

## **Project για την Ελληνική Κουζίνα**

**Να διαλέξετε ένα φαγητό, γλυκό ή σαλάτα από την Ελληνική Κουζίνα και να παρουσιάσετε τη συνταγή για το μαγείρεμά του. Μπορείτε επίσης να παρουσιάσετε την κουζίνα μιας περιοχής. Π.χ. Κρήτης, Ικαρίας, Θράκης, κ.α.**

**Ανάθεση: 22 Φεβρουαρίου 2023**

**Πρώτο σχέδιο (first draft): 24 Φεβρουαρίου 2023**

**Παρουσίαση: 28 Φεβρουαρίου 2023.** Η παρουσίαση θα γίνει στα ελληνικά με PowerPoint ή παρόμοιο πρόγραμμα. Μετά την παρουσίαση θα γίνουν ερωτήσεις από τους συμμαθητές.

**Παιχνίδι ρόλων** σε σχέση με το φαγητό. Μπορεί να είναι η διαδικασία μαγειρέματος, η έξοδος σε ελληνική ταβέρνα και η παραγγελία του συγκεκριμένου φαγητού, σαλάτας, κ.α.

**Αξιολόγηση (ένας βαθμός για παρουσίαση και ένας βαθμός για παιχνίδι ρόλων):**

### **Αξιολόγηση**

A) περιεχόμενο της παρουσίασης και τρόπος παρουσίασης (60%).

B) χρήση της ελληνικής γλώσσας, κατά την παρουσίαση, και απαντήσεις στις ερωτήσεις των συμμαθητών (40%).

Γ) Βαθμός για συμμετοχή (Participation). Συμμετοχή στις παρουσιάσεις των άλλων ομάδων (ερωτήσεις - σχόλια).

### **Ενδεικτικά περιεχόμενα της παρουσίασης:**

- Προέλευση και ιστορία του φαγητού
- Συνταγή και μαγείρεμα.
- Διατροφική αξία.
- Φήμη, διάδοση με άλλες χώρες. Που μπορεί να το φάτε στην Αμερική.

Χρήση κειμένου, φωτογραφιών, μικρού βίντεο.

## **Ενδεικτικά θέματα αν διαλέξετε συνταγή από Ελλάδα:**

Μουσακάς

Γύρος – Σουβλάκι

Γαμοπίλαφο

Stifado (στιφάδο)

Μεσογειακή διατροφή

Ικαρία και μακροζωία (longevity)

## **Σαλάτες**

Χωριάτικη

Τζατζίκι

Ντάκος

## **Γλυκά**

Μπακλαβάς - γαλακτομπούρεκο – Λουκούμι -μελομακάρονο

**Διάλεξε την ομάδα και το φαγητό/κουζίνα που θα μελετήσεις και θα παρουσιάσεις.**

<https://docs.google.com/document/d/1hcjpSUCxuChHOYgGWdTnOCBHwwFC19PiOir62eRHT2c/edit?usp=sharing>

Ενδεικτικές ιστοσελίδες:

<https://bucketlistjourney.net/traditional-greek-foods-you-must-eat-in-greece/>

[https://en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_Greek\\_dishes](https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_Greek_dishes)

[https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%AE\\_%CE%BA%CE%BF%CF%85%CE%B6%CE%AF%CE%BD%CE%B1](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%AE_%CE%BA%CE%BF%CF%85%CE%B6%CE%AF%CE%BD%CE%B1)

## **Ικαρία και μακροζωία (longevity)**

**Το μυστικό της μακροζωίας στην Ικαρία. BBC News 13-01-2013**

<https://www.youtube.com/watch?v=AmxS8CSW6SM>

## **Eat like an Ikarian**

<https://6thfloor.blogs.nytimes.com/2012/10/25/eat-like-an-ikarian/>

## **Κρητική διατροφή/κουζίνα (Cretan cuisine)**

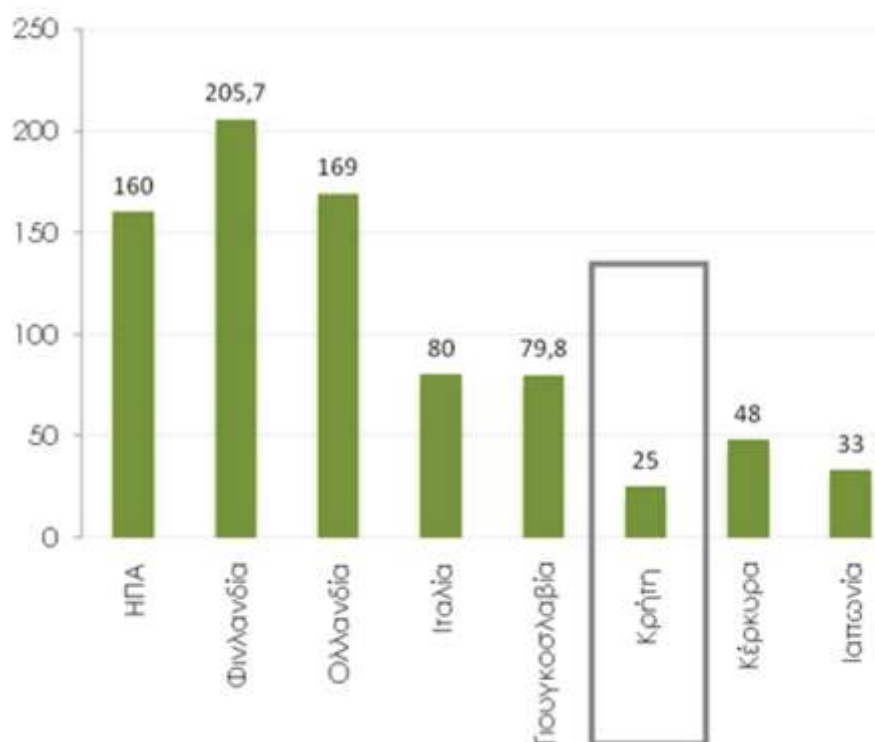
<https://www.cretalive.gr/crete/h-paradosiakh-krhtikh-diatrofih-toy-1960-to-kalytero-farmako-gia-thn-ygeia>

<https://www.bbcgoodfood.com/howto/guide/top-10-foods-try-crete>

<https://uncorneredmarket.com/crete-food/>

[https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9A%CF%81%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE\\_%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%AE](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9A%CF%81%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE_%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%AE)

**ΘΝΗΣΙΜΟΤΗΤΑ ΑΠΟ ΣΤΕΦΑΝΙΑΙΑ ΝΟΣΟ ΣΤΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΩΝ ΕΠΤΑ  
ΧΩΡΩΝ ΜΕΤΑ ΑΠΟ 25 ΕΤΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ**



**Local Cuisine in Greece**

<https://www.discovergreece.com/en/gastronomy/local-cuisine>

Κουζίνα Θράκης

<http://www.turkish-cuisine.org/ottoman-heritage-3/western-thrace-42.html?PagingIndex=1>

<https://www.epicurious.com/archive/diningtravel/culinarytravel/greecemacedoniathrace>

[http://www.visitgreece.gr/en/gastronomy/regional\\_cuisine/traditional\\_cuisine\\_prefecture\\_of\\_evros](http://www.visitgreece.gr/en/gastronomy/regional_cuisine/traditional_cuisine_prefecture_of_evros)

Greek Macedonian cuisine

[https://en.wikipedia.org/wiki/Greek\\_Macedonian\\_cuisine](https://en.wikipedia.org/wiki/Greek_Macedonian_cuisine)

[https://en.wikipedia.org/wiki/Macedonian\\_cuisine](https://en.wikipedia.org/wiki/Macedonian_cuisine)