

# Η κα ΜΑΡΙΑ ΚΑΙ ΟΙ ΣΥΝΤΑΓΕΣ ΤΗΣ



**Π**ραγματοποιήθηκε με πολύ μεγάλη επιτυχία και με πολυπληθή προσέλευση η παρουσίαση του βιβλίου «Maria's Traditional Greek Kitchen» των Μαρία Χαραλαμπί και της Αριστέας Λουκά. Η παρουσίαση του βιβλίου έλαβε χώρα στο "Georges River 16ft Sailing Club" στο προάστιο Sans Souci την Κυριακή 23 Απριλίου 2023.

Την εκδήλωση τίμησαν με την παρουσία τους πολλοί φίλοι της Αριστέας και του Γιάννη Λουκά ανάμεσα τους και ο νεοεκλεγέντας πολιτειακός υπουργός κος Στέφανος Καμπερογιάννης (Stephen Kamper) με έδρα το Rockdale, μέλος της Νομοθετικής Συνέλευσης και με τα χαρτοφυλάκια των υπουργείων Μικρών επιχειρήσεων, Κτηματολογίου και Περιουσίας, Πολυπολιτισμικότητας και Αθλητισμού, μέλος του Αυστραλιανού Εργατικού κόμματος ο οποίος έκανε και την έναρξη της παρουσίασης.

Τα παραδοσιακά ελληνικά φαγητά ήταν πάντα η σπεσιαλιτέ της Μαρίας. Οι πλούσιες γεύσεις των συνταγών είναι εξαιρετικές και η γεύση απλά υπέροχη. Οι συνταγές της Μαρίας ακολουθούν την πιο παραδοσιακή μέθοδο μαγειρέματος, χρησιμοποιώντας υγιεινά υλικά, βότανα και μπαχαρικά για να τα απολαμβάνουν όλοι, τα οποία μπορούν να είναι είτε καθημερινά απλά πιάτα έως και γεύματα για τους καλεσμένους μας. Συνταγές απλές από φρέσκες υγιεινές σαλάτες μέχρι τον κλασικό ελληνικό μουσακά και παστίτσιο.

Προσεγμένη δουλειά και από τον εκδότη Ανδρέας Ακράτος εκδόσεις ΟΜΝΕ. Αυτό γίνεται εμφανές από το πρώτο ξεφύλλισμα του βιβλίου. Άψογες φωτογραφίες, εξαιρετικό το στυλ των φαγητών, βολικό μέγεθος και στρωτή ευανάγνωστη γραμματοσειρά στην πολύ καλή ποιότητα χαρτιού των σελίδων του. Σχετικά με το περιεχόμενο, τί να πρωτοκοιτάξει κανείς. Καταρχάς η σοφή επιλογή των συνταγών αφού περιλαμβάνουν ό,τι θα ήθελε να δοκιμάσει ένας λάτρης της ελληνικής κουζίνας. Αλλά από την άλλη θα το απολαύσει ο αγγλόφωνος Έλληνας αλλά και ο ξένος που θα θέλει να «πειραματιστεί» με την ελληνική κουζίνα.



Ο κος Stephen Kamper πολιτειακός υπουργός Ν.Ν.Ο



Αριστεά και Γιάννης Λουκάς



Και οι τρεις γενιές της οικογένειας με την κα Μαρία

**Τα παραδοσιακά ελληνικά φαγητά ήταν πάντα η σπεσιαλιτέ της Μαρίας. Οι πλούσιες γεύσεις των συνταγών είναι εξαιρετικές και η γεύση απλά υπέροχη.**

Μαγειρευτά, σούπες, πίτες, λαδερά και αρκετά γλυκά. Με εισαγωγές και μικρές ιστορίες που δεν κουράζουν αλλά σε βάζουν στο κλίμα της κάθε συνταγής. Οι συνταγές είναι πολύ σωστά χωρισμένες σε κατηγορίες για να είναι εύκολη η αναζήτηση, με λεπτομέρειες υλικών και παρασκευής και με τις πιο όμορφες φωτογραφίες (ο σύζυγος Γιάννης Λουκάς ασχολήθηκε επιμελώς για αυτό το αποτέλεσμα), που σε κάνουν να θέλεις να μπει στην κουζίνα και να μαγειρέψεις. Δίγλωσση έκδοση και εντύπωση κάνει το γεγονός ότι ο υπότιτλος κάθε συνταγής είναι η ελληνική της ονομασία που βοηθά αρκετά αν το χρησιμοποιεί η εγγονή που μιλάει αγγλικά και η γιαγιά που μιλά ελληνικά. Σοβαρή και αξιόλογη δουλειά σχεδόν 2 χρόνων.

Βιβλίο με ελληνικές συνταγές που θα ήθελε ο καθένας για τον εαυτό του ή για να το κάνουν δώρο σε αγγλόφωνους ή και Έλληνες φίλους. Πραγματικά είναι από τα δώρα που δεν θα ντραπεί κανείς να κάνει σε φίλους, και που θα εκτιμήσουν όλοι οι αποδέκτες του.

Η έκδοση αυτού του βιβλίου έχει επίσης σαν σκοπό και το να μεταφερθεί στις νέες γενιές η παράδοση που αναδεικνύει η μεσογειακή διατροφή όπως παραλήφθηκε από τους παλαιότερους και βελτιωμένη παραδίδεται στους νεότερους. Μπορείτε να το προμηθευτείτε από το Amazon ή σε επιλεγμένα σημεία πώλησης. Η επόμενη παρουσίαση θα γίνει στο «Danas Deli café» την Τετάρτη 10 Μαΐου μεταξύ 11:00 π.μ. - 2:00 μ.μ. στην διεύθυνση 416 Illawarra road Marrickville.