



Α.Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**« Γαλλική Κουζίνα – Μελέτη Περίπτωσης
Γαλλικού Εστιατορίου»**

ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ:

ΠΑΤΡΟΥΛΑ ΓΚΑΝΑ

ΕΡΙΕΤΗ ΦΡΑΓΚΟΠΟΥΛΟΥ

ΕΠΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ:

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ



ΠΑΤΡΑ, ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2013



Α.Τ.Ε.Ι. ΠΑΤΡΑΣ
Σ.Δ.Ο.
ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

« Γαλλική Κουζίνα – Μελέτη Περίπτωσης Γαλλικού Εστιατορίου»

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

ΓΚΑΝΑ ΠΑΤΡΟΥΛΑ
ΦΡΑΓΚΟΠΟΥΛΟΥ ΕΡΙΕΤΗ

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΥ
ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ

Πτυχιακή εργασία για τη λήψη πτυχίου στο τμήμα Τουριστικών Επαγγελμάτων
από τη σχολή Διοίκησης και Οικονομίας του Ανώτατου Τεχνολογικού
Ιδρύματος(Α.Τ.Ε.Ι.) Πατρών

Πάτρα , Νοέμβριος 2013

Περίληψη

Η παρούσα πτυχιακή εργασία στο πρώτο μέρος διαπραγματεύεται την ανάδειξη της ιστορίας και της εξέλιξης της γαλλικής κουζίνας τόσο σε εθνικό όσο και σε τοπικό επίπεδο. Στο δεύτερο μέρος γίνεται μελέτη και αξιολόγηση των υπηρεσιών και του προϊόντος του γαλλικού εστιατορίου Σπονδή.

Η γαλλική κουζίνα είναι ένα ύφος του μαγειρέματος που προέρχεται από το έθνος της Γαλλίας. Εξελίχθηκε από τους αιώνες της κοινωνικής και πολιτικής αλλαγής. Ο Μεσαίωνας έφερε τα γενναιόδωρα συμπόσια στον αριστοκρατικό με τα περίκομψα, βαριά καρυκευμένα τρόφιμα που προετοιμαζόντουσαν από τους αρχιμάγειρες όπως ο *Guillaume Tirel*.

Η γαλλική κουζίνα κωδικοποιήθηκε στο 20^ο αιώνα από τον *Georges Auguste Escoffier* για να γίνει η σύγχρονη έκδοση της κουζίνας «*haute*». Η σημαντική εργασία του *Escoffier*, εντούτοις, άφησε έξω ένα μεγάλο μέρος του περιφερειακού χαρακτήρα που βρισκόταν στις επαρχίες της Γαλλίας. Ο γαστρονομικό τουρισμός και ο οδηγός *Michelin* βοήθησαν να φέρουν τους ανθρώπους στην επαρχία κατά τη διάρκεια του 20^{ου} αιώνα, να επιλέξουν αυτήν την πλούσια κουζίνα των αγροτών της Γαλλίας. Η βασική κουζίνα είναι επίσης μια μεγάλη επιρροή στην κουζίνα της νοτιοανατολικής Γαλλίας. (Escoffier, Georges Auguste, 2002)

Τα συστατικά και τα πιάτα ποικίλλουν από την περιοχή σε περιοχή. Υπάρχουν πολλά σημαντικά περιφερειακά πιάτα που έχουν γίνει και εθνικά και περιφερειακά. Πολλά πιάτα που ήταν δημοφιλή στην περιφέρεια, πολλαπλασιάστηκαν σε διαφορετικές παραλλαγές τους σε ολόκληρη τη χώρα ακόμα και σήμερα. Το τυρί και το κρασί αποτελούν το μεγαλύτερο μέρος της Γαλλικής κουζίνας, που παίζουν διαφορετικούς ρόλους και στα περιφερειακά και στα εθνικά πιάτα με τις πάρα πολλά παραλλαγές και ισχύει το «*Appellation d'origine contrôlée*» (AOC) δηλαδή η ονομασία τους προστατεύεται από νόμους της Γαλλίας. (BBC Food - *Regional French Cookery*.)

Στο μέρος Β' γίνεται μελέτη του εστιατορίου Σπονδή. Η Σπονδή συνδυάζει ιδανικά την κλασική με την μοντέρνα Γαλλική κουζίνα και εδρεύει στο κέντρο της Αθήνας, υπό την διεύθυνση του Απόστολου Τραστέλη. Σκοπός της μελέτης είναι συλλογή πληροφοριών τόσο σε λειτουργικό όσο και σε διοικητικό επίπεδο που θα βοηθήσουν στην κατανόηση των πτυχών που συμβάλουν στην επιτυχία του.

Βασικός στόχος της εργασίας είναι η αξιολόγηση των υπηρεσιών που παρέχει το εστιατόριο. Η έρευνα έγινε με τη βοήθεια ερωτηματολογίων που μοιράστηκαν σε τυχαίους πελάτες του εστιατορίου. Παρά τις αρχικές επιφυλάξεις ενός μικρού ποσοστού πελατών που μόλις είχαν δειπνήσει η έρευνα κύλησε ομαλά και οι πελάτες ανταποκρίθηκαν με προθυμία.

Το αποτέλεσμα της έρευνας ήταν θετικό. Η γενική αξιολόγηση του εστιατορίου ήταν πολύ καλή. Η Ελλάδα έχει ανάγκη από εστιατόρια που παρέχουν υψηλού επιπέδου υπηρεσίες και πιάτα που κυριολεκτικά απογειώνουν και εμπεριέχουν μοναδική έμπνευση, γνώση, δημιουργικότητα.

Summary

The first part of this thesis deals with the emergence of the history and the evolution of the French cuisine, examining it both at a national and local level. The second part, contains a study and evaluation of the services and the product of the French restaurant 'Spondi'

The French cuisine is a style of cooking that comes from the nation of France. It has evolved through the centuries of social and political change. The Middle Ages brought some lavish banquets to the aristocrats, with the ornate, heavily seasoned foods prepared by chefs such as Guillaume Tirel.

The French cuisine was codified in the 20th century by Georges Auguste Escoffier to become the contemporary version of the cuisine 'haute'. Escoffier's important work, however, left out a big part of the regional character located in the provinces of France. The gastronomic tourism and Michelin guide helped bring people to the province during the 20th century and they chose this rich cuisine of the farmers of France. The Basque cuisine exerts a big influence on the cuisine of southeastern France.

The ingredients and dishes vary from region to region. There are a lot of significant regional dishes that have become both national and local/regional. A lot of dishes that were popular proliferated in different variations across the country, even today. Cheese and wine constitute the biggest part of the French cuisine, playing different roles in the regional and national dishes with a lot of variations. What applies for them is the 'Appellation d'origine contrôlée' which means that their name is protected by the laws of France. (BBC Food Regional French Cookery).

In Part 2 there is a study of the restaurant 'Spondi'. 'Spondi' is an ideal combination of the traditional and modern French cuisine and is located in the centre of Athens under the direction of Apostle Trastelis. The aim of this study is to collect information both on an operational and administrative level which will help to understand the aspects that will contribute to its success.

The main objective of the study is the evaluation of the services that the restaurant provides. The survey was conducted using questionnaires distributed to random diners. Despite the initial reservations of a small percentage of customers who had just dined, the research went smoothly and the customers responded eagerly.

The survey results were positive. The overall assessment of the restaurant was very good. Greece is in need of restaurants which provide high quality services and dishes which contain unique inspiration, knowledge and creativity.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Εισαγωγή. Γαλλική Κουζίνα.....	1
Κεφάλαιο 1. Εθνική κουζίνα.....	2
1.1 Ιστορία– Μεσαίονας.....	3
1.1.1 17 ^{ος} αιώνας και μέσα 18 ^{ου} αιώνας.....	6
1.1.2 Τέλη 18 ^{ου} αιώνα και 19 ^{ος} αιώνας.....	8
1.1.3 Τέλος 19 ^{ου} αιώνα – αρχές 20 ^{ου} αιώνα.....	8
1.1.4 Μέσα και τέλος 20 ^{ου} αιώνα.....	10
1.2 Κοινά πιάτα σε εθνικό επίπεδο.....	11
1.2.1 Ψωμί.....	12
1.2.2 Κοινά πιάτα.....	12
1.2.3 Κοινά γλυκά και επιδόρπια.....	15
1.2.4 Κοινά κονσερβοποιημένα ή τυποποιημένα... πιάτα.	17
Κεφάλαιο 2. Περιφερειακή κουζίνα.....	20
2.1 Paris, Ile-de-France.....	21
2.2 Champagne, Lorraine, Alsace.....	21
2.2.1 Πιάτα μοναδικά από: Lorraine.....	21
2.2.2 Πιάτα μοναδικά από: Alsace.....	23
2.3 Nord Pas de Calais, Picardy, Normandy, Brittany.....	24
2.3.1 Πιάτα μοναδικά από: Nord Pas de Calais,.. Picardy.	25
2.3.2 Πιάτα μοναδικά από: Normandy.....	26
2.3.3 Πιάτα μοναδικά από: Brittany.....	26
2.4 The Loire Valley, Central France.....	28
2.4.1 Πιάτα μοναδικά από: Loire Valley/Central... France.	28
2.5 Burgundy, Franche Comté.....	29
2.5.1 Πιάτα μοναδικά από: Burgundy.....	29

2.6	Lyon, Rhône, Alpes.....	30
2.6.1	Πιάτα μοναδικά από: Rhône, Alpes.....	30
2.7	Poitou, Charentes, Limousin.....	33
2.8	Bordeaux, Perigord, Gascony, Basque Country.....	33
2.9	Toulouse, Quercy, Aveyron.....	34
2.9.1	Πιάτα μοναδικά από: Aveyron.....	34
2.9.2	Πιάτα μοναδικά από: Toulouse.....	36
2.10	Roussillon, Languedoc, Cévennes.....	36
2.10.1	Πιάτα μοναδικά από: Languedoc.....	36
2.11	Provence, Côte d'Azur.....	38
2.11.1	Πιάτα μοναδικά από: Provence, Côte d'Azur.....	38
2.12	Corsica.....	41
	Κεφάλαιο 3. Συστατικά της γαλλικής κουζίνας.....	41
	Κεφάλαιο 4. Τα γεύματα στη Γαλλία.....	44
4.1	Πρωινό.....	44
4.2	Μεσημεριανό γεύμα.....	45
4.3	Δείπνο.....	45
4.4	Ποτά.....	46
	Κεφάλαιο 5. Γαλλική εστιατορική τέχνη του σήμερα.....	46
5.1	Σύντομη ιστορική αναδρομή του εστιατορίου.....	46
5.2	Εστιατορικές επιχειρήσεις στην Γαλλία.....	47
5.3	Το προσωπικό του γαλλικού εστιατορίου.....	49
5.3.1	Προσωπικό Κουζίνας.....	49
5.3.2	Προσωπικό τραπεζαρίας.....	52

Μέρος Β΄

Κεφάλαιο 6. Μελέτη Περίπτωσης Του εστιατορίου Σπονδή.....	57
6.1 Πρόλογος.....	57
6.2 Σκοπός Μελέτης.....	57
6.3 Στόχος.....	58
6.4 Ιστορικό.....	58
6.5 Υπεύθυνος Εστιατορίου.....	59
6.6 Χαρακτήρας Εστιατορίου.....	60
6.7 Στρατηγική – Μάρκεντιγκ.....	61
6.7.1 Τα πιάτα.....	62
6.7.2 Η κουζίνα.....	62
6.7.3 Ατμόσφαιρα.....	63
6.7.4 Service – Εξυπηρέτηση.....	63
6.7.5 Σομελιέ / wine-list.....	64
6.7.6 Προμηθευτές.....	66
6.7.7 Σχέση ποιότητας τιμής.....	66
6.8 Ιεραρχία εστιατορίου.....	67
6.9 Βραβεία Σπονδής.....	68
6.10 Προβλήματα.....	68
6.11 Ανταγωνισμός.....	69
Κεφάλαιο 7. Αξιολόγηση των παρεχόμενων υπηρεσιών του εστιατορίου	
7.1 Περίληψη.....	72
7.2 Εισαγωγή - Ερωτηματολόγιο.....	72
7.3 Συμπεράσματα.....	101
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	104
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ.....	107
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....	108

Εισαγωγή.

Η Ιταλία απεκλήθη η μητέρα των κουζινών της Δύσης και η μεγαλύτερή της ίσως συμβολή ήταν η επίδραση της πάνω στη Γαλλία. Το αποφασιστικό γεγονός ήταν η άφιξη της *Αικατερίνης των Μεδίκων* στη Γαλλία το 16^ο αιώνα. Η τρισέγγονη του *Λορέντζο του Μεγαλοπρεπούς*, Αικατερίνη παντρεύτηκε τον νέο, που έμελλε να γίνει αργότερα ο *Ερρίκος ο Β΄* της Γαλλίας. Έφερε μαζί της μια ολόκληρη ακολουθία από Φλορεντίνους μαγείρους, όλοι τους της εξευγενισμένης σχολής της αναγεννησιακής μαγειρικής – ικανοί να φτιάχνουν κομψά πιάτα, όπως πηκτές, γλυκάδια, καρδιές αγκινάρας, τρούφες, κρεπινέτες συκωτιού, κεφτέδες πουλερικού, μακαρόν (αμυγδαλωτά), παγωτά και σαμπαγιόν. Η *Αικατερίνη* εισήγαγε καινούργια κομψότητα και εξευγενισμό στο γαλλικό τραπέζι. Αν και κατά τη βασιλεία του *Καρόλου του Μεγάλου*, οι κυρίες γίνονταν δεκτές μόνο σε ειδικές περιπτώσεις, την εποχή της Αικατερίνης αυτό έγινε ο κανόνας και όχι η εξαίρεση. Τα τραπέζια στολιζόντουσαν με αργυρά αντικείμενα φτιαγμένα από τον *Μπενβενούτο Τσελλίνι*. Οι συνδαιτημόνες έπιναν κρασί από ακριβό βενετσιάνικο κρύσταλλο και έτρωγαν από όμορφα εμαγιέ πιάτα. Ένας παρατηρητής της εποχής αναφέρει ότι:

«*Η αυλή της Αικατερίνης των Μεδίκων ήταν ένας αληθινό επίγειος παράδεισος και μια σχολή για τους ιππότες και τον ανθό της Γαλλίας.*

Εκεί οι κυρίες έλαμπαν όπως τ' άστρα στον ουρανό σε μια ζάστερη νύχτα.»

Η εξαδέλφη της Αικατερίνης, *Μαρία των Μεδίκων*, που παντρεύτηκε τον *Ερρίκο τον Δ΄* της Γαλλίας, επίσης προώθησε τις γαστρονομικές τέχνες. Στην εποχή της εμφανίστηκε ένα καινούργιο βιβλίο μαγειρικής με τίτλο *Le Cuisinier françois* (Ο Γάλλος μάγειρας, 1652), γραμμένο από τον *La Varenne*, ένα έξοχο σεφ, για τον οποίο πιστεύεται ότι έμαθε μαγειρική στις κουζίνες της *Μαρίας των Μεδίκων*. Το βιβλίο του *La Varenne* ήταν το πρώτο που έδινε συνταγές κατ' αλφαβητική σειρά και περιείχε τις πρώτες οδηγίες χορτοφαγικής μαγειρικής. Ήδη δεν χρησιμοποιούνταν πλέον μπαχαρικά για να μεταμφιέσουν τη γεύση του φαγητού. Οι τρούφες και τα μανιτάρια έδιναν λεπτούς τόνους, ενώ τα ψητά σερβίρονταν μέσα στο χυμό τους για να διατηρούν τη γεύση τους. Το βασικό σημείο της γαλλικής γαστρονομίας καθιερώθηκε: ο σκοπός της μαγειρικής και της χρήσης καρυκευμάτων και μπαχαρικών ήταν να αναδείξει μάλλον παρά να καλύψει τις φυσικές γεύσεις των τροφών. Προς την κατεύθυνση της σπουδαίας αυτής αρχής, ο *La Varenne* μαγείρευε το ψάρι σε ένα *fumet*, δηλαδή ζωμό καμωμένο με τα μαγειρεμένα κατάλοιπα του ψαριού (κεφάλι, ουρά και κόκαλα). Οι βαριές σάλτσες

που χρησιμοποιούσαν ψωμί για να γίνουν παχύρρευστες καταργήθηκαν για χάρη του *roux*, που γίνεται από αλεύρι και βούτυρο ή άλλο ζωικό λίπος.

Το βιβλίο του *La Varenne* απετέλεσε γαστρονομικό ορόσημο, θα περνούσε όμως πολύς καιρός πριν η γαλλική κουζίνα φτάσει στη σύγχρονη μορφή της. Στην προεπαναστατική Γαλλία ο εξωφρενισμός και η επίδειξη ήταν το χαρακτηριστικό γνώρισμα της γαστρονομίας. Ίσως ο εξωφρενικότερος Γάλλος της εποχής ήταν ο βασιλιάς *Λουδοβίκος ΙΔ΄*, ο οποίος, με τα μέλη και τους φιλοξενούμενους της αυλής του, παρέθετε πλούσια συμπόσια απaráμιλλης λαμπρότητας στο ανάκτορό του στις *Βερσαλλίες*.

Κεφάλαιο 1. Εθνική κουζίνα.

Η γαλλική κουζίνα έχει εξελιχθεί εκτενώς κατά τη διάρκεια των αιώνων. Ξεκινώντας από τον Μεσαίωνα, μια μοναδική και δημιουργική εθνική κουζίνα άρχισε να διαμορφώνεται. Τα διάφορα κοινωνικά και πολιτικά δρώμενα της Γαλλίας καθώς και η εργασία των μεγάλων αρχιμαγείρων ενώθηκαν και δημιούργησαν αυτό το «κίνημα». Κατά την διάρκεια των ετών, στο στυλ της γαλλικής κουζίνας έχουν δοθεί διαφορετικά ονόματα που έχουν κωδικοποιηθεί από τους διάφορους κορυφαίους αρχιμάγειρες της κάθε εποχής. Κατά τη διάρκεια της διάρκειας ζωής τους αλλά ακόμα και σήμερα αυτοί οι αρχιμάγειρες κατείχαν υψηλό σεβασμό για τις συνεισφορές τους στον πολιτισμό της χώρας. Η εθνική κουζίνα αναπτύχθηκε πρώτιστα στην πόλη του Παρισιού με τους αρχιμάγειρες να εργάζονται αρχικά για την υψηλή κοινωνία, αλλά τελικά διέδωκε σε όλη τη χώρα και απλώθηκε ακόμη και στο εξωτερικό.

1.1 Ιστορία– Μεσαίωνας.

Στη γαλλική μεσαιωνική κουζίνα, τα συμπόσια ήταν κοινά μεταξύ της αριστοκρατίας. Πολλαπλά γεύματα προετοιμαζόντουσαν μαζί και σερβιριζόντουσαν με ένα διαφορετικό στυλ που ονομαζόταν «*service en confusion*», δηλαδή όλα ταυτόχρονα. Τα τρόφιμα με το χέρι, κρέατα που



Ο John, δούκας του Berry που απολαμβάνει ένα μεγάλο γεύμα. Ο δούκας κάθεται με έναν καρδινάλιο στο ψηλότερα τοποθετημένο τραπέζι, κάτω από ένα πολυτελές baldachin, μπροστά από το τζάκι, περιτριγυρισμένος από διάφορους υπάλληλους συμπεριλαμβανομένου και ενός τροχιστή. Στον πίνακα αριστερά του δούκα είναι ένα χρυσό αλατισμένο κελάρι, ή *pef*, με μορφή ενός σκάφους. Απεικόνιση από τον *Très Riches Heures du Duc de Berry*, περίπου το 1410.

γενικά τρωγόντουσαν τεμαχίζονται από τα

μεγάλα κομμάτια κρατιόντουσαν μεταξύ του αντίχειρα και των δύο δάχτυλων. Οι σάλτσες εκείνης της εποχής ήταν ιδιαίτερα καρυκευμένες και παχιές, και χρησιμοποιούσαν βαριές αρωματικές μουστάρδες. (Mennel, Stephan, 1996.)

Οι πίτες ήταν επίσης ένα κοινό στοιχείο συμποσίου, με την κρούστα που χρησιμεύει πρώτιστα ως «δοχείο», παρά ως τροφή από μόνη της και ήταν λίγο πριν από το τέλος του Μεσαίωνα όταν οι πίτες αυτές αναπτύχθηκαν. Τα γεύματα τελείωσαν συχνά με ένα «*issue de table*», που εξελίχθηκε αργότερα στο σύγχρονο επιδόρπιο, που τυπικά στον Μεσαίωνα σημαίνουν τα καρυκευμένα κομμάτια της ζάχαρης ή του μελιού, παλαιωμένο τυρί και καρυκευμένο κρασί, όπως τα *hyprocras*.

Τα συστατικά εκείνης της εποχής ποίκιλαν πολύ σύμφωνα με τις εποχές και το εκκλησιαστικό ημερολόγιο και πολλά από αυτά για να διατηρηθούν χρησιμοποιούσαν το αλάτι, τα καρυκεύματα, το μέλι, και άλλα συντηρητικά. Την άνοιξη, το καλοκαίρι, και το φθινόπωρο υπήρχε αφθονία, ενώ τα χειμερινά γεύματα ήταν αραιότερα. Τα ζώα σφαγιόντουσαν στην αρχή του χειμώνα. Το βοδινό κρέας ήταν συχνά αλατισμένο, ενώ το χοιρινό κρέας αλατισμένο και καπνιστό. Για να καπνίσουν το μπέικον και τα λουκάνικα χρησιμοποιούσαν την καπνοδόχο, ενώ τη γλώσσα και το ζαμπόν τα διατηρούσαν σε άλμη. Τα αγγούρια διατηρούνται σε άλμη επίσης, ενώ τα πράσινα λαχανικά συσκευαζόντουσαν σε βάζα με αλάτι. Τα φρούτα, τα καρύδια και οι ρίζες λαχανικών βράζονταν στο μέλι για τη συντήρησή τους. Η φάλαινα και το δελφίνι

θεωρήθηκαν ψάρια, έτσι κατά τη διάρκεια «*LENT*» τα αλατισμένα μέρη αυτών των θηλαστικών της θάλασσας τρωγόντουσαν. (Foder's., 2006).

Στις τεχνητές λίμνες γλυκού νερού (συχνά αποκαλούμενες στέρνες) υπήρχαν κυπρίνοι, λούτσοι, χέλια και άλλα ψάρια. Τα πουλερικά ήταν σε ειδικούς στάβλους, και το περιστέρι σε ειδικά διαμορφωμένους χώρους που προοριζόταν μόνο για την ελίτ τάξη της εποχής. Τα θηράματα του κυνηγιού ήταν ιδιαίτερης εκτίμησης, αλλά σχετικά σπάνια και περιέλαβε ελάφια, αγριογούρουνα, λαγούς, κουνέλια και πουλιά. Και φυσικά οι κήποι των κουζινών εκείνης της εποχής παρείχαν βασικά χορτάρια και βότανα τα οποία είναι άγνωστα ή και χρησιμοποιούνται σπάνια σήμερα. Τα καρυκεύματα ήταν πολύτιμα τότε γιατί ήταν βασικό συστατικό για την παρασκευή διαφόρων πιάτων μερικά όπως το πιπέρι, η κανέλα, τα γαρίφαλα, το μοσχοκάρυδο. Οι γλυκός – ξινές γεύσεις προστέθηκαν στα πιάτα με την χρήση ξιδιού που συνδυάστηκε με τη ζάχαρη ή το μέλι. Μια πολύ κοινή μορφή προετοιμασίας πιάτων, ήταν μετά το μαγείρεμα, να ανακατευτούν και να αλεστούν όλα τα υλικά μαζί και να πλαστούν τα μίγματα σε πολύ λεπτά «φύλλα», κάτι που θεωρήθηκε ιδιαίτερα ευεργετικό στη δυνατότητα να διατηρούνται οι θρεπτικές ουσίες των τροφίμων. (Hewitt, Nicholas, 2003)

Η οπτική επίδειξη ήταν ιδιαίτερα εκτιμημένη. Τα λαμπρά χρώματα επιτεύχθηκαν από την προσθήκη, παραδείγματος χάριν, του χυμού από το σπανάκι και από το πράσινο μέρος των πράσων. Το κίτρινο χρώμα προήλθε από το σαφρανού ή κρόκο των αυγών, ενώ το κόκκινο χρώμα προήλθε από τον ηλίανθο, και το πορφυρό χρώμα από το φυτό «*Tinctoria Crozophora*» ή το ευρωπαϊκό ηλιοτρόπιο. Χρυσά και ασημένια φύλλα τοποθετήθηκαν στις επιφάνειες των τροφίμων και τα βούρτσιζαν με το λευκό των αυγών. Έτσι διαμορφώθηκαν πιο ελκυστικά πιάτα, όπως το «*tourte parmerienne*» που ήταν ένα πιάτο ζύμης που έμοιασε με ένα κάστρο με τους πυργίσκους του από κοτόπουλο που αργότερα «ντύθηκαν» με χρυσό. Ένα από τα καλύτερα και πιο περίτεχνα πιάτα της εποχής ήταν ψητός κύκνος ή παγώνι που μετά το ψήσιμο έραβαν το δέρμα του πάνω στο πουλί μαζί με τα φτερά και τα πόδια και το ράμφος του να επιχρυσώνονται. Και τα δύο αυτά πουλιά είναι σκληρά, στιπνά και μάλλον δυσάρεστης γεύσης, το δέρμα και τα φτερά μερικές φορές τα κρατούσαν και τα γέμιζαν με τη μαγειρευμένη, κομματιασμένη και καρυκευμένη σάρκα πιο νόστιμων πουλιών, όπως χήνα ή κοτόπουλο. (Wheaton, Barbara Ketcham, 1996.)

Ο διασημότερος γάλλος αρχιμάγειρας του Μεσαίωνα ήταν ο *Guillaume Tirel*, επίσης γνωστός ως *Taillevent*. Ο *Taillevent* που εργάστηκε σε πολυάριθμες βασιλικές κουζίνες κατά τη διάρκεια του 14^{ου} αιώνα ξεκίνησε στην κατώτερη βαθμίδα εργάτη κουζίνας, το 1326. Ήταν αρχιμάγειρας στον *Philip VI*, κατόπιν στον *Dauphin* που ήταν γιος του *John II*. Ο *Dauphin* έγινε βασιλιάς Κάρλος V της Γαλλίας το 1364, με τον *Taillevent* ως κύριο μάγειράς του. Η σταδιοδρομία του που εκτάθηκε εξήντα έξι χρόνια και αντί για ταφόπετρα, στον τάφο του τοποθετήθηκε ένα ολόσωμο άγαλμα με τον *Taillevent* να κρατά μια ασπίδα στο ένα χέρι και στο άλλο δύο μαγειρικά δοχεία και μια χύτρα.



Η ονομαζόμενη Ελληνική Αγορά.

Κατά τη διάρκεια του τότε καθεστώτος, το Παρίσι ήταν η κεντρική πλήμνη του πολιτισμού και σχεδόν κάθε οικονομικής δραστηριότητας, και οι πολύ καλά καταρτισμένοι μαγειρικοί και τεχνίτες βρισκότουσαν εκεί. Οι αγορές στο Παρίσι όπως *Les Halles*, *La Mégisserie*, εκείνοι που ήταν κατά μήκος της οδού *Mouffetard*, και παρόμοιες μικρότερες αγορές υπήρχαν σε άλλες πόλεις και ήταν εξίσου σημαντικές στη διανομή των τροφίμων. Εκείνοι που έδωσαν στα γαλλικά προϊόντα τη χαρακτηριστική ταυτότητα τους καθοδηγήθηκαν από το «σύστημα συντεχνιών», το οποίο αναπτύχθηκε στο Μεσαίωνα. (Wheaton, Barbara Ketcham, 1996.) Στο Παρίσι, ο κανονισμός λειτουργίας των συντεχνιών ρυθμιζόνταν από την δημοτική αρχή κάθε πόλης καθώς επίσης και από τους γάλλους βασιλείς. Μια από τις συντεχνία περιόρισε σε έναν κλάδο, αυτού της μαγειρικής για να λειτουργήσει μόνο μέσα σε αυτόν τον τομέα. Υπήρξαν δύο βασικές ομάδες συντεχνιών – πρώτα, εκείνοι που παρείχαν τις ωμές πρώτες ύλες όπως: χασάπηδες, ψαράδες, έμποροι σιταριού, και κηπουροί. Η δεύτερη ομάδα ήταν εκείνοι που παρείχαν τις έτοιμες τροφές: αρτοποιοί, ζαχαροπλάστες, κατασκευαστές σαλτσών, κατασκευαστές σούπας, έμποροι πουλερικών και προμηθευτές διάφορων έτοιμων πιάτων και επίσης υπήρχαν συντεχνίες που προσέφεραν και τις πρώτες ύλες και προετοίμασαν τα τρόφιμα, όπως οι προμηθευτές τροφίμων ψημένων πιάτων κρέατος.

Παρείχαν μαγειρευμένες πίτες κρέατος και τα διάφορα πιάτα κρέατος καθώς επίσης και το ακατέργαστο κρέας και τα πουλερικά. Αυτό προκάλεσε ζημιά στους χασάπηδες και στους εμπόρους πουλερικών, οι οποίοι μέχρι τότε πωλούσαν τις ίδιες πρώτες ύλες. (Mennel, Stephan, 1996.)

Οι συντεχνίες χρησίμευαν επίσης ως ένας χώρος κατάρτισης για εκείνους μέσα στη τότε μαγειρική βιομηχανία, οι βαθμοί «βοηθός μάγειρα», «ολοκληρωμένου μάγειρα» και «κύριου αρχιμάγειρα» πρωτοεμφανίστηκαν μέσα στις συντεχνίες αυτές. Εκείνοι που έφθασαν στο επίπεδο «κύριου αρχιμάγειρα» κατείχαν υψηλή θέση στη μεμονωμένη βιομηχανία και απολάμβαναν υψηλό εισόδημα καθώς επίσης οικονομική και εργασιακή ασφάλεια. Κατά περιόδους, εκείνοι που εργάστηκαν στις βασιλικές κουζίνες βρέθηκαν κάτω από την ιεραρχία των συντεχνιών, αλλά ήταν απαραίτητο έτσι ώστε όταν θα έφευγαν από την υπηρεσία των βασιλικών κουζινών να μπορούσαν να βρουν μια κατάλληλη θέση σε κάποια άλλη κουζίνα, βασισμένη στις δεξιότητές τους. Αυτό δεν ήταν ασυνήθιστο ως κανονισμός των συντεχνιών των μαγείρων του Παρισιού οι οποίες επέτρεπαν αυτήν την κίνηση.

Κατά τη διάρκεια του 15^{ου} και 16^{ου} αιώνα, η γαλλική κουζίνα αφομοίωσε πολλά νέα στοιχεία τροφίμων από το Νέο Κόσμο. Αν και άργησαν να τα υιοθετηθούν, τα αρχεία των συμποσίων παρουσιάζουν τον *Catherine de Medici* να σερβίρει εξήντα έξι γαλοπούλες σε ένα γεύμα. Το πιάτο αποκαλούμενο «*cassoulet*» έχει τις ρίζες του στη ανακάλυψη του Νέου Κόσμου, των φασολιών δηλαδή, τα οποία είναι το βασικό συστατικό για τη δημιουργία του πιάτου αυτού, αλλά δεν είχε υπάρξει έξω από το Νέο Κόσμο μέχρι την εξερεύνησή του από Χριστόφορο Κολόμβο.

1.1.1 17^{ος} αιώνας και μέσα 18^{ου} αιώνας

Η διάσημη «*Haute cuisine*» της Γαλλίας – κυριολεκτικά «υψηλή κουζίνα» – ξεκίνησε τον 17^ο αιώνα με έναν αρχιμάγειρα που ονομαζόταν *La Varenne*. Εκείνη την εποχή ο *François Cuisinier*, έγραψε το πρώτο βιβλίο γαλλικών συνταγών, το οποίο περιλαμβάνει την πιο πρόωρη γνωστή αναφορά στα μίγματα από λίπος και αλεύρι χρησιμοποιώντας το λίπος χοιρινού κρέατος. Το βιβλίο είχε δύο μέρη, ένα μέρος αναφερόταν στις ημέρες κρέατος, και το άλλο μέρος για τη νηστεία. Οι συνταγές του δημιούργησαν μια αλλαγή στο ύφος της μαγειρικής που ήταν γνωστό από τον Μεσαίωνα, παρουσιάζοντας νέες τεχνικές που στόχευαν στη δημιουργία των κάπως ελαφρύτερων πιάτων και τις μετριοτέρες παρουσιάσεις των πιτών ως μεμονωμένα

πιάτα με μικρότερο κύκλο εργασιών – παραγωγής τους. Ο *La Varenne* δημοσίευσε επίσης ένα βιβλίο για τις ζύμες το 1667 με τον τίτλο «*Le Parfait confitvriier*» που ενημέρωσε ομοίως και κωδικοποίησε πρότυπα της υψηλής αυτής κουζίνας για τα επιδόρπια και τις ζύμες.

Ένας άλλος αρχιμάγειρας, ο *François Massialot*, έγραψε το «*Le Cuisinier roïal et bourgeois – Η βασιλική κουζίνα των αστών*» το 1691, κατά τη διάρκεια της βασιλείας του *Louis XIV*. Το βιβλίο περιέχει τις προτιμήσεις πιάτων που σερβιρόντουσαν στα βασιλικά δικαστήρια το 1690. Ο *Massialot* εργάστηκε ως ανεξάρτητος μάγειρας και δεν πρόσφερε τις υπηρεσίες του σε ένα μόνο «νοικοκυριό». Ο *Massialot* και πολλοί άλλοι βασιλικοί μάγειρες λάμβαναν ειδικά προνόμια από την συνεργασία τους με τις βασιλικές γαλλικές κουζίνες. Δεν υπόκειντο στον κανονισμό των συντεχνιών, επομένως μπορούσαν να εξυπηρετήσουν γάμους και συμπόσια χωρίς περιορισμό. Το βιβλίο του είναι το πρώτο που απαριθμεί τις συνταγές αλφαβητικά, ίσως ένας πρόδρομος του πρώτου μαγειρικού λεξικού και σε αυτό το βιβλίο πρωτοαναφέρεται το μαρινάρισμα και προτείνεται ένα είδος σύντομου μαρινάρισματος για τα πουλικά και για τα πουλιά του κυνηγιού, και ένα άλλο είδος σύντομότερου μαρινάρισματος για τα ψάρια και τα οστρακόδερμα. Πρέπει να αναφέρουμε ότι καμία ποσότητα δεν παρατίθεται στο βιβλίο αυτό των συγκεκριμένων συνταγών, τις οποίες προτείνει ο *Massialot* και μάλλον έγραψε το βιβλίο για τους εκπαιδευμένους μάγειρες. Οι συνεχόμενες προσθήκες και ενημερώσεις του το «*Le Cuisinier roïal et bourgeois*» περιλάμβανε σημαντικές συμβουλές για τις βασικές συνταγές, όπως η προσθήκη ενός ποτηριού του κρασιού στο απόθεμα ψαριών. Οι ορισμοί προστέθηκαν επίσης στην έκδοση του 1703. Η έκδοση του 1712, ξανακυκλοφόρησε με τον τίτλο «*Le Nouveau cuisinier royal et bourgeois*», αυξήθηκε κατά δύο τόμους και γράφτηκε σε ένα πιο επιμελημένο ύφος με τις εκτενείς εξηγήσεις των διαφορετικών τεχνικών μαγειρέματος. Οι πρόσθετες οδηγίες για προετοιμασίες μικρότερων – χρονικά αλλά και μεγέθους – πιάτων συμπεριλαμβάνονται σε αυτήν την έκδοση επίσης, οι οποίες οδηγούν στη δημιουργία ελαφρύτερων πιάτων. Το *Ragout*, ένα είδος φραστού ακόμα βασικό πιάτο στη γαλλική μαγειρική, κάνει την πρώτη εμφάνισή του ως ενιαίο πιάτο σε αυτήν την έκδοση που μέχρι τότε ήταν ένα πιάτο μόνο για γαρνιτούρα.

1.1.2 Τέλη 18^{ου} αιώνα και 19^{ος} αιώνας

Η επανάσταση ήταν πολύ σημαντική στην επέκταση της γαλλικής κουζίνας, επειδή κατάργησε αποτελεσματικά τις συντεχνίες και αυτό σήμανε ότι οποιοσδήποτε αρχιμάγειρας θα μπορούσε τώρα να παραγάγει και να πωλήσει οποιοδήποτε μαγειρικό στοιχείο επιθύμησε. Ο *Marie-Antoine Carême* γεννήθηκε το 1784, πέντε χρόνια πριν από την έναρξη της γαλλικής επανάστασης. Στην αρχή της σταδιοδρομίας του εργάστηκε σε ένα *pâtisserie* μέχρι να τον ανακάλυψη ο *Charles Maurice de Talleyrand-Périgord* που θα μαγείρευε αργότερα για το γάλλο αυτοκράτορα *Napoleon Bonaparte*. Πριν από την συνεργασία του με τον *Talleyrand*, ο *Carême* είχε γίνει γνωστός για τα «*pièces montées*», τα οποία ήταν υπερβολικές κατασκευές της αρχιτεκτονικής ζύμης και ζάχαρης που γινόντουσαν βάση αρχιτεκτονικού σχεδίου.

Το πιο σημαντικό κομμάτι της σταδιοδρομίας του *Carême* ήταν η συμβολή του στον καθαρισμό της γαλλικής κουζίνας, η βάση δηλαδή για το ύφος μαγειρέματός του που προήλθε από τις σάλτσες του, τις οποίες ονόμασε “*mother sauces*”. Συχνά αναφερόμενες ως *fonds*, από την λέξη *foundation* δηλαδή θεμέλιο – βάση, αυτές οι σάλτσες βάσεων είναι γνωστές ακόμα και σήμερα: *espagnole*, *velouté*, και *béchamel*. Κάθε μια από αυτές τις σάλτσες θα γινόταν σε μεγάλες ποσότητες στην κουζίνα του, δεδομένου ότι ήταν η βάση για πολλαπλές δημιουργίες πιάτων. Ο *Carême* είχε πάνω από εκατό σάλτσες στο ρεπερτόριό του. Επίσης, στις γραφές του, το *soufflés* εμφανιστείτε για πρώτη φορά. Αν και πολλές από τις προετοιμασίες του φαίνονται σήμερα εξαιρετικά υπερβολικές, πρέπει να αναφερθεί ότι απλοποίησε και κωδικοποίησε μια πιο σύνθετη κουζίνα που είχε υπάρξει εκ των προτέρων. Εργάστηκε στις πιο σημαντικές γαλλικές επιχειρήσεις της εποχής όπως: *Le Maître d'hôtel français* (1822), *Le Cuisinier parisien* (1828) και *L'Art de la cuisine française au dix-neuvième siècle* (1833-5).

1.1.3 Τέλος 19^{ου} αιώνα – αρχές 20^{ου} αιώνα

Ο *Georges Auguste Escoffier* αναγνωρίστηκε ως άλλος ένας σημαντικός άνθρωπος στον εκσυγχρονισμό της κουζίνας και της οργάνωσης της υψηλής κουζίνας η οποία θα γινόταν η εθνική κουζίνα της Γαλλίας. Η επιρροή του άρχισε με την άνοδο μερικών από τα μεγάλα ξενοδοχεία στην Ευρώπη και την Αμερική κατά τη διάρκεια του 1880 και 1890. Το ξενοδοχείο *Savoy* που ήταν ιδιοκτησία του *César Ritz* ήταν ένα «πρόωρο» ξενοδοχείο που εκεί εργάστηκε ο *Escoffier*, αλλά ένα μεγάλο μέρος της

επιρροής του προήλθε κατά τη εργασία του στο *Carlton* ως διαχειριστής των κουζινών από 1898 έως το 1921. Δημιούργησε ένα σύστημα αποτελούμενο από πέντε μέρη, το λεγόμενο “*brigade system*” (σύστημα ταξιαρχιών), με το οποίο χώρισε την επαγγελματική κουζίνα στα πέντε αυτά μέρη ή ομάδες ή σταθμοί. Αυτοί οι πέντε σταθμοί περιέλαβαν (Escoffier, Georges Auguste, 2002):

- 1) τον *garde manger* που προετοίμασε τα κρύα πιάτα,
- 2) τον *entremettier* που προετοίμασε τις σούπες, τα λαχανικά και τα επιδόρπια
- 3) τον *rôtisseur* που προετοίμασε τα ψητά, τα τηγανιτά και της σχάρας,
- 4) τον *saucier* που προετοίμασε τις σάλτσες
- 5) και τον *râtissier* που προετοίμασε όλα τα στοιχεία ζύμης.

Αυτό το σύστημα σήμανε ότι αντί ενός ατόμου να προετοιμάζει ένα πιάτο από μόνος του, τώρα πολλαπλάσιοι μάγειρες θα προετοιμάζαν τα διαφορετικά συστατικά για το πιάτο. Παράδειγμα το *oeufs au plat Meyerbeer*, με το παλαιό σύστημα θα διαρκούσε μέχρι δεκαπέντε λεπτά για να προετοιμάσει το πιάτο, ενώ με το νέο σύστημα, τα αυγά θα προετοιμάζονταν από τον *entremettier*, το νεφρό ψήνεται στη σχάρα από τον *rôtisseur*, η σάλτσα τρουφών γίνεται από τον *saucier* και έτσι το πιάτο μπόρεσε να προετοιμαστεί σε πολύ πιο σύντομο χρονικό διάστημα και να εξυπηρετηθεί γρήγορα στα δημοφιλή εστιατόρια.

Ο *Escoffier* απλοποίησε επίσης και οργάνωσε το σύγχρονο μενού και τη δομή του γεύματος. Δημοσίευσε μια σειρά άρθρων στα επαγγελματικά περιοδικά της εποχής, που περιέγραφαν την ακολουθία και έπειτα έγραψε το βιβλίο *Livre des menus* το 1912. Αυτός ο τύπος υπηρεσίας αγκάλιασε το *service à la russe* (εξυπηρέτηση γεύματος σε διαφορετικά διαστήματα και τα μεμονωμένα πιάτα) που ο *Félix Urbain Dubois* είχε κάνει δημοφιλές στο 1860. Η μεγαλύτερη συμβολή του *Escoffier* ήταν η δημοσίευση του *Le Guide Culinaire* το 1903, η οποία καθιέρωσε τις βασικές αρχές της γαλλικής μαγειρικής και ήταν μια συνεργασία με τους *Philéas Gilbert, E. Fetu, A. Suzanne, B. Reboul, CH. Dietrich, A. Caillat*. Σημασία έχει να διευκρινιστεί η καθολική αποδοχή από τους πολλαπλάσιους υψηλού προφίλ αρχιμάγειρες σε αυτό το νέο ύφος του μαγειρέματος. (Escoffier, Georges Auguste, 2002)

Το βιβλίο *Le Guide Culinaire* δεν έδινε έμφαση στη χρήση των βαριών σαλτσών και έκλινε προς τα ελαφρύτερα υλικά, που είναι η ουσία της γεύσης τα οποία τα λάμβαναν από τα ψάρια, το κρέας και τα λαχανικά. Από αυτό το ύφος του

μαγειρέματος ξεκίνησε η δημιουργία της νέας τάσης δηλαδή πιο πολύ ενδιέφερε η διακόσμηση των πιάτων, η σωστή χρήση των σαλτσών που η σωστή είναι να προσθέσει στη γεύση του πιάτου, και όχι να καλύπτει ή να κρύψει τις γεύσεις των φαγητών όπως γινόταν μέχρι τότε. Ο *Escoffier* πήρε την έμπνευση για την εργασία του από τις προσωπικές συνταγές εκτός από τις συνταγές του *Carême*, *Dubois* και *Viander Taillevent*, ο οποίος δημοσίευσε μια σύγχρονη έκδοση το 1897. Μια δεύτερη πηγή για τις συνταγές του προήλθε από τα υπάρχοντα πιάτα των αγροτών που μεταφέρθηκαν με τις νέες τεχνικές στις υψηλής κουζίνας. Τα ακριβά συστατικά θα αντικατασταθούν από τα κοινά συστατικά καθιστώντας τα πιάτα πολύ λιγότερο ταπεινά. Η τρίτη πηγή συνταγών ήταν ο *Escoffier* ο ίδιος που εφηύρε πολλά νέα πιάτα, όπως το *pêche Melba* και *crêpes Suzette*. Ο *Escoffier* ενημέρωσε το *Le Guide Culinaire* τέσσερις φορές κατά τη διάρκεια της διάρκειας ζωής του, σημειώνοντας στην εισαγωγή στην πρώτη έκδοση του βιβλίου ότι ακόμη και με 5.000 συνταγές του το βιβλίο δεν πρέπει να θεωρηθεί «εξαντλητικό» κείμενο και ότι ακόμα κι αν ήταν στο σημείο όταν έγραψε το βιβλίο, «δεν θα ήταν πλέον τόσο αύριο, επειδή πορείες προόδου κάθε ημέρα.» (Escoffier, Georges Auguste, 2002)

1.1.4 Μέσα και τέλος 20^{ου} αιώνα

Ο όρος *nouvelle cuisine* έχει χρησιμοποιηθεί πολλές φορές στην ιστορία της γαλλικής κουζίνας, ξεκινώντας το 1740 από τους *Vincent La Chapelle*, *François Marin* και *Menon* και ακόμη και κατά τη διάρκεια του 1880 και του 1890 για να περιγράψει το μαγείρεμα του *Escoffier*. Ο όρος εμφανίστηκε πάλι κατά τη διάρκεια της δεκαετίας του '60 που χρησιμοποιήθηκε από δύο συντάκτες τους *Henri Gault* και *Christian Millau* για να περιγράψει το μαγείρεμα των *Paul Bocuse*, *Jean Troisgro*, *Pierre Troisgro*, *Michel Guérard*, *Roger Vergé* και *Raymond Oliver*, οι οποίοι εργάζονταν προς την εξέγερση από τη «ορθοδοξία» της κουζίνας του *Escoffier*. Μερικοί από τους αρχιμάγειρες ήταν σπουδαστές του *Fernand Point* στο *Pyramide* στη *Βιέννη* και είχαν φύγει για να ανοιχτούν τα δικά τους εστιατόρια. Οι *Gault* και *Millau* «ανακάλυψαν τον τύπο» που περιλήφθηκε σε δέκα χαρακτηριστικά αυτού του νέου ύφους του μαγειρέματος.

- 1) απόρριψη της υπερβολικής περιπλοκής στο μαγείρεμα.
- 2) οι χρόνοι μαγειρέματος για τα περισσότερα ψάρια, θαλασσινά, πουλιά θήρας, μοσχαρίσιο κρέας, πράσινα λαχανικά και *râtes* μειώθηκαν πολύ

σε μία προσπάθεια να συντηρηθούν οι φυσικές γεύσεις. Το βράσιμο στον ατμό ήταν μια σημαντική τάση από αυτό το χαρακτηριστικό.

- 3) η κουζίνα έγινε με τα φρεσκότερα πιθανά συστατικά.
- 4) οι μεγάλες επιλογές εγκαταλείφθηκαν υπέρ των κοντότερων επιλογών.
- 5) ισχυρά μαριναρίσματα για το κρέας και το κυνήγι έπαψαν να χρησιμοποιούνται.
- 6) σταμάτησαν τις βαριές σάλτσες όπως το *espagnole* και *béchamel* τις οποίες τις αραιώσαν με αλεύρι, υπέρ της καρύκευσης των πιάτων τους με τα φρέσκα χορτάρια, το ποιοτικό βούτυρο, το χυμό λεμονιών, και το ξίδι.
- 7) χρησιμοποίησαν τα περιφερειακά πιάτα για την έμπνευση αντί των πιάτων της υψηλής κουζίνας.
- 8) νέες τεχνικές αγκαλιάστηκαν και ο σύγχρονος εξοπλισμός χρησιμοποιήθηκε συχνά, ακόμη και χρησιμοποιημένοι φούρνοι μικροκυμάτων *Bocuse*.
- 9) οι αρχιμάγειρες έδωσαν μεγάλη προσοχή στις διαιτητικές ανάγκες των φιλοξενουμένων τους μέσω των πιάτων τους.
- 10) και τελικά, οι αρχιμάγειρες ήταν εξαιρετικά εφευρετικό και δημιούργησε τους νέους συνδυασμούς και τις ενώσεις.
<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>

Σημαντικό ρόλο στην *nouvel cuisine* ήταν ο Δεύτερος Παγκόσμιος Πόλεμος όταν η ζωική πρωτεΐνη ήταν λίγη στον αριθμό κατά τη διάρκεια του γερμανικής κατοχής. Μέχρι τα μέσα της δεκαετίας του '80 μερικοί συγγραφείς συνταγών δήλωναν ότι το ύφος της κουζίνας είχε φθάσει στην εξαγωγή και πολλοί αρχιμάγειρες άρχισαν να επιστρέφουν στο ύφος της υψηλής κουζίνας, αν και ένα μεγάλο μέρος των ελαφρύτερων παρουσιάσεων και των νέων τεχνικών παρέμεινε. (Foder's., 2006).

1.2 Κοινά πιάτα σε εθνικό επίπεδο

Υπάρχουν πολλά πιάτα που θεωρούνται μέρος της εθνικής κουζίνας της Γαλλίας σήμερα. Πολλά προέρχονται από την υψηλή κουζίνα και άλλα είναι περιφερειακά πιάτα που έχουν γίνει ένας κανόνας σε ολόκληρη τη χώρα. Κατωτέρω είναι οι κατάλογοι

μερικά από τα πιο κοινά πιάτα διαθέσιμα στη Γαλλία σε ένα εθνικό επίπεδο.
(<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>)

1.2.1 Ψωμί

- Ficelle
- Baguette
- Flûte
- Pain
- Pain Poilane

1.2.2 Κοινά πιάτα.

Ä *Steak frites* (μπριζόλα και πατάτες τηγανιτές).

Η μπριζόλα είναι ένα δημοφιλές πιάτο που σερβίρεται στα *Brasseries*. Είναι βασικά μια ψητή μπριζόλα που συνοδεύεται με τηγανητές πατάτες. Μπορούν επίσης να υπάρξουν φύλλα μαρουλιού, μαγιονέζα, μουστάρδα, η σάλτσα, κ.λπ. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

Ä *Poulet frites* (κοτόπουλο και πατάτες τηγανιτές).

Ä *Blanquette de veau*.

Το *Blanquette de veau* είναι ένα γαλλικό πιάτο μοσχαρίσιων κρεάτων. Ο όρος «*blanquette*» προέρχεται από τη γαλλική λέξη «λευκό» (*blanc*), δηλαδή είναι ένα πιάτο μοσχαρίσιου κρέατος με άσπρη σάλτσα. Άλλα κρέατα εκτός από το μοσχαρίσιο κρέας μπορούν να είναι «*En blanquette*» χοιρινό κρέας, κουνέλι, κοτόπουλο και αρνί. Σε μια χαρακτηριστική συνταγή, τα κομμάτια του μοσχαρίσιου κρέατος (ώμος, στήθος) και αρωματικά λαχανικά (κρεμμύδι, σέλινο, καρότο κ.λπ.) σιγοβράζονται για αρκετή ώρα σε αλατισμένο νερό. Τα λαχανικά μπορούν έπειτα να απορριφθούν και το ζουμί πυκνώνεται και εμπλουτίζεται με αλεύρι, βούτυρο, κρέμα γάλακτος και αυγά. Τα μανιτάρια, το ρύζι, τα ζυμαρικά και οι πατάτες μπορούν να συνοδέψουν το πιάτο αυτό. (www.food.com)

Ä *Coq au vin* (κόκορας κρασάτος)



Είναι ένα γαλλικό κλασικό πιάτο από κόκορα που μαγειρεύεται με κρασί,μανιτάρια, και προαιρετικά σκόρδο.

Ä *Pot au feu* (μοσχάρι βραστό με ανάμεικτα λαχανικά).



Ä *Bouillabaisse* (ψαρόσουπα).

Το πιάτο αυτό *Bouillabaisse* (*bolhabaissa*) είναι ένα παραδοσιακό πιάτο βραστού ψαριού που συνδυάζει διάφορα είδη ψαριών ή και όστρακων και διάφορα είδη βοτάνων και λαχανικών όπως βασιλικό, σκόρδο, σαφράν, δάφνης και ξύσμα πορτοκαλιού. Υπάρχουν τρία είδη ψαριών που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για αυτό το πιάτο, ο σκορπιός, το κοκκινόψαρο και το κεφαλόπουλο. Μπορούν να προστεθούν για να εμπλουτιστεί η γεύση ακόμα και ψίχα καβουριού, καθαρισμένα μύδια και γαρίδες. Όσο αφορά τα λαχανικά μπορούν να χρησιμοποιηθούν και κρεμμύδια, ψιλοκομμένη ντομάτα, σέλερι, πατάτες και πράσο. Και οι δυο τρόποι παραγωγής της ψαρόσουπας μπορούν να συνοδευτούν με μαγιονέζα, ελαιόλαδο, κόκκινο πιπέρι και φέτες ψωμιού.

www.mediterranean-lifestyles.com/0080000001_France_French_Cooking_Cuisine.html

Ä Endives (Βελγικό αντίδι)

Το αντίδι μπορεί να μαγειρευτεί ή να χρησιμοποιηθεί ακατέργαστο στις σαλάτες. Το αντίδι ανήκει στο γένος ραδικιού, το οποίο περιλαμβάνει διάφορα παρόμοια πικρά λαχανικά. Τα είδη περιλαμβάνουν το αντίδι (*endivia Cichorium*), το *pumilum Cichorium* και το κοινό ραδίκι (*intybus Cichorium*). Το κοινό ραδίκι περιλαμβάνει τους τύπους ραδικιού όπως το *radicchio*, *puntarelle* και το βελγικό αντίδι. Το αντίδι είναι πλούσιο σε βιταμίνες Α και Κ και ανόργανα άλατα. (<http://frenchfood.about.com>)

Ä Boudin blanc (είδους λουκάνικου).

Το *Boudin* περιγράφει διάφορους διαφορετικούς τύπους λουκάνικων που χρησιμοποιούνται στη γαλλική και βελγική κουζίνα. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

Ä Foie de veau (μοσχαρίσιο συκώτι).

Ä Andouillette (χοιρινό καπνιστό λουκανικάκι).

Το *Andouillette* είναι ένα λουκάνικο που γίνεται από χοιρινό κρέας, πιπέρι, κρασί, κρεμμύδια και καρυκεύματα. Το λουκάνικο *Andouillette* είναι μια μικρότερη έκδοση του λουκάνικου *Andouille*, γενικά μικρότερο από μια ίντσα στη διάμετρο. Παράγεται και ως ήπιο λουκάνικο και ως πιο πικάντικο, που χρησιμοποιείται ως συστατικό για τα διάφορα πιάτα όπως το *Cajun* όπως οι σούπες, τα βραστά και τα πιάτα κρέατος. Υπάρχουν διάφορες εκδόσεις λουκάνικου που παρέχουν γενικά μια πικάντικη, καπνιστή, πλούσια γεύση. Το *Andouillette* έχει μια ισχυρή μυρωδιά, σε μεγάλα εστιατόρια, σερβίρεται είτε καυτό είτε κρύο. Πρώτιστα τηγανίζεται, μπορεί επίσης να βραστεί, να ψηθεί στη σχάρα ή να ψηθεί. Σερβίρεται συχνά με λαχανικά και σάλτσα μουστάρδας ή κόκκινου κρασιού. (www.food.com)

Ä Foie gras (συκώτι πάπιας ή χήνας).

Το *Foie gras* είναι το συκώτι από πάπια ή χήνα που έχουν «παχύνει» αρκετά τρώγοντας καλαμπόκι. Αρκετά δημοφιλές και γνωστό σχεδόν σε όλο τον κόσμο το *Foie gras* χρησιμοποιείται πάρα πολύ στην γαλλική κουζίνα. Έχει πλούσια και λεπτή γεύση τελείως διαφορετική από το απλό συκώτι πάπιας ή χήνας και συνήθως είναι ολόκληρο, μερικές φορές όμως γίνεται και μους ή το χαμηλότερης ποιότητας γίνεται πατέ και μπορεί να συνδυαστεί με άλλα πιάτα όπως η μπριζόλα. (Alford, Katherine, 2001)

Το 2.500 π.Χ. θα βρούμε αναφορές των Αιγυπτίων για το πρώτο *Foie gras*, ο οποίος «πάχαιναν» διάφορα πουλιά και τα χρησιμοποιούσαν στην μαγειρική τους. Σήμερα η Γαλλία είναι η μεγαλύτερη εξαγωγική χώρα *Foie gras* στον κόσμο. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

1.2.3 Κοινά γλυκά και επιδόρπια.

Ä *Mousse au chocolat.*

Είναι μια μορφή κρεμώδους επιδορπίου που γίνεται από ασπράδι αυγών, σοκολάτα, ζάχαρη, αρωματικές ουσίες και την κρέμα μους, διακοσμείται με ροδάκινα, φύλλα μέντας ή τα πολτοποιημένα φρούτα. (www.mediterranean-lifestyles.com/0080000001_France_French_Cooking_Cuisine.html)

Ä *Crème Brûlée*

Είναι ένα επιδόρπιο που αποτελείται από μια πλούσια βάση κρέμας που ολοκληρώνεται με ένα στρώμα σκληρής καραμέλας, που δημιουργείται με ζάχαρη κάτω από μια σχάρα, με έναν φανό βουτανίου ή άλλη έντονη πηγή θερμότητας, ή με την έκχυση της ζάχαρης πάνω από την κρέμα. Συνήθως σερβίρεται κρύο. Η βάση κρέμας είναι κανονικά αρωματισμένη με βανίλια, αλλά μπορεί να ενισχυθεί με σοκολάτα, ένα ηδύποτο, φρούτα, κ.λπ. Μερικές φορές η ζάχαρη στην κορυφή είναι καραμελοποιημένη, με την ανάφλεξη ενός λεπτού στρώματος του ηδύποτου που ψεκάζεται πέρα από την κορυφή. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

Ä *Mille-feuilles.*



Ä *Choux à la Crème*

Κυριολεκτικά *Pâté à choux* σημαίνει «κόλλα λάχανων, είναι μια ελαφριά ζύμη που χρησιμοποιείται για να γίνουν τα *profiteroles*, *croquembouches*, *eclairs*, *crullers*, *beignets*, και *gougères*. Περιέχει μόνο βουτύρου, νερό, αλεύρι, και αυγά. Το μυστικό

είναι η περιεκτικότητα του σε υγρασία, η οποία δημιουργείτε από τον ατμό κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος. Η ζύμη *Choux* ψήνεται συνήθως αλλά για τα *beignets* είναι τηγανισμένη. (www.food.com)

Ä *Tartes aux fruits* (τάρτες φρούτων).

Η τάρτα συνήθως είναι ένα επιδόρπιο με γλυκιά γεύση αλλά μπορούμε ανάλογα την περιοχή να το συναντήσουμε και με αλμυρή γεύση. Στην ουσία είναι αναποδογυρισμένες τάρτες φρούτων όπως μήλων, πορτοκαλιού ή ακόμα και κρεμμυδιού. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

Ä *Religieuse* (είδος σοκολατένιου).

Ä *Madeleine* (μικρό κέικ).

Ένα πολύ μικρό είδος κέικ πολύ αφράτο που ψήνεται σε ειδικό σκεύος και έχει πολύ πιο ελαφριά γεύση από το συνηθισμένο κέικ. Παραδοσιακές συνταγές θέλουν τις *Madeleines* να παράγονται με αλεύρι, αυγά, βούτυρο, ζάχαρη και βανίλια. Μερικές φορές μπορεί περιέχουν αμύγδαλα ή ξύσμα σοκολάτας. (www.mediterranean-lifestyles.com/0080000001_France_French_Cooking_Cuisine.html)

Ä *Tarte Tatin* (καραμελωμένη ανάποδη τάρτα ξινού μήλου).

Η παράδοση λει ότι το *Tarte Tatin* δημιουργήθηκε αρχικά τυχαία στο ξενοδοχείο *Tatin* στην περιοχή *Lamotte – Beuvron*, της Γαλλίας το 1898. Το ξενοδοχείο ήταν ιδιοκτησία από δύο αδελφές, τη *Stéphanie* και τη *Caroline Tatin*. Υπάρχουν πολλές ιστορίες σχετικά με την ξινή προέλευση, αλλά η πιο γνωστή είναι ότι η *Stéphanie Tatin*, που έκανε το μεγαλύτερο μέρος του μαγειρέματος, ήταν καταπονημένη εκείνη την ημέρα και άρχισε να κάνει μια παραδοσιακή πίτα μήλων αλλά άφησε τα μήλα στο βούτυρο και τη ζάχαρη για υπερβολικά μεγάλο χρονικό διάστημα. Μυρίζοντας το κάψιμο, προσπάθησε να διασώσει το πιάτο με την τοποθέτηση της βάσης ζύμης πάνω από τα μήλα, τελειώνοντας γρήγορα το μαγείρεμα με την τοποθέτηση ολόκληρου του τηγανιού στο φούρνο. Μετά έβγαλε ανάποδο το «καμένο» και έμεινε έκπληκτη με το ότι οι φιλοξενούμενοι εκτίμησαν το επιδόρπιο. Το *Tarte Tatin* μπορεί επίσης να γίνει με τα αχλάδια, ροδάκινα, ανανάς, ντομάτες, άλλα φρούτα, ή λαχανικά, όπως το κρεμμύδι. (www.food.com, www.flavourrider.com)

Ä *Gâteaux* (κέικ).

Ä *Éclairs*.

Ένα *éclair* είναι μια μακριά, λεπτή ζύμη που γίνεται με τη ζύμη *choux* και γεμίζεται με κρέμα και που ολοκληρώνεται με την τήξη. Η ζύμη, που είναι η ίδια με αυτήν που χρησιμοποιείται για το *profiterole*, και ψημένη έως ότου είναι τραγανό και κοίλο εσωτερικά. Μια δροσερή έκδοση είναι να γεμίζουν ή και περιχύνουν την ζύμη με καφέ, σοκολάτα, *crème pâtissière*, κτυπημένη κρέμα. Άλλες γαρνιτούρες περιλαμβάνουν φιστίκι και ρούμι, αρωματική κρέμα, κάστανο και άλλα. Το *éclair* δημιουργήθηκε πιθανώς στη Γαλλία κατά τη διάρκεια του 19^{ου} αιώνα. Η λέξη βεβαιώνεται αρχικά και στα αγγλικά και στα γαλλικά στο 1860. Μερικοί ιστορικοί τροφίμων σκέπτονται ότι το *éclair* έγινε αρχικά από τον *Antonin Carême* (1784-1833), διάσημο γάλλο αρχιμάγειρα. *Éclair* στα γαλλικά σημαίνει «την αστραπή,» και συνδέθηκε με αυτό το γλυκό λόγω της επικάλυψης του με μαύρη σοκολάτα. (www.french-property.com/reference/regional-food-france-glossary)

Ä *Profiteroles* (ψητά κομμάτια ζύμης γεμιστά με κρέμα ή παγωτό).

Το προφιτερόλ είναι ένα κλασικό γαλλικό γλυκό. Ψητά στρογγυλά κομμάτια ζύμης γεμίζονται με κρέμα ή παγωτό και περιχύνονται με αμύγδαλα συνήθως. Μπορούμε ακόμα να βρούμε και με γέμιση σοκολάτας, καραμέλας, ή ζάχαρης άχνης. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

1.2.4 Κοινά κονσερβοποιημένα ή τυποποιημένα πιάτα.



Πολλά πιάτα, συμπεριλαμβανομένων των περίπλοκων, είναι διαθέσιμα δηλαδή κονσερβοποιημένα ή κατεψυγμένα στις υπεραγορές. Αυτά τα προϊόντα επικυρώνονται μερικές φορές από τους διάσημους αρχιμάγειρες.

Κατωτέρω είναι ένας κατάλογος μερικά από αυτά τα κονσερβοποιημένα στοιχεία που είναι μοναδικά στη Γαλλία. (<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>)

Ä *Cassoulet*

Το *Cassoulet* είναι άσπρα βραστά φασόλια που συναντάμε στη νότια Γαλλία, περιέχει χοιρινό κρέας ή λουκάνικα χοιρινού, χήνα, πάπια και μερικές φορές πρόβειο κρέας. Το πιάτο ονομάζεται έτσι από το *cassole*, ένα είδος βαθύ στρογγυλό πήλινο δοχείο με τις πλευρές σε κλίση στις οποίες το *cassoulet* μαγειρεύετε ιδανικά. Υπάρχουν πολυάριθμες περιφερειακές παραλλαγές, η πιο γνωστή είναι από την περιοχή *Castelnaudary*, η αυτοαποκαλούμενη «*πρωτεύουσα Cassoulet*», της *Τουλούζης*, και του *Carcassonne*. Γίνεται με άσπρα φασόλια, πάπια ή χήνα, κρέας και λουκάνικα. Στο *cassoulet* της *Τουλούζης*, τα κρέατα είναι χοιρινό και πρόβειο. Η έκδοση του *Carcassonne* είναι παρόμοια αλλά διπλασιάζει τη μερίδα του πρόβειου κρέατος και αντικαθιστά μερικές φορές την πάπια με την πέρδικα. Το *cassoulet Castelnaudary* χρησιμοποιεί πάπια (που μαγειρεύεται για αρκετές ώρες στο λίπος της) αντί του πρόβειου κρέατος. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html).

Το *Cassoulet* πωλείται στη Γαλλία ως εμπορικό προϊόν στα δοχεία και μπορεί να βρεθεί στις υπεραγορές και τα καταστήματα παντοπωλείων σε ολόκληρη τη χώρα. Αυτά τα *cassoulets* ποικίλλουν στην τιμή και την ποιότητα. Τα φτηνότερα περιέχουν μόνο τα φασόλια, τη σάλτσα ντομάτας, τα λουκάνικα, και το μπέικον – η πάπια και η χήνα είναι ακριβές και είναι έτσι απύσυχες από τέτοιες προετοιμασίες. Οι ακριβότερες εκδόσεις είναι πιθανό να μαγειρευτούν με το λίπος χηνών και να περιλάβουν τα λουκάνικα της *Τουλούζης*, το αρνί, τη χήνα, ή την πάπια. Η *Haute* κουζίνα απαιτεί τα προμαγειρεμένα ψημένα κρέατα με τα φασόλια να έχουν σιγοβράσει χωριστά με τα αρωματικά λαχανικά, αλλά αυτό έρχεται αντίθετα από την αγροτική προέλευση του *cassoulet*. (www.food.com)

Ä *Choucroute garnie*.

Choucroute garnie στα γαλλικά σημαίνει «ντυμένο λουκάνικο» και είναι μια διάσημη αλσατική συνταγή και χρησιμοποιείται σαν συνοδευτικό στο πιάτο *sauerkraut* μαζί με άλλα αλατισμένα κρέατα. Αν και το *sauerkraut* είναι ένα παραδοσιακά γερμανικό και ανατολικο-ευρωπαϊκό πιάτο, η γαλλική προσάρτηση της Αλσατίας και

της Λωρραίνης μετά από την ειρήνη της Βεστφαλίας το 1648 έφερε αυτό το πιάτο στην προσοχή των γαλλικών αρχιμαγείρων και από τότε έχει υιοθετηθεί ευρέως στη Γαλλία. Σε γενικές γραμμές, δεν υπάρχει καμία σταθερή συνταγή για αυτό το πιάτο – οποιαδήποτε προετοιμασία καυτού *sauerkraut* με κρέας και πατάτες θα μπορούσαν να είναι κατάλληλα – αλλά στην πράξη υπάρχουν ορισμένες παραδόσεις, αγαπημένες συνταγές. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html). Οι παραδοσιακές συνταγές απαιτούν τρεις τύπους λουκάνικων: Λουκάνικα της *Φρανκφούρτης*, λουκάνικα του *Στρασβούργου*, και λουκάνικα *Montbéliard*. Οι λιπαρές, ανέξοδες ή αλατισμένες περικοπές του χοιρινού κρέατος επίσης συχνά αποτελούν ένα μέρος του *choucroute garnie*, συμπεριλαμβανομένου του ζαμπόν, αρθρώσεις και ώμοι χοιρινού κρέατος, μπέικον και φέτες του παστού χοιρινού. Άλλες συνταγές απαιτούν το κρέας ψαριών ή χηνών, αλλά αυτό είναι λιγότερο χαρακτηριστικό. Το ίδιο *sauerkraut* θερμαίνεται συνήθως με ένα ποτήρι *Riesling* ή άλλου ξηρού άσπρου κρασιού και το λίπος χηνών ή χοιρινού κρέατος. Σε μερικές συνταγές, μπορεί επίσης να μαγειρευτεί με τεμαχισμένο κρεμμύδι και τεμαχισμένα μήλα.

Ο συγγραφέας τροφίμων *Jeffrey Steingarten* προσπάθησε να καταχωρήσει τη σύνθεση μιας αυθεντικής συνταγής το 1989. Γράφει ότι κάθε παραδοσιακή συνταγή περιλαμβάνει μαύρες *peppercorns*, γαρίφαλα, σκόρδο, μούρα, κρεμμύδια, πατάτες, λάχανο και κρασί. Το *Choucroute garnie* είναι διαθέσιμο σε όλη τη Γαλλία με κονσερβοποιημένη ή microwavable μορφή, έτοιμη για κατανάλωση. Μια ουγγρική εκδοχή του *choucroute garnie* περιλαμβάνει τα γεμισμένα φύλλα λάχανων εκτός από τα άλλα συστατικά. Το τεμαχισμένο λάχανο μπορεί επίσης να προστεθεί μαζί με το *sauerkraut* προκειμένου να παραχθεί μια κάπως λιγότερο όξινη έκδοση. (www.french-property.com/reference/regional-food-france-glossary)

Ä *Duck confit*.

Είναι ένα γαλλικό πιάτο που γίνεται με πόδι πάπιας. Για να προετοιμάσει ένα *confit*, το κρέας αλείφεται με αλάτι και σκόρδο, κατόπιν καλύπτεται και καταψύχεται μέχρι και 36 ώρες. Πριν από το μαγείρεμα, το αλάτι βουρτσίζεται από το κρέας και είναι ελαφρύ ξηρό. Το κρέας τοποθετείται έπειτα σε ένα σκεύος αρκετά βαθιά να περιέχει το κρέας και το λίπος και τοποθετείται σε έναν φούρνο σε μια χαμηλή θερμοκρασία (76 – 135 βαθμοί Κελσίου). Το κρέας μαγειρεύεται αργά από 90 λεπτά έως 10 ώρες. Το κρέας και το λίπος αφαιρούνται έπειτα από το φούρνο και αφήνονται για να δροσίσουν και έπειτα μπορεί να μεταφερθεί σε ειδικό σκεύος για κονσερβοποίηση

και να καταδυθεί εντελώς στο λίπος. Ένα σφραγισμένο βάζο της πάπιας *confit* μπορεί να κρατηθεί στο ψυγείο μέχρι και έξι μήνες. Το *Confit* πωλείται επίσης σε δοχεία, τα οποία μπορούν να κρατηθούν για αρκετά έτη. Αυτό το πιάτο μπορεί να συνοδευτεί με βραστό κόκκινο λάχανο που σιγοψήθηκε με μήλα και κόκκινο κρασί ή απλά με πατάτες. (www.food.com)

Κεφάλαιο 2. Περιφερειακή κουζίνα



Οι 22 περιοχές και τα 96 τμήματα της μητροπολιτικής Γαλλίας περιλαμβάνουν και την Κορσική. Η γαλλική περιφερειακή κουζίνα χαρακτηρίζεται από την ακραία ποικιλομορφία και το ύφος της. Παραδοσιακά, κάθε περιοχή της Γαλλίας έχει τη *διακριτική* κουζίνα της που έχει γίνει αποδεκτή και από την αστική τάξη της και από τους αγρότες και όλο το σύνολο των πολιτών των περιοχών. (BBC Food - *Regional French Cookery*.)

2.1 Paris, Ile-de-France.

Το Παρίσι και το *Ile de France* είναι κεντρικές περιοχές όπου σχεδόν όλα τα προϊόντα από τη χώρα είναι διαθέσιμα καθώς όλες οι γραμμές τραίνων συναντιούνται στην πόλη. Πάνω από 9.000 εστιατόρια υπάρχουν στο Παρίσι και σχεδόν οποιαδήποτε κουζίνα να υπάρχει εδώ. Ο υψηλής ποιότητας εγκεκριμένος οδηγός εστιατορίων *Michelin* ξεκίνησε από εδώ. (Michelin Guide, 1990.)

2.2 Champagne, Lorraine, Alsace.

Το κυνήγι και το ζαμπόν είναι δημοφιλή στην περιοχή *Champagne* καθώς επίσης και το σπέσιαλ αφρώδες κρασί γνωστό απλά ως *CHAMPAGNE*. Οι περίτεχνες κονσέρβες φρούτων είναι γνωστές από τη *Λωρραίνη* καθώς επίσης και η διάσημη πίτα *Λωρραίνη*. Η *Αλσατία* επηρεάζεται βαριά από το γερμανικό πολιτισμό όσο αφορά τα τροφίμα, υπό αυτήν τη μορφή τα κρασιά και οι μπίρες που γίνονται στην περιοχή είναι πολύ παρόμοιες με το ύφος της οριοθέτησης *Γερμανία*. (www.food.com)

2.2.1 Πιάτα μοναδικά από: Lorraine.

Ä *Quiche Lorraine*.

Στη
είναι ένα
βασισμένο
αυγά και
ζύμης.
είναι



γαλλική κουζίνα, ένα *quiche* ψημένο πιάτο που είναι σε κρέμα που γίνεται από γάλα ή κρέμα σε κρούστα. Συνήθως, το «κοχύλι» ζύμης κλειστό και ψήνεται προτού

να προστεθούν τα άλλα συστατικά για μια δευτεροβάθμια περίοδο ψησίματος. Άλλα συστατικά όπως το μαγειρευμένο τεμαχισμένο κρέας, τα λαχανικά, ή το τυρί προστίθενται συχνά στο μίγμα αυγών προτού να ψηθεί η πίτα. Η πίτα είναι γενικά μια ανοικτή πίτα, αλλά μπορεί να περιλάβει φέτες ντοματών ή αποκομμάτων ζύμης σαν διακοσμητικό στοιχείο. Η πίτα τρώγεται ζεστή αλλά είναι συχνότερα τρώγεται και κρύα σαν τρόφιμο που για το θερινό picnic. Η πίτα *Λωρραίνης* είναι ίσως η πιο κοινή ποικιλία. Εκτός από τα αυγά και την κρέμα, περιλαμβάνει το μπέικον ή *lardons*. Το

τυρί δεν είναι ένα συστατικό της αρχικής συνταγής της *Λωρραίνης*, δεδομένου ότι η *Julia Child* ενημέρωσε τους Αμερικανούς τουρίστες: «Η κλασική πίτα *Λωρραίνης* περιέχει τη βαριά κρέμα, τα αυγά, και το μπέικον και κανένα τυρί». Η προσθήκη του τυριού *Gruyère* κάνει *quiche au gruyère* ή πίτα *vosgienne*. Η προσθήκη του κρεμμυδιού στη πίτα *Λωρραίνη* κάνει το *quiche alsacienne*. (www.french-property.com/reference/regional-food-france-glossary)

Η προέλευση της λέξης «πίτα» προέρχεται από τη *Franconian* διάλεκτο της *Λωρραίνης* από την γερμανική γλώσσα, όπου το γερμανικό *Kuchen*, «κέικ», άλλαξε σε «*küche*».

Ä *Potée Lorraine*.

Potée είναι ένας γαλλικός μαγειρικός όρος που, γενικά, αναφέρεται σε όλες τις προετοιμασίες που μαγειρεύονται σε ένα είδος πήλινου δοχείο. Πιο συγκεκριμένα, αναφέρεται σε μια σούπα ή βραστό φτιαγμένη από χοιρινό κρέας και λαχανικά, πολύ συχνά, το λάχανο και οι πατάτες είναι τεμαχισμένα.

Είναι ένα αρχαίο και δημοφιλές πιάτο που βρίσκεται σε πολλές τοπικές παραλλαγές σε όλη την Ευρώπη και που φέρει πολλές διαφορετικές επωνυμίες (όπως *hochepot*). Το χοιρινό κρέας σε πολύ μορφή – μπέικον, το κεφάλι, τα πλευρά, την άρθρωση, την ουρά, το λουκάνικο, το ζαμπόν, είναι τα πιο κοινά συστατικά, αλλά σε κάποιες περιπτώσεις χρησιμοποιούνται και το βοδινό κρέας, το πρόβειο κρέας, το αρνί, το μοσχαρίσιο κρέας, το κοτόπουλο και την πάπια. Τα λαχανικά που χρησιμοποιούνται συχνότερα είναι χειμερινά λαχανικά όπως το λάχανο, τα καρότα, οι κράμβες, το σέλινο και οι πατάτες. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

Potée Lorraine – αποτελείται από χοιρινό κρέας, καρότα, κράμβες, πράσα και ολόκληρο ένα λάχανο που ζεματίζεται προηγουμένως. Καλύπτονται με νερό και σιγοβράζουν για τρεις ώρες. Μισή ώρα προτού να αφαιρεθεί από τη θερμότητα, προστίθεται ένα μεγάλο λουκάνικο. Οι βρασμένες πατάτες συμπληρώνουν αυτό το πιάτο. (www.french-property.com/reference/regional-food-france-glossary)

2.2.2 Πιάτα μοναδικά από: Alsace.

Ä *Baeckeoffe*.

Το *Baeckeoffe* είναι ένα χαρακτηριστικό πιάτο από τη γαλλική επαρχία της *Αλσατίας*. Στην αλσατική διάλεκτο, *Baeckeoffe* σημαίνει «ο φούρνος του αρτοποιού.» Είναι ένα μίγμα τεμαχισμένων πατατών, τεμαχισμένων κρεμμυδιών, αρνί, βοδινό και χοιρινό κρέας που έχουν μαριναριστεί όλη νύχτα σε αλσατικό άσπρο κρασί από μούρα και μαγειρεμένο σε ένα σφραγισμένο κεραμικό σκεύος. Τα πράσα, το θυμάρι, ο μαϊντανός, το σκόρδο, τα καρότα και η μαντζουράνα είναι συστατικά για τη γεύση και το χρώμα. Παραδοσιακά, οι γυναίκες θα προετοίμαζαν αυτό το πιάτο το Σάββατο βράδυ και θα το άφηναν στον φούρνο της γειτονιάς για να μαγειρευτεί βαθμιαία. Ο αρτοποιός θα έπαιρνε ένα κομμάτι ζύμης και θα σφράγιζε το σκεύος για να κρατήσει το καπάκι στη θέση του. Αυτό κρατούσε την υγρασία στο σκεύος. Οι γυναίκες πήγαιναν το φαγητό στο φούρνο γιατί κάθε Κυριακή ήθελαν να πηγαίνουν στην εκκλησία και έτσι καθιερώθηκε η ονομασία του φαγητού αυτού. Μια άλλη έκδοση της προέλευσης αυτού του πιάτου είναι ότι οι γυναίκες στη *Γαλλία* έκαναν πλυντήριο τις Δευτέρες και έτσι δεν θα είχαν το χρόνο να μαγειρέψουν. Έδιναν τα δοχεία τους στον αρτοποιό τη Δευτέρα το πρωί και έκαναν το πλυντήριο τους. Όταν τα παιδιά επέστρεψαν στο σπίτι από το σχολείο θα έπαιρναν το δοχείο από τον αρτοποιό και θα το έφερναν σπίτι με μια φραντζόλα ψωμί. Αυτή η έκδοση της ιστορίας μπορεί να είναι πιο κοντά στην πραγματικότητα γιατί οι αρτοποιοί έκλεισαν συχνά τις Κυριακές. (www.food.com)

Ä *Kouglof*.

Ένα *Gugelhupf* ή ένα *Kugelhupf* είναι ένας νότιο-γερμανικός, αυστριακός, ελβετικός και αλσατικός όρος για έναν τύπο κέικ. Όπως με το εβραϊκό πιάτο *kugel*, το όνομα «*Gugelhupf*» συσχετίζεται με τη γερμανική λέξη *Kugel* που σημαίνει «τη σφαίρα». Στην *Ουγγαρία*, *Βοσνία – Ερζεγοβίνη*, και τη *Σερβία*, καλείται *kuglof*, στην *Τσεχία* καλείται *bábovka*, και στην *Πολωνία* καλείται *babka*. Το *Gugelhupf* είναι ένα μεγάλο κέικ και έχει μια διακριτική μορφή δαχτυλιδιών. Τρώγεται συνήθως στο το πρόγευμα ή με τον καφέ, στα διαλείμματα. Το *Gugelhupf* αποτελείται από μια μαλακή ζύμη που περιέχει σταφίδες, αμύγδαλα και κονιάκ κερασιών *Kirschwasser*. Μερικά περιέχουν επίσης γλασαρισμένα φρούτα και καρύδια. Μερικές περιφερειακές ποικιλίες (τσέχικα και σλοβένικα) μπορεί να είναι και γεμιστά. Ψήνεται σε ένα πρόσθετο κυκλικό σκεύος, αρχικά φτιαγμένο από σμαλτωμένη αγγειοπλαστική. (www.cp-pc.ca/english/france/eating.html)

Ä Bredela.

Το *Bredela* (ή *Bredele*, *Bredle*, *Winachtsbredele*) είναι μπισκότα ή μικρά κέικ που ψήνονται παραδοσιακά στην *Αλσατία* ειδικά κατά τη διάρκεια της περιόδου Χριστουγέννων. Πολλές ποικιλίες μπορούν να βρεθούν, περιλαμβάνουν το *anisbredela* (κέικ με το ασπράδι και το γλυκάνισο) *butterbredle*, *schwowebredle* (πορτοκάλι και κανέλα), *spritzbredle*, τα μικρά *d'épices* και τα κέικ καρυκευμάτων που γίνονται με μέλι και ζάχαρη. (www.flavourrider.com)

Ä Beerawecka.

Ä Mannala.

Ä Tarte flambée.

Το *Tarte flambée* είναι ένα αλσατικό πιάτο που αποτελείται από λεπτή ζύμη ψωμιού που ξεδιπλώνεται σε έναν κύκλο ή ένα ορθογώνιο, το οποίο καλύπτεται από *crème fraîche*, κρεμμύδια και μπέικον. Είναι μια από τις διασημότερες γαστρονομικές ειδικότητες της περιοχής. Ο μύθος λέει ότι οι δημιουργοί αυτού του πιάτου ήταν αλσατικοί αγρότες που έψηναν ψωμί μία φορά την εβδομάδα και σημαίνει ψωμί που ψήνεται στις φλόγες. Σε μερικά μέρη της Αλσατίας το *crème fraîche* μπορεί να αντικατασταθεί από το *fromage blanc*, ή από ένα μίγμα μισού *fromage blanc* και *crème* κατά το ήμισυ *fraîche*. Το αποτέλεσμα μοιάζει με μια λεπτή πίτσα. (www.cooking.com)

Ä Baba au rhum.



Είδος επιδορπίου γνωστό σε όλο τον κόσμο. Για να κατασκευαστεί αυτό το γλυκό στην ζύμη προστίθεται μαγιά, βούτυρο, αυγά και γάλα ψήνεται σε ειδικό σκεύος για να πάρει την γνωστή μορφή και μετά περιχύνετε με πάρα πολύ λικέρ συνήθως ρούμι και γεμίζεται μέχρι την μέση με κρέμα. (www.food.com)

2.3 Nord Pas de Calais, Picardy, Normandy, Brittany.

Η ακτή παρέχει πολλά είδη οστρακοειδών, πέρκες αλμυρού νερού, καλόγριες, ρέγκες. Η *Νορμανδία* έχει θαλασσινά κορυφαίας ποιότητας όπως τα όστρακα, ενώ η

Βρετάνη έχει αστακούς, και μύδια. Η *Νορμανδία* είναι επίσης τον μεγάλο αριθμό δέντρων μηλιάς, τα οποία χρησιμοποιούνται στα πιάτα καθώς επίσης και για την παρασκευή *μηλίτη* και *Καλβάδος* (μπράντι μήλου). Οι βόρειες περιοχές και ειδικά στο *Nord*, υπάρχουν μεγάλες ποσότητες σίτου, σακχαρότευτλου και ραδικιού. Τα προϊόντα αυτών των βόρειων περιοχών θεωρούνται επίσης μερικά από το καλύτερο στη χώρα συμπεριλαμβανομένου του κουνουπιδιού και των αγκινάρων. Το φαγόπυρο (είδος σιταριού) αυξάνεται ευρέως στη *Βρετάνη*, χρησιμοποιείται στα *galettes* της περιοχής, αλλά αποτελεί και βασικό συστατικό για την δημιουργία γνωστών πιάτων της περιοχής αυτής. (www.flavourrider.com)

2.3.1 Πιάτα μοναδικά από: Nord Pas de Calais (Artois, Flanders, Hainaut), Picardy.

Ä *Andouillette* από την περιοχή *Cambrai*.

Το *Andouillette* είναι ένα λουκάνικο που γίνεται από χοιρινό κρέας, πιπέρι, κρασί, κρεμμύδια και καρυκεύματα. Το λουκάνικο *Andouillette* είναι μια μικρότερη έκδοση του λουκάνικου *Andouille*, γενικά μικρότερο από μια ίντσα στη διάμετρο. Παράγεται και ως ήπιο λουκάνικο και ως πιο πικάντικο, που χρησιμοποιείται ως συστατικό για τα διάφορα πιάτα όπως το *Cajun* όπως οι σούπες, τα βραστά και τα πιάτα κρέατος. Υπάρχουν διάφορες εκδόσεις λουκάνικου που παρέχουν γενικά μια πικάντικη, καπνιστή, πλούσια γεύση. Το *Andouillette* έχει μια ισχυρή μυρωδιά, σε μεγάλα εστιατόρια, σερβίρετε είτε καυτό είτε κρύο. Πρώτιστα τηγανίζεται, μπορεί επίσης να βραστεί, να ψηθεί στη σχάρα ή να ψηθεί. Σερβίρετε συχνά με λαχανικά και σάλτσα μουστάρδας ή κόκκινου κρασιού. (www.cooking.com)

Ä *Carbonnade* (βραστό κρέας στην μπύρα).

Ä *Potjevlesch* (τεσσάρων ειδών κρεάτων βραστό)

Ä *Waterzoï* (σούπα από ψάρια του γλυκού νερού).

Ä *Escavêche* (σούπα από ψάρια του γλυκού νερού σε κρασί και ξύδι).

Ä *Hochepot* (τεσσάρων ειδών κρεάτων βραστό με λαχανικά).

2.3.2 Πιάτα μοναδικά από: Normandy

Ä *Tripes à la mode de Caen.*

Το *tripe* είναι ένα πιάτο που κατασκευάζεται από το στομάχι της αγελάδας. Μπορεί ακόμα να το βρούμε και από στομάχι προβάτου, κατσίκας, χοιρινού ή ελαφιού. Μερικές φορές δεν καθαρίζεται «σωστά» και περιέχει μερικά από τα υπολείμματα φαγητού του ζώου δίνοντας του έτσι μια ιδιαίτερη γεύση, χρειάζεται βέβαια μεγάλη προσοχή πριν καταναλωθεί. Είναι μια πολύ γνωστή σκυλοτροφή στην *Γαλλία*. (www.cooking.com)

Ä *Matelote* (βραστό ψάρι στην μπύρα).

Ä *Moules à la crème Normande* (μύδια μαγειρεμένα με άσπρο κρασί, σκόρδο και κρέμα).

Ä *Tarte Normande* (τάρτα μήλου).

Ä *Terrinée* (επιδόρπιο ρυζιού).

Ä *Tergoule.*

Το *Tergoule* είναι μια πουτίγκα ρυζιού που είναι μια ειδικότητα της *Νορμανδίας*. Παραδοσιακά ήταν δημοφιλές στα φεστιβάλ στη *Νορμανδία* και παραμένει ακόμα και σήμερα ένα οικογενειακό παραδοσιακό πιάτο. Αποτελείται από το ρύζι που μαγειρεύεται στο γάλα, που γλυκαίνεται με τη ζάχαρη και αρωματίζετε με κανέλα και μερικές φορές μοσχοκάρυδο. Ψήνεται σε ένα είδος πήλινου δοχείου για αρκετές ώρες για να δημιουργηθεί μια παχιά, καφετιά καραμελοποιημένη κρούστα. Το όνομα προέρχεται από τη νορμανδική γλώσσα και σημαίνει «*το στόμα συστρόφης*», μια αναφορά στα πρόσωπα που τραβιούνται υποθετικά από κάποιον που δοκιμάζει το πικάντικο αυτό πιάτο. (www.flavourrider.com)

2.3.3 Πιάτα μοναδικά από: Brittany.

Ä *Crêpes.*

Η γνωστή σε όλους κρέπα προέρχεται από την περιοχή *Βρετάνη* νοτιοδυτικά της *Γαλλίας* και είναι ένας τύπος πολύ λεπτής μαγειρευμένης τηγανίτας που γίνεται συνήθως από αλεύρι σιταριού. Η λέξη, όπως και η ίδια η τηγανίτα είναι καθαρά γαλλικής προέλευσης, που προέρχεται από το λατινικό *crispa*, που σημαίνει

«κατσαρώνω». Θεωρείται εθνικό πιάτο, και στην Βρετάνη οι κρέπες σερβίρονται με μηλίτη. (www.flavourrider.com)

Οι κρέπες σερβίρονται επίσης με μεγάλη ποικιλία γαρνιτούρας, από την απλούστερη μορφή τους μόνο με ζάχαρη ή σε πιο σύνθετες μορφές όπως η *Crêpe flambète* ή και η *Crêpes Suzette* αλλά και με διάφορες αλμυρές γαρνιτούρες. Ακόμα στην Γαλλία θα βρούμε *Mille Crêpe* μια κρέπα πολλών στρωμάτων, *Cherry Kijafa* *Crêpes* παραδοσιακή κρέπα αλλά με γαρνιτούρα κερασιών και σάλτσα κρασιού *Kijafa*. Μερικοί *Chef* προτιμούν την κρέπα *Beef Wellington* με πολύ κρέας τυλιγμένο μέσα στην κρέπα για να διατηρείται σε υγρή μορφή. Μια άλλη «περίεργη» κρέπα είναι η *Bodybuilders's Crêpe* η οποία φτιάχνεται με πρωτεΐνη ορρού γάλατος σε σκόνη, αρωματικές ουσίες, ασπράδι αυγού, *cottage cheese*, βρώμη και φυστικοβούτυρο, η οποία προτιμάτε από όσους γυμνάζονται και για όσους ασχολούνται με την υγιεινή διατροφή. (www.food.com)

Ä *Far Breton* (είδος βάφλας με δαμάσκηνα).

Ä *Kik ar Fars* (βραστό χοιρινό με κεφτέδες).

Το *Kik ar Fars* είναι πιάτο που προέρχεται από τις περιοχές *Bretanny*, *Léon*, *Morlaix* και *Brest* και ο όρος προέρχεται από τις λέξεις *kig* = κρέας και *farz* = κρέμα.

Αυτό το πιάτο θεωρήθηκε στο παρελθόν τρόφιμα φτωχών γιατί έχει σαν βάση το αλεύρι του μαύρου σιταριού. Ψήνεται το αλεύρι μέσα στον ίδιο ζωμό από το βοδινό κρέας ή χοιρινό. Προσθέτοντας λαχανικά όπως τα καρότα ή τα λάχανα, που βράζουν όλα μαζί σε πήλινο σκεύος. Υπάρχει και το μαύρο *farz* αποκαλούμενο *lipig* που καταναλώνεται συχνά όπως το απλό, με διαφορά ότι μειώνονται τα κομμάτια κρέατος, περιχύνεται μια σάλτσα βουτύρου, μπέικον και κρεμμύδια. (www.cooking.com)

Ä *Kouign amann* (κέικ βουτύρου)

Ένα είδος κέικ που γίνεται με πολλά στρώματα κρέπας, βουτύρου, ζάχαρης και μερικές φορές ψωμιού. Τα στρώματα πιέζονται μαζί σε ένα παχύ κέικ που ψήνεται αργά μέχρι η ζάχαρη λιώσει. Το όνομα προέρχεται από τις βρετονικές λέξεις για το κέικ *kouign* και το βούτυρο *amann*. Το *Kouign amann* είναι μια ειδικότητα της πόλης *Douarnenez Finistère*, όπου δημιουργήθηκε το 1865. (www.flavourrider.com)

2.4 The Loire Valley, Central France.

Τα υψηλής ποιότητας φρούτα προέρχονται από την κοιλάδα της *Loire* και την κεντρική *Γαλλία*, συμπεριλαμβανομένων των κερασιών που υπάρχουν σε μεγάλες ποσότητες λόγω της κατασκευής του ηδύποτου *Guignolet* και τα αχλάδια *Belle Angevine*. Οι φράουλες και τα πεπόνια είναι επίσης υψηλής ποιότητας. Τα ψάρια χρησιμοποιούνται πολύ στην κουζίνα, αυτή καθώς επίσης και το άγριο κυνήγι, το αρνί, το μοσχάρι, τα βοοειδή *Charolais*, τα πτηνά *Géline* και τα υψηλής ποιότητας κατσικίσια τυριά. Τα λαχανικά χρησιμοποιούνται συχνά στην κουζίνα όπως είναι τα μανιτάρια (ειδικότητας της περιοχής) *Champignons de Paris*. Διαφόρων ειδών ξίδια από την *Ορλεάνη* είναι ένα ειδικό συστατικό που χρησιμοποιείται πολύ επίσης. (www.cooking.com)

2.4.1 Πιάτα μοναδικά από: Loire Valley/Central France.

Ä *Rillettes* (πατέ χοιρινού).

Ο όρος *rilette* προέρχεται από το τελικό προϊόν και την εμφάνιση του που είναι περιχυμένο πατέ χοιρινού πάνω σε φέτες ψωμιού. Παραδοσιακά φτιάχνεται από χοιρινή κοιλιά ή ώμο, τεμαχισμένο σε κύβους και μένει 12 ώρες στο αλάτι. Έπειτα μαγειρεύεται σε πολύ χαμηλή φωτιά και αφού κρυώσει λίγο περιχύνεται χοιρινό λίπος. Στην περιοχή *Anjou* σερβίρετε σε μεγάλες πιατέλες τοποθετημένοι οι κύβοι του κρέατος σε σχήμα πυραμίδας με διακόσμηση την ουρά του χοιρινού στην κορυφή. Με την πάροδο του χρόνου εκτός από χοιρινό κρέας άρχισε να χρησιμοποιείται και το κυνήγι (πουλιά και λαγοί) αλλά και ψάρια όπως τόνος και σολομός. (<http://frenchfood.about.com>)

Ä *Andouillette* (χοιρινό καπνιστό λουκανικάκι).

Το *Andouillette* είναι ένα λουκάνικο που γίνεται από χοιρινό κρέας, πιπέρι, κρασί, κρεμμύδια και καρυκεύματα. Το λουκάνικο *Andouillette* είναι μια μικρότερη έκδοση του λουκάνικου *Andouille*, γενικά μικρότερο από μια ίντσα στη διάμετρο. Παράγεται και ως ήπιο λουκάνικο και ως πιο πικάντικο, που χρησιμοποιείται ως συστατικό για τα διάφορα πιάτα όπως το *Cajun* όπως οι σούπες, τα βραστά και τα πιάτα κρέατος. Υπάρχουν διάφορες εκδόσεις λουκάνικου που παρέχουν γενικά μια πικάντικη, καπνιστή, πλούσια γεύση. Το *Andouillette* έχει μια ισχυρή μυρωδιά, σε μεγάλα εστιατόρια, σερβίρετε είτε καυτό είτε κρύο. Πρώτιστα τηγανίζεται, μπορεί επίσης να

βραστεί, να ψηθεί στη σχάρα ή να ψηθεί. Σερβίρετε συχνά με λαχανικά και σάλτσα μουστάρδας ή κόκκινου κρασιού. (www.food.com)

2.5 Burgundy, Franche Comté.

Η *Βουργουνδία* είναι γνωστή για τα κρασιά της, τα ψάρια όπως η πέρκα, τα ποταμίσια καβούρια και τα σαλιγκάρια, τα πτηνά από την περιοχή *Bresse*, και τα βοοειδή *Charolais*, το κυνήγι και τη μουστάρδα *Dijon* είναι επίσης της. Κόκκινες και μαύρες σταφίδες, κέικ μελιού, τα τυριά *Chaource* και *Epoisses* είναι όλα σπεσιαλιτέ της τοπικής κουζίνας της *Βουργουνδίας* και της *Franche-Comté*. Το *Kir* και το *Crème de Cassis* είναι τα δημοφιλή λικέρ που γίνονται από μαύρες σταφίδες. Το λάδι χρησιμοποιείται αρκετά σε αυτές τις περιοχές, λάδι από καρύδια και ηλιέλαιο. Στην περιοχή *Jura* θα βρούμε υπέροχο καπνιστό κρέας. (www.thefoodsection.com/foodsection/2004/04/is_my_blog_burn.html)

2.5.1 Πιάτα μοναδικά από: Burgundy.

Ä *Boeuf Bourguignon* (βραστό βοδινό κρέας με κόκκινο κρασί).

Το βορινό κρέας *Bourguignon* είναι ένα από πολλά παραδείγματα των παλαιότερων συνταγών που καθορίστηκαν από την *haute cuisine*. Το αργό μαγείρεμα και να σιγοβράσιμο στο κρασί μαλάκωσαν το κρέας, κρατώντας τη γεύση στο πιάτο. (www.flavourrider.com)

Ä *Escargots de Bourgogne* (σαλιγκάρια με το κέλυφος τους μαγειρεμένα σε βασιλικό και βούτυρο).

Το *Escargot* είναι ένα πιάτο μαγειρευμένων σαλιγκαριών εδάφους ή εκτροφείων, που χρησιμεύει συνήθως ως ορεκτικό. Δεν είναι όλα τα είδη σαλιγκαριού προς κατανάλωση από τον άνθρωπο. Ακόμη και μεταξύ των ειδών αυτών, η ωραία γεύση της σάρκας ποικίλλει από είδος σε είδος. Στη *Γαλλία*, το *Helix pomatia* τρώγεται συχνότερα. Το "*petit-gris*" *Helix aspersa* τρώγεται επίσης, όπως είναι το *Helix lucorum*. Διάφορα πρόσθετα είδη είναι δημοφιλή στην *Ευρώπη*, είναι το *heliciculture*. Στο δυτικό πολιτισμό, χαρακτηριστικά τα σαλιγκάρια απομακρύνονται από τα κοχύλια τους, εξεντερίζονται, μαγειρεύονται (συνήθως με βούτυρο σκόρδου ή απόθεμα κοτόπουλου) και χύνονται έπειτα πίσω στα κοχύλια μαζί με το βούτυρο και τη σάλτσα για το

σερβίρισμα. Συστατικά μπορούν να προστεθούν όπως καρύδια, σκόρδο, θυμάρι, μαϊντανός και κουκουνάρι. (<http://frenchfood.about.com>)

Ä *Gougère* (αρμυρή ζύμη τυριού).

Ένα *gougère*, στη γαλλική κουζίνα, είναι μια αλμυρή ζύμη τυρού. Το τυρί μπορεί να αναμιχθεί στη ζύμη, ή να τοποθετηθούν κύβοι τυριού την κορυφή. Μπορεί να γεμίσουν με μανιτάρια, βοδινό κρέας ή ζαμπόν. Παραδοσιακά, γίνεται με *Gruyère*, αλλά άλλα τυριά χρησιμοποιούνται μερικές φορές. (www.flavourrider.com)

Ä *Pochoise* (ψαρόσουπα με κόκκινο κρασί).

2.6 Lyon, Rhône, Alpes.

Τα φρούτα και τα λαχανικά είναι δημοφιλή στην κουζίνα της κοιλάδα *Rhône*. Τα πουλερικά από την περιοχή *Bresse*, φασιανοί από την *Drôme* και ψάρια από τις λίμνες *Dombes* και από το βουνό *Rhône-Alpes* είναι βασικά συστατικά της κουζίνας αυτής. Η *Λυών* και το *Savoie* παραγάγουν υψηλής ποιότητας λουκάνικα ενώ οι αλπικές περιοχές παραγάγουν τυριά ειδικότητάς τους όπως *Abondance*, *Reblochon*, *Tomme* και *Vacherin*. Το *Mères lyonnaises* είναι ένας ιδιαίτερος τύπος *restaurant* που στέλνεται σε αυτήν την περιοχή που είναι το *bistro* περιοχών. Αρκετοί διακριμένοι αρχιμάγειρες κατάγονται από την περιοχή αυτή όπως οι: *Fernand Point*, *Paul Bocuse*, αδελφοί *Troisgros* και *Alain Chapel*. Τα βουνά *Chartreuse* είναι σε αυτήν την περιοχή και το διάσημο ποτό *Chartreuse* παράγεται σε ένα μοναστήρι εκεί. (www.food.com)

2.6.1 Πιάτα μοναδικά από: Rhône, Alpes

Ä *Raclette* (λιωμένο τυρί με πατάτες, χοιρομέρι και παστό βοδινό κρέας).

Παραδοσιακά το *Raclette* είναι ένα ημίσκληρο, αλατισμένο τυρί που γίνεται από το γάλα της αγελάδας. Εντούτοις, ποικιλίες γίνονται και με άσπρο κρασί, πιπέρι, χορτάρια, ή καπνισμένο. Το τυρί δημιουργήθηκε στο ελβετικό καντόνιο *Valais*, αλλά σήμερα επίσης παράγεται στις γαλλικές περιοχές *Savoie*, *Franche-Comté* και *Leelanau*, *Μίτσιγκαν* στις Ηνωμένες Πολιτείες. (www.flavourrider.com)

Ä *Fondue savoyarde*.



Το *Fondue* είναι βασικά ένα *Ελβετικό* πιάτο και ο όρος όμως προέρχεται από το γαλλικό ρήμα *fondre* (λειωμένο μέταλλο), στο *fondue* προηγούμενης μετοχής (που λειώνουν). Μέσα σε ειδικό πήλινο σκεύος λιώνονται διάφορα τυριά και παλαιότερα βύθιζαν μέσα στο μείγμα αυτό κομμάτια ψωμιού καρφωμένα σε πιρούνια. Σήμερα για να διατηρηθεί η υγρή μορφή των τυριών (*Emmental, Vacherin, raclette*) το σκεύος τοποθετείται πάνω σε φωτιά και μπορεί να εμπλουτιστεί με αγγουράκι, σκόρδο, κρεμμύδι και ελιές. Υπάρχουν πολλά είδη *fondue*, όπως το *caquelon* που περιέχει ψιλοκομμένο σκόρδο, γαρίφαλο και κρασί. Άλλες παραλλαγές όπως με μύρα, μαύρο τσάι, άσπρο κρασί, πατάτες μπορούν να υπάρξουν ανάλογα την περιοχή. (www.food.com)

Ä *Gratin*



Gratin αβοκάντου.

Gratin είναι μια ευρέως χρησιμοποιούμενη μαγειρική τεχνική κατά την προετοιμασία τροφίμων κατά την οποία ένα συστατικό ολοκληρώνεται με μια κρούστα, χρησιμοποιώντας συχνά τις τριμμένες φρυγανιές, το ξυμένο τυρί, το αυγό ή/και το βούτυρο. Το *Gratin* δημιουργήθηκε στη γαλλική κουζίνα και προετοιμάζεται συνήθως σε ένα ρηχό πιάτο, ψήνεται για να διαμορφώσει μια χρυσή κρούστα στην κορυφή και σερβίρεται με το ίδιο πιάτο που ψήνεται. (www.flavourrider.com)

Ä *Gratin dauphinois*.



Το όνομα *gratin dauphinois* αναφέρονται στην περιοχή *Dauphiné* της *Γαλλίας*, όπου αυτή η μέθοδος κατασκευής πιάτου βασισμένο στην πατάτα είναι μια ειδικότητα. Τα συστατικά που συνθέτουν τα χαρακτηριστικά *gratin dauphinois* είναι τεμαχισμένες πατάτες και κρέμα που μαγειρεύονται σε στρώσεις σε ένα βουτυρωμένο ταψί και πασπαλίζονται με σκόρδο. Τα αυγά μπορούν μερικές φορές να αναμιχθούν με το γάλα και την κρέμα και να τοποθετηθούν από πάνω έτσι ώστε να δημιουργηθεί μια κρούστα. Μια παραλλαγή *Gratin savoyard* που βρίσκεται σε γειτονική περιοχή, γίνεται χωρίς το γάλα, την κρέμα ή αυγά. Αντί αυτού, αποτελείται από τα εναλλασσόμενα στρώματα των τεμαχισμένων πατατών και του τυριού *Beaufort* με βουτύρου. (www.flavourrider.com)

Ä *Tartiflette* (*Savoyard gratin* με πατάτες, *Reblochon* τυρί, κρέμα και χοιρινό κρέας).



Το *Tartiflette* είναι ένα γαλλικό πιάτο από τη περιοχή *Savoie*. Δημιουργήθηκε στην κοιλάδα *Aravis*, σπίτι του τυριού *Reblochon*. Δεν είναι ένα παραδοσιακό πιάτο (αν

και βασισμένος σε έναν ιδιαίτερο βαθμό σε ένα άλλο περιφερειακό πιάτο αποκαλούμενο *Péla*) και στην πραγματικότητα, εφευρέθηκε και προωθήθηκε μόνο στη δεκαετία του '80 από το συνδικάτο *Reblochon* σε μία προσπάθεια να αυξηθούν οι πωλήσεις του τυριού. Οι διαφορετικές κοιλάδες στην περιοχή έχουν τις διαφορετικές

μεθόδους στο *tartiflette* και υπάρχουν πιθανώς περισσότερες από μια συνταγές ανά χωριό. Η λέξη *tartiflette* ίσως προέρχεται από τη λέξη *Arpitan* για την πατάτα. Όλες οι συνταγές έχουν πατάτες, τυρί, και κάποιο κρέας όπως το μπέικον. Είναι εξαιρετικά δημοφιλές στα εστιατόρια κατά τη διάρκεια της εποχής του σκι δεδομένου ότι είναι αλμυρό, υψηλό στις θερμίδες και σχετικά εύκολο να μαγειρευτεί. (www.flavourrider.com, www.epicurius.com)

Το *Reblochon* είναι ένα γαλλικό τυρί από την περιοχή *Άλπεων Savoie* και του έχει χορηγηθεί ο τίτλος AOC. Το *Reblochon* παρήχθη αρχικά στις κοιλάδες *Thônes* και *Arly*, στον ορεινό όγκο *Aravis*. Το *Thônes* παραμένει το κέντρο της παραγωγής *Reblochon* τα τυριά γίνονται ακόμα στους τοπικούς συνεταιρισμούς. (www.food.com)

2.7 Poitou, Charentes, Limousin.

Τα στρείδια προέρχονται από τη λεκάνη *Oléron – Marennes* ενώ τα μύδια προέρχονται από τον κόλπο *Aiguillon*. Τα υψηλής ποιότητας προϊόντα προέρχονται από όλη την ενδοχώρα. Το κατσικίσιο τυρί είναι υψηλής ποιότητας σε αυτήν την περιοχή και η περιοχή *Vendée* είναι έδαφος βοσκής για τα βοοειδή *Parthenaise*, ενώ τα πουλερικά ανατρέφονται στην περιοχή *Challans*. Το *Poitou* και *Charente* παράγουν με νόημα το καλύτερες βούτυρο και την κρέμα στη Γαλλία. Το κονιάκ παράγεται επίσης στην περιοχή κατά μήκος του ποταμού *Charente*. Το *Limousin* είναι παράγει τα υψηλής ποιότητας βοοειδή *Limousin* καθώς επίσης και υψηλής ποιότητας πρόβατα. Οι δασώδεις περιοχές προσφέρουν το κυνήγι και υψηλής ποιότηταςμανιτάρια. Η νότια περιοχή γύρω από *Brive* έχει επηρεαστεί μαγειρικά από τις περιοχές *Périgord* και *Auvergne*. (www.flavourrider.com)

2.8 Bordeaux, Perigord, Gascony, Basque Country.

Το *Μπορντό* είναι διάσημο για το κρασί του, δεδομένου ότι σε όλο το νοτιοδυτικό σημείο της Γαλλίας μόνο από ορισμένες περιοχές προσφέρουν σταφύλι ειδικότητας για τα κρασιά του. Η αλιεία είναι δημοφιλής στην περιοχή για την κουζίνα, ψάρεμα στο *Βασκικό κόλπο*, παγίδες στο *Garonne* και ψάρεμα στα ρεύματα των *Πυρηναίων*. Τα *Πυρηναία* παράγουν επίσης αρνιά κορυφαίας ποιότητας όπως τα *Agneau de Pauillac* καθώς επίσης και τα υψηλής ποιότητας τυριά προβάτων. Τα βοοειδή τις περιοχής είναι οι γνωστές ράτσες *Blonde d'Aquitaine*, *Boeuf de Chalosse*,

Bazardaise, και *Garonnaise*. Τα υψηλής ποιότητας πουλερικά όπως κοτόπουλα, γαλοπούλες, περιστέρια, χήνες και πάπιες όλα ελευθέρως βοσκής υπάρχουν άφθονα στην περιοχή επίσης. Οι κουζίνες των περιοχών *Gascony* και *Perigord* περιλαμβάνουν υψηλής ποιότητας *patés*, *terrines*, *confits* και *magrets*, περιοχές διάσημες για την παραγωγή του *foie gras* χήνας ή πάπιας. Η κουζίνα της περιοχής είναι συχνά βαριά και βασίζεται σε αγροτικά προϊόντα. Το *Armagnac* είναι επίσης από αυτήν την περιοχή όπως είναι τα υψηλής ποιότητας δαμάσκηνα από την περιοχή του *Agen*. (www.flavourrider.com)

2.9 Toulouse, Quercy, Aveyron.

Αυτή η περιοχή προσφέρει υψηλής ποιότητας πουλερικά, ενώ η περιοχή *Montagne Noire* και *Lacaune* προσφέρει υψηλής ποιότητας ζαμπόν και ξηρά λουκάνικα. Το άσπρο καλαμπόκι φυτεύεται σε μεγάλες ποσότητες στην περιοχή και για χρήση πάχυνσης των παπιών και των χηνών για τα *foie gras* καθώς επίσης και την παραγωγή των *millas*, ένα είδους τηγανίτας από καλαμπόκι. Τα άσπρα φασόλια υπάρχουν επίσης σε αυτήν την περιοχή σε μεγάλο αριθμό, τα οποία χρησιμοποιούνται στο πιάτο *Cassoulet* αφού πρώτα έχουν ξεραθεί. Το καλύτερο λουκάνικο στη Γαλλία λέγεται ότι είναι το *saucisse de Toulouse*. Η περιοχή του *Cahors* παράγει μια υψηλής ποιότητας «μαύρο κρασί» καθώς επίσης και υψηλής ποιότητας τρούφες, μανιτάρια και αρνί γάλακτος. Το απαστερίωτο γάλα της προβατίνας χρησιμοποιείται για να γίνει το τυρί *Roquefort* στην περιοχή *Aveyron*, ενώ το τυρί *Cantal* παράγεται στην περιοχή *Laguirole*. Το ποιοτικό γάλα και τα προϊόντα βοοειδών ράτσας *Salers* χρησιμοποιούνται για την κατασκευή τυριών καθώς επίσης και πώλησης κρέατος. Τα ηφαιστειακά χρώματα δημιουργούν τα πυρολιθικά τυριά και τις θαυμάσιες φακές. Τα μεταλλικά νερά παράγονται στη μεγάλη ποσότητα σε αυτήν την περιοχή επίσης. (www.epicurious.com)

2.9.1 Πιάτα μοναδικά από: Aveyron

Ä *Tripoux*.

Το *Tripoux* (ή *Tripous*) είναι ένα πιάτο που γίνεται με τα πόδια των προβάτων, τα παγκρέατα και διάφορα χορτάρια και λαχανικά. Υπάρχουν διάφορες παραλλαγές σε αυτό το πιάτο, αλλά γενικά όλες περιλαμβάνουν τα αλμυρά συστατικά που διατηρούνται τη συνοχή με κρέατος προβάτων και που σιγοψήνονται σε τη χαμηλή θερμότητα. (www.food.com)

Ä Truffade (σοτέ πατάτας με σκόρδο και τυρί *Tomme*).

Το *Truffade* είναι ένα πιάτο που συνδέεται παραδοσιακά με την περιοχή *Auvergne* στη *Γαλλία*. Είναι κάποια παχιά τηγανίτα που γίνεται με τεμαχισμένες πατάτες που είναι πρώτα τηγανισμένες, κατόπιν ανακατεύονται με λεπτές λουρίδες του τυριού *tomme*. Αυτό το μίγμα ανακατώνεται έως ότου κολλά μαζί και έπειτα κτυπιέται για να σκουρύνει την άλλη πλευρά. Μερικές φορές σκόρδο προστίθεται στο μίγμα. (www.cooking.com)

Ä *Tomme cheese*.



Το *Tomme* είναι ένας τύπος τυριού και είναι ένα γενικό όνομα που δίνεται σε μια κατηγορία τυριού που παράγεται κυρίως στα γαλλικά όρη. Το *Tomme* παράγεται κανονικά από το αποβουτυρωμένο γάλα που αφήνεται αφότου έχει

αφαιρεθεί η κρέμα για να παραγάγει το βούτυρο και πλουσιότερα τυριά, ή όταν υπάρχει επίσης λίγο γάλα για να παραγάγει ένα πλήρες τυρί. Κατά συνέπεια, είναι γενικά χαμηλό σε λίπος. Υπάρχουν πολλές ποικιλίες, οι οποίες προσδιορίζονται συνήθως από τη προέλευσή τους και το διασημότερο αυτοί το *Tomme de Savoie*. Ακόμα περιλαμβάνει τα: *Tomme Boudane*, *Tomme Au Fenouil*, *Tomme de Crayeuse*, *Tomme d'Aydius* και *Tomme du Revard*. Το *Tomme* χρησιμοποιείται παραδοσιακά για να κάνει *aligot*, ένα πιάτο *Auvergnat* συνδυάζοντας το λειωμένο τυρί και τις πολτοποιημένες πατάτες. (<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>)

Ä *Aligot* (πολτοποιημένες πατάτες με λιωμένο τυρί *Tomme*)

Το *Aligot* είναι ένα πιάτο που γίνεται παραδοσιακά στο νότιο *Auvergne* (*Aveyron*, *Cantal* και *Lozère*) της περιοχής της Γαλλίας φτιαγμένο από λειωμένο τυρί *Tomme* που συνδυάζεται με πολτοποιημένες πατάτες και σκόρδο. Άλλα τυριά – συνήθως όχι πλήρως ώριμα – μπορούν να αντικαταστήσουν το τυρί *Tomme*. Το πιάτο είναι έτοιμο όταν αναπτύσσει μια ομαλή, ελαστική σύσταση. Αυτό το πιάτο έγινε

αρχικά με ψωμί, από τους μοναχούς που το προετοίμασαν για τους προσκυνητές στον δρόμο για το *Santiago de Compostela*, αλλά οι πατάτες αντικαταστάθηκαν μετά από την εισαγωγή τους στη *Γαλλία*, επειδή επέτρεψαν μια πιο επιθυμητή συνέπεια. (www.cooking.com)

Ä *Pansette de Gerzat* (αρνί που μαγειρεύεται στο κρασί, τα κρεμμύδια και το μπλε τυρί).

Ä *Salade Aveyronnaise* (μαρούλι, ντομάτα, τυρί *roquefort*, καρύδια).

2.9.2 Πιάτα μοναδικά από: Toulouse.

Ä Cassoulet (ένα πιάτο με αρακά, λουκάνικα που συνήθως συνοδεύει την πάπια ή την χήνα)

2.10 Roussillon, Languedoc, Cévennes.

Τα εστιατόρια είναι δημοφιλή στην περιοχή γνωστή ως *Le Midi*. Τα στρείδια και τα μύδια προέρχονται από την περιοχή *Etang de Thau*, που σερβίρονται στα εστιατόρια των περιοχών *Bouzigues*, *Meze*, και *Sète*. Επίσης στο *Languedoc jambon cru*, μερικές φορές γνωστό ως *jambon de montagne* παράγεται άριστης ποιότητας ζαμπόν. Το υψηλής ποιότητας τυρί *Roquefort* προέρχεται από τα πρόβατα του οροπέδιο *Larzac*. Η περιοχή *Les Cévennes* προσφέρειμανιτάρια, κάστανα, μούρα, μέλι, αρνί, κυνήγι, λουκάνικα, *râtés* και κατσίκισια τυριά. Η επιρροή από την περιοχή της *Καταλονίας* μπορεί να την δει κανείς στην κουζίνα εδώ με πιάτα όπως το *brandade* που γίνεται από πουρέ ξηρού βακαλάου που είναι έπειτα τυλίγεται σε φύλλα τεύτλων. Τα σαλιγκάρια είναι επίσης άφθονα και χρησιμοποιούνται σε ένα συγκεκριμένο καταλανικό πιάτο γνωστό ως *cargolade*. Άγριοι κάπροι υπάρχουν στις πολύ ορεινές περιοχές του *Midi*. (<http://frenchfood.about.com>)

2.10.1 Πιάτα μοναδικά από: Languedoc.

Ä *Brandade de morue* (πουρές αλατισμένου βακαλάου).

Το *Brandade* είναι ένας πουρές αλατισμένου βακαλάου, ελαιολάδου και γάλας. Το *Brandade* είναι μια ειδικότητα των περιοχών του *Languedoc* και της *Προβηγκίας*. Αν και το *brandade* δεν περιλαμβάνει το σκόρδο, στη *Μασσαλία* και στη *Τουλόν*, το

λιωμένο σκόρδο προστίθεται στο πιάτο καθώς και η πατάτα. Η λέξη προέρχεται από το ρήμα *Provençal brandar*, που σημαίνει να «ανακατώνω». (www.food.com)

Ä *Cargolade*.

Ä *Escargots de Bourgogne* (σαλιγκάρια με το κέλυφος τους μαγειρεμένα σε βασιλικό και βούτυρο).

Το *Escargot* είναι ένα πιάτο μαγειρευμένων σαλιγκαριών εδάφους ή εκτροφείων, που χρησιμεύει συνήθως ως ορεκτικό. Δεν είναι όλα τα είδη σαλιγκαριού προς κατανάλωση από τον άνθρωπο. Ακόμη και μεταξύ των ειδών αυτών, η ωραία γεύση της σάρκας ποικίλλει από είδος σε είδος. Στη *Γαλλία*, το *Helix pomatia* τρώγεται συχνότερα. Το "*petit-gris*" *Helix aspersa* τρώγεται επίσης, όπως είναι το *Helix lucorum*. Διάφορα πρόσθετα είδη είναι δημοφιλή στην Ευρώπη, είναι το *heliciculture*. (<http://frenchfood.about.com>)

Σαλιγκάρια με σκόρδο και βούτυρο βασιλικού.

Σαλιγκάρια με σκόρδο και βούτυρο βασιλικού χωρίς το κέλυφος.

Στο δυτικό πολιτισμό, χαρακτηριστικά τα σαλιγκάρια απομακρύνονται από τα κοχύλια τους, εξεντερίζονται, μαγειρεύονται (συνήθως με βούτυρο σκόρδου ή απόθεμα κοτόπουλου) και χύνονται έπειτα πίσω στα κοχύλια μαζί με το βούτυρο και τη σάλτσα για το σερβίρισμα. Συστατικά μπορούν να προστεθούν όπως καρύδια, σκόρδο, θυμάρι, μαϊντανός και κουκουνάρια. Όπως τα περισσότερα μαλάκια, τα σαλιγκάρια έχουν υψηλά ποσοστά πρωτεΐνης και είναι χαμηλά σε περιεκτικότητα λίπος (εάν μαγειρεύονται χωρίς βούτυρο). (<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>)

Ä *Trinxat* (λάχανο και πατάτες)

Ä *Bourride* (καλόγερος, ψάρι που μαγειρεύεται με λαχανικά και κρασί, διακοσμούνται με *aioli*)

Ψάρι καλόγερος στην αγορά.

Ψάρι καλόγερος στο φυσικό του περιβάλλον.

Το *Monkfish* (ή *Headfish*) είναι το αγγλικό όνομα διάφορων τύπων ψαριών στο βορειοδυτικό Ατλαντικό, και ειδικότερα τα είδη του γένους *the anglerfish* (αγγελόψαρο) του γένους *Lophius* και *angelshark* του γένους *Squatina*. Ο όρος επίσης περιστασιακά χρησιμοποιείται για ένα ευρωπαϊκό τέρας θάλασσας αποκαλούμενο συχνότερα μοναχός της θάλασσας. (<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>)

2.11 Provence, Côte d'Azur

Οι περιοχές *Προβηγκία (Provence)* και *Côte d'Azur* είναι πλούσιες σε εσπεριδοειδή, λαχανικά, φρούτα, χορταρικά και βότανα, οι οποίες είναι οι μεγαλύτεροι προμηθευτές όλων αυτών των συστατικών στη *Γαλλία*. Οι περιοχές αυτές παράγουν επίσης το μεγαλύτερο ποσό ελιών και παράγεται θαυμάσιο ελαιόλαδο. Η λεβάντα χρησιμοποιείται σε πολλά πιάτα που υπάρχουν στη *Haute Provence*. (www.mediterrasian.com/cuisine_of_month_provence.htm). Άλλα σημαντικά χορτάρια και βότανα που χρησιμοποιούνται στην κουζίνα είναι: το θυμάρι, το φασκόμηλο, το δεντρολίβανο, ο βασιλικός, το μάραθο, η μαντζουράνα, η ρίγανη, ο μαϊντανός και ο δυόσμος. Το μέλι είναι άλλο ένα συστατικό που χρησιμοποιείται επίσης πολύ στην κουζίνα της περιοχής. Τα θαλασσινά πολλαπλασιάζονται σε αυτήν την περιοχή και που προμηθεύει όλες κοντινές περιοχές. Τα κατσικίσια τυριά, το ξερό λουκάνικο, το αρνί, και το βοδινό κρέας είναι επίσης δημοφιλή εδώ. Το σκόρδο και οι αντσούγιες μπορούμε τα βρούμε σε πολλές σάλτσες της περιοχής. Η κουζίνα χρησιμοποιεί μεγάλες ποσότητες λαχανικών για τις ελαφρύτερες προετοιμασίες. Τρούφες βρίσκουμε συνήθως στην *Προβηγκία* κατά τη διάρκεια του χειμώνα. Δέκα τρία επιδόρπια στην *Προβηγκία* είναι το παραδοσιακό επιδόρπιο Χριστουγέννων π.χ. τυρί κυδωνιών, *bisquits*, αμύγδαλα, νουγκατίνα, μήλο, και *fougasse*. (Michelin Guide, 1990, (<http://en.wikipedia.org/wiki/Cuisine>))

Το ρύζι μπορεί φυτεύεται στο *Camargue*, που είναι η πιο βορειότερη περιοχή ρυζιού στην *Ευρώπη*, με το κόκκινο ρύζι *Camargue* που είναι μια ειδικότητα.

2.11.1 Πιάτα μοναδικά από: Provence, Côte d'Azur.

Provençal aioli.

Aioli με σκόρδο, αλάτι, αυγά και ελαιόλαδο.

Aioli με ελιές.

Το *Aioli* είναι μια σάλτσα φτιαγμένη από ελαιόλαδο και σκόρδο, το αυγό προστίθεται επίσης για ευκολία. Υπάρχουν πολλές παραλλαγές, όπως η προσθήκη της μουστάρδας. Στην κουζίνα *Occitan*, το *aioli* σερβίρεται παραδοσιακά με τα θαλασσινά, τη σούπα ψαριών και *croutons*, σε ένα πιάτο αποκαλούμενο *alhòli merluça amb*. Το *aioli* προέρχεται από το «*alh*» δηλαδή σκόρδο και το «*òli*» λάδι. Το *Aioli* είναι όπως η μαγιονέζα, ένα μείγμα νερού, λαδιού και ασπράδι αυγών που είναι ένας χρησιμοποιημένος γαλακτωματοποιητής αλλά και η μουστάρδα και το σκόρδο μπορούν

να χρησιμοποιηθούν, που και τα δύο έχουν την ίδια ιδιότητα. Το κλασικό *aioli* γίνεται χωρίς αυγό. (Michelin Guide, 1990.)

Ä *Rouille de seiche* (καλαμάρι).

Ä *Encornets farcis* (γεμιστές σουπιές με λουκάνικα, βότανα ή και χορταρικά)

Ä *Bouillabaisse* (βραστά μεσογειακά ψάρια, ντομάτα, χορταρικά).

Ä *Ratatouille* (βραστά λαχανικά με ελαιόλαδο, ντομάτα, κρεμμύδι, σκόρδο, κόκκινη πιπεριά, μελιτζάνα και πράσινο κολοκυθάκι)

Ä *Pieds raquets* (πόδια αρνιού σε αλμυρή σάλτσα)

Ä *Soupe au pistou* (σούπα φασολιών που συνοδεύεται με σάλτσα από ψιλοκομμένο βασιλικό, σκόρδο και παρμεζάνα)

Η σάλτσα *Pistou*, είναι μια κρύα σάλτσα που γίνεται από σκόρδου, φρέσκο βασιλικό, και ελαιόλαδο. Λίγο περισσότερες σύγχρονες εκδόσεις της συνταγής περιλαμβάνουν την παρμεζάνα, το *pecorino* ή τα παρόμοια σκληρά τυριά. Παραδοσιακά, τα συστατικά ψιλοκόβονται και αναμιγνύονται μαζί σε ένα σκεύος με ένα γουδοχέρι. Είναι ένα χαρακτηριστικό καρύκευμα από την περιοχή της *Προβηγκίας* της *Γαλλίας* που μπορεί να χρησιμοποιηθεί με τα πιάτα ζυμαρικών ή ως κρέμα για το ψωμί και μοιάζει με την ιταλική σάλτσα *pesto*. Και το *pistou* και το *pesto* μοιράζονται πιθανώς την ίδια προέλευση. Ο ρωμαϊκός ποιητής *Virgil* περιγράφει μια σάλτσα των χορταριών, σκόρδου, αλατιού, και ελαιολάδου. Μερικές περιοχές, ιδιαίτερα εκείνες ο πιο κοντά στις *Άλπεις*, αντικαθιστούν το ελβετικό τυρί με την παρμεζάνας (Michelin Guide, 1990.)

Ä *Salade Niçoise* (είδος σαλάτας με ποικιλία συστατικών αλλά πάντα με μαύρες ελιές και ψάρι τόνο).

Η σαλάτα *Niçoise* είναι ένας τύπος σαλάτας, μια ειδικότητα της περιοχής *Cote D'Azur* της *Γαλλίας*, που πρωτοδημιουργήθηκε στην πόλη της *Νίκαιας*. Η σαλάτα επιδεικνύεται προσεκτικά σε ένα επίπεδο πιάτο ή *platter* και τακτοποιείται πάνω σε ένα στρώμα μαρουλιού *Butterhead*, που έγινε πρώτα δημοφιλής στην περιοχή *Montpelier* το 1880. Ντομάτες, βρασμένες πατάτες, πράσινα καλομαγειρεμένα αυγά, κονσερβοποιημένος τόνος σε λάδι και ελιές *Nicoise* είναι τα συστατικά για την κατασκευή της σαλάτας. Τελικά η σαλάτα διακοσμείται με αντσούγιες. (Michelin Guide, 1990.)

Ä Socca

Το Socca είναι μια ειδικότητα της νοτιοανατολικής γαλλικής κουζίνας, ιδιαίτερα στην πόλη της Νίκαιας. Τα αρχικά συστατικά του είναι το αλεύρι και το ελαιόλαδο. Μετά για να διαμορφωθεί σε ένα επίπεδο κέικ και ψήνεται σε φούρνο και είναι καρυκευμένο με μαύρο πιπέρι και τρώγεται καυτό με τα δάχτυλα. (Michelin Guide, 1990.)

Ä Panisses

Ä Quince cheese

Το *Quince cheese* είναι στην ουσία τυρί που εμπλουτίζεται με γλυκιά, παχιά, ζελατίνα κυδωνιών ή μια καραμέλα κυδωνιών. Η συνταγή είναι πιθανώς αρχαίας προέλευσης, ο *Apicius*, σε μια συλλογή των ρωμαϊκών συνταγών μαγειρικής, που συντάσσεται προς το τέλος του 14^{ου} αιώνα, δίνει τις συνταγές για το μαγείρεμα σε κατσαρόλα του κυδωνιού με το μέλι. Ιστορικά η μαρμελάδα (*quince*) έγινε από τα κυδώνια, και προέρχεται από το πορτογαλικό *marmelada*, σημαίνοντας το «τυρί κυδωνιών» ή τη «μαρμελάδα κυδωνιών» («κυδώνι» = «marmelo»), αλλά η περισσότερη μαρμελάδα σήμερα γίνεται από τα εσπεριδοειδή, ειδικά πορτοκάλια. Τα φρούτα είναι μαγειρεύονται με τη ζάχαρη και το μετά από έναν μακροχρόνιο χρόνο μαγειρέματος γίνονται σχετικά σταθερά και αρκετά πυκνά για να κρατήσουν τη μορφή του. Στη *Γαλλία* είναι μέρος των παραδόσεων Χριστουγέννων και μέρος των δέκα τριών επιδορπίων τα οποία είναι τα παραδοσιακά τρόφιμα επιδορπίων που χρησιμοποιούνται στον εορτασμό των Χριστουγέννων στη γαλλική περιοχή της *Προβηγκίας*. (www.mediterrasian.com/cuisine_of_month_provence.htm)

Ä Pissaladière (ένα είδος πίτσας)

Το *Pissaladiere* ή *Pissaladina* είναι ένας τύπος πίτσας που γίνεται στη νότια *Γαλλία*, γύρω από τη *Νίκαια*, τη *Μασσαλία*, το *Τουλόν* και την περιοχή *VAR*, και στην ιταλική περιοχή της *Λιγυρίας*, ειδικά στη περιοχή *Imperia*. Θεωρείται να έχει εισαχθεί στην περιοχή από τους ρωμαϊκούς μάγειρες κατά τη διάρκεια του παπισμού του *Αβινιόν*, μπορεί να θεωρηθεί τύπος άσπρης πίτσας, καθώς καμία ντομάτα δεν χρησιμοποιείται. Η ζύμη είναι συνήθως παχύτερη από αυτή της κλασικής ιταλικής πίτσας και το κάλυμμα αποτελείται από σχεδόν πολτοποιημένα κρεμμύδια και αντσούγιες. Κανένα τυρί δεν χρησιμοποιείται, πάλι αντίθετα από τη *Neapolitan* πίτσα,

εντούτοις στην κοντινή ιταλική πόλη του *San Remo* προστίθεται η μοτσαρέλα. (Michelin Guide, 1990.)

2.12 Corsica.

Τα κατσίκια και τα πρόβατα εκτρέφονται στο νησί της *Κορσικής* και χρησιμοποιούνται στην προετοιμασία των πιάτων όπως το στιφάδο, το ραγού και διάφορα ψητά. Τα τυριά παράγονται επίσης με το *brocciu* το δημοφιλέστερο. Τα κάστανα από το δάσος *Castagniccia*, χρησιμοποιούνται στην παραγωγή αλευριού, για το ψωμί, τα κέικ και το *polenta* της περιοχής. Στο δάσος υπάρχουν επίσης τα βελανίδια που χρησιμοποιούνται για να ταΐσουν τους χοίρους που παρέχουν το μεγαλύτερο μέρος της πρωτεΐνης για την κουζίνα του νησιού. Δεδομένου ότι η *Κορσική* είναι ένα νησί, τα φρέσκα ψάρια και τα θαλασσινά είναι κοινά στην κουζίνα επίσης. Το χοιρινό κρέας του νησιού χρησιμοποιείται για ζαμπόν, λουκάνικα και άλλα μοναδικά προϊόντα όπως το *coppa* (ξηραμένο παϊδάκι γουρουνιού), το *lonzu* (ξηραμένο φιλέτο χοιρινού), πανσέτα, μπέικον, *figaretu* (καπνισμένο και ξηραμένο συκώτι), *salumu* (ξηρό λουκάνικο) και *prisuttu* (ζαμπόν του αγρότη). Οι κλημεντίνες, τα νεκταρίνια και τα σύκα καλλιεργούνται στο νησί και το γκλασαρισμένο κίτρο χρησιμοποιείται στις νουγκατίνες και στα κέικ, ενώ και τα κάστανα χρησιμοποιούνται επίσης στα επιδόρπια. Η *Κορσική* προσφέρει επίσης ποικίλα κρασιά και ηδύποτα φρούτων, συμπεριλαμβανομένης της *Cap Corse, Cédratine, Bonapartine, liqueur de myrte, vins de fruit, Rappu*, και *eau-de-vie de châtaigne*. (<http://frenchfood.about.com>)

Κεφάλαιο 3. Συστατικά της γαλλικής κουζίνας.

Η γαλλική κουζίνα ποικίλλει σύμφωνα με την εποχή. Το καλοκαίρι, οι σαλάτες και τα πιάτα φρούτων είναι δημοφιλείς επειδή είναι αναζωογονητικά και τα προϊόντα είναι ανέξοδα και άφθονα. Οι παραγωγοί προτιμούν να πωλήσουν τα φρούτα τους και τα λαχανικά σε χαμηλότερες τιμές εάν είναι απαραίτητο, αντί να τα βλέπουν να σαπίζουν στη θερμότητα. Στο τέλος του καλοκαιριού, ταμανιτάρια γίνονται άφθονα και εμφανίζονται παντού στη *Γαλλία*. Η εποχή κυνηγιού αρχίζει το Σεπτέμβριο και διαρκεί μέχρι τα μέσα Φεβρουαρίου. Το κυνήγι όλων των ειδών τρώγεται, συχνά στα πολύ επιμελημένα πιάτα που γιορτάζουν την επιτυχία του κυνηγιού. Τα οστρακόδερμα είναι στην αιχμή τους ως χειμερινές στροφές και τα στρείδια εμφανίζονται στα εστιατόρια σε μεγάλες ποσότητες. (http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_French_dishes)

• *Foie gras*.

• Escargot bourguignon, σαλιγκάρια μαγειρεμένα με σκόρδο και βούτυρο μαϊντανού.

• Μαύρα Périgord Truffle.



• Καπνιστό και αλατισμένο κρέας αλόγου σε σάντουιτς.

• Το διάσημο fleur de sel από την περιοχή Guérande.

Η γαλλική κουζίνα χρησιμοποιεί μεγάλη ποικιλία συστατικών όπως:

Λαχανικά:

• Πατάτες

• Γαλλικά φασολάκια

• Καρότα

• Πράσα

• Γογγύλια

• Μελιτζάνες

• Πράσινα κολοκυθάκια

• Μανιτάρια

• Κρεμμυδάκια

Φρούτα:

• πορτοκάλια

• ντομάτες

- Ä μανταρίνια
- Ä ροδάκινα
- Ä βερίκοκα
- Ä μήλα
- Ä αχλάδια
- Ä δαμάσκηνα
- Ä κεράσια
- Ä φράουλες
- Ä βατόμουρα κόκκινα και μαύρα
- Ä σταφύλια

Κρέας:

- Ä κοτόπουλο
- Ä γαλοπούλα
- Ä πάπια
- Ä χήνα
- Ä συκώτι πάπιας ή χήνας
- Ä μοσχάρι
- Ä βοδινό
- Ä χοιρινό
- Ä πρόβειο και αρνίσιο κρέας
- Ä κουνέλι
- Ä άλογο
- Ä βατραχοπόδαρα
- Ä σαλιγκάρια
- Ä αυγά

Ψάρια και θαλασσινά:

• πέστροφες

• σαρδέλες

• τόνος

• σολομός

• μπακαλιάρος

• γαρίδες

• καλαμάρια

• μύδια

• ρέγκα

• στρείδια

Τα **βότανα** ποικίλουν ανάλογα την εποχή:

• βότανα από την περιοχή της *Provence*

• δεντρολίβανο

• λεβάντα

• θυμάρι

• μαντζουράνα

Τα φρέσκα φρούτα και τα λαχανικά, καθώς επίσης και τα ψάρια και το κρέας μπορούν να αγοραστούν είτε από τις υπεραγορές είτε τα ειδικά καταστήματα. Οι υπαίθριες αγορές ή λαϊκές γίνονται σε συγκεκριμένες μέρες, σε συγκεκριμένες τοποθεσίες σε κάποιες πόλεις, ενώ σε υπάρχουν πόλεις που έχουν μια μόνιμη αγορά σε ειδικούς σκεπαστούς χώρους και εκεί υπάρχουν καταστήματα τροφίμων, λιανοπωλητές κρέατος και ψαριών. (<http://frenchfood.about.com>)

Κεφάλαιο 4. Τα γεύματα στη Γαλλία.

4.1 Πρωινό.

Le petit déjeuner (πρωινό) είναι συχνά ένα γρήγορο γεύμα που αποτελείται από τα *tartines* (φέτες βουτυρωμένου γαλλικού ψωμιού), *croissants* ή *pain au chocolat* (ένα είδος ζύμης γεμιστή με σοκολάτα) μαζί με καφέ ή τσάι. Τα παιδιά πίνουν συχνά καυτή

σοκολάτα μαζί με το πρωινό τους. Τα *cafés* που ανοίγουν νωρίς το πρωί σερβίρουν και πρωινό.

4.2 Μεσημεριανό γεύμα.

Le déjeuner (μεσημεριανό γεύμα) παλαιότερα διαρκούσε ένα δίωρο αλλά πρόσφατα υπάρχει μια τάση προς το μεσημεριανό διάλειμμα μιας ώρας μόνο. Σε μερικές μικρότερες πόλεις το δίωρο μεσημεριανό γεύμα μπορεί ακόμα να είναι σύνηθες. Τα μεσημεριανά γεύματα της Κυριακής είναι συχνά μακρύτερα και λαμβάνονται με την οικογένεια.

Τα εστιατόρια κανονικά είναι ανοικτά για το μεσημεριανό γεύμα από τις 12:00 και κλείνουν στις 14:30. Πολλά εστιατόρια κλείνουν το Σάββατο και τη Δευτέρα κατά τη διάρκεια του μεσημεριανού γεύματος. Στις μεγάλες πόλεις μια πλειοψηφία των εργαζόμενων ανθρώπων και οι σπουδαστές τρώνε το μεσημεριανό γεύμα τους σε μια εταιρική ή σχολική καφετέρια, που εξυπηρετούν κανονικά τα πλήρη γεύματα, αλλά μερικοί από αυτούς φέρνουν συνήθως και φαγητό από το σπίτι. Δωρεάν κουπόνια για γεύματα δίνονται στους υπαλλήλους γραφείων αν εργασιακό προνόμιο, τα οποία μπορούν να τα δεχτούν πολλά εστιατόρια ή και σούπερ μάρκετ, αλλά λόγω αυξημένων τιμών και μικρού χρόνου μεσημεριανού διαλείμματος δεν καταναλώνονται και τα 3 πιάτα ενός τυπικού γεύματος. Στις μικρότερες πόλεις και τις κωμοπόλεις, μερικοί εργαζόμενοι αφήνουν τους εργασιακούς χώρους τους για να επιστρέψουν το σπίτι για το μεσημεριανό γεύμα, που διαρκεί έως και τέσσερις ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας. Τέλος, μια επίσης δημοφιλής εναλλακτική λύση ειδικά μεταξύ των εργαζομένων σε χειρονακτικές εργασίες είναι στο μεσημεριανό γεύμα να συνοδεύεται από ένα σάντουιτς που ακολουθείται ενδεχομένως με ένα επιδόρπιο και τα δύο «πιάτα» μπορούν να βρεθούν έτοιμα στα αρτοποιεία και στα σούπερ μάρκετ σε σχετικά χαμηλές τιμές.

4.3 Δείπνο.

Le dîner (δείπνο) συχνά αποτελείται από τρεις σειρές πιάτων, *hors d'oeuvre* ή *entrée* (σούπα), *plat principal* (κύριο πιάτο), και ένα πλατό τυριών ή επιδόρπιο και μερικές φορές με μια σαλάτα που προσφέρεται πριν από το τυρί ή το επιδόρπιο. Το γιαούρτι μπορεί να αντικαταστήσει το πλατό τυριών, ενώ ένα κανονικό καθημερινό

επιδόρπιο θα ήταν φρέσκα φρούτα. Το γεύμα συνοδεύεται συχνά από ψωμί, κρασί και μεταλλικό νερό. Η κατανάλωση κρασιού έχει μειωθεί πρόσφατα στους νέους. Η κατανάλωση χυμού φρούτων έχει ανέλθει από 25.6% το 2002 σε 31.6% το 2008. Τα κύρια πιάτα κρέατος συνοδεύονται συχνά με λαχανικά μαζί με το ρύζι ή τα ζυμαρικά. Τα εστιατόρια συχνά ανοίγουν στις 07:30 για το γεύμα και σταματούν μεταξύ τις ώρες 10:00 και 11:00. Πολλά εστιατόρια μένουν κλειστά για το γεύμα τις Κυριακές.

4.4 Ποτά.

Παραδοσιακά, η Γαλλία είναι ένας πολιτισμός της κατανάλωσης κρασιού. Ενώ αυτό το χαρακτηριστικό έχει ελαττώσει με το χρόνο, ακόμα και σήμερα, πολλοί γάλλοι πίνουν κρασί καθημερινά. Η κατανάλωση χαμηλής ποιότητας κρασιών κατά τη διάρκεια των γευμάτων έχει μειωθεί πολύ. Η μύρα είναι ιδιαίτερα δημοφιλής στη νεολαία. Αλλά δημοφιλή οινοπνευματώδη ποτά είναι ο μηλίτης και το *pastis*, ένα αρωματικό ποτό με γλυκάνισο που πίνεται αραιωμένο με κρύο νερό.

Η νομική ηλικία για την κατανάλωση οινοπνεύματος είναι 16 ετών. Συνήθως, οι γονείς τείνουν να απαγορεύσουν στα παιδιά τους την κατανάλωση του οινοπνεύματος προτού να φθάσουν στην εφηβεία. Οι σπουδαστές και οι νέοι είναι γνωστό για να πίνουν βαριά ποτά, αλλά συνήθως η μέθη δεν επιδεικνύεται στο κοινό. Η δημόσια κατανάλωση οινοπνεύματος είναι νομική, αλλά η οδήγηση κάτω από την επιρροή μπορεί να οδηγήσει στις αυστηρές ποινικές ρήτρες.

Κεφάλαιο 5. Η γαλλική εστιατορική τέχνη του σήμερα.

5.1 Σύντομη ιστορική αναδρομή του εστιατορίου.

Το σύγχρονο εστιατόριο έχει την προέλευσή του στο γαλλικό πολιτισμό. Πριν από τον τέλος του 18^{ου} αιώνα, όσοι επιθύμησαν «να δειπνήσουν έξω» θα επισκέπτονταν την κουζίνα του τοπικού μέλους συντεχνιών τους και θα προετοιμάζαν το γεύμα τους για αυτούς. Εντούτοις, τα μέλη συντεχνιών περιοριζόντουσαν στην παραγωγή οποιουδήποτε το ληξιαρχείο συντεχνιών τους τα εξουσιοδότησε (γιατί οι συντεχνίες τους άφηναν να παράγουν μόνο συγκεκριμένα πιάτα). Αυτά τα μέλη συντεχνιών πρόσφεραν τα τρόφιμα στα σπίτια τους στη σταθερή πελατεία που εμφανιζόταν καθημερινά αλλά σε συγκεκριμένη ώρα. Στο φιλοξενούμενο θα προσφερόταν ο πίνακας γεύματος *table d'hôte*, ο οποίος περιελάμβανε ένα γεύμα που προσφερόταν σε μια

καθορισμένη τιμή με πολύ μικρή επιλογή των πιάτων, μερικές φορές καθόλου. Τα πρώτα βήματα προς το σύγχρονο εστιατόριο ήταν τοποθεσίες που υπήρχαν *restorative bouillons*, ή εστιατόρια – αυτές οι λέξεις που είναι η προέλευση του εστιατορικού ονόματος. Αυτό το βήμα πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια του 1760 – 1770. Αυτές οι επιχειρήσεις ήταν ανοικτές όλη την ημέρα και τις χαρακτήριζε το περίκομπο επιτραπέζιο σκεύος και οι λογικές τιμές. Το 1782 ο *Antoine Beauvilliers*, αρχιμάγειρας ζύμης στο μελλοντικό *Louis XVIII*, άνοιξε ένα από τα δημοφιλέστερα εστιατόρια της εποχής, το *Grande Taverne de Londres* στην στοά του *Palais Royal*. Άλλα εστιατόρια άνοιξαν από αρχιμάγειρες της εποχής εκείνης που άφηναν την αποτυχούσα μοναρχία της Γαλλίας, στην περίοδο που κατέληξε στη γαλλική επανάσταση. Ήταν αυτά τα εστιατόρια που επεκτάθηκαν πάνω από τις επιλογές των περιορισμένων μενού των προγενέστερων δεκαετιών και οδήγησαν στα πλήρη εστιατόρια που ήταν εντελώς νόμιμα με την εμφάνιση της γαλλικής επανάστασης και της κατάργησης των συντεχνιών. Αυτό και το ουσιαστικό διακριτικό εισόδημα του νεόπλουτου έρχεται ενισχύεται και να κρατήσει αυτά τα νέα εστιατόρια σαν νέες επιχειρήσεις. (Sprang Rebecca L., 2001.)

5.2 Εστιατορικές επιχειρήσεις στην Γαλλία.

Ä *Restaurant* – πάνω από 5.000 στο *Παρίσι* μόνο, με ποικίλα επίπεδα τιμών και επιλογών. Ανοικτά ορισμένες ώρες της ημέρας και κλειστά κανονικά μια ημέρα της εβδομάδας. Οι πελάτες επιλέγουν τα πιάτα από τυπωμένα μενού. Μερικά εστιατόρια προσφέρουν τις περιφερειακές επιλογές, ενώ άλλα προσφέρουν και ορισμένες σύγχρονες επιλογές. Από το νόμο, *prix-fixe* μενού πρέπει να προσφερθούν, αν και τα αριστοκρατικά εστιατόρια προσπαθούν να κρύψουν το γεγονός. Λίγα γαλλικά εστιατόρια εξυπηρετούν στους χορτοφάγους. Ο οδηγός *Michelin* βαθμολογεί πολλά από τα καλύτερα εστιατόρια σε αυτήν την κατηγορία.

Ä *Bistrot à Vin* – παρόμοιο με τα *cabarets* ή *tavernes* του παρελθόντος στη *Γαλλία*. Μερικά προσφέρουν ανέξοδα οινοπνευματώδη ποτά, ενώ άλλα υπερηφανεύονται για την προσφορά μιας πλήρους σειράς των εκλεκτής ποιότητας κρασιών AOC. Τα τρόφιμα σε μερικά είναι απλά, συμπεριλαμβανομένων των λουκάνικων, του ζαμπόν και του τυριού, ενώ

άλλα προσφέρουν πιάτα παρόμοια με αυτό που μπορεί να βρεθούν σε ένα *bistro*.

- Ä *Bouchon* – βρίσκονται συνήθως στη *Λυών*, παράγουν την παραδοσιακή κουζίνα *Lyonnaise*, όπως τα λουκάνικα, *râté* παπιών ή ψητό χοιρινό κρέας. Τα πιάτα μπορούν να είναι αρκετά λιπαρά, και προσανατολισμένα βαριά γύρω από το κρέας. Υπάρχουν περίπου είκοσι επίσημα αναγνωρισμένα παραδοσιακά *bouchons*, αλλά ένας μεγαλύτερος αριθμός επιχειρήσεων χρησιμοποιούν αυτόν τον όρο. (Boudou, Evelyne and Jean-Marc Boudou, 2003)
- Ä *Brasserie* – στα γαλλικά το ζυθοποιείο, αυτές οι επιχειρήσεις δημιουργήθηκαν περίπου το 1870 από τους πρόσφυγες από την *Αλσατία* και τη *Λωρραίνη* και συνήθως προσφέρουν μπίρα, αλλά πιο πολύ κρασιά από την *Αλσατία* όπως *Riesling*, *Sylvaner*, και *Gewürztraminer*. Τα δημοφιλέστερα πιάτα είναι *Sauerkraut* και θαλασσινά πιάτα. Γενικά, ένα *brasserie* είναι ανοικτό όλη την ημέρα, προσφέροντας τις ίδιες επιλογές.
- Ä *Café* – πρώτιστα προσφέρουν καφέ και οινοπνευματώδη ποτά. Τα τραπέζια και οι καρέκλες είναι τοποθετημένα στον εξωτερικό χώρο της επιχείρησης και οι τιμές είναι αναρτισμένες σε πίνακα. Τα περιορισμένα τρόφιμα που προσφέρονται μερικές φορές περιλαμβάνουν *croque-monsieur*, σαλάτες, *moules-frites* (μύδια και τηγανιτές πατάτες, όταν είναι η εποχή τους). Τα *Cafés* είναι συχνά ανοικτά νωρίς το πρωί και κλείνουν περίπου στις εννέα το βράδυ.
- Ä *Salon de Thé* – αυτές οι επιχειρήσεις είναι παρόμοιες με τα *cafés* του υπόλοιπο κόσμου. Αυτά τα *tearooms* ή αλλιώς αίθουσες για τσάι, προσφέρουν συχνά επιλογές κέικ και δεν προσφέρουν οινοπνευματώδη ποτά. Πολλά προσφέρουν απλά σνακ, σαλάτες, και σάντουιτς, τσάγια, καυτή σοκολάτα και *chocolat à l'ancienne* (ένα δημοφιλές ποτό σοκολάτας). Ανοίγουν ακριβώς πριν από το μεσημέρι για το μεσημεριανό γεύμα και κλείνουν αργά το απόγευμα.

- Ä *Bar* – βασισμένα στο αμερικανικό ύφος, πολλά χτίστηκαν στην αρχή του 20^{ου} αιώνα. Αυτές οι επιχειρήσεις προσφέρουν κοκτέιλ, ούισκι, *pastis* και άλλα οινοπνευματώδη ποτά.
- Ä *Estaminet* – χαρακτηριστικό της *Nord Pas de Calais*, αυτά τα μικρά μπαρ – εστιατόρια ήταν ένα κεντρικό σημείο συνάντησης για τους αγρότες, τους ανθρακωρύχους ή τους εργαζομένους των κλωστοϋφαντουργιών για να συνάντηση, κοινωνικοποίηση ή απλά για φαγητό. Παράλληλα με τα συνηθισμένα ποτά (μπύρες, κρασί κ.α), κάποιος θα μπορούσε να διαλέξει από τα βασικά περιφερειακά πιάτα, καθώς επίσης και να παίξει διάφορα επιτραπέζια παιχνίδια. Αυτά τα *estaminets* εξαφανίστηκαν σχεδόν, αλλά θεωρούνται τώρα μέρος της ιστορίας της *Nord Pas de Calais* και επομένως συντηρούνται και προωθούνται.

5.3 Το προσωπικό του γαλλικού εστιατορίου.

Τα μεγαλύτερα εστιατόρια και ξενοδοχεία στη *Γαλλία* απασχολούν ένα εκτενές προσωπικό και αναφέρονται συνήθως ως ταξιαρχία κουζινών για το σύστημα προσωπικού κουζινών είτε ταξιαρχιών τραπεζαριών για το προσωπικό τραπεζαριών. Αυτό το σύστημα δημιουργήθηκε από τον *Georges Auguste Escoffier*, που «έκτισε» τις ευθύνες εκπροσώπων συστημάτων ομάδων στα διαφορετικά άτομα που ειδικεύονται σε ορισμένους στόχους. Ο ακόλουθος είναι ένας κατάλογος θέσεων που υποστηρίζονται και στην κουζίνα και τις ταξιαρχίες τραπεζαριών στη *Γαλλία*.

5.3.1 Προσωπικό Κουζίνας

- Ô *Chef de cuisine* (αρχιμάγειρας κουζινών) – αρμόδιος για τη γενική διαχείριση της κουζίνας. Εποπτεύουν το προσωπικό, δημιουργούν τις επιλογές και τις νέες συνταγές με τη βοήθεια του διευθυντή εστιατορίων, κάνουν τις αγορές των ακατέργαστων στοιχείων τροφίμων, εποπτεύουν τους μαθητευόμενους και διατηρούν ένα περιβάλλον υγιεινής για την προετοιμασία των τροφίμων.
- Ô *Sous-chef de cuisine* (αρχιμάγειρας αναπληρωτών κουζινών) – λαμβάνει τις διαταγές άμεσα από τον *Chef de cuisine* για τη διαχείριση της

κουζίνας και αντιπροσωπεύει συχνά τον *Chef de cuisine* όταν δεν είναι παρών.

- Ô *Chef de partie* (ανώτερος αρχιμάγειρας) – αρμόδιος για τη διαχείριση ενός δεδομένου σταθμού στην κουζίνα όπου ειδικεύονται στην προετοιμασία των ιδιαίτερων πιάτων. Εκείνοι που λειτουργούν σε έναν μικρότερο σταθμό αναφέρονται συνήθως ως *demi* (αρχιμάγειρας).
- Ô *Cuisinier* (μάγειρας) – αυτή η θέση είναι ανεξάρτητη όπου προετοιμάζουν συνήθως τα συγκεκριμένα πιάτα σε έναν σταθμό. Μπορούν επίσης να αναφερθούν ως *cuisinier de partie*.
- Ô *Commis* (κατώτερος μάγειρας) – επίσης εργάζεται σε έναν συγκεκριμένο σταθμό, αλλά συνεργάζεται άμεσα στον *Chef de partie* και φροντίζει τα εργαλεία για το σταθμό.
- Ô *Apprenti* (μαθητευόμενος) – πολλές φορές είναι σπουδαστές που κερδίζουν τη θεωρητική και πρακτική κατάρτιση στο σχολείο και την επαγγελματική εμπειρία στην κουζίνα. Εκτελούν την προπαρασκευαστική εργασία ή/και την κάθε είδους εργασία όπως καθάρισμα των σκευών.
- Ô *Plongeur* (πλύσιμο πιάτων) – καθαρίζει τα πιάτα και τα εργαλεία και μπορεί να επιφορτιστεί με τη βασική προπαρασκευαστική εργασία.
- Ô *Marmiton* (πλύσιμο δοχείων και κατσαρολών) – στα μεγαλύτερα εστιατόρια φροντίζει όλα τα δοχεία και τα τηγάνια αντί του *plongeur* να είναι σε άριστη κατάσταση.
- Ô *Saucier* (μάγειρας σάλτσας) – προετοιμάζει τις σάλτσες, τα ζεστά *hors d'oeuvres*, ολοκληρώνει τα πιάτα κρέατος και στα μικρότερα εστιατόρια μπορεί να εργαστεί στα πιάτα ψαριών και προετοιμάζει τα υλικά. Αυτό είναι μια από τις «τιμημένες» θέσεις στην ταξιαρχία κουζινών.
- Ô *Rôtisseur* (μάγειρας ψητών) – διαχειρίζεται μια ομάδα μαγείρων που ψήνουν και τσιγαρίζουν τα πιάτα.
- Ô *Grillardin* (μάγειρας σχαρών) – σε μια μεγαλύτερη κουζίνα αυτό το πρόσωπο προετοιμάζει τα ψημένα στη σχάρα τρόφιμα αντί του *rôtisseur*.

- Ô *Friturier* (μάγειρας τηγανητών) – στις μεγαλύτερες κουζίνες αυτό το πρόσωπο προετοιμάζει τα τηγανισμένα τρόφιμα αντί του *rôtisseur*.
- Ô *Poissonnier* (μάγειρας ψαριών) – προετοιμάζει τα πιάτα ψαριών και θαλασσινών.
- Ô *Entremetier* (προπαρασκευαστής σούπας) – προετοιμάζει τις σούπες και άλλα πιάτα μην περιλαμβάνοντας το κρέας ή τα ψάρια, συμπεριλαμβανομένων των φυτικών πιάτων και των πιάτων αυγών.
- Ô *Potager* (μάγειρας σούπας) – στις μεγαλύτερες κουζίνες αυτό το πρόσωπο συνεργάζεται με τον *entremetier* και προετοιμάζουν τις σούπες.
- Ô *Legumier* (φυτικός μάγειρας) – στις μεγαλύτερες κουζίνες αυτό το πρόσωπο συνεργάζεται επίσης το *entremetier* και προετοιμάζουν τα φυτικά πιάτα.
- Ô *Garde manger* (επόπτης κελαριού) – αρμόδιος για την προετοιμασία του κρύου *hors d'oeuvres*, προετοιμάζει τις σαλάτες, οργανώνει τις μεγάλες επιδείξεις.
- Ô *Tournant* (εφεδρικός) – κινείται σε όλη την κουζίνα και βοηθά σε όλες τις θέσεις.
- Ô *Pâtissier* (ζαχαροπλάστης) – προετοιμάζει τα επιδόρπια και άλλα γλυκά και σε επιχειρήσεις χωρίς *boulangier* προετοιμάζει επίσης τα ψωμιά και άλλα ψημένα στοιχεία. Μπορούν επίσης να προετοιμάσουν τα ζυμαρικά για το εστιατόριο.
- Ô *Confiseur* – προετοιμάζει τις καραμέλες και τα γλυκίσματα στα μεγαλύτερα εστιατόρια αντί του *pâtissier*.
- Ô *Clasier* – προετοιμάζει τα παγωμένα και κρύα επιδόρπια στα μεγαλύτερα εστιατόρια αντί του *pâtissier*.
- Ô *Décorateur* – προετοιμάζεται και παρουσιάζει σπέσιαλ κέικ στα μεγαλύτερα εστιατόρια αντί του *pâtissier*.
- Ô *Boulangier* (φούρναρης) – προετοιμάζει το ψωμί, τα κέικ και τις ζύμες προγευμάτων στα μεγαλύτερα εστιατόρια αντί του *pâtissier*.

- Ô *Boucher* (χασάπης) – κόβει και προετοιμάζει τα ωμά κρέατα, πουλερικά και μερικές φορές και τα ψάρια. Μπορεί να είναι επίσης υπεύθυνος για το πασπάλισμα με ψίχουλα κρέατος και ψαριών στα διάφορα πιάτα.
- Ô *Aboyeur* – παίρνει τις διαταγές από την τραπεζαρία και τις διανέμει στους διάφορους σταθμούς. Αυτή η θέση μπορεί επίσης να εκτελεσθεί από το *sous-chef de partie*.
- Ô *Communard* – προετοιμάζει το γεύμα για το προσωπικό του εστιατορίου.
- Ô *Garçon de cuisine* – εκτελεί την προπαρασκευαστική και βοηθητική εργασία για την υποστήριξη στα μεγαλύτερα εστιατόρια.

5.3.2 Προσωπικό τραπεζαρίας.

- Ô *Directeur de la restauration* (γενικός διευθυντής) – επιτηρεί τα οικονομικά και διοικητικά καθήκοντα για τα τρόφιμα στα μεγάλα ξενοδοχεία ή παρόμοιες επιχειρήσεις συμπεριλαμβανομένων των πολλαπλάσιων εστιατορίων, των μπαρ, *catering*.
- Ô *Directeur de restaurant* (διευθυντής εστιατορίων) – αρμόδιος για τη λειτουργία της τραπεζαρίας εστιατορίων που περιλαμβάνει το προσωπικό, τη πρόσληψη ή απόλυση τους, την κατάρτιση του προσωπικού και τα οικονομικά καθήκοντα τέτοιων θεμάτων. Στις μεγαλύτερες επιχειρήσεις μπορεί να υπάρξει ένας βοηθός σε αυτήν την θέση που θα αντικαθιστούσε αυτό το πρόσωπο στην απουσία τους.
- Ô *Maître d'hotel* – καλωσορίζει τους φιλοξενούμενους και τους συνοδεύει στο τραπέζι τους. Εποπτεύουν επίσης το προσωπικό υπηρεσιών. Είναι ο αρμόδιος για τον έλεγχο των παραπόνων καθώς και των λογαριασμών.
- Ô *Chef de salle* – συνήθως υπεύθυνος για την υπηρεσία σε όλη την τραπεζαρία στις μεγάλες επιχειρήσεις και συνεργάζεται με τον *maître d'hotel*.
- Ô *Chef de rang* – η τραπεζαρία είναι χωρισμένη σε τμήματα αποκαλούμενα *rangs*. Κάθε τμήμα εποπτεύεται από τον *Chef de rang* για να συντονιστούν με την κουζίνα.

- Ô *Demi-chef de rang* ή *commis de rang* (σερβιτόρος) – μαζεύει τα άδεια πιάτα από τα τραπέζια κατά τη διάρκεια του γεύματος εάν δεν υπάρχει κανένα *débarrasseur commis*, γεμίζει τα ποτήρια με νερό και βοηθά τον *Chef de rang*.
- Ô *Commis débarrasseur* – μαζεύει τα άδεια πιάτα από τα τραπέζια κατά τη διάρκεια του γεύματος και καθαρίζει τα τραπέζια στο τέλος του γεύματος.
- Ô *Commis de suite* – στις μεγαλύτερες επιχειρήσεις, αυτό το πρόσωπο φέρνει τα διαφορετικά πιάτα από την κουζίνα στο τραπέζι.
- Ô *Chef d'étage* – εξηγεί τις επιλογές στο φιλοξενούμενο και απαντά σε οποιεσδήποτε ερωτήσεις. Αυτό το πρόσωπο εκτελεί συχνά τις προετοιμασίες τροφίμων στην τραπεζαρία όπως τα *flambés*. Αυτή η θέση μπορεί να συνδυαστεί με τον *Chef de rang* σε μικρότερες επιχειρήσεις.
- Ô *Chef de vin* ή *Sommelier* (σερβιτόρος κρασιού) – διαχειρίζεται το κελάρι κρασιού με την αγορά και την οργάνωση του καθώς και την προετοιμασία του καταλόγου κρασιού. Αυτό το πρόσωπο συμβουλεύει επίσης το φιλοξενούμενο για τις επιλογές κρασιού και το εξυπηρετεί. Στις μεγάλες επιχειρήσεις συνήθως υπάρχει μια ομάδα των *sommeliers* που εποπτεύονται από τον *Chef sommelier* ή *Chef caviste*.
- Ô *Serveur de restaurant* (σερβιτόρος) – αυτή η θέση που βρίσκεται στις μικρότερες επιχειρήσεις εκτελεί τα πολλαπλάσια καθήκοντα των διάφορων θέσεων στα μεγαλύτερα εστιατόρια στην υπηρεσία των τροφίμων και του ποτού στο φιλοξενούμενο.
- Ô *Responsable de bar* ή *Chef de bar* (διευθυντής μπαρ) – διαχειρίζεται το μπαρ σε ένα εστιατόριο που περιλαμβάνει τη παραγγελία τη δημιουργία των διαφόρων ποτών, επίσης είναι υπεύθυνος για τη πρόσληψη, την κατάρτιση και την απόλυση των μπάρμαν. Επίσης διαχειρίζεται όλα τα μπαρ σε ένα ξενοδοχείο ή άλλη παρόμοια επιχείρηση.
- Ô *Barman* (μπάρμαν) – σερβίρει τα οινοπνευματώδη ποτά στους φιλοξενούμενους.

- Ô *Dame du vestiaire* – (γκαρνταρόμπα) λαμβάνει και επιστρέφει τα παλτά των φιλοξενουμένων.
- Ô *Voituriers* (προσωπικός υπηρέτης) – παρκάρει τα αυτοκίνητα των φιλοξενουμένων και τους τα επιστρέφει όταν βγαίνουν από το εστιατόριο.

Συμπέρασμα.

Ο θρίαμβος της γαλλικής Υψηλής Κουζίνας.

Κατά τη βασιλεία των *Λουδοβίκων ΙΕ'* και *ΙΣΤ'*, οι γαστριμαργικές μέθοδοι εξευγενίστηκαν και καθιερώθηκε μια καινούργια τάξη και λογική στη γαλλική κουζίνα. Ο *Brillat – Savarin* σημείωνε ότι κατά τη βασιλεία του *Λουδοβίκου ΙΕ'*:

«...Καθιερώθηκε γενικά περισσότερη ευταξία στα φαγητά, περισσότερη καθαριότητα και κομψότητα, και εκλεπτυσμένο σερβίρισμα, που έχουν αυξηθεί σταθερά μέχρι την εποχή μας. Την εποχή της Επανάστασης το ενδιαφέρον στις μαγειρικές τέχνες έγινε εντονότερο, όμως η Επανάσταση άλλαξε σχεδόν κάθε λειτουργία στη γαλλική ζωή: πολιτική, οικονομική αλλά και γαστρονομική. Στην προεπαναστατική εποχή οι μεγάλοι σεφ της χώρας ασκούσαν την τέχνη τους στα πλούσια αριστοκρατικά σπίτια. Με το τέλος της Επανάστασης όσοι γλίτωσαν την γκιλοτίνα και παρέμειναν στη χώρα. Βρήκαν δουλειά στα εστιατόρια. Το εστιατόριο έγινε ο κύριος στίβος για την ανάπτυξη της γαλλικής κουζίνας, και η γαλλική γαστρονομία προωθήθηκε από μια σειρά ταλαντούχους σεφ, των οποίων η μαγειρική μεγαλοφυΐα υπερέβαινε κάθε άλλης χώρας του κόσμου».

Οι μεγάλοι Γάλλοι chef

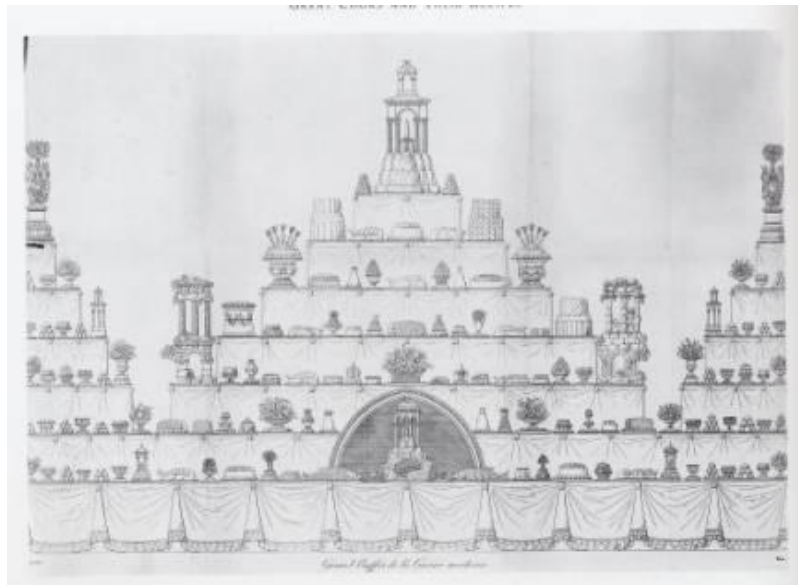
Ο πρώτος και σπουδαιότερος γάλλος σεφ ήταν ο *Marie-Antoine Carême*, που τον αποκάλεσαν αρχιτέκτονα της γαλλικής κουζίνας. Κατά τον συγγραφέα και γαστρονόμο *Alexandre Dumas* πατέρα, ο *Carême* γεννήθηκε λίγο πριν την Επανάσταση, το 16^ο παιδί ενός πάμπτωχου λιθοξόου. Σε ηλικία 11 ετών ένα απόγευμα ο πατέρας του τον πήγε στις πύλες του *Παρισιού* τον τάισε για βράδυ σε μια ταβέρνα και τον εγκατέλειψε στο δρόμο. Ευτυχώς για τη γαστρονομία, ο *Carême* βρήκε το δρόμο του σε ένα μαγειρείο, όπου τον έβαλαν να δουλέψει στην κουζίνα. Αργότερα

μετακινήθηκε σε ένα πολύ καλό ζαχαροπλαστείο, όπου έμαθε όχι μόνο να μαγειρεύει αλλά και να διαβάζει και να σχεδιάζει.



Marie-Antoine Carême, ο μεγαλύτερος ίσως σεφ όλων των εποχών

Ο *Carême* ήταν αρχιτέκτονας στην ψυχή του. Του άρεσε να περιδιαβάζει το Παρίσι θαυμάζοντας τα μεγάλα κλασικά κτίρια, να περνάει πολλές ώρες στην *Bibliothèque Royale*, μελετώντας σχέδια και γκραβούρες των μεγάλων κλασικών αριστουργημάτων της *Ελλάδας*, της *Ρώμης* και της *Αιγύπτου*. Σχεδίαζε πελώριες, εξεζητημένες διακοσμήσεις τραπεζιών που ονόμαζε *pieces montees* (συνθέσεις) και ήταν αληθινά αρχιτεκτονήματα.



Επτάώροφος μπουφές του Carême που δείχνει την αρχιτεκτονική του ιδιοφυΐα

Ο *Carême* δούλεψε για το Γάλλο υπουργό εξωτερικών *Ταλλεϋράνδο*, που ήταν επίσης και διακεκριμένος γαστρονόμος και πίστευε πως ένα καλά στρωμένο τραπέζι έφτιαχνε την καλύτερη ατμόσφαιρα για διπλωματικούς χειρισμούς. Στη συνέχεια ο *Carême* εργάστηκε σε βασιλείς και ευγενείς. Έστησε σειρά εορτασμών για τον Τσάρο

Αλέξανδρο της Ρωσίας, ήταν *chef de cuisine* του Άγγλου Πρίγκιπα Αντιβασιλέα, μετέπειτα Γεώργιο Δ' και τελικά εργάστηκε στη βαρόνη *Rothschild* στο Παρίσι. Η συμβολή του στη διακόσμηση των τραπεζιών ήταν αποφασιστική, πάντα σε συνδυασμό με τις γεύσεις.

Οι επόμενες δυο μεγάλες μορφές στη γαλλική γαστρονομία και εν πολλοίς του κόσμου ήταν οι *Prosper Montagne* και *Georges-Auguste Escoffier*. Ο *Montagne* ήταν ο δημιουργός του *Larousse Gastronomique* (1938), το ευαγγέλιο της γαλλικής γαστρονομίας και ο οποίος απλοποίησε τις εξεζητημένες συνθέσεις του *Carême*, μια δραστική παρέμβαση που θα περνούσε απαρατήρητη αν δεν είχε υποπέσει στην προσοχή του *Escoffier*. Ο *Escoffier* εξευγένισε και τροποποίησε κάθε άποψη της κουζίνας, απλοποιώντας τα εδεσματολόγια, επιταχύνοντας το σερβίρισμα και αοργανώνοντας τις ομάδες των μαγείρων. Ο *Escoffier* εφεύρε πλήθος νέων πιάτων, όπως το *roularde Derby*, ψητό κοτόπουλο με γέμιση από ρύζι, τρούφες και *foie gras*, γαρνιρισμένο με τρούφες και *foie gras*, το *peche Melba*, γλυκό από βερίκοκο, προς τιμήν της Αυστραλιανής υψιφώνου *Nellie Melba*, τα *Tournedos Rossini*, τις τρυφερές φέτες από το εσωτερικό του φιλέτου μόσχου, με *foie gras* και τρούφες, προς τιμή του μεγάλου Ιταλού συνθέτη, άλλα προς τιμήν του *Giuseppe Verdi* και της ηθοποιού *Sarah Bernhardt*, το κοτόπουλο *Marengo*, από τη μάχη εκεί που ο *Ναπολέων* νίκησε τους Αυστριακούς το 1800 και πλήθος άλλων. Ο *Escoffier* άφησε τρία περίφημα βιβλία, *Le Livre des menus* (1924), *Ma Cuisine* (1934), και *Le Guide culinaire* (1921), ενώ σε συνεργασία με τον μεγαλοεπιχειρηματία ξενοδοχείων *Cesar Ritz*, συνέβαλε στη δημιουργία μιας μεγάλης αλυσίδας πολυτελών ξενοδοχείων ανά τον κόσμο.

Στα τέλη της δεκαετίας του '50, μια ομάδα νέων Γάλλων σεφ υπό την καθοδήγηση των *Paul Bocuse*, *Michel Guerard*, τους αδελφούς *Troisgros* και *Alain Chapel* εφεύραν ένα καινούργιο ρυθμός μαγειρικής που ονομάστηκε *nouvelle cuisine*, που αγνόησε την κωδικοποίηση του *Escoffier*, αντικαθιστώντας τους κανόνες του με μια άλλη φιλοσοφία και δημιουργώντας μια αντι-σχολή απέναντι την γαλλική *grande cuisine*. Η *nouvelle cuisine* επέφερε πολλές απλοποιήσεις επί το υγιεινότερο και οικονομικότερο, χρησιμοποιώντας πολλή φαντασία και δημιουργικότητα. Μέσα από αυτή ο σεφ αναγνωρίζεται ως καλλιτέχνης δημιουργός.

Μέρος Β΄

Κεφάλαιο 6. Μελέτη Περίπτωσης Του Εστιατορίου Σπονδή.

6.1 Πρόλογος

Το εστιατόριο Σπονδή είναι δημιουργία του Απόστολου Τραστέλη. Άνοιξε το 1996 και βρίσκεται στο Παγκράτι, σε μια ιστορική συνοικία στο κέντρο της Αθήνας πίσω από το Παναθηναϊκό στάδιο εκεί που διεξήχθησαν οι πρώτοι ολυμπιακοί αγώνες το 1896.

Το εστιατόριο «Σπονδή» θεωρείται εδώ και χρόνια ως ένα από τα top gourmet σημεία συνάντησης για τους λάτρεις του καλού φαγητού. Είναι ένα από τα πλέον επιτυχημένα εστιατόρια και έχει τιμηθεί πολλάκις από κριτικούς. Χαρακτηριστικό είναι πως έχει κερδίσει δυο αστέρια Michelin. Το χαρακτηριστικό του εστιατορίου, είναι ότι βασίζεται κυρίως σε γαλλικά πιάτα, τα οποία συνδυάζονται με αρώματα Μεσογείου.

Έχοντας καταφέρει να συνδυάσει μια πολύ μεγάλη γκάμα διαφορετικών φαγητών και ταυτόχρονα να αναδείξει τον καλύτερο εαυτό τους, το εστιατόριο «Σπονδή» αποτελεί σίγουρα ένας από τους πιο θελκτικούς προορισμούς για αυτούς που θέλουν να γευτούν εντυπωσιακές και ντελικάτες συνταγές και διαθέτουν τα ανάλογα χρήματα.

6.2 Σκοπός Μελέτης

Ο σκοπός αυτής της μελέτης είναι να διευρύνει τις γνώσεις μας σχετικά με την διαχείριση και τα είδη των στρατηγικών μάρκετινγκ που χρησιμοποιούνται, με στόχο να διατηρήσουν ανταγωνιστικό πλεονέκτημα. Πολυάριθμα εστιατόρια εισέρχονται στην αγορά και το καθένα προσπαθεί να διαφοροποιηθεί από τους υπόλοιπους ανταγωνιστές.

Το εστιατόριο Σπονδή επιλέχθηκε ως μελέτη περίπτωσης για την εργασία αυτή, λόγω της εξαιρετικής του Γαλλικής κουζίνας, της συγκέντρωσης ικανότατων στελεχών στο service και των βραβείων που παίρνει. Μέσα από αυτήν την μελέτη κατανοήσαμε τους κρίσιμους παράγοντες πίσω από την επιτυχία της Σπονδής καθώς και τα υψηλά πρότυπα ποιότητας που προσφέρονται στους πελάτες της. Το εστιατόριο Σπονδή λαμβάνει υπόψη την παραμικρή λεπτομέρεια σε σχέση με την ικανοποίηση των αναγκών των πελατών και τους εξασφαλίζει μια γαστρονομική εμπειρία.

Από την έρευνα συμπεράναμε πως ένα επιτυχημένο εστιατόριο προσφέρει πολύ περισσότερα από καλό φαγητό. Η ποιότητα του service παίζει σημαντικό ρόλο στην διατήρηση της πελατείας καθώς η διαφήμιση από στόμα σε στόμα είναι πολύ σημαντική.

Η καλή διαχείριση είναι επίσης ζωτικής σημασίας και το προσωπικό εργάζεται ομαδικά για να ευχαριστήσει και να ικανοποιήσει τους πελάτες του, συμβάλλοντας παράλληλα και στη καλή φήμη του χώρου όπου εργάζεται.

Για τα μελλοντικά σχέδια του εστιατορίου Σπονδή οι προοπτικές είναι θετικές και θα συνεχίσει την βελτίωση και την καινοτομία για να προσφέρει θαυμάσιες τροφές και παροχή υψηλών υπηρεσιών στους πελάτες της.

6.3 Στόχος

Μέσα από αυτή την μελέτη περίπτωσης, έχουμε ως στόχο να συγκεντρώσουμε πληροφορίες σχετικά με:

- α) Τους παράγοντες που συμβάλουν στην επιτυχία του εστιατορίου Σπονδή.
- β) Τις πτυχές του εστιατορίου που προσελκύουν τους πελάτες να δειπνήσουν εκεί.
- γ) Στρατηγικές μάρκετινγκ που χρησιμοποιεί το εστιατόριο και τα σχέδιά τους για το μέλλον.
- δ) Τη διαδικασία που ακολουθείται για τη λήψη αποφάσεων από τη διοίκηση κατά τη διάρκεια της λειτουργίας της επιχείρησης.

6.4 Ιστορικό

Σπονδή ονόμαζαν οι αρχαίοι την Προσφορά των θνητών προς τους Θεούς, δηλαδή την έκχυση στον βωμό διαφόρων θρεπτικών ή πολυτίμων υγρών, όπως λ.χ. αρωμάτων, οίνου, ελαίου κ.ά. Κάπου στα μέσα του 1996 που εγκαινιάστηκε το εστιατόριο, κανείς δε μπορούσε να προβλέψει το grand restaurant που έμελλε να γίνει. Κάτι που βοήθησε την Σπονδή στο να διαφοροποιηθεί από τον ανταγωνισμό την εποχή εκείνη, ήταν ότι ελάχιστα ήταν τα εστιατόρια που έδιναν τόση βαρύτητα στο θέμα του κρασιού. Και, ακόμα λιγότερα ήταν τα εστιατόρια που έχοντας κατά νου τη σημασία του ρόλου του σομελιέ, είχαν προσλάβει ένα άνθρωπο για να διαχειρίζεται το κρασί. Όταν κάποτε ρωτήθηκε ο Απόστολος Τραστέλης, ο τελειομανής ιδιοκτήτης της Σπονδής τι τον ώθησε να προσλάβει οινοχόο, απάντησε ότι για να λειτουργήσει σωστά ένα εστιατόριο χρειάζεται έναν υπεύθυνο άνθρωπο που θα «τρέχει» τον κάθε τομέα, συνεπώς και ο τομέας κρασί χρειαζόταν το δικό του.

Γι' αυτό κι ο ίδιος αποφάσισε να εμπιστευθεί κάποιους επαγγελματίες και να αποδεχθεί τις επιλογές τους, οι οποίες βασιζόνταν ίσως περισσότερο σε αυτό που ονομάζουμε «προσωπικό μεράκι» και «πάθος για τη δουλειά», παρά σε επιστημονικές περγαμινές. Έτσι, η Σπονδή απέκτησε οινοχόους που καθοδήγησαν τις οινικές επιλογές, αναζητώντας την αρμονία με πιάτα που κάθε άλλο από εύκολα χαρακτηριζόταν.

Τα πιάτα της Σπονδής είναι πάντα ένα βήμα πιο μπροστά απ' αυτό που περιμένεις. Πιάτα που αλλάζουν και προσαρμόζονται ανάλογα με τις εποχές, πιάτα με «δύσκολα» υλικά σε απλό αποτέλεσμα, και αντίθετα με απλά υλικά σε γευστικές πρωτοτυπίες που ενθουσιάζουν και ξαφνιάζουν. Ένα δείπνο εκεί είναι μια στιγμή γαστρονομικής εμπειρίας, ένα σύγχρονο συμπόσιο όπου φυσικά ο ρόλος του οινοχόου είναι εξίσου σημαντικός και δύσκολος.

Η ιστορία έδειξε ότι όλα πήγαν πολύ καλά και στιγμές εξαιρετικών απολαύσεων βοήθησαν να καταταχθεί η Σπονδή στις πρώτες θέσεις, πολύ πριν φτάσει ο κατάλογος των κρασιών της στις χίλιες πεντακόσιες και στις δύο χιλιάδες ετικέτες, που έφτασε φέτος. Γεγονός που δεν αγνοούμε μεν, αλλά, δεν θεωρούμε και πρωτεύον, δεδομένου ότι ένας κατάλογος κρίνεται κατ' αρχήν από τις επιλογές του.

6.5 Υπεύθυνος Εστιατορίου

Ένας από τους βασικούς πρωταγωνιστές στην σκηνή της ελληνικής γαστρονομίας τα τελευταία χρόνια αν και απόφοιτος της φαρμακευτικής σχολής είναι ο Απόστολος Τραστέλης είναι επιτυχημένος restaurateur με συνεχείς διακρίσεις στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Είναι ιδιοκτήτης των πιο διάσημων ελληνικών εστιατορίων, μεταξύ των οποίων είναι η Σπονδή και η Χύτρα. Η Σπονδή είναι το μοναδικό εστιατόριο της Αθήνας με 2 αστέρια Michelin. Είναι μέλος του Relais & Chateaux και συγκαταλέγεται στα Grandes Tables du Monde.

Παράλληλα ο Απόστολος Τραστέλης δημιούργησε και διευθύνει μια εταιρία Management & Consulting άλλων εστιατορίων τα οποία επίσης αποσπών συνεχώς διακρίσεις και βραβεία. Ανάμεσα τους το Electra palace, τα 4 εστιατόρια του Sani Resort στην Χαλκιδική, το kiku, το cavo tagoo στην Μύκονο, το orloff στις Σπέτσες και το liostasi στην Ίο. Ενώ στην λίστα θα προστεθεί ένα ακόμα διαμάντι το εστιατόριο fuga στο Μέγαρο Μουσικής.

Ο Απόστολος Τραστέλης έχει συνεργαστεί με κορυφαίους chef από όλο τον κόσμο, δημιουργώντας διάφορα φεστιβάλ γαστρονομίας τόσο στην σπονδή όσο και στο sani resort. Αξίζει να αναφερθεί η συνεργασία του με τον κορυφαίο chef στον κόσμο Eric Frechon του ξενοδοχείου Bristol στο Παρίσι, βραβευμένο με τρία αστέρια Michelin και consultant chef της Σπονδής.

6.6 Χαρακτήρας Εστιατορίου

Ο Απόστολος Τραστέλης, το 1996 επέλεξε δύο παλιές μονοκατοικίες στην Πλατεία Βαρνάβα, πίσω από το Καλλιμάρμαρο, τις οποίες ανακαίνισε πλήρως σε τρία διαφορετικά επίπεδα. Το υπόγειο κελάρι όπου σήμερα φυλάσσονται 1.300 ετικέτες επιλεγμένων κρασιών του ελληνικού και του παγκόσμιου αμπελώνα καθώς επίσης και 300 ετικέτες διαφόρων ποτών, το ισόγειο και τον πρώτο όροφο. Κάθε χρόνο, από τον Μάιο έως τον Οκτώβριο αξιολογούνται οι δύο πνιγμένες στο πράσινο βεράντες των μονοκατοικιών.

Τα βασικά χαρακτηριστικά της ανακαίνισης ήταν ο σεβασμός στην παραδοσιακή αρχιτεκτονική των κτιρίων και η ανάπλαση του χώρου με κομψότητα, αισθητική και σχολαστική προσοχή ακόμα και στην τελευταία λεπτομέρεια με τρόπο που να μεταδίδει στον επισκέπτη την αίσθηση του αυθεντικού, την ατμόσφαιρα της κομψής, «αριστοκρατικής» παράδοσης του αναπαλαιωμένου χώρου.

Με δεδομένο τον μοναδικό αυτό χώρο, ο Απόστολος Τραστέλης δεν δίστασε να επιλέξει καταξιωμένους Chef για να συνδυάσει τον ιδανικό χώρο του εστιατορίου με την ιδανική κουζίνα. Οι Chef που πέρασαν από το εστιατόριο (*Άρης Τσανακλίδης, Ρόμπερτ Σερβάτκα, Ερβέ Προυζάτο, Ζερόμ Σέρρες, Arnaud Bignon, Michel del Burgo*) δικαίωσαν και με το παραπάνω τις επιλογές του δημιουργού της «**Σπονδής**», κάτι που αναμένεται να συμβεί και με τον ελληνικής καταγωγής νεαρό sous chef, Άγγελο Λοντό ο οποίος μόλις ανέλαβε τα καθήκοντα του.

Το εστιατόριο συνδυάζει ιδανικά την κλασική με την μοντέρνα Γαλλική κουζίνα, κατέκτησε την φήμη που απολαμβάνει σήμερα με την απλόχερη προσφορά μιας μοναδικής εμπειρίας υψηλής γαστρονομίας όπου όλα λειτουργούν άψογα: Το μενού που αλλάζει ανάλογα με την εποχή, η εκτέλεση του σε όλα ανεξαιρέτως τα πιάτα, το σέρβις, η πλούσια κάβα των εξαιρετικών κρασιών που συνδυάζονται με κάθε πιάτο ξεχωριστά κ.α. Το μενού περιλαμβάνει υποαλλεργικά πιάτα μετά από

συνεννόηση, φρέσκα ζυμαρικά, πιάτα για διαβητικούς, διαίτης, με βιολογικά προϊόντα, vegetarian, νηστίσιμα, της ώρας καθώς και φρέσκο ψάρι.

Η Σπονδή είναι ένα ακριβό εστιατόριο με μέση κατανάλωση από 70 έως 130 Ευρώ/άτομο που ανταποδίδει όμως το υψηλό για την εποχή μας τίμημα που εισπράττει. Η κουζίνα του λειτουργεί καθημερινά από τις 8 έως τις 11 το βράδυ με «πρώτη ύλη» τα πιο φρέσκα προϊόντα. Αξίζει τον κόπο, έστω και για μια φορά, να απολαύσετε μια γαστρονομική εμπειρία εξαιρετικά υψηλού επιπέδου στο *Εστιατόριο*.

6.7 Στρατηγική - Μάρκετινγκ

Στην κατηγορία πολυτελών εστιατορίων υπάγονται οι διάφορες Ευρωπαϊκές, ανατολίτικες και ασιατικές κουζίνες. Αυτά τα εστιατόρια βασίζονται στη ποιότητα αλλά και στις τιμές που είναι πιο υψηλές από αυτές του γρήγορου φαγητού. Τα μεγάλα και καλά εστιατόρια βασίζονται στη πρωτοτυπία και τη ποιότητα, προσφέροντας το διαφορετικό προκειμένου να προσελκύσουν μια ειδική κατηγορία πελατών που έχουν να το πληρώσουν. Δεν είναι τυχαίο που ο οδηγός Michelin απένειμε στο εστιατόριο το 2ο αστέρι της. Σίγουρα ο πρώτος λόγος είναι η συνέπεια. Στην εκτέλεση των πιάτων, που δεν είναι τη μια φορά καλά και την άλλη μέτρια. Στη διαρκή αναζήτηση για βελτίωση αλλά συνέπεια και στο σέρβις. Στην art de la table που διαρκώς εμπλουτίζεται, στον χώρο που ανακαινίστηκε και στην κάβα που σταδιακά μεγαλώνει.



6.7.1 Τα πιάτα

Αυτό που προσφέρει η Σπονδή στην Ελλάδα είναι μοναδικό. και δεν αναφερόμαστε στις εξάισιες γεύσεις, εκείνες που δικαίως έχουν κερδίσει τα Michelin και τους Χρυσούς Σκούφους. Αναφερόμαστε στο γεγονός ότι τρώγοντας τα πιάτα της Σπονδής δοκιμάζει κανείς γεύσεις που κυριολεκτικά απογειώνουν και που εμπεριέχουν μοναδική έμπνευση, γνώση, δημιουργικότητα. Η ρόκα σε δροσερή σούπα, ταρτάρ από λαβράκι και αυγά ψαριών anruga, κρούστα από φουντούκι και αφρό από λάιμ είναι ένα πιάτο απίστευτης φινέτσας. Γλυκό με ξινό, ζεστό με κρύο. Μία σύνθεση αντιθέσεων. Η ουσία της υψηλής γαστρονομίας. Και μετά το Φουά γκρα με τρεις τρόπους. Ίσως το καλύτερο πιάτο Φουά γκρα που κυκλοφορεί στην Ευρώπη.

6.7.2 Η κουζίνα

Η Σπονδή καταφέρνει και διατηρείται με μεγάλη φροντίδα και παρά την αποχώρηση του Arnaud Bignon ο οποίος ήταν για χρόνια επικεφαλής σεφ της Σπονδής και ο οποίος επέλεξε να κάνει μια νέα αρχή στο γνωστό εστιατόριο στο Λονδίνο του Marion Abela, ‘‘The Greenhouse’’, το φαγητό της Σπονδής διατηρείται σε πολύ υψηλά επίπεδα διατηρώντας τα δύο της αστέρια Michelin.

Τη θέση του Arnaud πήρε ο ελληνικής καταγωγής νεαρός sous chef, Άγγελος Λοντός ο οποίος έχει επιμεληθεί τη νέα κάρτα του εστιατορίου. Δημιουργεί υπέροχα πιάτα υψηλής γαστρονομίας, όπως είναι η τρούφα Βουργουνδίας, με πατάτα, ζιρόλ και αμύγδαλο και το κοτόπουλο με φυστικοβούτυρο, σέλερι και καρύδα. Και φυσικά το μενού δε μπορεί να κλείσει παρά μόνο με μια γλυκιά γεύση από Βανίλια, με σοκολάτα Εκουαδόρ, καφέ και νουγκατίνα αμυγδάλου.



6.7.3 Ατμόσφαιρα

Η σπονδή ξεκίνησε το 1996 ως μπιραρία γι αυτό και είναι κατασκευασμένη από πέτρα, ξύλο και σίδηρο. Εσωτερικά, ο χώρος είναι πολύ κομψός, με εξαιρετικό φωτισμό και προσοχή στην παραμικρή λεπτομέρεια. Παρατηρείται μια art de la table άλλου επιπέδου και ένας χώρος που είναι φτιαγμένος στα πρότυπα των «μεγάλων» εστιατορίων.

Δεν είναι τυχαίο ότι στην μπροστινή αίθουσα θα φάτε σε limoges πορσελάνες και θα πιείτε σε ποτήρια Baccarat, ενώ τα μαχαιροπήρουνα είναι Laguiole και ασημένια Ercui. Ταυτόχρονα, η σάλα της Σπονδής απέκτησε ευρωπαϊκή αύρα με την μετάκληση του Christian Pottel (επίσης γενικός διευθυντής). Έχοντας συνεργαστεί με αρκετά άλλα διάστερα και τριάστερα εστιατόρια στο εξωτερικό, έφερε το know-how του γαλλικού service. «Σημασία έχει η προσοχή σε όλες τις λεπτομέρειες. Αυτές είναι που κάνουν τη διαφορά», δηλώνει.

6.7.4 Service - Εξυπηρέτηση

Το σέρβις δεν μπορεί παρά να είναι άρτιο σε αυτό το εστιατόριο η υποδοχή του κάθε πελάτη γίνεται με φιλική χαλαρότητα, αλλά και χαρακτηριστική ευγένεια. Η εξυπηρέτηση μοιάζει κάπως παλιομοδίτικη και πιο αυστηρά τοποθετημένη, αλλά παράλληλα αρκετά χαλαρή ώστε να μην φαίνεται εκτός εποχής. Κάθε μικρή λεπτομέρεια είναι σημαντική στην διατήρηση της καλής υπηρεσίας, για παράδειγμα χαλασμένα τραπεζομάντιλα δεν επαναχρησιμοποιούνται ,τα ποτήρια και τα μαχαιροπήρουνα είναι πάντα καλά γυαλισμένα και οι τουαλέτες διατηρούνται πάντα καθαρές.

Μόλις ο πελάτης μπει στο μαγαζί τον πλαισιώνουν και τον καθίζουν οι σερβιτόροι και αργότερα αναλαμβάνει ο σομελιέ. Πριν το κυρίως πιάτο, σερβίρεται το λεγόμενο "καλωσόρισμα": μια τριλογία amuse bouche που αποτελείται από έναν κύβο από μους παντζαριού, πασπαλισμένο με καρύδι, ένα μικροσκοπικό χωνάκι με απαλό πουρέ πατάτας με κολιάνδρο και μια τερνί από φουαγκρά με επικάλυψη από ποπκόρν καθώς και διαφόρων λογίων ψωμάκια, από ένα τεράστιο πανέρι.

Οι σερβιτόροι είναι καλά ενημερωμένοι για την κάρτα του μενού και τι περιλαμβάνει πράγμα που τους κάνει να είναι σε θέση να βοηθούν τον πελάτη στην επιλογή των φαγητών που περιέχονται στον τιμοκατάλογο του καταστήματος. Στη συνέχεια, παίρνουν την παραγγελία και τη μεταφέρουν στο μάγειρα ή στο προσωπικό

που ετοιμάζει τα ορεκτικά, τις σαλάτες, το κύριο φαγητό ή τα ποτά. Κατόπιν τα σερβίρει, ελέγχει μήπως υπάρχουν ελλείψεις στο τραπέζι, παρακολουθεί συνέχεια τις ανάγκες που έχει ο πελάτης και φροντίζει για την είσπραξη του λογαριασμού.

Ο σερβιτόρος που έχει καθήκοντα βοηθού στρώνει και ετοιμάζει το τραπέζι, φέρνει τα σερβίτσια (ποτήρια, πιρούνια, μαχαίρια), σερβίρει το ψωμί και τα ποτά.

Οι άνθρωποι του service της σπονδής είναι επαγγελματίες και το βλέπουν όλο αυτό ακόμα και με μια διάσταση λειτουργήματος παρ' όλο που η αγορά <επιβάλλει> σχετικά χαμηλές αποδοχές και δεν επιβραβεύει τέτοιες προσπάθειες. Οι περισσότεροι που δουλεύουν στην σπονδή θα μπορούσαν σήμερα να πάνε σε μια άλλη κουζίνα και να διπλασιάσουν την αμοιβή τους αλλά παραμένουν στο εστιατόριο από αγάπη και επειδή εκεί εξελίσσονται συνεχώς.

6.7.5 Σομελιέ / Wine-list

Η λέξη «sommelier» προέρχεται από την παλιά, παραδοσιακή διάλεκτο της Προβηγκίας. Προφέρεται «σομελιέ» και η ρίζα της ανήκει στον «saumalier», ο οποίος ήταν ο οδηγός του ζώου που μετέφερε τα τρόφιμα – προμήθειες στις αυλές των Γάλλων βασιλέων και αριστοκρατών. «Sauma» λοιπόν ονομαζόταν το φορτίο αυτό. Στην ελληνική Μυθολογία, ο Γανυμήδης ήταν ο οινοχόος των θεών. Ο Δίας, γοητευμένος από την καταπληκτική ομορφιά αυτού του νέου πρίγκιπα της Τροίας, μεταμορφώθηκε σε αετό, και αρπάζοντάς τον, τον μετέφερε στον Όλυμπο, όπου του έδωσε αθανασία και έζησε εκεί ως οινοχόος (οίνος + χέω) των θεών. Στην Αρχαία Ελληνική Γραμματεία, υπάρχουν αναφορές «στον τρόπο που πρέπει να πίνεται το κρασί» (Ξενοφών, *Συμπόσιον*, 2.24 – 2.27).



Τον sommelier τον συναντούμε συχνότερα σε εστιατόρια πολυτελείας. Με την παραπάνω έννοια αναφερόμαστε σε εστιατόρια με ιδιαίτερη και δημιουργική κουζίνα (gourmet). Κι αυτό γιατί δεν είναι δύσκολο να συνδυάσει κάποιος ένα απλό φιλέτο με ένα κρασί – όταν όμως ένα πιάτο συνδυάζει ετερόκλητες γεύσεις και αρώματα, απαιτείται ένας άνθρωπος που να γνωρίζει και τα διαφορετικά χαρακτηριστικά κάθε κρασιού της λίστας που (εννοείται) πως διαθέτει το εστιατόριο. Έτσι λοιπόν, τα καθήκοντα του οινοχόου είναι συγκεκριμένα:

1. Δημιουργία και διαχείριση της λίστας κρασιού, σε στενή συνεργασία με τον chef, δηλαδή ανάλογα τα πιάτα που αυτός δημιουργεί και σύμφωνα με το budget της επιχείρησης.
2. Αρμονικός συνδυασμός φαγητού και κρασιού.
3. Δημιουργία και επιτυχημένη διαχείριση της κάβας του εστιατορίου (σωστή τιμολόγηση με το ανάλογο κέρδος για τον εστίατορα και φυσικά την ιδανική συντήρηση των φιαλών).
4. Service του κρασιού, σύμφωνα με το πρωτόκολλο της Διεθνούς Ένωσης Οινοχόων – Association de la Sommellerie Internationale (ASI).
5. Service όλων των ποτών (νερό, αποστάγματα, καφές, τσάι).
6. Service πούρων.

Είναι σαφές πως το επάγγελμα αυτό απαιτεί συγκεκριμένες δεξιότητες. Γνώσεις γευσιγνωσίας, ταλέντο μνήμης και ακριβούς περιγραφής του κάθε ποτού στον πελάτη, όπως επίσης και οικονομίας (αγορά – πώληση – κέρδος). Ο οινοχόος πρέπει να γνωρίζει την τέχνη του art de la table και να έχει καλές γνώσεις εστιατορικής, καθώς είναι σύνηθες το φαινόμενο να κατέχει την θέση του υπό-μαιτρ ή του αρχισερβιτόρου.

Για τα κρασιά και ποτά του εστιατορίου υπάρχει ένας πλούσιος κατάλογος, που περιλαμβάνει 1300 ετικέτες κρασιών αλλά και 300 ετικέτες από ποτά όπως malt whiskies, αποστάγματα οίνου, κ.α. Τα κρασιά είναι Ελληνικά, Γαλλικά, Ιταλικά, Νέου Κόσμου και καλύπτουν όλα τα γούστα.

Ο Σίμος Γεωργόπουλος γεννήθηκε στην Αθήνα και παρόλο που αποφοίτησε από το τμήμα Οικονομικών του Πανεπιστημίου Αθηνών αποπλανήθηκε από τον κόσμο του κρασιού

Είναι ανεξάρτητος συγγραφέας κρασιού γράφοντας τρεις στήλες στο ένθετο “Gourmet”

της εφημερίδας "Ελευθεροτυπία", που πουλάει περισσότερα από 200.000 αντίτυπα. Ταυτόχρονα είναι καθηγητής στο "IEK Le Monde" που προσφέρει το μοναδικό τμήμα sommelier στην Ελλάδα. Επίσης εργάζεται στην εταιρία διανομής οίνων "Οινοτράπεζα Παυλίδη" και είναι εκπρόσωπος στην Ελλάδα του οργανισμού Comite Interprofessionel du Vin de Champagne (CICV).

Είναι συγγραφέας του οδηγού Ελληνικών κρασιών "Only the Best" και συμμετέχει σαν κριτής σε διάφορους διεθνείς διαγωνισμούς κρασιού.

Στη "Σπονδή" είναι σύμβουλος sommelier εδώ και τρία χρόνια, κατά τα οποία η "Σπονδή" έχει κερδίσει τα βραβεία καλύτερης λίστας κρασιών των περιοδικών "Αθηνόραμα" και "E- Gourmet".

Ο Bertrand Moreau γεννήθηκε στην πόλη Angers της οινοπαραγωγού κοιλάδας του ποταμού Loire. Μετά τις σπουδές του έφυγε στο Λονδίνο όπου εργάστηκε σαν Sommelier στο Savoy Palace και σαν Head Assistant Sommelier στο Lanesborough Hotel. Βρίσκεται στην "Σπονδή" τα τελευταία δύομιση χρόνια.

6.7.6 Προμηθευτές

Η παροχή ποιοτικών τροφίμων για τα εστιατόρια γενικά και ειδικά για το εστιατόριο σπονδή όπου η ποιότητα των πρώτων υλών παίζει πρωταρχικό ρόλο είναι πολύ σημαντική, για να εξασφαλιστεί ότι θα έχουν την καλύτερη τιμή αλλά χωρίς συμβιβασμούς στη ποιότητα οι υπεύθυνοι έχουν δημιουργήσει μια πολύ καλή προμηθευτή-πελάτη σχέση. Ο καλύτερος τρόπος για να συμβαδίσει μια τέτοια σχέση είναι να πληρώνουν τους προμηθευτές αμέσως. Το εστιατόριο σπονδή προμηθεύεται από τους καλύτερους παραγωγούς της Ελλάδας ενώ πολλά προϊόντα όπως οι τρούφες, οι πάπιες, τα φουα γκρα, έρχονται απευθείας από την Γαλλία.

6.7.7 Σχέση ποιότητας τιμής

Το γκουρμέ τελετουργικό που στήνουν τα εστιατόρια στο top end της γαστρονομικής κλίμακας, λόγω χάρη το Μενού της Ανακάλυψης στη «Σπονδή», τα Omakase στο «Matsuhisa», τα γευσιγνωστικά μενού του «Hytra», του «Electra Restaurant» ή του «Botrini's», προφανώς δεν απευθύνεται σε όλους (μια και οι παραπάνω σειρές πιάτων κοστίζουν από €65 έως €128 το άτομο χωρίς το κρασί), πόσο μάλλον σε μια εποχή οικονομικής δυσπραγίας. Όμως πλέον, ακριβώς και λόγω των

συνθηκών, κάποιος που εστιάζει στο ίδιο το φαγητό και βρίσκει προκλητικό έναν τέτοιο γευστικό «κώδικα» μπορεί να κρίνει και τη σχέση ποιότητας-τιμής ανάλογα ενορχηστρωμένων προτάσεων. Η υψηλή γαστρονομία είναι ούτως ή άλλως σπορ που κοστίζει –ενδεικτικά αναφέρουμε ότι στο παρισινό «L’Aproche» το degust κοστίζει € 320, το ίδιο και στο νεοϋορκέζικο «Masa», ενώ πολλά τρίαστερα εστιατόρια κινούνται σε ανάλογα επίπεδα τιμών και ο καθένας μπορεί να θέσει τα δικά του όρια στην αναζήτηση μιας αξέχαστης μπουκιάς.

Τα εστιατόρια στην Ελλάδα είναι ακριβά και αυτό επειδή δεν δίνουν υπηρεσίες στο επίπεδο των χρημάτων που ζητούν, δεν υπάρχει μια λογική σχέσης ποιότητας/τιμής. Η Σπονδή, μπορεί να είναι ένα ακριβό εστιατόριο, η ποιότητα αυτή όμως κοστίζει ακόμη περισσότερο στο εξωτερικό. Οι τιμές του εστιατορίου είναι δύσκολο να αλλάξουν. Αλλά έτσι κι αλλιώς, είναι προσιτές συγκριτικά με τα άλλα διάστερα εστιατόρια στον κόσμο. Για πελάτες που θέλουν να επισκεφτούν το εστιατόριο για πρώτη φορά υπάρχει μενού γνωριμίας τεσσάρων πιάτων με €5 τις καθημερινές.

6.8 Ιεραρχία εστιατορίου

Παρά το γεγονός ότι υπάρχει ένα σύστημα ιεραρχίας στο εστιατόριο, το σύνολο του προσωπικού αντιμετωπίζουν ο ένας τον άλλον με σεβασμό. Ο κ. Τραστέλης θέλει ο καθένας να έχει λόγο στο εστιατόριο και ακούει με προσοχή όλες τις απόψεις από το προσωπικό του. Το προσωπικό, πληρώνεται έγκαιρα κάθε μήνα καθώς αυτό διασφαλίζει την ίση μεταχείριση μεταξύ των υπαλλήλων. Η αξιολόγηση του προσωπικού γίνεται κάθε μέρα και εκτός από κάποια χρηματικά bonus που δίνονται στο προσωπικό σαν κίνητρα για να δώσουν τον καλύτερο εαυτό τους στην δουλειά χρησιμοποιεί και άλλους τρόπους για την παρακίνηση τους όπως ρεπό όταν έχει κάποιος γενέθλια, δωρεάν γεύμα στο εστιατόριο ή μικρά δώρα όπως μπλούζες, αναπτήρες για να δείξει το ενδιαφέρον του.

Η ροή επικοινωνίας μεταξύ του restaurant manager και του executive chef είναι πολύ καλή. Ο καθένας έχει τις δικές του εργασίες και η ομαδική εργασία εξασφαλίζει την αποτελεσματική εξυπηρέτηση των πελατών. Η κατανόηση μεταξύ τους είναι πολύ σημαντική για να διατηρείται η αρμονική σχέση μεταξύ του προσωπικού της κουζίνας και του προσωπικού της σάλας.

Το εστιατόριο καλωσορίζει σερβιτόρους με πολύ ή λίγη εμπειρία. Οι σερβιτόροι είναι πολύ σημαντικοί για το εστιατόριο καθώς είναι οι πρώτοι άνθρωποι που συναντούν οι πελάτες, για τον λόγο αυτό προσλαμβάνουν άτομα που έχουν όρεξη για δουλειά και ειλικρινά δείχνουν να αγαπούν αυτό που κάνουν. Όλο το προσωπικό ενημερώνεται καθημερινά για το ποια τραπέζια θα αναλάβει στην βάρδια του. Κατά την διάρκεια της εργασίας τους θα πρέπει να καλωσορίζουν τους πελάτες, να τους δείξουν το τραπέζι τους, να λάβουν παραγγελίες, να σερβίρουν το φαγητό να φροντίζουν τις ανάγκες του πελάτη, να εισπράττουν λογαριασμούς, να καθαρίζουν τα τραπέζια και να βάζουν καινούρια τραπεζομάντηλα και μαχαιροπίρουνα.

Όλο το προσωπικό της σπονδής εκπαιδεύεται επαρκώς πριν του επιτραπεί να εξυπηρετήσει πελάτες. Συνήθως το πιο έμπειρο προσωπικό μαθαίνει το νέο. Κατά την πρώτη μέρα εκεί έχουν ως μοναδική υποχρέωση να παρατηρούν και να μαθαίνουν πως λειτουργεί το service.

6.9 Βραβεία Σπονδής

Η σπονδή αποτελεί αυτή την στιγμή το καλύτερο εστιατόριο της Αθήνας σύμφωνα με δημοσιεύσεις και τις βραβεύσεις με τις οποίες έχει τιμηθεί.

- Η Σπονδή για έντεκα συνεχόμενα χρόνια (2001-2011) βραβεύεται ως το "Καλύτερο Εστιατόριο Της Ελλάδας" (Αθηνόραμα, Χρυσοί Σκούφοι)
- Από το 2004 η Σπονδή είναι μέλος του [Relais & Chateaux](#) Relais Gourmands
- Το 2007 το περιοδικό "Restaurant Magazine" κατατάσσει το εστιατόριο στην 61η θέση στα 100 καλύτερα εστιατόρια του κόσμου
- Το 2002 η Σπονδή πήρε το πρώτο αστέρι Michelin [Guide Michelin](#)
- Το 2008 η Σπονδή πήρε το δεύτερο αστέρι Michelin [Guide Michelin](#)

6.10 Προβλήματα - Αδυναμίες

Η εστίαση, ένας κλάδος που βρέθηκε σε άνθηση τα τελευταία χρόνια, μπήκε στον κυκεώνα της κρίσης. Επιχειρήσεις κατεβάζουν ρολά, εστιατόρια υπολειτουργούν, υπηρεσίες υποβαθμίζονται. Η ως τώρα, σε πολλούς τομείς, αρνητική εικόνα της Ελλάδας μπορεί να ανατραπεί φασούλι το φασούλι, ανά τομέα, ανά δραστηριότητα. Δεδομένου ότι έχουμε πολλούς νέους, ορεξάτους και καλούς σεφ, η μαγειρική προσφέρεται για αυτό. Όσοι καλούνται να παρουσιάσουν τις δημιουργίες τους στο

παγκόσμιο κοινό, κατά κανόνα μαγειρεύουν ελληνικά. Το ελληνικό εστιατόριο άρχισε να ακούγεται στο εξωτερικό. Στη θαλπωρή της μητέρας πατρίδας, όμως, τα πράγματα βαίνουν από το κακό στο χειρότερο, καθώς μια σειρά αποφάσεων και πολιτικών δίνουν τη χαριστική βολή. Τα στοιχεία δείχνουν ότι στην προσπάθεια να λυθούν προβλήματα δημιουργούνται καινούργια.

Η εστιατορική δεν αφορά μόνο την άσκηση επιχειρηματικής δραστηριότητας. Πρόκειται για την επέκταση του δημόσιου χώρου και η κοινωνική συναναστροφή είναι από τα πρώτα ζητούμενα. Η χώρα μας έχει επιβάλει πλέον 13% ΦΠΑ, που είναι ένα από τα υψηλότερα στην ευρωπαϊκή εστίαση. Σε χώρες ανταγωνιστικές τουριστικά και συγγενείς γαστρονομικά, έχουμε από 5,5% (Γαλλία) ως 10% (Ιταλία).

Στο ενδιάμεσο βρίσκονται η Ισπανία, η Κύπρος, η Τουρκία με 8%. Την ίδια στιγμή, καύσιμα, ηλεκτρικό ρεύμα, εισιτήρια πλοίων, διόδια, μεταφορικά, πρώτες ύλες, φορολογία, όλα ανεβαίνουν με άμεσο αντίκτυπο όχι μόνο στο εστιατόριο, αλλά σε όλον τον κλάδο, από την παραγωγή πρωτογενούς και δευτερογενούς τομέα ως την κατανάλωση.

Το πρόβλημα είναι τεράστιο. Καθώς αργά, αθόρυβα και σταθερά σκάει η φούσκα της εστίασης, συρρικνώνεται ένας χώρος που λειτουργούσε και ως τόπος επικοινωνίας. Διότι η εστιατορική δεν αφορά μόνο την άσκηση επιχειρηματικής δραστηριότητας.

6.11 Ανταγωνισμός

Εκτός από την σπονδή βεβαίως υπάρχουν και αλλά *gourme* βραβευμένα εστιατόρια και πολλά επίσης που ειδικεύονται στην γαλλική κουζίνα. Αυτό δημιουργεί ανταγωνισμό, παρόλα αυτά ο κύριος Τραστέλης δεν ανησυχεί και αισθάνεται ότι πρέπει να επικεντρωθεί στην καλή διαχείριση της δικής του επιχείρησης παρά στο πως λειτουργούν οι άλλοι.

Τα βραβευμένα με χρυσούς σκούφους εστιατόρια της Αθήνας

- FUNKY GOURMET
- BOTRINI'S

- ΒΑΡΟΥΛΚΟ
- MATSUHISA ATHENS
- ELECTRA RESTAURANT
- HYTRA
- ΨΩΜΙ & ΑΛΑΤΙ
- ΤΗΛΕΜΑΧΟΣ BARBEQUE CLUB
- ΚΡΗΤΙΚΟΣ
- ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ
- G.B. CORNER
- ΒΑΣΙΛΑΙΝΑΣ

Τα καλύτερα εστιατόρια της Αθήνας που ειδικεύονται στην γαλλική κουζίνα

- AMOUR FOU
- AVENUE BISTROT & BAR
- BLUE PINE
- KARAVI
- L' AUBREVOIR
- POLY MANGO
- SPIROS & VASILIS
- CHEZ LUCIEN
- TARTARE

Ο Απόστολος Τραστέλης μίλα για την επιτυχία της Σπονδής

Σε διάφορες συνεντεύξεις που έχει δώσει ο ιδιοκτήτης της Σπονδής Απόστολος Τραστέλης απαντά σε ερωτήσεις που σχετίζονται με την επιτυχία του εστιατορίου. Κάθε κομμάτι χαράς γίνεται δουλειά για εκείνον στο τέλος. Οτιδήποτε κι αν κάνει, αν δεν το εξελίσει και αν δεν εξελίσσεται κι ο ίδιος μέσα απ' αυτό, βαλτώνει και το σταματά. πιστεύει ότι στην προκειμένη περίπτωση, το concept έχει τεράστιο ενδιαφέρον. Στο επίπεδο που βρίσκονται τώρα, πρέπει να αλλάζουν συνεχώς. Το κομμάτι της Σπονδής για να επιβιώσει, όχι επιχειρηματικά, αλλά για να επιβιώσει σε αυτό το όραμα που την έχει εντάξει, πρέπει να εξελίσσεται διαρκώς.

Γαστρονομία κατά τον κύριο Τραστέλη είναι φιλοξενία, ένα μεγάλο σπίτι, πολλές οικογένειες μέσα που τρέχουν, πολλή φροντίδα, άγχος, στενοχώριες, χαρές. Έχει πολλά πράγματα με τα οποία μπορείς να ασχοληθείς: υψηλή αισθητική, σκληρή οργάνωση, όνειρο.

Ένας restaurateur χρειάζεται να έχει στόχο. Πρόκειται για μια θεατρική παράσταση. Μπαίνει κάποιος για δυο τρεις ώρες μέσα στο χώρο σου και πρέπει να ευχαριστηθεί, να γελάσει, να κλάψει, να αισθανθεί, να πετάξει και να φύγει ευχαριστημένος. Κι επειδή πληρώνει, να νιώθει ότι πληρώνει λιγότερα απ' όσα εισέπραξε.

Η επιτυχία του εστιατορίου οφείλεται βεβαίως και στους συνεργάτες του που είναι μαζί του από το ξεκίνημα. Συνεργάζεται πιο εύκολα με ανθρώπους με τους οποίους έχει μια συναισθηματική σχέση, που ταιριάζει η χημεία τους, τον ενδιαφέρει η προσωπική επαφή και δεν είναι υπέρ των αυστηρά επιχειρηματικών deals. Κατά κάποιο τρόπο μέσα από αυτήν την επιχείρηση «εκτονώνει» μια σχέση φιλική.

Οι κριτικές και η καταξίωση ανέπτυξαν πολύ την σπονδή. Χωρίς την αναγνώριση που προσφέρουν περιοδικά όπως το Αθηνόραμα και το EY ZHN ή βραβεία όπως οι Χρυσοί Σκούφοι, δεν θα είχε αναπτυχθεί τόσο πολύ η γαστρονομία, ακόμη και η ίδια η Σπονδή. Αυτές οι προσπάθειες χρειάζονται τα φώτα της δημοσιότητας και βέβαια χρειάζεται κάποιος να οριοθετεί τα πράγματα και να ασκεί κριτική. Μεγάλη ικανοποίηση είναι τα δύο αστέρια Michelin που έχει πάρει το εστιατόριο.

Την σπονδή την διακρίνει η «ψυχή» της. Μέσα από τη Σπονδή υπάρχει ένα ταξίδι με στάσεις χαράς και λύπης, δυσκολιών και ηρεμίας. Σε αυτό το ταξίδι υπήρξαν γνωριμίες με πολύ σημαντικές και σοβαρές προσωπικότητες. Οι μεγάλοι σεφ δεν είναι τυχαίοι, είναι άνθρωποι που οραματίζονται, άνθρωποι δημιουργικοί, με ευαισθησίες, είναι κάτι ανάλογο με μεγάλους συγγραφείς, με μεγάλους ζωγράφους. Υπάρχουν ζωγράφοι που έχουν θελήσει να ζωγραφίσουν μέσα στη Σπονδή όπως π.χ. ο Pavlos. Τέτοια γεγονότα κάνουν τον ιδιοκτήτη και τους συνεργάτες του να αισθάνονται μια πληρότητα, μια ήρεμη ικανοποίηση

Κεφάλαιο 7. Αξιολόγηση των παρεχομένων υπηρεσιών του εστιατορίου Σπονδή - Έρευνα Αγοράς

7.1 Περίληψη

Το παρόν ερωτηματολόγιο δημιουργήθηκε από την Φραγκοπούλου Εριέτη και Γκανά Πατρούλα, προκειμένου να μελετηθεί το μάνατζμεντ και η αξιολόγηση των παρεχομένων υπηρεσιών του εστιατορίου σπονδή που ειδικεύεται στην γαλλική κουζίνα. Οι ειλικρινείς σας απαντήσεις, θα βοηθήσουν στη σχετική μας έρευνα που γίνεται, στα πλαίσια της πτυχιακής μας εργασίας για το Τμήμα Διοίκησης Τουριστικών Επιχειρήσεων του ΑΤΕΙ Πατρών.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε την θερινή σεζόν του 2012 με την μορφή ερωτηματολογίων στους πελάτες του γαλλικού εστιατορίου σπονδή στην Αθήνα. Κατά τη διάρκεια της έρευνας μοιράστηκαν ερωτηματολόγια στα Ελληνικά και στα Αγγλικά σε 100 τυχαίους πελάτες. Τα ερωτηματολόγια της έρευνας περιείχαν 21 ερωτήσεις κλειστού τύπου έτσι ώστε οι πελάτες να απαντήσουν εύκολα και γρήγορα χωρίς να χάσουν αρκετό απ τον ελεύθερο χρόνο τους και γενικά από τις υποχρεώσεις τους. Τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα και δεν περιείχαν σοβαρές προσωπικές ερωτήσεις που θα μπορούσαν να θίξουν την προσωπικότητα ή να αποκαλύψουν την ταυτότητα των πελατών.

7.2 Εισαγωγή

Η έρευνα αγοράς είναι ένα πολύ σημαντικό εργαλείο για τις επιχειρήσεις. Μια σωστή διεξαγωγή έρευνας μπορεί να προσφέρει στον εκάστοτε ενδιαφερόμενο σημαντικά στοιχεία-αποτελέσματα για την επιχείρηση, το προϊόν, τον τρόπο διαφήμισης, το προφίλ των πελατών, των ανταγωνιστών και πολλά άλλα σημαντικά στοιχεία που θα βοηθήσουν σε μελλοντικές εξελίξεις. Είναι ο συνδεδετικός κρίκος, ανάμεσα στους πελάτες και τις επιχειρήσεις καθώς είναι ο καταλληλότερος τρόπος να διαπιστώσουν οι επιχειρηματίες, τι ακριβώς χρειάζονται οι καταναλωτές και να τους το παρέχουν. (Χρήστου,1999:34)

Η έρευνα τουριστικής αγοράς, μπορούμε να πούμε ότι στοχεύει στο ίδιο αποτέλεσμα με την έρευνα αγοράς. Σκοπός της είναι να ανακαλύψει τις ανάγκες των πελατών, έτσι ώστε με την βοήθεια των κατάλληλων επιχειρήσεων στο άμεσο μέλλον να ικανοποιηθούν.

Η τουριστική αγορά όμως παρουσιάζει κάποιες ιδιαιτερότητες που δυσκολεύουν αρκετά την διεξαγωγή μιας έρευνας. Το τουριστικό προϊόν είναι άυλο, επομένως είναι δύσκολη η περιγραφή και η αξιολόγηση του. Δεν είναι κάτι συγκεκριμένο για να το προσδιορίσουμε ακριβώς καθώς, αποτελείται από ένα μείγμα προϊόντων, υπηρεσιών και διαδικασιών προσφερόμενα σε διαφορετικά μέρη από διαφορετικούς ανθρώπους, διαφορετικές επιχειρήσεις, με διαφορετικό τρόπο, πράγμα που δυσκολεύει την επίτευξη ποιοτικής ομοιομορφίας. Ο πελάτης ενός τουριστικού προϊόντος δεν μπορεί να δοκιμάσει το προϊόν πριν το αγοράσει ούτε να το απολαύσει στη μόνιμη κατοικία του, στο χώρο του. Θα πρέπει να το βιώσει σε πραγματικό χρόνο και στον τόπο που γίνεται η παραγωγή του. (Χρήστου, 1999:40)

Διαπιστώνουμε λοιπόν ότι η έρευνα τουριστικής αγοράς χρειάζεται λεπτό χειρισμό επειδή έχει να κάνει κυρίως με ανάλυση υπηρεσιών οι οποίες είναι άυλες και δύσκολο να περιγραφούν καθώς επίσης και με ανθρώπους διαφορετικού επιπέδου, από διάφορες χώρες του κόσμου και διαφορετικές απόψεις για το τι εστί τουριστικό προϊόν και το πώς αντιλαμβάνονται την παροχή υπηρεσιών.

Ερώτηση 1: Φύλο

Κατά τη διάρκεια της έρευνας ερωτήθηκαν 100 τυχαίοι πελάτες του εστιατορίου σπονδή. Η αναλογία ανδρών-γυναικών είναι εντελώς τυχαία χωρίς καμία σκοπιμότητα. Αναλυτικότερα, στην έρευνα βοήθησαν με τις απαντήσεις τους 52 άντρες και 48 γυναίκες κι εφόσον μοιράστηκαν 100 ερωτηματολόγια το αντίστοιχο ποσοστό είναι 52% για τους άντρες και 48% για τις γυναίκες.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
Άνδρες	52	52,0
Γυναίκες	48	48,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.1



Γράφημα. 1

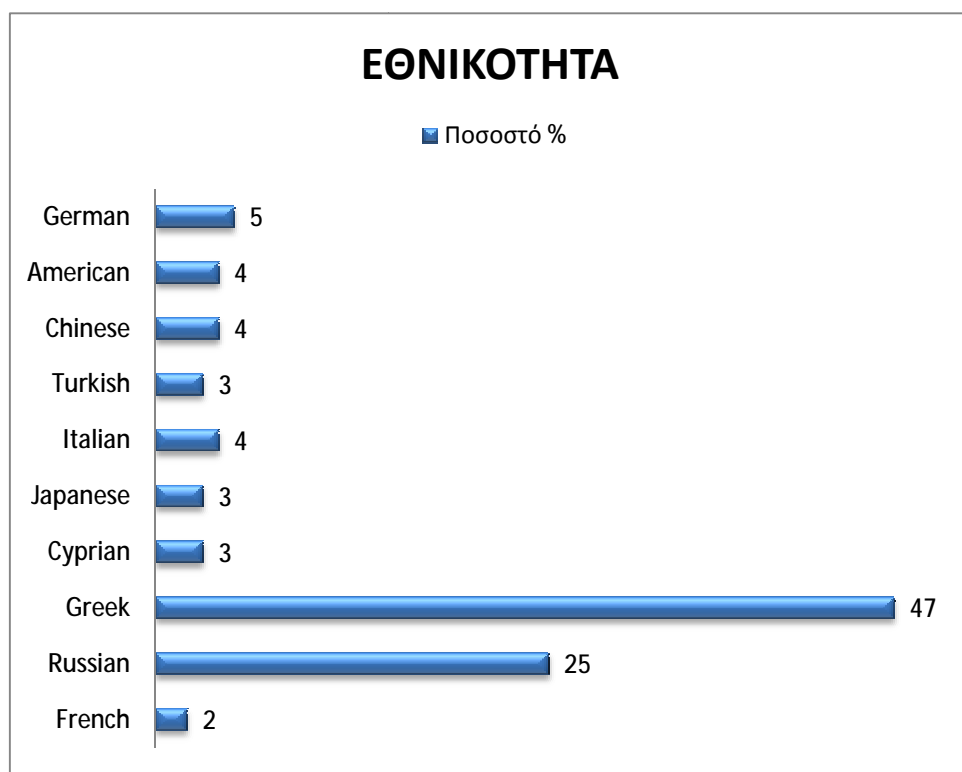
Ερώτηση 2: Εθνικότητα

Σύμφωνα με το travel & tourism competitiveness report το 2009, που δημοσιεύτηκε από το World Economic Forum οι πιο πιστοί επισκέπτες της Ελλάδας προέρχονται από τη δυτική Ευρώπη με ποσοστό 85%. Αναλυτικότερα οι Γερμανοί αποτελούν το 17,5%, οι Βρετανοί το 21,2%, από την Ιταλία προέρχεται το 8,8%, το 5,3% από τη Γαλλία, το 5,2% από την Ολλανδία και το 7,5% από σκανδιναβικές χώρες. Επίσης προβλέπεται μια σημαντική αύξηση των επισκεπτών από την ανατολική Ευρώπη και την Κίνα. (Ανακτήθηκε στις 2/2/2012 από, <http://www.investingreece.gov.gr/default.asp?pid=36§orID=37&la=2>)

Στην έρευνα που πραγματοποιήσαμε επαληθεύονται τα παραπάνω αποτελέσματα. Καθώς, εκτός από τους Έλληνες που αποτελούν την πλειοψηφία των ερωτηθέντων, συναντήσαμε και ένα μεγάλο ποσοστό Ρώσων πελατών. Επαληθεύονται επομένως οι έρευνες των προηγούμενων ετών που προέβλεπαν αύξηση των επισκεπτών από χώρες της ανατολικής Ευρώπης. Οι Ρώσοι όμως αποτελούν μια ξεχωριστή κατηγορία καθώς είναι εξαιρετικά δύσκολο και χρονοβόρο να εκδώσουν βίζα προκειμένου να επισκεφτούν την Ελλάδα. Θα μπορούσαν πιο εύκολα να επισκεφτούν την Τουρκία ή την Κύπρο ή ακόμη και την Αίγυπτο. Δείχνουν όμως μια σταθερή προτίμηση στην Ελλάδα.(Χρήστος Μυστιλιάδης,Ανακτήθηκε στις 12/2/2012 από, <http://www.apn.gr/travel-maps/travel-articles>)

	Συχνότητα	Ποσοστό%
Γαλλική	2	2,0
Ρώσικη	25	25,0
Ελληνική	47	47,0
Κυπριακή	3	3,0
Ιαπωνική	3	3,0
Ιταλική	4	4,0
Τουρκική	3	3,0
Κινεζική	4	4,0
Αμερικανική	4	4,0
Γερμανική	5	5,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.2



Γράφημα.2

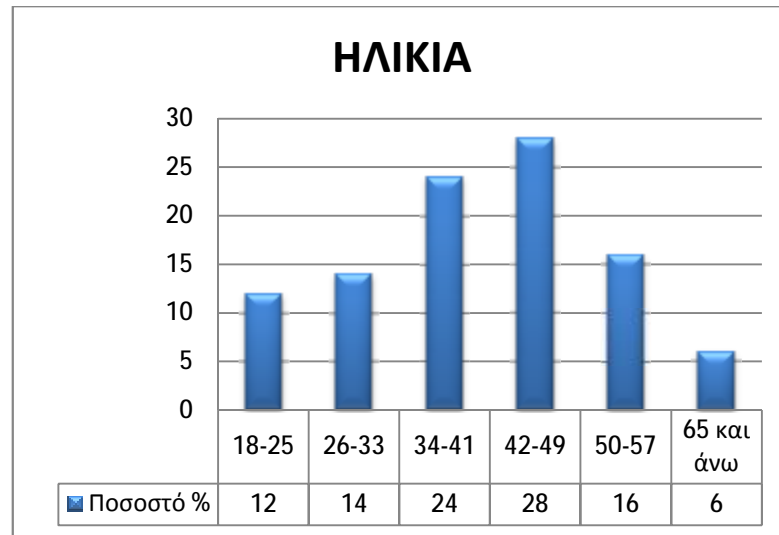
Ερώτηση 3: Ηλικία

Η ηλικία παίζει σημαντικό ρόλο στην αξιολόγηση των υπηρεσιών των εστιατορίων. Όσο μεγαλύτερος ο πελάτης τόσο μεγαλύτερες οι απαιτήσεις αλλά και οι εμπειρίες του σχετικά με τις ποιοτικές υπηρεσίες. Αυτό βέβαια δε σημαίνει ότι δεν λαμβάνουμε στα σοβαρά τις απόψεις των μικρότερων ηλικιακά ομάδων. Αντιθέτως, η άποψη τους θα πρέπει να λαμβάνεται πολύ σοβαρά καθώς είναι το μέλλον της αγοράς. Οι ηλικίες ομαδοποιούνται σε 7 κατηγορίες έτσι ώστε να είναι ευκολότερη η καταγραφή τους. Η πρώτη κατηγορία απευθύνεται σε πελάτες 18-25 ετών και αποτελεί το 12%. Η δεύτερη κατηγορία απευθύνεται σε πελάτες 26-33 ετών και αποτελεί το 14% των πελατών. Η τρίτη κατηγορία απευθύνεται σε πελάτες 34-41 και αποτελεί το 24%. Η τέταρτη κατηγορία συγκεντρώνει το μεγαλύτερο ποσοστό πελατών 28% και απευθύνεται σε πελάτες 42-49 ετών. Η πέμπτη κατηγορία, οι ηλικίες 50-57 με 16% , η έκτη 58-65 με 0% και τέλος οι ηλικίες άνω των 65 με ποσοστό 6%.

Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι τα μεγαλύτερα ποσοστά των πελατών των εστιατορίων ξενοδοχείων 5 αστέρων είναι ανάμεσα στα 34 και στα 49 χρόνια. Σχετικά νέοι άνθρωποι αλλά ταυτόχρονα ώριμοι έτσι ώστε να ξέρουν τι ζητούν και να αξιολογήσουν σωστά το προσφερόμενο προϊόν ή υπηρεσία.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
18-25	12	12,0
26-33	14	14,0
34-41	24	24,0
42-49	28	28,0
50-57	16	16,0
58-65	0	0,0
65 και άνω	6	6,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.3



Γράφημα.3

Ερώτηση 4: Είναι η πρώτη φορά που γευματίζετε στο εστιατόριο;

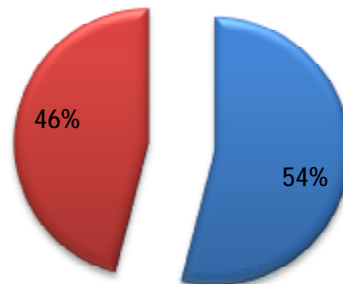
Το 54% των πελατών η πλειοψηφία δηλαδή είχε γευματίσει ξανά στο συγκεκριμένο εστιατόριο. Το γεγονός αυτό μας κάνει να πιστεύουμε πως για να έχει γευματίσει κάποιος ξανά, για δεύτερη, τρίτη ή και παραπάνω φορές έχει διακρίνει κάτι θετικό στο συγκεκριμένο εστιατόριο αφού στις περιοχές στις οποίες εδρεύουν τα συγκεκριμένα εστιατόρια υπάρχει ένας μεγάλος αριθμός εστιατορίων ,με εξαιρετική ποικιλία προϊόντων και υπηρεσιών.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
Ναι	54	54,0
Όχι	46	46,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.4

ΕΙΝΑΙ Η ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΠΟΥ ΓΕΥΜΑΤΙΖΕΤΕ ΣΤΟ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ;

■ Ναι ■ Όχι



Γράφημα.4

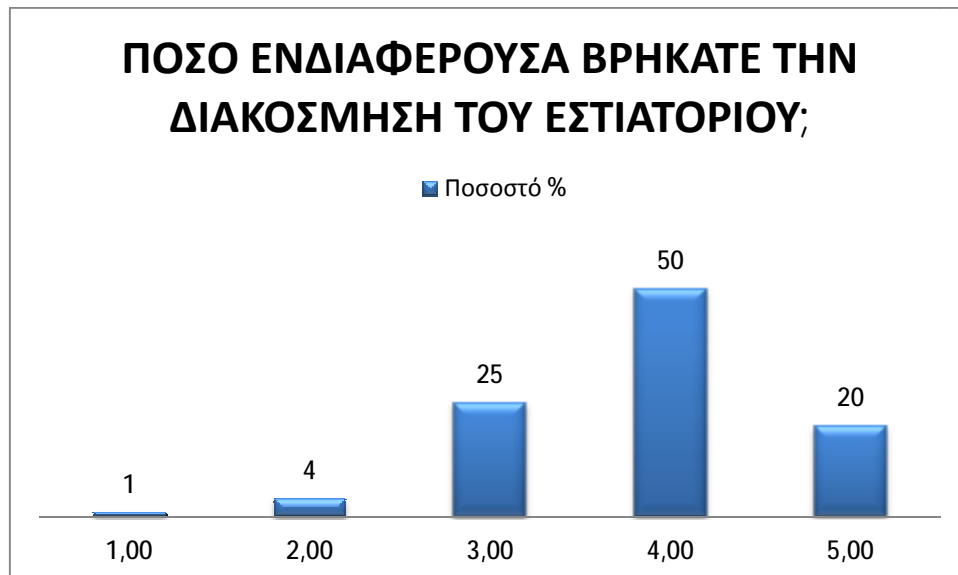
Στις ερωτήσεις που ακολουθούν(5-18), ο ερωτούμενος καλείται να αξιολογήσει τις παρακάτω υπηρεσίες επιλέγοντας έναν αριθμό από το 1 έως το 5 δηλαδή από το πιο αρνητικό στο πιο θετικό.

Ερώτηση 5: Πόσο ενδιαφέρουσα βρήκατε την διακόσμηση του εστιατορίου :

Οι αξιολογήσεις των πελατών για την διακόσμηση του εστιατορίου ήταν άκρως θετικές. Το 20% των πελατών βρήκε τη διακόσμηση των εστιατορίων εξαιρετική την βαθμολόγησε δηλαδή με 5/5 και το 50% αρκετά καλή 4/5. Βλέπουμε λοιπόν ότι στον τομέα της διακόσμησης γίνεται μια εξαιρετική προσπάθεια αναβάθμισης που δεν έχει να ζηλέψει σε τίποτα από τις ξενοδοχειακές των ανταγωνιστών χωρών της Ελλάδας.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	1	1,0
2,00	4	4,0
3,00	25	25,0
4,00	50	50,0
5,00	20	20,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.5



Γράφημα.5

Ερώτηση 6: Πόσο ενδιαφέρουσα βρήκατε την μουσική του εστιατορίου ;

Η μουσική έχει την ικανότητα να «ταξιδεύει» το νου, να χαλαρώνει και να ψυχαγωγεί. Η σωστή επιλογή της μουσικής σε ένα εστιατόριο μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την συμπεριφορά των πελατών. Τα είδη της μουσικής θα πρέπει να είναι ανάλογα της διακόσμησης και του είδους του εστιατορίου. Για παράδειγμα σε ένα εστιατόριο με γαλλική κουζίνα, ταίριαζε απόλυτα η γαλλική μουσική.

Σε κάθε περίπτωση η ένταση της μουσικής θα πρέπει να είναι σε επίπεδα που να επιτρέπουν τη συζήτηση στον χώρο του εστιατορίου αλλά και την ομαλή λειτουργία του προσωπικού.(Πρωτοπαπαδάκης,2005:43)

Το να αξιολογήσεις βέβαια τη μουσική ενός εστιατορίου είναι κάτι υποκειμενικό αφού ο κάθε άνθρωπος έχει το δικό γούστο και τη δική του άποψη στη μουσική. Επίσης οι πελάτες που ερωτήθηκαν είναι από αρκετές και διαφορετικές χώρες του κόσμου.

Το 44% των ερωτούμενων βρήκε την μουσική των εστιατορίων αρκετά ενδιαφέρουσα(4/5) ενώ το 26% τη βρήκε μέτρια(3/5). Ποσοστά αρκετά ενθαρρυντικά.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	5	5,0
2,00	15	15,0
3,00	26	26,0
4,00	44	44,0
5,00	10	10,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.6



Γράφημα.6

Ερώτηση 7. Πως σας φάνηκε η ενδυμασία

του προσωπικού :

Η ενδυμασία του προσωπικού παίζει μεγάλο ρόλο στην εικόνα μιας εστιατορικής επιχείρησης. Οι εργαζόμενοι πρέπει να είναι ομοιόμορφα ντυμένοι έτσι ώστε ο πελάτης να μπορεί ανά πάσα στιγμή να τους αναγνωρίζει. Για τον λόγο αυτό επιλέγονται στολές οι οποίες συνήθως παρέχονται από την επιχείρηση. Οι πιο συνηθισμένοι συνδυασμοί στολών είναι παντελόνι, πουκάμισο, γιλέκο, παπιγιόν για τους σερβιτόρους και τους βοηθούς, ενώ ο μαιτρ φοράει και σακάκι για να ξεχωρίζει. Υπάρχουν βέβαια και οι εξαιρέσεις όπως τα θεματικά εστιατόρια(Planet Hollywood, TGI Fridays)που το προσωπικό φοράει στολές ανάλογα με το θέμα του εστιατορίου.(Τζένος,2006:62)

Τα αποτελέσματα της έρευνας για την ενδυμασία του προσωπικού ήταν τα εξής: Το 2% δεν βρήκε καθόλου ωραία την ενδυμασία του προσωπικού, το 10% ελάχιστα ωραία, το 26% μέτρια, το 45% πολύ ωραία, ενώ το 17% εξαιρετική.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	2	2,0
2,00	10	10,0
3,00	26	26,0
4,00	45	45,0
5,00	17	17,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.7



Γράφημα.7

Ερώτηση 8: Πόσο ικανοποιημένοι μείνατε από την συμπεριφορά του προσωπικού :

Η συμπεριφορά του προσωπικού είναι το Α και το Ω στις επιχειρήσεις παροχής υπηρεσιών και ειδικά στις επισιτιστικές και ξενοδοχειακές μονάδες πολυτελείας. Στα gourmet εστιατοριά ο πελάτης έχει επαυξημένες προσδοκίες για το πώς θα του συμπεριφερθούν, θα πρέπει να τηρείται μια σταθερή διαδικασία σε όλους τους πελάτες ανεξάρτητα από την ηλικία και γενικά οτιδήποτε μπορεί να κάνει έναν υπάλληλο να «νομίζει» ότι κάποιος πελάτης είναι «σημαντικότερος» από κάποιον άλλο. Όλοι οι πελάτες είναι ίδιοι και όλοι αξίζουν την καλύτερη δυνατή εξυπηρέτηση.

Γενικά τηρείται μια διαδικασία «κανόνων» συμπεριφοράς προς όλους τους πελάτες(Αρβανίτης,2006:139)

1. Θα πρέπει να υπάρχει υπάλληλος υποδοχής έξω από την πόρτα ή τον χώρο του εστιατορίου(εάν βρίσκεται εντός του ξενοδοχείου) για να καλωσορίζει τους πελάτες και να τους οδηγήσει στον χώρο του εστιατορίου.
2. Με το που θα εισέλθουν οι πελάτες στο χώρο του εστιατορίου θα πρέπει να τους υποδεχτεί ο μαιτρ ή κάποιος άλλος υπάλληλος(εάν δεν μπορεί ο μαιτρ), να τους καλωσορίσει, να πάρει τα παλτά τους ή ότι άλλο αντικείμενο δεν επιθυμούν οι πελάτες να έχουν μαζί τους στο τραπέζι και να τους οδηγήσει στο τραπέζι τους.
3. Εάν οι πελάτες είναι άντρες και γυναίκες υποδεικνύει την καλύτερη θέση με θέα σε κυρία και σέρνει ελαφρώς την καρέκλα που προορίζεται γι' αυτήν. Σε

περίπτωση που ο συνοδός της κυρίας επιθυμεί ο ίδιος να τη βοηθήσει τότε ο μαιτρ κάνει ένα βήμα πίσω και προχωρά στην παρουσίαση του μενού. Ενώ ο την ίδια στιγμή ο βοηθός σερβιτόρος γεμίζει με νερό τα ποτήρια των πελατών και τοποθετεί το κουβέρ.

4. Κατά την παρουσίαση του μενού ο μαιτρ δίνει στον(ή στους) άντρες του τραπέζιού το εδεσματολόγιο στο οποίο αναγράφονται οι τιμές και στις κυρίες εδεσματολόγιο που δεν αναγράφονται, όπως υποδεικνύει το *savoir vivre*. Έπειτα ενημερώνει για πιάτα ημέρας που τυχόν να μη βρίσκονται στο μενού και αν δεν υπάρχει οινοχόος βοηθά στην επιλογή του κρασιού.
5. Όταν οι πελάτες είναι έτοιμοι να παραγγείλουν ο μαιτρ ή ο υπάλληλος που παίρνει την παραγγελία σημειώνει προσεκτικά και καθαρά(αν γίνεται χειρόγραφα) και δίνει μεγάλη σημασία σε λεπτομέρειες όπως το ψήσιμο των κρεάτων(μέτριο, καλοψημένο κλπ.), τη γαρνιτούρα και το προφίλ των πελατών(φυτοφάγος, δυσανεκτικός στη λακτόζη, μουσουλμάνος κλπ.). Στη συνέχεια, ο οινοχόος βοηθά στον συνδυασμό και την επιλογή του σωστού κρασιού με τα φαγητά που επιλέχθηκαν.
6. Το σερβίρισμα του κρασιού θα πρέπει να γίνεται με την ίδια διαδικασία πάντα και σε όλους τους πελάτες.
7. Κατά τη διάρκεια του γεύματος οι σερβιτόροι θα πρέπει να προσέχουν να μην είναι ποτέ άδεια τα ποτήρια των πελατών είτε του κρασιού είτε του νερού. Πάντα πρέπει να υπάρχει τουλάχιστον ένας σερβιτόρος ανά πάσα στιγμή στη σάλα του εστιατορίου για να εξυπηρετεί τους πελάτες.
8. Τα χρησιμοποιημένα σκεύη θα πρέπει να μαζεύονται αμέσως από το τραπέζι και να αντικαθιστώνται με καινούρια αν αυτό είναι απαραίτητο.
9. Ο λογαριασμός του τραπέζιού θα πρέπει να βρίσκεται σε κλειστό φάκελο και να δίνεται στον άντρα ή στον πελάτη που έχει κάνει την κράτηση ή διοργανώνει το γεύμα.
10. Κατά την αποχώρηση των πελατών από το τραπέζι θα πρέπει αυτόματα κάποιος υπάλληλος να έχει έτοιμα τα πράγματα που είχαν αφήσει στην γκαρνταρόμπα(εάν δεν υπάρχει υπάλληλος γκαρνταρόμπας). Ο μαιτρ τους οδηγεί στη έξοδο τους ευχαριστεί θερμά και τους προτρέπει με έξυπνο τρόπο να επισκεφτούν ξανά το εστιατόριο.

Τα αποτελέσματα της έρευνας ήταν απολύτως θετικά καθώς το 58% των πελατών βαθμολόγησε την συμπεριφορά των υπαλλήλων με 4/5 ενώ το 10% με 5/5. Το 26% όμως των πελατών που βαθμολόγησε με 3/5 βρίσκοντας τη συμπεριφορά των υπαλλήλων μέτρια μας βάζει σε σκέψεις για το μέλλον καθώς για να καταφέρει μια επιχείρηση να κερδίσει τον πελάτη και να τον κάνει μόνιμο θα πρέπει η συμπεριφορά των υπαλλήλων να είναι παραπάνω από άριστη.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	2	2,0
2,00	4	4,0
3,00	26	26,0
4,00	58	58,0
5,00	10	10,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.8



Γράφημα.8

Ερώτηση 9: Πόσο πρόθυμο φάνηκε το προσωπικό στο να σας εξυπηρετήσει :

Η προθυμία ενός υπαλλήλου να κάνει την δουλεία του, στην συγκεκριμένη περίπτωση, να εξυπηρετήσει τον πελάτη επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες. Άσχετα από τη εκπαίδευση και την τεχνογνωσία, τον χαρακτήρα του υπαλλήλου και την διάθεση για καλή συμπεριφορά προς τους πελάτες υπάρχουν στιγμές που οι υπάλληλοι και να μπορούν δεν προτίθενται να εξυπηρετήσουν σωστά τους πελάτες.

Παράγοντες που επηρεάζουν την προθυμία των υπαλλήλων μπορεί να είναι οι εξής:

1. Δουλεύουν πολλές ώρες χωρίς να πληρώνονται ανάλογα.
2. Δεν τους δίνεται άδεια τη χρονική στιγμή που την ζητούν.
3. Δεν αναγνωρίζονται τα προσόντα τους.
4. Δεν πληρώνονται στην ώρα τους.
5. Δεν τους αρέσει το πόστο τους.
6. Τους δυσκολεύουν οι συνθήκες εργασίας(κτήριο, εξοπλισμός, στολή κ.α.)

Οι υπάλληλοι που είναι ικανοποιημένοι από την συμπεριφορά της επιχείρησης αποδίδουν τα μέγιστα και κάνουν ότι περνά από το χέρι τους για να πηγαίνει καλά η επιχείρηση και να συνεχίσει να τους φέρεται ανάλογα. Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι σε μεγάλο βαθμό για την απροθυμία των υπαλλήλων να εξυπηρετήσουν τους πελάτες ευθύνεται η επιχείρηση. Για να μην υπάρξουν συνέπειες στο μέλλον θα πρέπει οι επιχειρηματίες να κατανοήσουν πως οι υπάλληλοι «Κινούν τα νήματα» ενός εστιατορίου αφού αυτοί είναι που έρχονται σε επαφή με τους πελάτες και να τους συμπεριφέρονται ανάλογα.(Πρωτοπαπαδάκης,2005:108)

Τα αποτελέσματα της έρευνας δεν είχαν σημαντικές διακυμάνσεις από την προηγούμενη ερώτηση που αφορούσε την συμπεριφορά του προσωπικού. Αυτό μας δίνει να καταλάβουμε ότι η συμπεριφορά με την προθυμία είναι άρρηκτα συνδεδεμένες κι ότι όταν οι υπάλληλοι είναι δυσαρεστημένοι για κάποιο λόγο και απρόθυμοι στο να δουλέψουν σωστά αυτό έχει αντίκτυπο στη συνολική εικόνα της συμπεριφοράς τους. Επομένως προδιαθέτουν και τους πελάτες ανάλογα.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	1	1,0
2,00	5	5,0
3,00	35	35,0
4,00	50	50,0
5,00	9	9,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.9



Γράφημα.9

Ερώτηση 10: Πόσο εκπαιδευμένο-ενημερωμένο ήταν το προσωπικό;

Τι εντύπωση θα άφηγε στον επισκέπτη ο σερβιτόρος που δεν γνωρίζει τι περιέχουν τα πιάτα που σερβίρει, ποια είναι τα πιάτα ημέρας, τη δυναμικότητα του εστιατορίου, τι συμβολίζει ο μεγάλος πίνακας στη σάλα και άλλες μικρές αλλά και σημαντικές λεπτομέρειες που θα έκαναν τον πελάτη να νοιώσει σίγουρος για την επιλογή του;

Δυστυχώς για τις περισσότερες ελληνικές επιχειρήσεις η εκπαίδευση είναι ένα «κενό γράμμα» που σημαίνει ότι όταν κάποιος προσλαμβάνεται ρίχνεται αμέσως «στα βαθιά» μαθαίνοντας από τα λάθη του. (Πρωτοπαπαδάκης, 2005:113) Στον τομέα του τουρισμού όμως δεν υπάρχουν περιθώρια για λάθη. Από την πρώτη στιγμή που ένας πελάτης μπαίνει σε μια τουριστική επιχείρηση και ειδικά σε μια επισιτιστική όλα πρέπει

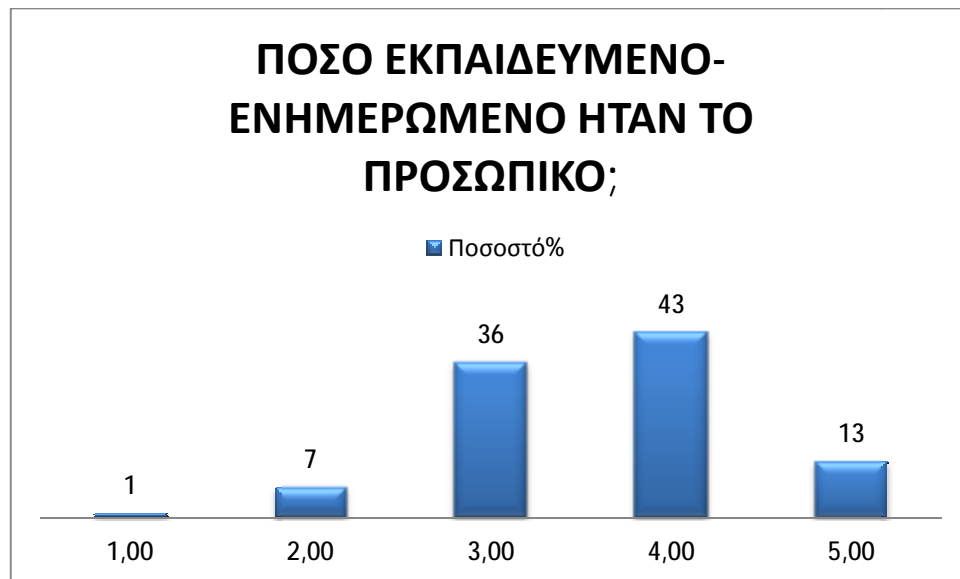
να κινηθούν τέλεια έτσι ώστε ο πελάτης να κερδηθεί από την πρώτη φορά γιατί ίσως να μην υπάρξει δεύτερη.

Τα αποτελέσματα της έρευνας για το πόσο εκπαιδευμένο-ενημερωμένο ήταν το προσωπικό τα αποτελέσματα ήταν τα εξής: Το 43% των πελατών αξιολόγησε με 4/5 τη εκπαίδευση-ενημέρωση των υπαλλήλων σχετικά με το αντικείμενο τους, ενώ το 36% με 3/5 δηλαδή βρήκε την εκπαίδευση τους μέτρια. Το 13% πιστεύει ότι οι υπάλληλοι ήταν άριστα εκπαιδευμένοι.

Άσχετα με τους τίτλους σπουδών των εργαζομένων μεγάλη σημασία έχουν και τα χρόνια προϋπηρεσίας καθώς όσο σπουδαγμένος και να είναι ένας εργαζόμενος αν δεν εφαρμόσει στην πράξη το αντικείμενο της δουλειάς του δεν θα έχει τα αναμενόμενα αποτελέσματα. Η ενημέρωση και η εκπαίδευση θα πρέπει να αφορά όλους άσχετα με την ηλικία, το πόστο, τον βαθμό, την προϋπηρεσία και τις σπουδές. Όσο ζεις μαθαίνεις κι όσο μαθαίνεις γίνεσαι καλύτερος, προσφέρεις περισσότερα κι όταν αυτό γίνεται συνολικά τότε το αποτέλεσμα είναι το καλύτερο δυνατό.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	1	1,0
2,00	7	7,0
3,00	36	36,0
4,00	43	43,0
5,00	13	13,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.10



Γράφημα.10

Ερώτηση 11: Πόσο ελκυστικό βρήκατε το εδεσματολόγιο – μενού :

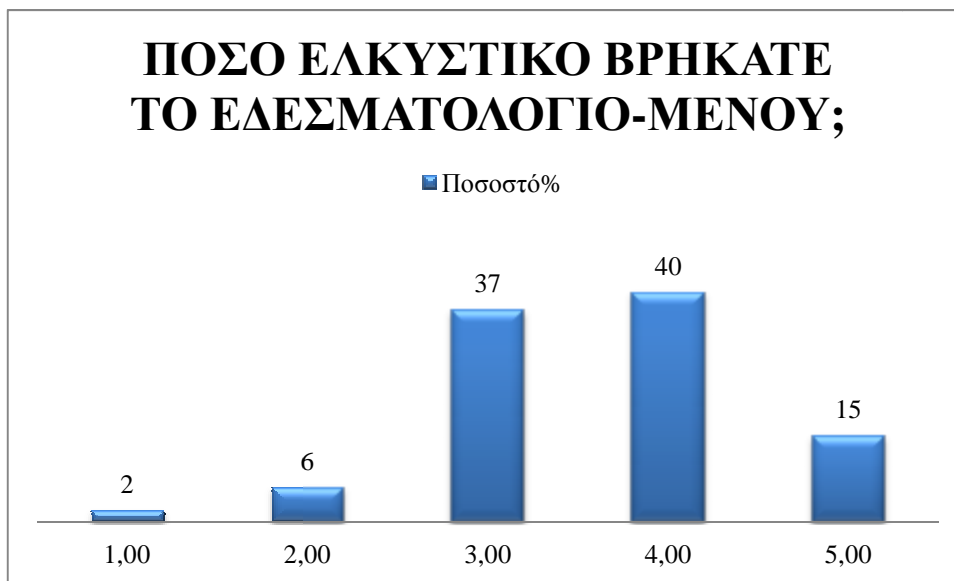
Το εδεσματολόγιο ή μενού ενός εστιατορίου δεν πρέπει να αντιμετωπίζεται σαν ένα κομμάτι χαρτί στο οποίο αναγράφονται τα προϊόντα και οι τιμές των προϊόντων του εστιατορίου. Όπως το προσωπικό είναι η καλύτερη διαφήμιση για τις υπηρεσίες ενός εστιατορίου(μετά τους πελάτες) έτσι και το εδεσματολόγιο είναι ο καλύτερος τρόπος διαφήμισης και προώθησης των προϊόντων.

Ένα εδεσματολόγιο για να είναι ελκυστικό και στην εμφάνιση αλλά και στο περιεχόμενο θα πρέπει να συνυπάρχει αρμονικά με το στυλ της επιχείρησης. Θα πρέπει να είναι καθαρογραμμένο, με περιεκτικό και κατανοητό τρόπο ώστε οι πελάτες να μπορούν από μόνοι τους με το που δουν τον τίτλο του πιάτου να καταλάβουν και τι περιέχει. Επίσης θα πρέπει με διακριτικό τρόπο να προωθούνται τα πιάτα που αποφέρουν μεγαλύτερο κέρδος στην επιχείρηση.(Πρωτοπαπαδάκης,2005:49)

Στην ερώτηση για το πόσο ελκυστικό βρήκαν το εδεσματολόγιο του εστιατορίου οι πελάτες απάντησαν ως εξής: Το 47% βρήκε το εδεσματολόγιο πολύ ελκυστικό ενώ το 37% μέτριο.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	2	2,0
2,00	6	6,0
3,00	37	37,0
4,00	40	40,0
5,00	15	15,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.11



Γράφημα.11

Ερώτηση 12: Μείνατε ευχαριστημένοι από την ποικιλία του εδεσματολογίου :

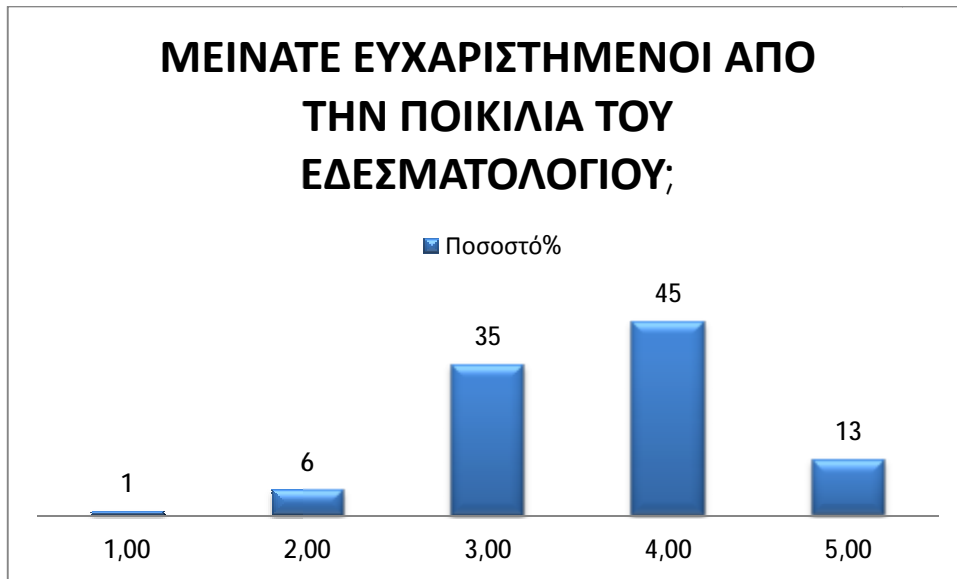
Ένα εδεσματολόγιο με μεγάλη ποικιλία(πολλά πιάτα)μπορεί να φαίνεται επιτυχημένο στα μάτια του επιχειρηματία ή του σεφ, αλλά είναι απόλυτα λανθασμένο. Τον πελάτη δεν τον ενδιαφέρει τόσο η ποσότητα όσο η ποιότητα των εδεσμάτων που θα παραγγείλει. Επίσης ένα ογκώδες μενού κουράζει το μάτι του αναγνώστη και επηρεάζει την επιλογή του. Η παρασκευή όμως πολλών και διαφορετικών πιάτων ζημιώνει και την επιχείρηση αφού είναι πολύ πιθανόν να χαθεί ο έλεγχος του κόστους παραγωγής των πιάτων και είναι δύσκολος ο προσδιορισμός του καλύτερου πιάτου της επιχείρησης.(Αρβανίτης,2006:97)

Η ισορροπία ποιότητας-ποσότητας θα πρέπει να έχει μια ελαφριά «κλίση» προς την ποιότητα. Τα πιάτα του μενού θα πρέπει να είναι λίγα, ποιοτικά και απόλυτα κατηγοριοποιημένα. Έτσι ώστε ο πελάτης να μπορεί εύκολα και γρήγορα να επιλέξει το πιάτο του. Τα λίγα πιάτα και καλά, πιάτα δηλαδή που να ταιριάζουν με το ύφος του εστιατορίου, με το προφίλ της πελατείας και πιάτα που εμφανισιακά και γευστικά κάνουν τη διαφορά μπορούν να αποτελέσουν και ατραξιόν του εστιατορίου. Ένα πιάτο δηλαδή που θα είναι μοναδικό ή καλύτερο από παρόμοια πιάτα ανταγωνιστικών εστιατορίων μπορεί από μόνο του να αποτελέσει λόγο για να επισκεφτεί κάποιος το εστιατόριο. Για παράδειγμα το εστιατόριο «Squirell» στη Χαλκιδική είναι γνωστό για το «άγριο λαβράκι με κρέμα από κολοκύθι και βασιλικό, άνθη άγριου μάραθου και κολοκυθιού σε τεμπούρα με άρωμα από ροδοπέταλα» και είναι βραβευμένο με χρυσό σκούφο(15,5/20). Ένα άλλο εστιατόριο με πιάτο, σημείο αναφοράς σε όλη την επικράτεια είναι το «Βαρούλκο» που έχει εξελίξει το μαγείρεμα της πεσκανδρίτσας σε «έργο τέχνης» κι έχει βραβευτεί με αστέρι Michelin οποίο αποτελεί τη υπέρτατη διάκριση για ένα εστιατόριο.(Ανακτήθηκε στις 22/2/2012 από <http://www.athinorama.gr/restaurants/articles/?id=10245>)

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι το 45% των πελατών έμεινε αρκετά ευχαριστημένος από την ποικιλία του εδεσματολογίου ενώ το 13% έμεινε απόλυτα ευχαριστημένο. Δεν μπορούμε βέβαια να αγνοήσουμε το 35% που βρήκε την ποικιλία του εδεσματολογίου μέτρια.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	1	1,0
2,00	6	6,0
3,00	35	35,0
4,00	45	45,0
5,00	13	13,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.12



Γράφημα.12

Ερώτηση 13: Τα πιάτα σερβίρονταν σε εύλογο χρονικό διάστημα στο τραπέζι :

Ο κυριότερος λόγος που επισκεπτόμαστε ένα εστιατόριο είναι για να γευματίσουμε. Γιατί γευματίζουμε; Για να ικανοποιήσουμε την πείνα μας κι όταν πραγματικά πεινάμε θέλουμε αυτό να γίνει όσο το δυνατόν γρηγορότερα. Ειδικότερα όταν βρισκόμαστε στον χώρο ενός εστιατορίου και βλέπουμε τα πιάτα από τα άλλα τραπέζια, μυρίζουμε τα αρώματα τους και παρατηρούμε την ευχαρίστηση των υπολοίπων πελατών, τότε η επιθυμία μας γίνεται ακόμη μεγαλύτερη. Δεν υπάρχει χειρότερο πράγμα από έναν πεινασμένο πελάτη κι έναν αργό σύστημα μαγειρέματος-σερβιρίσματος.

Στην ερώτηση για το αν τα πιάτα σερβίρονταν σε εύλογο χρονικό διάστημα στο τραπέζι το 18% των πελατών δεν έμεινε ευχαριστημένο. Το 37% ήταν μέτρια ευχαριστημένο και το 39% πολύ ευχαριστημένο.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	2	2,0
2,00	16	16,0
3,00	37	37,0
4,00	39	39,0
5,00	6	6,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.13



Γράφημα.13

Ερώτηση 14: Πιστεύετε πως τηρούνται οι κανόνες υγιεινής :

Η μη τήρηση των κανόνων υγιεινής στην επεξεργασία των τροφίμων, στη μεταφορά και σε όλες τις διαδικασίες που χρειάζονται από τη στιγμή που τα τρόφιμα θα μεταφερθούν από τον προμηθευτή στο πιάτο του πελάτη διώκεται ποινικά και τιμωρείται σύμφωνα με τον ΕΦΕΤ με πρόστιμο αξίας από 20.000 έως 1.000.000 ευρώ.

Για να αποφευχθούν δυσάρεστες καταστάσεις που θα είχαν ως συνέπεια την προσβολή της υγείας των πελατών των επισιτιστικών επιχειρήσεων η Ε.Ε θέσπισε το σύστημα HACCP. Κάθε επιχείρηση που εφαρμόζει το σύστημα αυτό πρέπει να εντοπίσει μετά από μελέτη τις πιθανές περιπτώσεις που θα εγκυμονούσαν κίνδυνους για τη δημόσια υγεία να το υποδείξει σε όλους τους κατάλληλους φορείς κι αν πληροί τις προϋποθέσεις να πάρει την πιστοποίηση. Η εφαρμογή HACCP αποτελεί εγγύηση ότι η επιχείρηση λαμβάνει όλα τα απαραίτητα μέτρα για την δημόσια υγεία.(Αρβανίτης,2006:244)

Όποια μέτρα και να πάρει βέβαια μια επιχείρηση η κρίση του πελάτη είναι αυτή που θα καθορίσει το αποτέλεσμα. Μπορεί ένα εστιατόριο όντως να διαθέτει όλες τις πιστοποιήσεις, να κάνει τα πάντα σύμφωνα με το νόμο και να τηρεί κατά γράμμα τους κανόνες υγιεινής, αρκεί όμως μια άτυχη στιγμή για να τα ανατρέψει όλα. Για παράδειγμα να βγάλει για μια στιγμή ένας μάγειρας το σκούφο και να πέσει στο φαγητό μια τρίχα. Ο πελάτης μπορεί να μην αναφέρει τίποτα στους αρμόδιους του εστιατορίου

θα το αναφέρει όμως σε φίλους και γνωστούς και αυτό μπορεί να λειτουργήσει αρνητικά για το εστιατόριο.

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι το 21% των πελατών πιστεύει πως οι κανόνες υγιεινής τηρούνται πλήρως, το 46% αρκετά καλά, ενώ το 31% μέτρια.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	1	1,0
2,00	1	1,0
3,00	31	31,0
4,00	46	46,0
5,00	21	21,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.14



Γράφημα.14

Ερώτηση 15: Μείνατε ευχαριστημένοι από την εμφάνιση του τραπέζιού ;

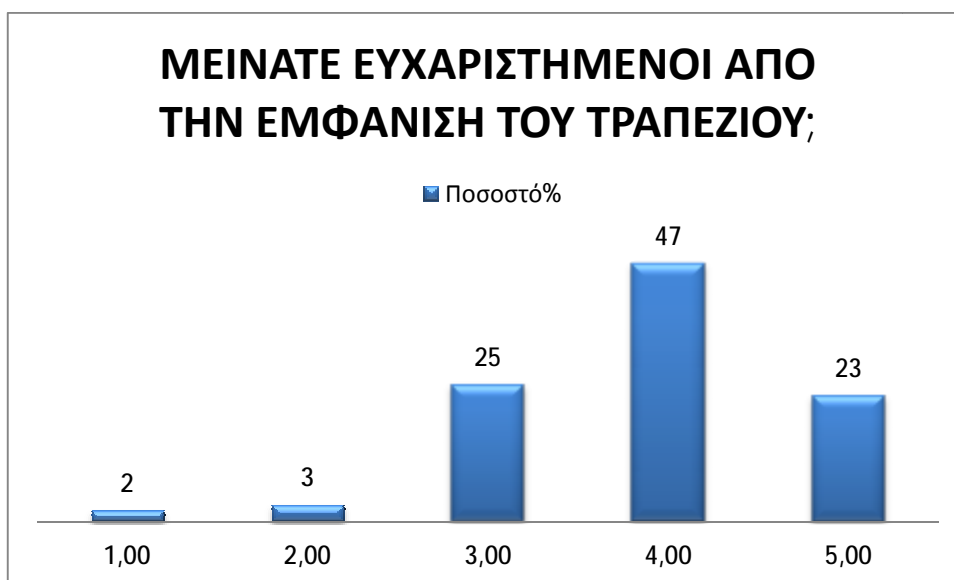
Ένα καλοφτιαγμένο εμφανισιακά τραπέζι, με υλικά και παρελκόμενα που να ταιριάζουν με το ύφος του εστιατορίου προδιαθέτει θετικά τον πελάτη και κάνει την παραμονή του πιο άνετη κι ευχάριστη. Καλής ποιότητας σερβίτσια, καθαρές μυρωδάτες πετσέτες και τραπεζομάντηλα, φρέσκα λουλούδια είναι μερικά από τα χαρακτηριστικά ενός μοντέρνου και καλαίσθητου τραπέζιού.

Οι πελάτες των εστιατορίων έμειναν αρκετά ευχαριστημένοι από την εμφάνιση των τραπέζιων. Αναλυτικότερα, το 23% έμεινε απόλυτα ευχαριστημένο, το 47% πάρα

πολύ ενώ το 25% μέτρια. Πράγμα που σημαίνει ότι δίνεται μεγάλη σημασία στη λεπτομέρεια.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	2	2,0
2,00	3	3,0
3,00	25	25,0
4,00	47	47,0
5,00	23	23,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.1



Γράφημα.15

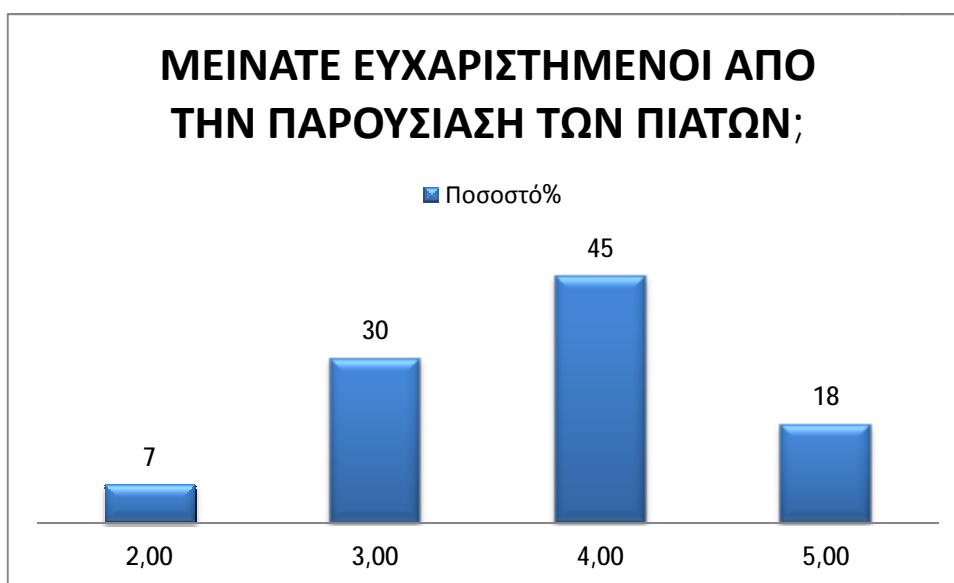
Ερώτηση 16: Μείνατε ευχαριστημένοι από την παρουσίαση των πιάτων;

Είναι υποχρέωση του κάθε σεφ να δίνει σε κάθε πιάτο το 100% των δυνατοτήτων του. Κάθε πιάτο θα πρέπει να είναι αλλά και να φαίνεται γευστικό και δελεαστικό. Οι αισθήσεις θα πρέπει να διεγείρονται πλήρως. Μια εικόνα ισούται με χίλιες λέξεις. Έτσι οι σεφ θα πρέπει να «παίζουν» με την εικόνα του πιάτου. Να συνδυάζουν χρώματα, σχήματα, μείγματα και χημικές αντιδράσεις(μοριακή γαστρονομία) έτσι ώστε το κάθε πιάτο να έχει μια μοναδική ταυτότητα και εικόνα.

Το 18% των πελατών βρήκε την παρουσίαση των πιάτων εξαιρετική, το 45% πολύ καλή ενώ το 30% μέτρια.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	0	0,0
2,00	7	7,0
3,00	30	30,0
4,00	45	45,0
5,00	18	18,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.16



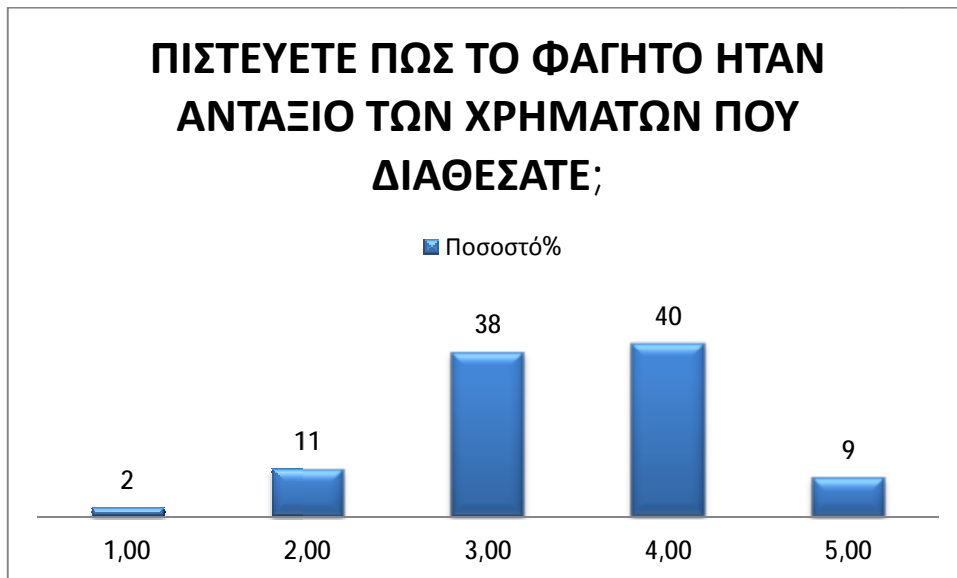
Γράφημα.16

Ερώτηση 17: Πιστεύετε πως το φαγητό ήταν αντάξιο των χρημάτων που διαθέσατε :

Κάθε επιχείρηση που επιθυμεί να είναι ανταγωνιστική θα πρέπει να έχει σωστή εφαρμογή κοστολόγησης και ποιότητας. Τα πιάτα που παρασκευάζει θα πρέπει να έχουν τη σωστή αναλογία τιμής-ποιότητας-κόστους. Από τη μια θα πρέπει να προσδίδουν κέρδος στην επιχείρηση κι από την άλλη να έχουν χαμηλό κόστος με τη καλύτερη δυνατή ποιότητα και η τελική τιμή τους να είναι ελκυστική και υποφερτή για την τσέπη των πελατών.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	2	2,0
2,00	11	11,0
3,00	38	38,0
4,00	40	40,0
5,00	9	9,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.17



Γράφημα.17

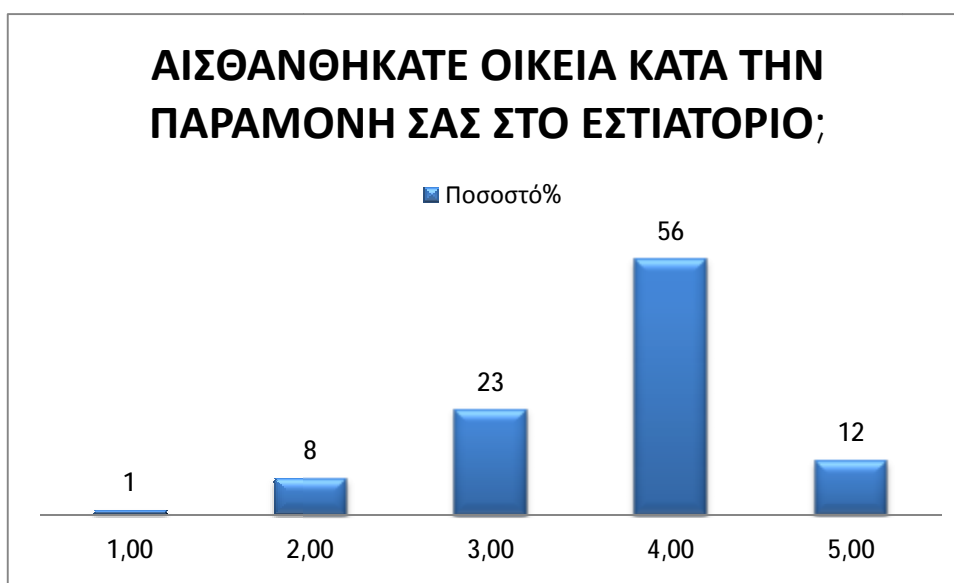
Ερώτηση 18: Αισθανθήκατε οικεία κατά την παραμονή σας στο εστιατόριο ;

Ο πελάτης που θα έρθει να δειπνήσει στο εστιατόριο θα πρέπει να αντιμετωπιστεί από τους υπαλλήλους με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να βλέπουμε τους πελάτες σαν «χρήματα» αλλά σαν φιλοξενούμενους. Θα πρέπει να νοιώθει ότι βρίσκεται σε γνώριμο περιβάλλον με φίλους και ανθρώπους που νοιάζονται για την εκπλήρωση των αναγκών του. Ένα εστιατόριο φιλόξενο, ζεστό και οικείο με εξυπηρετικό προσωπικό είναι πάντα πρώτη επιλογή για έναν πελάτη έστω κι αν υστερεί σε τομείς όπως το φαγητό.

Η Ελλάδα φημίζεται για την φιλοξενία και την ευγένεια των ανθρώπων από αρχαιοτάτων χρόνων. Το 12% των πελατών επιβεβαιώνουν τη φήμη των Ελλήνων καθώς είναι απόλυτα ευχαριστημένοι από την οικειότητα που ένιωσαν στο εστιατόριο. Το 56% είναι αρκετά ευχαριστημένο ενώ, το 23% μέτρια.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
1,00	1	1,0
2,00	8	8,0
3,00	23	23,0
4,00	56	56,0
5,00	12	12,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.18



Γράφημα.18

Ερώτηση 19: Από πού ενημερωθήκατε για το εστιατόριο ;

Είναι εξαιρετικά δύσκολο για ένα εστιατόριο να καταφέρει να κρατήσει την πελατεία του. Χρειάζεται σκληρή δουλειά και συνεχόμενη εξέλιξη ούτως ώστε να παραμένει αμείωτο το ενδιαφέρον των πελατών που θα τους κάνει να επισκέπτονται το εστιατόριο ξανά και ξανά Βλέπουμε ότι το 72% των πελατών του εστιατορίου είναι πελάτες, πράγμα που σημαίνει ότι ή η ευρύτερη περιοχή στην οποία βρίσκεται το

εστιατόριο δεν έχει κάτι καλύτερο να επισκεφτούν οι πελάτες ή ότι το εστιατόριο ανταποκρίνεται πλήρως στις ανάγκες τους.

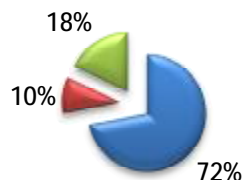
Όποιος κι αν είναι ο λόγος το εστιατόριο έχει πετύχει ένα βασικό στόχο , που είναι να κερδίσει μόνιμη πελατεία. Δεύτερος στόχος του εστιατορίου είναι να διαφημιστεί όσο καλύτερα γίνεται για να προσελκύσει και νέους πελάτες. Το 28% των πελατών είναι νέοι πελάτες, καλή αναλογία για το εστιατόριο. Από αυτούς το 10% έχει ενημερωθεί για το εστιατόριο από διαφήμιση που σημαίνει ότι η επένδυση που έκανε το εστιατόριο για να προωθηθεί απέδωσε. Τέλος το 18% των πελατών ενημερώθηκε για το εστιατόριο από φίλους. Αυτό σημαίνει ότι το εστιατόριο ανταποκρίθηκε με επιτυχία στις ανάγκες τους και έτσι το διέδωσαν και σε φίλους και γνωστούς. Αυτό το είδος διαφήμισης, είναι η προώθηση από στόμα σε στόμα κι όταν αυτό το είδος λειτουργεί και φέρνει κόσμο στο εστιατόριο τότε η επιχείρηση κερδίζει διπλά καθώς δεν ξοδεύει χρήματα για να διαφημιστεί αλλά επίσης καταλαβαίνει ότι οι προσπάθειες της να ικανοποιήσει τους πελάτες αποδίδουν.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
Είμαι πελάτης του εστιατορίου	72	72,0
Από διαφήμιση	10	10,0
Από φίλους	18	18,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.19

ΑΠΟ ΠΟΥ ΕΝΗΜΕΡΩΘΗΚΑΤΕ ΓΙΑ ΤΟ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ;

■ Είμαι πελάτης του ξενοδοχείου ■ Από διαφήμιση ■ Από φίλους



Γράφημα.19

Ερώτηση 20: Μείνατε ευχαριστημένοι από τις υπηρεσίες του εστιατορίου;

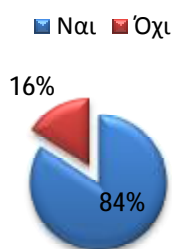
Βασικός στόχος ενός εστιατορίου είναι να φεύγουν όλοι οι πελάτες του με θετικές εικόνες και στο πίσω μέρος του μυαλού τους να σκέφτονται πόσο ωραία πέρασαν και τότε θα ξανάρθουν. Το 84% των πελατών δήλωσε πως έμεινε ευχαριστημένο από τις υπηρεσίες του εστιατορίου. Ενώ το 16% δεν έμεινε ευχαριστημένο.

Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να επικεντρωνόμαστε στο θετικό 84%. Είναι υποχρέωση των επιχειρήσεων να κατανοούν τα σφάλματα που οδήγησαν αυτό το 16% να απαντήσει αρνητικά και να τα διορθώνουν άμεσα. Για το λόγο αυτό υπάρχουν τα δελτία παραπόνων. Η επιχείρηση που παίρνει στα σοβαρά τα παράπονα των πελατών, που τους ενθαρρύνει να παραπονεθούν και δεν υποστηρίζει λανθασμένα τον εαυτό της, μαθαίνει από τα λάθη της και γίνεται καλύτερη.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
Ναι	84	84,0
Όχι	16	16,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.20

ΜΕΙΝΑΤΕ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΜΕΝΟΙ ΑΠΟ ΤΙΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ;



Γράφημα.20

Ερώτηση 21: Θα γευματίζατε ξανά στο εστιατόριο :

Μια επιχείρηση καταλαβαίνει αν αποδίδει μόνο όταν θα δει τους πελάτες της να έρχονται ξανά και ξανά και να απολαμβάνουν τα προϊόντα και τις υπηρεσίες της. Ο επαναλαμβανόμενος πελάτης είναι ευχαριστημένος πελάτης. Είναι μια ζωντανή διαφήμιση για την επιχείρηση καθώς θα φέρει μαζί του φίλους και γνωστούς. Αν και εκείνοι μείνουν ευχαριστημένοι τότε θα ξανάρθουν και θα φέρουν μαζί κι άλλους.

Οπότε η ερώτηση για το αν θα γευματίζαν ξανά στο εστιατόριο είναι ίσως η πιο σημαντική από όλες. Αν η απάντηση είναι «Ναι» τότε ο η επιχείρηση έχει κερδίσει προσωρινά έναν πελάτη και είναι στο χέρι της να τον κάνει να ξανάρθει και τρίτη και τέταρτη και περισσότερες φορές. Αν η απάντηση είναι «Όχι» τότε το παιχνίδι είναι χαμένο για την επιχείρηση. Ο πελάτης για κάποιο λόγο δεν θα ξανάρθει και ίσως αυτός ο λόγος εξαπλωθεί και οδηγήσει υποψήφιους πελάτες σε αρνητική σκέψη για την επιχείρηση.

Το 75% απάντησε θετικά που σημαίνει ότι η πλειοψηφία των πελατών μπορεί να γευματίσει ξανά στο εστιατόριο. Το 25% όμως των πελατών χάθηκε για πάντα. Οι επισιτιστικές και γενικά οι τουριστικές επιχειρήσεις επειδή έχουν να κάνουν με πελάτες που ίσως να μην μείνουν πολύ στον τόπο που εδρεύει η επιχείρηση θα πρέπει να τους κερδίζουν από την πρώτη στιγμή. Θα πρέπει πάντα να δουλεύουν στο 100% και να κάνουν ότι περνάει από το χέρι τους για να ικανοποιήσουν τον πελάτη. Γιατί ίσως η πρώτη, να είναι και η τελευταία φορά που τον εξυπηρετούν.

	Συχνότητα	Ποσοστό%
Ναι	75	75,0
Όχι	25	25,0
Σύνολο	100	100,0

Πίνακας.21



Γράφημα.21

7.3 Συμπεράσματα

Την τελευταία δεκαετία και ειδικά από τους ολυμπιακούς αγώνες και μετά παρουσιάζεται στην Ελλάδα μια μεγάλη ανάπτυξη στις ξενοδοχειακές-επισιτιστικές μονάδες πολυτελείας ειδικά στις περιοχές γύρω από την Αθήνα. Πολυώροφα κτήρια, με εξαιρετική αρχιτεκτονική και διακόσμηση, με θέα σε σημαντικά μνημεία της πόλης ή την θάλασσα, με καταπράσινα roof garden restaurants, πολυάριθμο προσωπικό και εξοπλισμό πολλών εκατομμυρίων ευρώ. Φτάνουν όμως όλα αυτά για να παρέχουν στους πελάτες τα προσδοκώμενα ώστε να φύγουν από το ξενοδοχείο ή το εστιατόριο και να ανυπομονούν να ξαναέρθουν;

Η έρευνα έδειξε ότι όλες οι παρεχόμενες υπηρεσίες του εστιατορίου ήταν κάλες προς πολύ καλές **3,8/5**. Μη ξεχνάμε όμως πως αναφερόμαστε σε εστιατόριο πολυτελείας με ισχυρό brand name τουλάχιστον στην εγχώρια αγορά και με πολλές διακρίσεις. Ένα εστιατόριο πολυτελείας θα πρέπει να δικαιολογεί τον τίτλο του σε όλους τους τομείς. Διακόσμηση, περιβάλλον, εκπαιδευμένο προσωπικό, καθαριότητα, καλή ποιότητα φαγητού-κρασιών μα πάνω απ' όλα να έχει ανθρώπους πρόθυμους να ικανοποιήσουν κάθε ανάγκη του πελάτη.

Η αξιολόγηση των υπηρεσιών του εστιατορίου ήταν καλή και βλέπουμε ότι οι πελάτες σε ποσοστό 84% έμειναν ευχαριστημένοι και ότι το 75% θα γευμάτιζε ξανά στο εστιατόριο. Ο κάθε πελάτης έχει διαφορετική κρίση και εμπειρίες. Άλλος δίνει έμφαση μόνο στην ποιότητα του φαγητού αγνοώντας την τιμή. Άλλος θέλει καλό φαγητό που να συνοδεύεται από καλό κρασί και καλή ατμόσφαιρα. Για να μπορέσει ένα εστιατόριο να ικανοποιήσει τόσο πολλούς και τόσο διαφορετικούς πελάτες θα πρέπει να προσφέρει τα πάντα. Δηλαδή τα εξής 3: ΠΟΙΟΤΗΤΑ-ΕΥΧΑΡΙΣΤΗ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑ-ΣΕ ΚΑΛΗ ΤΙΜΗ.

Η εποχή που διανύουμε είναι η εποχή του «Design». Όλες οι επιχειρήσεις δίνουν μεγάλη έμφαση στην δημιουργία ελκυστικών χώρων έκθεσης των προϊόντων τους. Σ' ένα εστιατόριο όμως χρειάζεται μεγαλύτερη προσοχή και διακριτικότητα. Τα πάντα μέσα στο εστιατόριο θα πρέπει να είναι εναρμονισμένα με το θέμα του εστιατορίου. Με το είδος φαγητού δηλαδή που σερβίρει και με το προφίλ των πελατών του. Ειδικά σε *gourmet* εστιατόρια θα πρέπει να δίνεται σημασία και στην παραμικρή λεπτομέρεια καθώς οι πελάτες έχουν αυξημένες προσδοκίες και η σημασία στη λεπτομέρεια θα κάνει τη διαφορά.

Η ευχάριστη ατμόσφαιρα επιτυγχάνεται από την προθυμία και την γνώση των υπαλλήλων να ικανοποιήσουν τους πελάτες σε συνδυασμό με την ευχάριστη διακόσμηση την μουσική και την τοποθεσία του εστιατορίου. Είναι γεγονός ότι ξοδεύονται εκατομμύρια για την διακόσμηση, την ανακαίνιση και τον εξοπλισμό των εστιατορίων, πράγμα αναγκαίο. Πώς να λειτουργήσεις όμως ένα πανάκριβα εξοπλισμένο εστιατόριο με μεγάλες προσδοκίες αν δεν δώσεις έμφαση στο προσωπικό; Η επιλογή και η εκπαίδευση του προσωπικού πρέπει να ναι λεπτομερής.

Ο κάθε υπάλληλος θα πρέπει να γνωρίζει τα πάντα για την επιχείρηση και την ειδικότητά του. Άσχετα με τις προπτυχιακές ή μεταπτυχιακές σπουδές τους οι εργαζόμενοι θα πρέπει να ενημερώνονται τακτικά για τις εξελίξεις του επαγγέλματος τους μέσω σεμιναρίων επιδοτούμενα και επικροτούμενα από την επιχείρηση.

Η ποιότητα προϊόντων και υπηρεσιών μπορεί να ακούγεται δύσκολο επίτευγμα για μια επισιτιστική επιχείρηση. Για τις υπηρεσίες η εφαρμογή όλων των παραπάνω είναι το κλειδί για ποιοτική παροχή υπηρεσιών.

Το φαγητό είναι το βασικό προϊόν του εστιατορίου. Ένα προϊόν που για να φτάσει στο τραπέζι του πελάτη θα πρέπει να περάσει από μια σειρά διαδικασιών ξεκινώντας από το χωράφι, στο ράφι και τέλος στο πιάτο του πελάτη ενός εστιατορίου. Ένα πιάτο εστιατορίου αποτελείται από υλικά αγαθά(κρέας, λαχανικά). Για να

επεξεργαστούν σωστά και ποιοτικά όμως αυτά τα αγαθά χρειάζονται οι υπηρεσίες πολλών διαφορετικών ατόμων. Από τον παραγωγό μέχρι και τον μάγειρα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Αρβανίτης Κ.(2006).Εστιατόριο, Προπομπός, Αθήνα.
2. Αρβανίτης Κ.- Κουτσιμάνης Λ. Επαγγελματική Κουζίνα-Γενικές Αρχές Μαγειρικής, Προπομπός, Αθήνα.
3. Γούναρης Σ. (2003).Μάρκετινγκ Υπηρεσιών, Rosili, Γέρακας.
4. Λαλούμης Δ.- Κατσώνη Β.(2010) Διοίκηση Ολικής Ποιότητας-Εφαρμογή στον Τουρισμό, Σταμούλης, Αθήνα.
5. Μάρας Αθ.(1999).Οργάνωση- Τεχνική Εστιατορικών Μονάδων,Interbooks, Αθήνα.
6. Παλησίδης Γ.(2008). Επιχειρηματικότητα στον επισιτιστικό κλάδο: Περίπτωση Κυανής Ακτής, 5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ξενοδοχειακής Διοίκησης με θέμα το FnB.
7. Παπάζογλου Κ.(2003). Διαχείριση Ολικής Ποιότητας.
8. Πρινιανάκη Α.(2008). Διακόσμηση Ξενοδοχείων και Εστιατορίων, 5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ξενοδοχειακής Διοίκησης με θέμα το FnB.
9. Πρωτοπαπαδάκης Ι.(2005)Marketing Εστιατορίου, Σταμούλης, Αθήνα.
10. Σαραντοπούλου Ι.(2008). Μοντέλα Μέτρησης Της Ποιότητας των παρεχομένων υπηρεσιών των επισιτιστικών επιχειρήσεων, 5^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ξενοδοχειακής Διοίκησης με θέμα το FnB.
11. Τσιότρα- Γεωργίου Δ.(2002). Βελτίωση Ποιότητας(Β έκδοση), Μπένου, Αθήνα
12. Φιλίππιδης Δ. - Τζένος Χ.(2006).Οργάνωση και Λειτουργία Εστιατορίου., Les Livres De Turism, Αθήνα.
13. Χρήστου Ε.(2009) Έρευνα Τουριστικής Αγοράς, Interbooks, Αθήνα.
14. 2ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΜΠΟΣΙΟ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ 2007, Διεθνές Συμπόσιο Γαστρονομικού και Οινικού Τουρισμού Θεσσαλονίκη σημειώσεις από το σεμινάριο με θέμα τον Γαστρονομικό Τουρισμό 2007.
15. Alford, Katherine (2001), Caviar, Truffles, and Foie Gras, Chronicle Books.
16. BBC Food - Regional French Cookery.
17. Boudou, Evelyne and Jean-Marc Boudou. Les bonnes recettes des bouchons lyonnais. Seyssinet: Libris, 2003.
18. Dallen Timothy (Brigham Young University, Utah, USA) Η κουζίνα και οι διατροφικές συνήθειες ως μορφές πολιτισμικής κληρονομιάς, σημειώσεις από το σεμινάριο με θέμα τον Γαστρονομικό Τουρισμό 2007

19. Dominé, André (ed.). *Culinaria France*. Cologne: Könemann Verlagsgesellschaft mbh, 1998.
20. Escoffier, Georges Auguste. *Escoffier: The Complete Guide to the Art of Modern Cookery*. Translated by H. L. Cracknell and R.J. Kaufmann. New York: John Wiley and Sons, 2002.
21. Foder's. *See It. France*. 2nd edition. New York: Foder's Travel Publications, 2006.
22. Hewitt, Nicholas. *The Cambridge Companion to Modern French Culture*. Cambridge: The Cambridge University Press, 2003.
23. Jean-Louis André, *Cuisines des pays de France*, Éditions du Chêne, 2001
24. Jean-Louis André, *Cuisines des Pays de France, histoires et recettes*. Editions du Chêne, 1998.
25. Julia Child, *My Life in France*, Alfred Knopf, New York, 2006.
26. Martine André Dr., (2005) *Υγεία και ζωτικότητα στο πιάτο μας* Εκδόσεις Κασταλία, Αθήνα
27. Mattsson, Henrik. *Calvados: The World's Premier Apple Brandy: Tasting Facts and Travel*. Great Britain 2005.
28. Mennel, Stephan. *All Manners of Food: eating and taste in England and France from the Middle Ages to the present*. 2nd ed., Chicago: University of Illinois Press, 1996.
29. Michelin Guide Vert – Côte d'Azur "La bouillabaisse classique doit comporter les 'trois poissons': rascasse, grondin, congre.", 1990.
30. Petit LaRousse de la Cuisine, LaRousse (1998)
31. Sharples Liz (Sheffield Hallam University, United Kingdom) «αιεφόρων» φεστιβάλ φαγητού σημειώσεις από το σεμινάριο με θέμα τον Γαστρονομικό Τουρισμό 2007
32. Spang Rebecca L., *The Invention of the Restaurant*. 2nd ed., Harvard University Press, 2001.
33. Steele, Ross. *The French Way*. 2nd edition. New York: McGraw-Hill, 2006.
34. The Culinary Institute of America. *The Professional Chef*. 8th ed. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, INC, 2006.
35. Wheaton, Barbara Ketcham. *Savoring the Past: The French Kitchen and Table from 1300 to 1789*. New York: First Touchstone, 1996.
36. Ελληνική Λέσχη Γαστρονομίας

37. Ζευγουλάς Μιχάλης «Ταξιδεύουμε για να τρώμε ή τρώγοντας ταξιδεύουμε;» σημειώσεις από το σεμινάριο με θέμα τον Γαστρονομικό Τουρισμό 2007.
38. Λαμπράκη Μυρσίνη, σημειώσεις από το σεμινάριο με θέμα τον Γαστρονομικό Τουρισμό 2007.

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

1. <http://frenchfood.about.com>
2. http://news.kathimerini.gr/4dcgi/w_articles_civ_1_20/04/2008_266904
3. http://www.thefoodsection.com/foodsection/2004/04/is_my_blog_burn.html.
4. www.aftouch-cuisine.com/
5. www.barilla.com
6. www.boukia.tv
7. www.cooking.com
8. www.cp-pc.ca/english/france/eating.html
9. www.epicurious.com
10. www.flavourrider.com
11. www.food.com
12. www.french-property.com/reference/regional-food-france-glossary
13. www.mamakouzina.gr
14. www.mediterranean-lifestyles.com/0080000001_France_French_Cooking_Cuisine
15. www.mediterrasian.com/cuisine_of_month_provence.htm
16. www.pathfinder.gr
17. www.philoxenous.gr/detail.php?id=2425
18. www.servitoros.gr
19. www.SNE.org (Society for Nutrition Education)
20. www.spondi.gr

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

«ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΩΝ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΩΝ ΤΩΝ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ»

1. Φύλο:

Ανδρας Γυναίκα

2. Εθνικότητα:.....

3. Ηλικία:

- i. 18-25
- ii. 26-33
- iii. 34-41
- iv. 42-49
- v. 50-57
- vi. 58-65
- vii. Άνω των 65

4. Είναι η πρώτη φορά που γευματίζετε στο εστιατόριο ;

Ναι Όχι

Αξιολογήστε από το πιο αρνητικό στο πιο θετικό	1	2	3	4	5
5. Πόσο ενδιαφέρουσα βρήκατε την διακόσμηση του εστιατορίου ;					
6. Πόσο ενδιαφέρουσα βρήκατε την μουσική του εστιατορίου ;					
7. Πως σας φάνηκε η ενδυμασία του προσωπικού ;					
8. Πόσο ικανοποιημένοι μείνατε από την συμπεριφορά του προσωπικού ;					
9. Πόσο πρόθυμο φάνηκε το προσωπικό στο να σας εξυπηρετήσει ;					
10. Πόσο εκπαιδευμένο-ενημερωμένο ήταν το προσωπικό;					
11. Πόσο ελκυστικό βρήκατε					

το εδεσματολόγιο – μενού ;					
12. Μείνατε ευχαριστημένοι από την ποικιλία του εδεσματολογίου ;					
13. Τα πιάτα σερβίρονταν σε εύλογο χρονικό διάστημα στο τραπέζι ;					
14. Πιστεύετε πως τηρούνται οι κανόνες υγιεινής ;					
15. Μείνατε ευχαριστημένοι από την εμφάνιση του τραπεζιού ;					
16. Μείνατε ευχαριστημένοι από την παρουσίαση των πιάτων ;					
17. Πιστεύεται πως το φαγητό ήταν αντάξιο των χρημάτων που διαθέσατε ;					
18. Αισθανθήκατε οικεία κατά την παραμονή σας στο εστιατόριο ;					

19. Από πού ενημερωθήκατε για το εστιατόριο ;

- i. Είμαι πελάτης του εστιατορίου
- ii. Από διαφήμιση
- iii. Από γνωστούς –φίλους
- iv. Άλλο (προσδιορίστε)

20. Μείνατε ευχαριστημένοι από τις υπηρεσίες του εστιατορίου ;

Ναι Όχι

21. Θα γευματίζατε ξανά στο εστιατόριο ;

Ναι Όχι

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ !

“PROVIDED SERVICE EVALUATION OF SPONDI RESTAURANT”

22. Gender:

Male Female

23. Nationality.....

24. Age:

- viii. 18-25
- ix. 26-33
- x. 34-41
- xi. 42-49
- xii. 50-57
- xiii. 58-65
- xiv. Up to 65

25. Is it the first time you are dining in this restaurant?

Yes No

Post from the most negative to the most positive	1	2	3	4	5
26. How interesting is the decoration of the restaurant?					
27. How interesting is the music in the restaurant?					
28. Did you like the appearance of the staff?					
29. Are you satisfied by the behaviour of the staff?					
30. Did the staff try the best to satisfy your needs?					
31. Was the staff well trained and updated?					
32. How interesting was the appearance of the menu?					

33. Are you satisfied by the variety of the menu?					
34. Was the food served on time?					
35. Do they respect the rules of hygiene?					
36. Are you satisfied by the decoration of the table?					
37. Are you satisfied by the presentation of the dishes?					
38. Do you think the food was worthing the value of money?					
39. Did you feel familiar during your staying in the restaurant?					

40. Where were you informed about the restaurant?

- v. Iam a client of the restaurant
- vi. From advertisement
- vii. From friends
- viii. Other (define).....

41. Are you satisfied by the services of the restaurant?

Yes No

42. Would you dine again at this restaurant?

Yes No

THANK YOU VERY MUCH FOR YOUR TIME!