



www.visitgreece.gr

Specijalizovani za
grčka ostrva



Preko
30
grčkih
ostrva

(NE)POZNATO O...

Grčka gastronomija

Jedan od autentičnih kulturnih elemenata regiona je gastronomija, a grčka gastronomija je stara oko 4.000 godina. Kuhinja ove zemlje se sastoji od velikog broja jela koja mogu u potpunosti da zadovolje kako vegetarijance, tako i ljubitelje mesa. **Grčka kuhinja ima četiri tajne:** dobre, kvalitetne, sveže sastojke, upotrebu aroma (biljaka) i začina na pravi način, čuveno grčko maslinovo ulje i jednostavnost.

Neki od visoko cenjenih tradicionalnih grčkih proizvoda su maslinovo ulje, sir, vino, uzo, med, mastika, šafran, slatko i tradicionalni likeri. Kao osnova svakog recepta u okviru nacionalne kuhinje pojavljuje se maslinovo ulje koje igra dominantnu ulogu u grčkim prehrambenim navikama. Grčko **maslinovo ulje** je širom sveta poznato po svojoj čistoći, izuzetnom ukusu i visokoj hranljivoj vrednosti. Na pijacama širom zemlje mogu se naći **jedinstveni sirevi** izuzetnog kvaliteta koje treba svakako probati, a među njime se ističu kaseri, graviera, kefalotiri, mizitra i mecovone. Ovi sirevi variraju u zavisnosti od porekla, ukusa i imena, a najpoznatiji sir je svakako čuvena grčka feta. Ova zemlja nije samo rodno mesto Dionisa (boga vina), već i **mesto rođenja vinarstva**. Vina su dolazila sa ostrva Hios i Tasos i bila su poznata u celom tadašnjem antičkom svetu. Grčka vina se proizvode od različitih sorti grožđa, od kojih su mnoge nepoznate zapadnima ljubiteljima vina. **Uzo** je svetski poznat grčki aperitiv, a najbolji dolazi sa ostrva Lesbos i Hios. Pravi se od destilovanog alkohola, vode i aromatičnih sastojaka, sa anisom koji prevladava. **Grčki med** je poznat po svom visokom kvalitetu, mirisu i izvanrednom ukusu. Brojne varijacije ukusa i mirisa posledica su bogate grčke flore.



Mastika je proizvod koji je jedinstven u svetu, a proizvodi se ekskluzivno na egejskom ostrvu Hios. Proizvodi se od smole dobijene iz zimzelenog grma tršlje (*Pistacia lentiscus*) i može se konzumirati bez hemijske ili industrijske prerade. Otac medicine, Hipokrat, primetio je brojna

terapeutska svojstva mastike, posebno za stomačne probleme. **Grčki šafran**, ili "zlatno sa grčkog tla" se ubraja među najdragocenije i najvrednije začine drevnih civilizacija, zbog svoje boje kao i aromatičnih, farmaceutskih i afrodizijačkih svojstava. ■