ. ΤΣΙΜΙΤΣΟΥΡΙ. ΤΖΑΤΖΙΚΙ.

**(BIOLEA Stone Milled &Cold Pressed)**

***Γλυκά***

**ΕΚΡΗΞΗ ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΩΝ 8€**

*Σου έχει τύχει ποτέ να θες να κλέψεις γλυκό μέσα απ’ το βάζο και να φοβάσαι μήπως σε πιάσουν οι δικοί σου; Ξέρω κάποιον που τα κατάφερε χωρίς να του πέσει το βάζο... Και εγώ κατάφερα να κλέψω το μυστικό του. Αν θες, μπορώ να στο πω, αλλά χωρίς λέξεις.*

ΚΡΕΜΑ ΤΥΡΙΟΥ & ΑΣΠΡΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ. ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΕΣΠΕΡΙΔΟΕΙΔΩΝ. ΔΥΟΣΜΟΣ. ΤΡΑΓΑΝΟ ΜΠΙΣΚΟΤΟ ΑΠΟ ΧΑΡΟΥΠΙ, ΣΤΑΚΟΒΟΥΤΥΡΟ &ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΜΕ ΝΕΡΑΤΖΙ. **(BIOLEA NERATZIO βιολογικό)**

**ΘΥΣΙΑ ΣΤΟΥΣ ΘΕΟΥΣ – ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ 5.50€**

*Από παλιά, ως άνθρωποι νιώθαμε την ανάγκη να προσφέρουμε το φαγητό μας κάπου. Στους θεούς, στη Γη ή και στους νεκρούς μας, ως ένδειξη σεβασμού και δέους προς το άγνωστο. Ακόμα και σήμερα, κάνουμε αυτή τη θυσία. Σαν να στρώνουμε έναν αόρατο δρόμο από κόκκους τροφής (ή αλλιώς κόλλυβα), από κάτι υλικό, σε κάτι άπιαστο.. Η θυσία αυτή, με όποιον τρόπο και να γίνεται, παραμένει αναπόσπαστο κομμάτι της ισορροπίας της ζωής και της αναγέννησης.*

ΣΙΤΑΡΙ. ΚΑΒΟΥΡΔΙΣΜΕΝΟΙ ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ. ΣΤΑΦΙΔΑ. ΣΙΡΟΠΙ ΣΤΑΦΥΛΙΟΥ. ΠΕΤΙΜΕΖΙ ΣΥΚΟΥ. ΜΠΑΧΑΡΙΚΑ. ΜΑΙΝΤΑΝΟΣ & ΛΑΔΙ ΔΥΟΣΜΟΥ-ΜΕΝΤΑΣ ΑΠΟ ΠΑΡΘΕΝΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΜΕ ΛΕΜΟΝΙ. **(BIOLEA LEMONIO Βιολογικό)**