



THE ART OF SLOW FOOD

Thigaterra

Καλώς εσμίξαμε!

Η Thigaterra είναι η κόρη ενός μεγάλου έρωτα για τα υλικά που βγάζει η Ελληνική γη μέσα από τα σπλάχνα της, αιώνες τώρα. Είναι η κόρη που γεννήθηκε μέσα στη βαθιά αγάπη για την οικο-γαστρονομία, το καλό και δίκαιο φαγητό που σέβεται τη φύση & τις Ελληνικές θάλασσες. Είναι η θυγατέρα της Γης και του Ήλιου.

Εδώ, θα αποκτήσετε μια βιωματική γνώση του παγκόσμιου κινήματος slow food μέσα από τη διαδρομή της γεύσης και της όσφρησης. Διαλεγμένες πρώτες ύλες από βιολογικές καλλιέργειες, αργομαγειρεμένες όπου χρειάζεται.

Θα ανακαλύψετε ξεχωριστές συνταγές, γευστικά παντρέματα διαφορετικών τόπων της Ελλάδας, αλλά και ατόφια δημιουργήματα βραβευμένων μικρών παραγωγών που θα παρουσιαστούν στο πιάτο σας. Παραδοσιακά τυριά & αλλαντικά, κρασιά & αποστάγματα που δεν είχατε φανταστεί ποτέ τον γευστικό τους πλούτο.

Το Παντοπωλείο & το Κελάρι μας προσφέρονται να προμηθευτείτε κάθε λογής καλούδια, για να σας θυμίζουν το γευστικό αυτό ταξίδι.

Ένα ταξίδι που αξίζει να το ζεις και να το αφηγείσαι.

για τον πατέρα Ήλιο: Ο ΗΛΙΟΣ Ο ΗΛΙΑΤΟΡΑΣ

Οδυσσέας Ελύτης (απόσπασμα)

ΑΦΗΓΗΤΗΣ

Ο Ήλιος ο Ηλιάτορας
ο πετροπαιχνιδιότορας
από την άκρη των ακρώ
κατηφοράει στο Ταίναρο
Φωτιά 'ναι το πηγούνι του
χρυσάφι το πιρούνι του.

Ο ΗΛΙΟΣ

Εσείς στεριές και θάλασσες
τ' αμπέλια κι οι χρυσές ελιές
ακούτε τα χαμπέρια μου
μέσα στα μεσημέρια μου.

«Σ' όλους τους τόπους κι αν γυρνάω
μόνον ετούτον αγαπώ!»

Από τη μέση του εγκρεμού
στη μέση του αλλού πελάγου
κόκκινα κίτρινα σπαρτά
νερά πράσινα κι άπατα.

«Σ' όλους τους τόπους κι αν γυρνάω
μόνον ετούτον αγαπώ!»

slow food συνεργατής



Διαχρονική αξία στην ποιότητα!

Από το 1980, προσφέρουν μόνο την καλύτερη ποιότητα από ντόπιες, Κρητικές φάρμες & κτηνοτροφικές μονάδες, διατηρώντας έτσι την άριστη ποιότητα των προϊόντων τους, στις πιο ανταγωνιστικές τιμές. Έχουν προβεί στην αδειοδότηση του εργαστηρίου τους. Με αυτό το τρόπο καθημερινά σας προσφέρουν πληθώρα κρεατοσκευασμάτων, ποιοτικά, νόστιμα και έτοιμα για ψήσιμο, αφού τα έχουν ετοιμάσει πλήρως για το μαγείρεμά τους.

Επιπλέον ακολουθούν όλες τις εξελίξεις στο τομέα τους, παρακολουθώντας με επιτυχία σεμινάρια, παρασκευής κρεατοσκευασμάτων, από κορυφαίους chef, ιδρύματα μαγειρικής και επαγγελματίες του χώρου.

Γι' αυτό μπορούν να καλύψουν οποιαδήποτε κοινωνική δεξίωση, συνάντηση ή το καθημερινό σας τραπέζι, με προτάσεις, ιδέες, τέχνη, ποιότητα και γεύση.

www.meatvertoudos.com

✧ Σαλάτες ✧

✧ Σαλάτα Ελληνική - 10.90€ D V

Τοματίνια, αγγούρι, πιπεριά, ελιές, κριθαροκουλούρα, γαλομυζήθρα, *EV00 «Ziro Sitia»*.

✧ Πράσινη Σαλάτα - 11.90€ D

Αλλαντικό Λούντζα από κρητικό χοίρο, ξεροτήγανο, μήλο, παντζάρι, σελινόριζα.

✧ Οφτή Χειμωνιάτικη Σαλάτα - 10.80€ S D V

Πατάτες, λαχανικά εποχής, Κυανό τυρί, αυγό, αμύγδαλο.

✧ Κρύα Ορεκτικά ✧

✧ Καρπάτσιο Ελληνικού Νεροβούβαλου - 16.90€ D

Μαγιονέζα φρικασέ, τουρσιά, παλαιωμένη κρητική γραβιέρα, *EV00 «Ages Kyklopas»*.

✧ Ωμό Ψάρι Ημέρας - 15.80€

Αυγοτάραχο, τουρσιά εποχής, εσπεριδοειδή.

✧ Τυροκαυτερή - 9.80€ V

Οφτή πιπεριά, ελαιόλαδο, προζυμένιο ψωμί.

✧ Ψύγαλο - 9.80€ D V

Κηρήθρα, αλατσολιές, *EV00 «Pappous»*.

✧ Πλατό Τοπικών Τυριών - 17.40€ S D V

Παλαιωμένη γραβιέρα, καπνιστή Γραβιέρα Κρήτης, Κυανό μπλε τυρί, γαλομυζήθρα, Βολάκι Τήνου, σπιτικές μαρμελάδες, παξιμάδια.

✧ Γευσιγνωσία Ελαιόλαδου - 17.50€ S D

Ζεστό ψωμί, 3 διαφορετικά ε.π. ελαιόλαδα, 3 διαφορετικοί Ελληνικοί μεζέδες.

✧ Ζεστά Ορεκτικά ✧

✧ Το Ψωμί του Βοσκού S D

Προζυμένιο ψωμί, στακοβούτυρο, ελιές, άνθος αλατιού.

4.80€

✧ Πατάτες με Στάκα & Σύγκλινο Καπνιστό D

9.80€

✧ Νιόκι S D

Χειροποίητα νιόκι με γραβιέρα, απάκι χοιρινό, σάλτσα τομάτας.

11.80€

✧ Χόρτα Εποχής D V

Τομάτα, ελαιόλαδο, μυζήθρα.

10.80€

✧ Χορτόπιτα D V

Χειροποίητη πίτα, χόρτα εποχής, μαλακό τυρί, γιαούρτι, σκόρδο, άνηθο.

11.80€

✧ Τυρί Μαστέλο Σχάρας S D V

Σάλτσα μπουγιουντί, παντζάρι.

11.40€

✧ Φάβα Σχοινούσας S D V Ve

Κροκέτα φάβα, τουρσιά εποχής, δροσερή σαλάτα, *EV00 «Skoutari»*.

10.90€

✧ Κεμπάπ Πρόβατο S D

Πολίτικο τζατζίκι, ντοματοσαλάτα, πιπεριά.

13.80€

✧ Τραχανάς με Μανιτάρια D V

Τραχανάς κόκκινης κολοκύθας, γραβιέρα, ποικιλία μανιταριών, τρούφα.

12.80€

✧ Σφουγγάτο με Χόρτα Εποχής S D

Τοπικά τυριά, χειροποίητη κέτσαπ τομάτας, σπετσερικό.

10.90€

❖ Ατομικές Μερίδες ❖

❖ Γαμοπίλαφο - 15.90€ **D**

Ζυγούρι τσιγαριστό, μυζήθρα, λεμόνι, **EV00** «Zero One».

❖ Κοτόπουλο με Χυλοπίτες - 14.40€ **S D**

Σγουρές χυλοπίτες, Μετσοβόνη, κολοκυθόσπορος, βασιλομανίταρα.

❖ Μοσχαρίσια Μάγουλα - 23.80€ **D**

Χειροποίητος πουρές πατάτας με Κατσοχοίρι, κάσιους.

❖ Χοιρινή Μπριζόλα Καρέ - 15.80€

Οφτά λαχανικά, σάλτσα ψητού.

❖ Αργομαγειρεμένο Short Rib Μοσχάρι - 24.60€ **S**

Πολέντα ξινόχοντρο και σάλτσα από τα ζουμιά του, **EV00** «Elladaki».

❖ Μοσχαρίσιο Μπιφτέκι - 16.80€ **D**

Τοπικά τυριά, λάχανο, μουστάρδα βρούβας.

❖ Γιουβέτσι Ψάρι Ημέρας - 18.90€

Κρόκος Κοζάνης, **EV00** «Ziro Sitia».

❖ Συνοδευτικές Γαρνιτούρες ❖ 3.80€ **V Vc**

❖ Σαλάτα εποχής ❖ Ψητά Λαχανικά ❖ Πουρές πατάτας ❖ Πατάτες τηγαντές



❖ Κρεοπωλείο - Παντοπωλείο ❖

❖ Κοπές Μοσχαριού Κρέατος (με το κιλό) από Ελληνικές Φάρμες **D**

Επισκεφθείτε τη βιτρίνα μας & ενημερωθείτε για τη διαθεσιμότητα.

Επιλέξτε την κοπή της αρεσκείας σας.

❖ Τυριά απ' όλη την Ελλάδα

Φτιάξτε το δικό σας πλατό τυριών και εμείς το φέρνουμε στο τραπέζι σας!

❖ Τα Γλυκά Μας ❖

❖ Παραδοσιακή Ψυγκόπιτα - 10.60€ **S D**

Cremeux σοκολάτας, πραλίνα καρύδι, σταφίδες με Vinsanto Σαντορίνης, ε.π. ελαιόλαδο, ανθός αλατιού.

❖ Mocha Espresso - 10.80€

Μελωμένο ξεροτήγανο, namelaka espresso, τόνκα.

❖ Cremeux Λεμόνι - 10.60€ **S D**

Σαρανταβότανο, φύλλα μαρέγκας, κονφί φράουλα, crumble, μαχλέπι, Ύσσωπος, παγωτό βανίλια.

❖ Ρυζόγαλλο - 10.20€

Φύλλο καραμέλας με κανέλα, κρέμα βανίλια.

D όπως Deli...

Ακολούθησε το **D** στο νέο μενού του Thigaterra για να γίνεις εσύ ο άμεσος Πρεσβευτής των Τοπικών Προϊόντων της χώρας μας!

Το **Thigaterra**, μέσα από το γαστρονομικό του αφήγημα αλλά και μέσα από τις δράσεις του, προωθεί τις αρχές και αξίες του παγκόσμιου κινήματος **Slow Food** και αναδεικνύει με μεγάλη αγάπη και σεβασμό κάθε τοπικό διαμάντι της Ελληνικής γης. Το εστιατόριο μέσα από το ταξίδι του σε όλη την Ελλάδα δημιούργησε το **Deli - Παντοπωλείο**, στο οποίο έχεις την ευκαιρία να εξερευνήσεις και να ανακαλύψεις τοπικά προϊόντα που προέρχονται από κάθε σημείο και τόπο, με τον πρωτογενή τομέα να είναι παρών και να "σχεδιάζει" κάθε πιάτο σου.

Αναζητώντας στο νέο μενού του **Thigaterra** το σύμβολο **D**, επιλέγεις την πιο αυθεντική συνταγή με πρώτες ύλες απευθείας από το **Deli - Παντοπωλείο** του εστιατορίου μας, στο οποίο "καρποφορούν και ανθίζουν" τα προϊόντα της δικής σου Ελλάδας. Οι τοπικοί παραγωγοί της χώρας "συνομιλούν" με σένα και σου συστήνουν **αυθεντικές γεύσεις** και **γνήσια αρώματα**.

Εσύ δημιουργείς την Εμπειρία...

Ακολούθησε το **D** ... Μαγείρεψε με το **D** ... Όπως λέμε **Deli**

❖ Η Βιτρίνα των τυριών μας ❖

❖ Πρόβειο Γιαούρτι

100% πρόβειο γάλα.

❖ Κεφαλοτύρι Κρήτης

Σκληρό τυρί με αιγοπρόβειο γάλα.

❖ Γραβιέρα 24μήνης Ορίμανσης Νάξου

Η Γραβιέρα Νάξου είναι Π.Ο.Π. (προϊόν Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης) σκληρό τυρί, με υποκίτρινο χρώμα. Παρασκευάζεται από 80% αγελαδινό γάλα κατ' ελάχιστον και 20% αιγοπρόβειο γάλα κατά μέγιστον με την προσθήκη παραδοσιακής πυτιάς.

❖ Γραβιέρα Καπνιστή Κρήτης

Ημίσκληρο τυρί από 100% κρητικό αιγοπρόβειο παστεριωμένο γάλα, με φυσικό κάπνισμα από άγρια κρητικά βότανα.

❖ Βοδάκι Τήνου

Υπόλευκο, μαλακό, παραδοσιακό τυρί με βαθύ άρωμα και γεύση μεστή, που παράγεται από παστεριωμένο αγελαδινό γάλα.

❖ Γαλήνι Τυρί

Το κρητικό τυρί κρέμα.

❖ Μετσοβόνη

Το μετσοβόνη είναι ημίσκληρο, καπνιστό τυρί που προέρχεται από το Μέτσοβο, απ' όπου πήρε και το όνομά του, και όπου παράγεται ένα άλλο γνωστό τυρί, η μετσοβέλα. Είναι τυρί Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης.

❖ Κουανό Μπλε Τυρί

Το Κουανό είναι το πρώτο ελληνικό μπλε τυρί. Παράγεται από καταικίσιο γάλα, που συλλέγεται από κοπάδια που βόσκουν ελεύθερα στα ορεινά της Κεντρικής Μακεδονίας.

❖ Μαστέλο Χίου

Φτιάχνεται στη Χίο αποκλειστικά από τον Κωνσταντίνο Τουμάζο. Φρέσκο πλήρες χιώτικο αγελαδινό και καταικίσιο γάλα. Η λέξη Μαστέλο, στην κυριολεξία σημαίνει τον ξύλινο κάδο που χρησιμοποιούσαν για τη συλλογή του γάλακτος και είναι ενετικής προέλευσης (Mastelo).

❖ Πηχτόγαλο

Ένα είδος ξινομυζήθρας είναι το πηχτόγαλο Χανίων, τυρί αλειφώδες, χωρίς συγκεκριμένο σχήμα ή περίβλημα. Φτιάχνεται κατευθείαν από γάλα, πρόβειο ή μείγμα πρόβειο με λίγο γίδινο. Για να μην υπάρχουν παρεξηγήσεις, το ονόμασαν και πηχτόγαλο Χανίων και κατοχύρωσαν την ονομασία αυτή ως ΠΟΠ, με τον όρο το γάλα να είναι από τα Χανιά.

❖ Γαλομυζήθρα

Μαλακό κρεμώδες τυρί από 100% πρόβειο γάλα.

❖ Κατσοχοίρι

Το «Κατσοχοίρι» είναι ένα παραδοσιακό κρητικό ημίσκληρο τυρί, που φτιάχνεται από την τυρομάζα που περισσεύει στο πρώτο στάδιο παρασκευής της Γραβιέρας, ζυμώνοντάς την και δίνοντάς της σχήμα σαν σκαντζοχοίρου. Είναι μαλακό, ελαφρώς ξινό, ιδανικό για σαγανάκι (τηγανιτό) ή ωμό, και αποτελεί ουσιαστικά τη «φρέσκια» εκδοχή της Γραβιέρας.

Εφαρμόζοντας πολλές από τις πρακτικές βιώσιμης κυκλικής ανάπτυξης, προσπαθούμε να μειώσουμε τα απορρίμμά μας ανακυκλώνοντας πολλά από αυτά.

Επιλέγοντας το 95% των προϊόντων μας να προέρχεται από ντόπιους Έλληνες μικρούς παραγωγούς μειώνουμε κατά πολύ τη χιλιομετρική απόσταση προμήθειας των προϊόντων μας συμβάλλοντας έτσι στη μείωση του περιβαλλοντικού αποτυπώματος.

❖ Σε περιόδους μη διάθεσης φρέσκων προϊόντων χρησιμοποιούμε κατεψυγμένα προϊόντα άριστης ποιότητας. Όπου (*) κατεψυγμένο προϊόν.

❖ Στις σαλάτες μας χρησιμοποιούμε αποκλειστικά εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο από μικρούς Έλληνες παραγωγούς.

❖ Ο καταναλωτής δεν υποχρεούται να πληρώσει το σχετικό αντίτιμο αν δεν έχει λάβει το νόμιμο παραστατικό (απόδειξη-τιμολόγιο).

❖ Οι τιμές περιλαμβάνουν το νόμιμο φόρο 24% για τα αλκοολούχα ποτά και το νόμιμο φόρο 13% για τα τρόφιμα και τα μη αλκοολούχα ποτά.

❖ Παρακαλώ ενημερώστε μας κατά την παραγγελία σας για το αν επιθυμείτε έκδοση τιμολογίου.

ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΕΝΗΜΕΡΩΣΤΕ ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΜΑΣ ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ Ή ΔΥΣΑΝΕΞΙΕΣ
ΚΑΙ ΖΗΤΗΣΤΕ ΤΟ ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΝΟΥ ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΩΝ

❖ So₂ ❖ ΜΑΛΑΚΟΣΤΡΑΚΑ ❖ ΜΑΛΑΚΙΑ ❖ ΓΑΛΑ ❖ ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ ❖ ΑΡΑΧΙΔΕΣ ❖ ΣΟΥΣΑΜΙ ❖ ΣΕΛΙΝΟ
❖ ΣΙΝΑΠΙ ❖ ΑΥΓΟ ❖ ΛΟΥΠΙΝΟ ❖ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ❖ ΣΟΓΙΑ ❖ ΨΑΡΙ

Αγορανομικός Υπεύθυνος: Εμμανουήλ Βοζικάκης | Executive Chef: Εμμανουήλ Μπλεμένος | Chef: Παναγιώτης Βαθιανάκης

Επισκεφθείτε το website μας: www.thigaterra.gr

