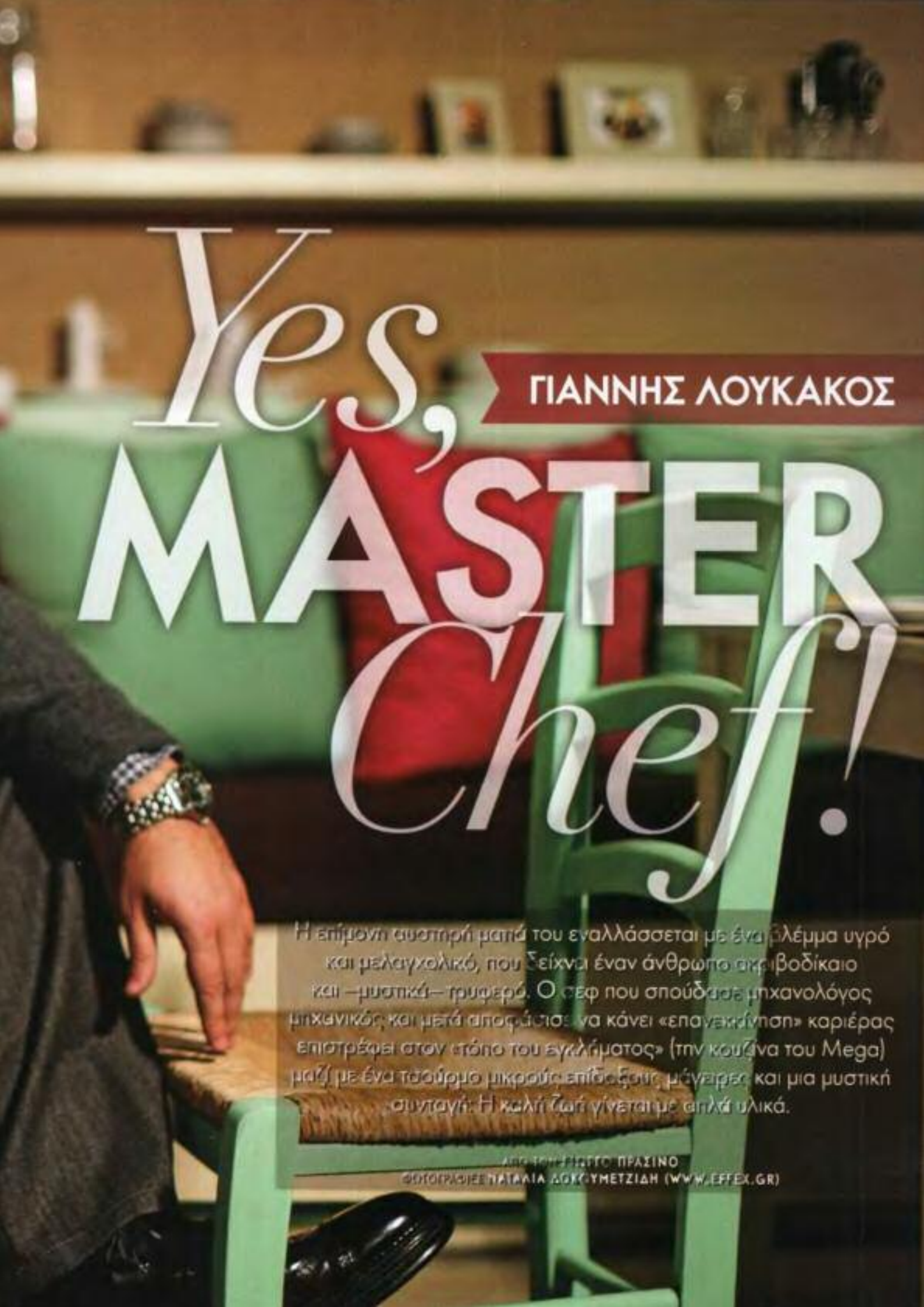




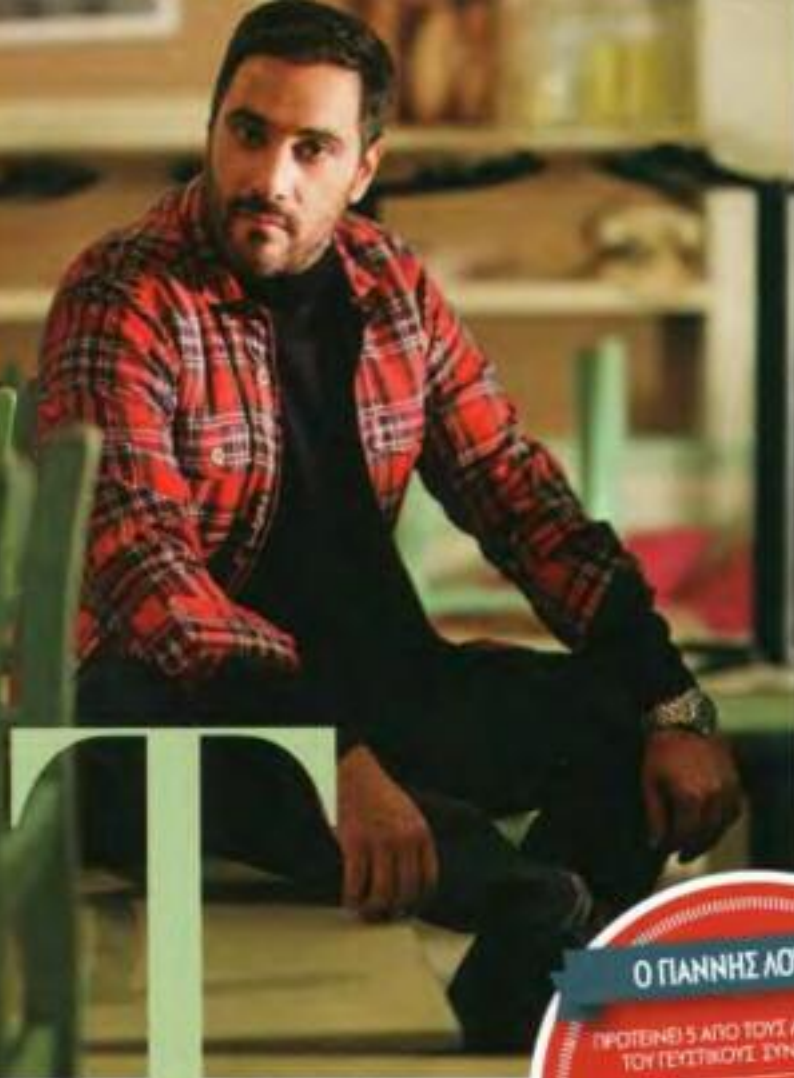


Yes, MASTER Chef!

ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΟΥΚΑΚΟΣ

Η επίμονη ευαίσθητή ματιά του εναλλάσσεται με ένα βλέμμα υγρό και μελαγχολικό, που ζείχνει έναν άνθρωπο ακριβοδίκαιο και –μυστικά– τρυφερό. Ο σέφ που σπούδασε μηχανολόγος μηχανικός και μετά αποφάσισε να κάνει «επανακίνηση» καριέρας επιστρέφει στον τόπο του εγγλέματος» (την κουζίνα του Mega) μαζί με ένα τσούρμιο μικρούς επίδοξους, μάγειρες και μια μυστική συνταγή. Η καλή ζωή γίνεται με απλά υλικά.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΠΙΣΤΗΤΟ ΠΡΑΣΙΝΟ
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΝΑΤΑΛΙΑ ΔΟΚΟΥΜΕΤΣΙΔΗ (WWW.EFFE.GR)



Ο ΠΑΝΗΣ ΛΟΥΚΑΚΟΣ

ΠΡΟΤΙΝΕΙ 5 ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΑΔΙΣΤΗΜΕΝΟΥΣ
ΤΟΥ ΓΕΥΤΙΚΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ:

1. ΠΑΤΟΡΟ ΒΑΝΙΛΙΑ ΜΕ ΤΡΙΜΜΕΝΟ ΜΠΕΚΙΝΟ
ΑΜΥΓΔΑΛΟΙ // 2. ΣΗΡΟΙ ΚΑΡΡΟΙ ΜΕ ΚΑΡΦΕΛΑ
ΚΑΙ ΛΑΔΙ // 3. ΠΑΤΑΤΕΣ ΘΕΙΑΝΤΕΣ ΜΕ
ΚΕΤΣΑΠ ΚΑΙ ΜΑΠΟΝΕΖΑ // 4. ΚΑΡΡΟΥΣ ΜΕ
ΦΕΤΑ // 5. ΒΟΛΗ ΜΕ ΦΡΕΣΚΟ ΚΑΤΕΚΙΣΙΟ
ΤΥΡΙ ΚΑΙ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ
ΚΑΙ ΔΕΝΤΡΟΒΛΑΝΟ

Τι διαφορετικό θα δούμε στο *Junior Master Chef* – πέρα από το προφανές, που είναι οι πιο μικροί παίκτες...

Ακριβώς λόγω των παιδιών το *Junior* δεν έχει τόσο ανταγωνιστικό χαρακτήρα, αλλά εκπαιδευτικό. Νομίζω ότι θα βγάλει γέλιο και καλή διάθεση χάρη στον παιδικό ενθουσιασμό και την ευγενή άμαλλα των μικρών συμμετεχόντων.

Σε εξέλιξη τα πιτσιρικά;

Σίγουρα. Δεν περιμένεις από παιδιά τέτοιας ηλικίας, που δεν ξέρουν να μαγειρεύουν, να τους δώσεις οδηγίες, να τις καταλάβουν και να τις ακολουθήσουν με ακρίβεια. Με εξέλιξαν ευχάριστα.

Θα είσαι το ίδιο αυστηρός με τα παιδιά, όπως ήσουν και με τους μεγάλους επιδοξους σεφ;

Ναι, είχα το προφίλ του λίγο πιο αυστηρού κριτή. Πιστεύω πως αυτό βοηθάει να έχει αποτέλεσμα η προσπάθεια όλων των συμμετεχόντων. Στα παιδιά, που είναι ευαίσθητες ψυχές, υπάρχει σίγουρα μια κριτική άλλου ύρους. Δεν θα δούμε τόσο αυστηρότητα όσο επεξεγήρησα και επείκεσα.

Αν είχες ένα παιδί, θα το άφηνες να εκτεθεί έτσι στην τηλεόραση; Μπορεί να είναι ένα απλό παιχνίδι μαγειρικής, αλλά δεν μπορεί κανείς να αποκλείσει τον ανταγωνισμό, την ήττα, την απογοήτευση...

Θακάρω ότι η συμμετοχή σε ένα τέτοιο παιχνίδι πρέπει να χωρίζεται σε δύο στάδια. Είναι το στάδιο της διαδικασίας που διεξάγεται ο ανταγωνισμός, τα παιδιά μοθαίνουν τα υλικά, τρόπους παρασκευής, διασκεδάζουν, αλλά υπάρχει και το δεύτερο σκέλος, το οποίο είναι η προβολή του παιχνιδιού και τα επακόλουθα της. Αυτό σίγουρα

σπώνει κουβέντα, αλλά δεν μπορώ να απαντήσω με σιγουριά σε μια τόσο υποθετική ερώτηση, από τη στιγμή που δεν γνωρίζω την παράμετρο του να είσαι γονιός. Σίγουρα, η οικογένεια, οι γονείς θα πρέπει να σκαφτούν πώς θα διαχειριστούν την όλη κατάσταση για να μην υπάρξουν αρνητικές συνέπειες στην ψυχολογία του παιδιού. Αυτό όμως που μπορώ με σιγουριά να υποστηρίξω – αν εξαιρέσει κανείς το κομμάτι της προβολής – είναι πως η συμμετοχή ήταν πολύ εποικοδομητική για τα παιδιά. Έμαθαν πολλά και έζησαν μια εμπειρία που τα ενθουσίασε πάρα πολύ.

Με ποια παρουσιάστρια βρέθηκες πιο κοντά, με την Ευγενία Μανωλίδου ή με τη Μαρία Μπεκατώρου;

Νομίζω πως και με τις δύο παρουσιάστριες υπήρξε μια συνεργασία άφορη για τις ανάγκες του προγράμματος. Ήταν μια χαρά και οι δύο. Δεν μπορώ να διαλέξω, γιατί και με την Ευγενία αλλά και με τη Μαρία συνεργαστήκαμε χωρίς προβλήματα.

Τώρα που σχεδόν τελείωσαν τα γυρίσματα του *Junior Master Chef*, πιστεύεις ότι η Μαρία Μπεκατώρου ήταν η καλύτερη επιλογή για την παρουσίασή του;

Δεν μπορώ να πω, γιατί δεν γνωρίζω πώς θα ήταν η Ευγενία.

Σίγουρα μπορώ να πω πως της Μαρίας της πήγαινε ο ρόλος πάρα πολύ, γιατί έχει μια παιδικότητα και μια φιλική προσέγγιση προς τον κόσμο – ιδίως προς τα παιδιά.

Τα παιδιά και την αγάπηση;

Τα παιδιά και τη λάτρεψαν, όπως αγάπησαν κι εγώ. Δεθήκαμε πάρα πολύ με όλα, γιατί κατάλαβαν ότι τους δίνανε σπορική και προσπαθήσαμε να τους προσφέρουμε και γνώσεις.

Είσαι ένας καταξιωμένος σεφ. Τι κερδίζεις με τη συμμετοχή σου στο *Junior Master Chef*;

Το ότι τα παιδιά θέλουν να μάθουν – αν κι όχι σε ένα εντελώς ορθόδοξο περιβάλλον, μιας και δεν είμαστε σκληρή μαγειρική – είναι από μόνο του ευχάριστο. Μέσω ενός τηλεοπτικού προϊόντος δείχνουμε σε πολλά παιδιά πράγματα σχετικά με τη μαγειρική, τις τροφές, την ισορροπημένη διατροφή κ.λπ.

Η συναναστροφή με όλα αυτά τα χαρτωμένα πιτσιρικά δεν σε έβαλε σε σκέψεις για το πότε θα κάνεις δική σου οικογένεια;

Δεν νομίζω πως είχα τέτοια ερεθίσματα. Γενικά δεν νιώθω πως η συναναστροφή μου με παιδιά είναι αυτή που θα με κάνει να σκεφτώ την οικογένεια. Πιστεύω πως αυτό το κίνητρο για εμένα θα έρθει από κάποια άλλη πηγή.

Θεωρείσαι από τους «ωραίους» newcomers της τηλεόρασης. Εισέπραξες καθόλου το θαυμασμό των fans σου;

(γελάει) Για κάποιους μπορεί να είσαι ωραίος και για κάποιους άλλους άσχημος. Η ομορφιά είναι υποκειμενική. Η έκθεση στην τηλεόραση, όμως, προσδίδει κάποια σήλη στα τηλεοπτικά πρόσωπα – οπότε, ναι, μετά τη συμμετοχή μου σε ένα τηλεοπτικό show αντιλαμβανόμουν ότι γύριζαν κάποιο κεφάλαιο.

Ε, πώς! Πολλές φίλες μου ήθελαν να έρθουν εδώ για να σε γνωρίσουν από κοντά, να τους υπογράψεις το βιβλίο σου. Το *Ψωμί & Αλάτι* ήταν γεμάτο από θαυμάστριες. Καταλόγησε αυτό το «μπούμ» της δημοσιότητας;

Ούτως ή άλλως, όταν γίνεται προβολή στην τηλεόραση, είναι λο-

γικό να φράζουν να σε βρουν. Αυτό έγινε και με τους άλλους δύο κριτές και σίγουρα δεν έγινε μόνο από γυναίκες. Έγινε κι από ζευγάρια, και από άντρες και από παρέες. Ήταν λογικό να καταλαγιάσει, δεν μπορούσε να διαρκέσει εσείς... Τι σου λένε οι fans σου όταν σε βλέπουν από κοντά;

Πώς είμαι πιο χαμογελαστός και φιλικός. Το παιχνίδι θέλω να το αντιμετωπίζω με σοβαρότητα, μιας και υπάρχουν άνθρωποι που περιμένουν την κριτική μου. Αλλά δεν είμαι έτοιμοι και με τους φίλους μου ή όταν θα βγω για φαγητό ή ποτό. Το προφίλ σου, ωστόσο, είναι αυτό ενός μετρημένου ατόμου. Έχεις κάνει ποτέ μια μεγάλη τρέλα;

Το γεγονός ότι σπούδασα μηχανολόγος μηχανικός και μετά πήγα κι έγινα σεφ είναι μια τρέλα, αρκετά μεγάλη θα έλεγα. Θέλω όμως να πιστεύω πως το ότι ακολουθήσα αυτό που ήθελα να κάνω μου βγήκε σε καλό...

Από ποιο διάσημο μάγειρα θα έτρεμες να κριθείς;

Σίγουρα από ανθρώπους που έχεις επηρεαστεί και έχεις παρακολουθήσει την πορεία τους, έχεις πάει στα εστιατόριά τους ή έχεις διαβάσει βιβλία τους. Οι επιρροές μου ήταν κορυφαίοι σεφ, όπως ο Thomas Keller, ο Alain Ducasse κ.ά.

Έχεις ένα εστιατόριο. Τι αντίκτυπο είχε η κρίση σε εσάς; Ο κόσμος είναι φειδωλός στις παραγγελίες του ή γεμίζει το τραπέζι όπως παλιά;

Το «φέρε αυτό» και «φέρε εκείνο» πάει καιρός τώρα που έχει σταματήσει. Ο Έλληνας είχε κόψει τα πολλά καϊλίσια και τώρα, βέ-



Στις 5 Δεκεμβρίου κυκλοφόρησε το δεύτερο βιβλίο του Γιάννη Λουκάκου, *Chef από την Αρχή*, από τις εκδόσεις Μεταίχμη, που απευθύνεται με προστό τρόπο σε μικρούς σεφ, αλλά και σε ενήλικες που αναζητούν ένα χίρι βοήθειας στην κουζίνα, παρουσιάζοντας πάνω από 50 συνταγές.

βαια, τα έκοψε ακόμα περισσότερα. Πλέον είναι προσεκτικός. Ίσως και να χρειαζόταν αυτό. Δεν είναι και καλό να παραγγέλνεις είκοσι φαγητά και να τρως τα δέκα ή να κοροϊδεύουμε τους ξένους που αγοράζουν μια φρέσκα καρπούζι κι εμείς να παίρνουμε ένα καρπούζι, να τρώμε μια φρέσκα και να πιτάμε το υσάλοιστο. Στο δικό μου μαγαζί υπάρχει μια μικρή ιτιάση στην κατανάλωση, αλλά δεν τήγουμε στην άλλη όχθη.

Αναγκάστηκες να ρίξεις τις τιμές;

Όχι, διότι θεωρώ ότι το *Ψωμί & Αλάτι* είχε εξαρκής μια συγκεκριμένη και, κατά τη γνώμη μου, σωστή σχέση ποιότητας - τιμής και επιπλέον τιμές λογικές και προστές. Δεν έχουμε αλλάξει την τιμολογιακή μας πολι-

κή ούτε προς τα πάνω ούτε προς τα κάτω, ενώ βέβαια τα έξοδά μας έχουν αυξηθεί πολλαπλάσια. Τελικά, είναι σαν να έχουμε κάνει μείωση, άσχετα αν δεν φαίνεται στον κατάλογο. (γέλια)

Σε προσωπικό επίπεδο, πώς την αντιμετωπίζεις την κρίση;

Οποιοδήποτε όλοι είμαστε πιο προσεκτικοί. Δεν έχω κάνει σημαντικές αλλαγές στη ζωή μου, αλλά γενικά είμαι πιο συγκρατημένος. Είναι μια περίοδος αναπροσαρμογής.

Από το ντύσιμό σου, πάντως, και από το παρουσιαστικό σου φαίνεται ότι σου αρέσει η καλή ζωή.

Ναι, αλλά και σε ποιον δεν θα άρεσε να απολαύσει ένα καλό κρασί; Δεν σημαίνει και τίποτα αυτό. Είμαι πολύ λιτός άνθρωπος. Αν κάτι μπορώ να το έχω, καλώς, αλλά και αν δεν το έχω, δεν θα πεθάνω κιόλας! Κι αν δεν τρώω σε ένα καλό εστιατόριο, δεν θα έχω πρόβλημα να τη βγάλω με σουβλάκια καλαμάρα.



«ΔΕΝ ΝΟΜΙΖΩ ΠΩΣ
Η ΣΥΝΑΝΑΣΤΡΟΦΗ
ΜΕΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΗ ΠΟΥ
ΘΑ ΜΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ ΣΚΕΦΤΩ
ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ. ΠΙΣΤΕΥΩ
ΠΩΣ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΙΝΗΤΡΟ
ΘΑ ΕΡΘΕΙ ΑΠΟ ΑΛΛΗ ΠΗΓΗ».