



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 πετροπαιχνιδιάτορας
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 γυρνώ
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 γυρνώ
μόνον ετούτον αγαπώ!»

❖ Σαλάτες ❖

❖ Σαλάτα Ελληνική - 10.80€ D V

Τοματίνια, αγγούρι, κρεμμύδι, πιπεριά, ελιές, κριθαροκουλούρα Μυλοποτάμου, αιγοπρόβεια φέτα, dressing βαλσάμικο με αγκινάρα, *EVOO «Ziro Bio Sitia»*.

❖ Παντζάρι - 11.20€ S D V

Ψητά παντζάρια, σέσκουλα, Κυανό μπλε τυρί, καρύδια, λαδόξιδο παλαιωμένο, κρουτόν εφτάζυμου, *EVOO «Elladaki»*.

❖ Πράσινη Σαλάτα - 11.40€ D V

Βιολογικά πράσινα φύλλα, μαρούλια, κολοκυθόσπορος, μπέικον μαύρου χοίρου, ξηρός ανθότυρος Κρήτης, dressing ροδιού, παστέλι.

❖ Κρύα Ορεκτικά ❖

❖ Τυροκαυτερή - 8.90€ D V

Φέτα, Κοπανιστή Μυκόνου, γλυκιές πιπερίτσες, φύλλο Πέρεκ με ανθό αλατιού «Αλις».

❖ Ψυγαλο Σητείας - 9.20€ D V

Πράσινο λάδι, θρύμμα από ντάκο χαρουπιού.

❖ Πλάτο Ελληνικών Τυριών - 15.80€ S D V

Κεφαλοτύρι Κρήτης, Γραβιέρα καπνιστή Κρήτης, Πηχτόγαλο Χανίων, Κυανό μπλε τυρί, Βολάκι Τήνου, μαρμελάδα ντομάτα, μαρμελάδα δαμάσκηνο.

❖ Μοσχαρίσιο Φιλέτο - 16.70€ S D V

Φαγόπυρο, Γραβιέρα Νάξου 24μηνος ωρίμανσης, κάσιους, κρίταμο, τηγανητή κάπαρη, λαδολέμονο μουστάρδας βρούβας, *EVOO «Ages Kyklopas»*.

❖ Ζεστά Ορεκτικά ❖

❖ Το Ψωμί του Βοσκού D V

Ζεστό ψωμί (χωριάτικο & σιτάρι ολικής άλεσης), χοντρό αλάτι, αρωματικό στακοβούτυρο, Σταφιδολιές Κρήτης.

5.40€

❖ Αυγά με Στάκα και Πατάτες S D

2 αυγά μάτια τηγανητά, πατάτες κυδωνάτες, θυμάρι, στάκα, ψητά τοματίνια.

9.80€

❖ Νιόκι με Απάκι S D

Μανούρι, γραβιέρα, ελιές Καλαμών, λιαστό τοματάκι, τοματάκι cherry, ελαιόλαδο ρίγανης.

11.80€

❖ Βεήουτέ Σούπα Σεληνόριζας D

Κρέμα καπνιστής γραβιέρας, σαλάμι Λευκάδας, *EVOO «Pappous»*.

10.80€

❖ Σταμναγκάθι Τσιγαριαστό S D V

Βολάκι Τήνου, ντομάτα με ανθό αλατιού «Αλις».

9.90€

❖ Καλιτσούνι Χορτόπιτα Φούρνου S D V

Φύλλο δίκοκκο Ζέας με χαρούπι, τυρί Γαλένι, τσιγαριαστά χόρτα εποχής.

10.90€

❖ Κεφτεδάκια «Thigaterra» D

Κιμάς βοδινός, πιπεριά Φλώρινας, αρωματικό γιαούρτι, πατάτες τσιπς.

11.90€

❖ Τυρί Σαγανάκι D V

Μαστέλο Χίου, μαρμελάδα φρούτα του δάσους.

10.90€

❖ Τραχανάς με Μανιτάρια Στιφάδο S D Ve

Ποικιλία μανιταριών, σάλτσα στιφάδο, κρεμμυδάκια κοκκάρια.

10.90€

❖ Φάβα Σχοινούσας με Λουκάνικο D

Πίκλα κρεμμυδιού, λουκάνικο ανάμεικτο Κρήτης, βασιλική κάπαρη, *EVOO «Skoutari»*.

12.40€

✧ Ατομικές Μερίδες ✧

✧ Ριζότο Γαμοπίλαφο D	15.90€	✧ Μπιφτέκι Μοσχαρίσιο Γεμιστό S D	16.80€
Κομμάτια ζυγούρι Κρήτης, λεμόνι.		100% μοσχαρίσιος κιμάς ελληνικής ξηράς ωρίμανσης, Κατσοχοίρι τυρί, αμανίτες σάφρας, πατάτες κυδωνάτες.	
✧ Σγουρές Χυλοπίτες με Κοτόπουλο D	13.80€	✧ Γιουβέτσι Χοιρινό Κότσι D	15.80€
Κρέμα ελληνικών τυριών, βασιλομανίταρα, ελληνικό μπέικον.		Φρέσκια ντομάτα, κριθαράκι με πιπεριά Φλωρίνης, γραβιέρα Νάξου.	
✧ Κόκορας Πασιτσάδα D	13.80€	✧ Πανσέτα Μαύρου Χοίρου	15.90€
Σκιουφιχτά μακαρόνια, ξηρός ανθότυρος, μείγμα μπαχαρικών σπετσερικό, ντοματίνια κονφί.		Πουρές πρασοσέλινο, πατάτες baby, ντοματίνια ψητά.	
✧ Κατσικάκι Φρικασέ S D	16.80€	✧ Λαβράκι στο Αλάτι D	22.90€
Χόρτα εποχής, αυγολέμονο, αγκινάρες, chips αγκινάρας, EVVO «Aheleon» .		Χόρτα εποχής, EVVO «Zero One» .	
✧ Μοσχαρίσια Μάγουλα D	22.90€		
Πουρές πατάτας, σάλτσα γλυκού κρασιού.			

✧ Συνοδευτικές Γαρνιτούρες ✧ 3.80€ **V Ve**

- ✧ Πατάτες baby φούρνου με δενδρολίβανο
- ✧ Σαλάτα εποχής ✧ Πατάτες τηγανητές ✧ Πουρές πατάτας ✧ Ψητά Λαχανικά

✧ Συνοδευτικές Σάλτσες ✧ 3.60€

- ✧ Σάλτσα γλυκού Ρωμείου κρασιού
- ✧ Αρωματικό ελληνικό βούτυρο ✧ Μουσάρδα βρούβας ✧ Σάλτσα BBQ

Κοπές Μοσχαριού (με το κιλό) Μικρές Ελληνικές Φάρμες **D**

Επισκεφθείτε τη βιτρίνα μας & ενημερωθείτε για τη διαθεσιμότητα. Επιλέξτε την κοπή της αρεσκείας σας.

✧ Παιδικό Μενού ✧

✧ Φιλετάκια Κοτόπουλου Πανέ με Τηγανητές Πατάτες	8.90€
✧ Λιγκουίни με Κόκκινη Σάλτσα D V Ve	7.90€
✧ Λιγκουίни με Κιμά D	8.90€

✧ Τα Γλυκά Μας ✧

✧ Τάρτα Μύρτιλο S D	10.80€
Κομποτέ μύρτιλο, Montée Βανίλιας - μυσήθρας, sorbet φρούτα του δάσους.	
✧ Semifreddo Tiramisu S D	10.90€
Σαβαγιάρ, κρέμα αρωματισμένη με ελληνικό καφέ και κρητικό λικέρ με βότανα, φιστίκι Αιγίνης, κακάο.	
✧ Black Forest D	10.80€
Ganache σοκολάτα με μαστίχα, crumble με αμύγδαλο και φουντούκι, crème μαύρης σοκολάτας, compote αγκινάρας, παγωτό γιαιούρτι.	

D όπως Deli...

Ακολουθήστε 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...

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

❖ Τα Τυριά Μας ❖

❖ Φέτα ΠΟΠ

Φτιαγμένη 100% από ελληνικό, παστεριωμένο αιγοπρόβειο γάλα.

❖ Πρόβειο Γιαούρτι

100% πρόβειο γάλα.

❖ Γραβιέρα 24μήνης Ωρίμανσης 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.

❖ Γαλένι Τυρί

Το κρητικό τυρί κρέμα.

❖ Κυανό Μπλε Τυρί

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

❖ Κεφαλοτύρι Κρήτης

Σκληρό τυρί με αιγοπρόβειο γάλα.

❖ Πηχτόγαλο

Είδος Ξινομυζήθρας τυρί αλειφώδες, χωρίς συγκεκριμένο σχήμα ή περιβλήμα. Διαφέρει από άλλες Ξινομυζήθρες. Ενώ λοιπόν, η Ξινομυζήθρα που συνήθως βρίσκουμε στην αγορά φτιάχνεται από το τυρόγαλα, που απομένει από την τυροκόμηση άλλων τυριών (Γραβιέρα, Κεφαλογαβιέρα) με την προσθήκη μικρής ποσότητας γάλακτος, το Πηχτόγαλο είναι «πρώτο τυρί», καθότι φτιάχνεται κατευθείαν από γάλα, πρόβειο ή μείγμα πρόβειου με λίγο γίδινο.

❖ Μαστέλο Χίου

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

Εφαρμόζοντας πολλές από τις πρακτικές βιώσιμης κυκλικής ανάπτυξης, προσπαθούμε να μειώσουμε τα απορρίμματά 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**



Αξιολογήστε την εμπειρία σας στο

Thigaterra

και μπείτε στην κλήρωση για ένα **iPhone 13 Pro**

Αγορανομικός Υπεύθυνος: Εμμανουήλ Βοζικάκης | Chef: Εμμανουήλ Μπλεμένος

Επισκεφθείτε το website μας: www.thigaterra.gr

