

«Chef από την αρχή»



Οι αρχάριοι μάγειρες βρίσκουν το... μαγικό εγχειρίδιο που θα τους μυήσει στην τέχνη της γαστρονομίας: Το «Chef από την αρχή», διά χειρός Γιάννη Λουκάκου.

Από τη ΦΑΙΔΡΑ ΣΤΑΘΗ

Μικροί και μεγάλοι μπαίνουν στην κουζίνα για να γίνουν «Chef από την αρχή»! Το ομότιτλο βιβλίο του Γιάννη Λουκάκου, του βραβευμένου σεφ που το ευρύ κοινό γνώρισε μέσα από τα προγράμματα του **MEGA «Master Chef»** και **«Junior Master Chef»**, κυκλοφορεί από τις εκδόσεις **«Μεταίχμιο»** και φιλοδοξεί να λύσει όλες τις... γευστικές απορίες μας.

Μια μηλόπιτα ήταν το πρώτο του πιάτο και η αιτία να ανοίξουν γι' αυτόν διάπλατα οι πόρτες του χώρου της γαστρονομίας στην ηλικία των 15 ετών! Ο Γιάννης Λουκάκος με το νέο του βιβλίο απευθύνεται σε μπόμπιρες αλλά και ενήλικες που αγαπούν τη μαγειρική.

Πώς προέκυψε η ιδέα για το «Chef από την αρχή»;

«Ήταν συνδυασμός πολλών πραγμάτων. Καταρχήν, από τη συμμετοχή μου στο «Junior Master Chef», όπου διαπίστωσα τόσο την όρεξη όσο και τις δυνατότητες που έχουν τα μικρά παιδιά. Μέσα από την εκπομπή θυμήθηκα επίσης πώς άρχισα να ασχολούμαι κι εγώ με τη μαγειρική. Αν στα πρώτα μου βήματα είχα ένα βιβλίο να με καθοδηγεί με τρόπο σαφή και επεξηγηματικό, θα γλίτωνα την ταλαιπωρία. Οπότε το βιβλίο αυτό είναι ένα χέρι

βοήθειας για όλους τους αρχάριους, ενώ αποτελεί κίνητρο να μπουν και πάλι μαζί στην κουζίνα οι γονείς με τα παιδιά τους».

Η μαγειρική μπορεί να γίνει ένα δημιουργικό παιχνίδι για το παιδί;

«Σίγουρα. Πρώτα απ' όλα γιατί είναι ένα σημαντικό εφόδιο για τη μέλλουσα ζωή του. Επιπλέον, του προσφέρει τη δυνατότητα να φτιάξει κάτι από το μηδέν και να εισπράξει άμεσα τη θετική ανταπόκριση από το περιβάλλον του, χαρίζοντάς του έτσι αυτοπεποίθηση».

Τελικά, η μαγειρική είναι ταλέντο ή μαθαίνεται;

«Για να γίνει κανείς διάσημος σεφ που θα ξεχωρίσει με τις πρωτότυπες δημιουργίες του, σαφώς χρειάζεται ιδιαίτερο ταλέντο, αλλά αυτοί οι άνθρωποι είναι μετρημένοι. Ωστόσο, χωρίς ταλέντο αλλά με εφόδια τη βασική αντίληψη και τη σωστή εκπαίδευση μπορεί να γίνει κάποιος πολύ καλός, ακόμα και σε επαγγελματικό επίπεδο. Η θέληση είναι αυτή που παίζει το βασικότερο ρόλο».

Giannis Lucacos

info

- Το «Chef από την αρχή» είναι το δεύτερο βιβλίο του Γιάννη Λουκάκου και περιλαμβάνει περισσότερες από **50 συνταγές**.
- Το πρώτο του βιβλίο λέγεται «Ψωμί & Αλάτι – The Cookbook» (εκδόσεις «Ψυχογιός») και «φωτογραφίζει» τις συνταγές και τη φιλοσοφία του ομώνυμου εστιατορίου, στο οποίο είναι σεφ και συνιδιοκτήτης.
- Στο προσωπικό του site www.yiannislucacos.gr υπάρχουν συνταγές με την υπογραφή του, εύχρηστες συμβουλές κ.ά.