



👍 γλυτώνεις το ΠΡ  
👍 παίρνεις και ΔΩ!  
κάνε κλικ και μάθε περισσότερα!



Γίνε ρεπόρτερ!  
Στείλε φωτο ή βίντεο

## Ο Γιώργος Παλησίδης παρουσιάζει συνταγές και μιλά για τη σωστή διατροφή στο Πανόραμα

✍ ΚΥΡΙΑΚΟΣ ΣΑΜΑΡΤΖΙΔΗΣ

☰ [ΥΓΕΙΑ \(/SOCIETY/HEALTH\)](#)

🕒 09/02/18 07:12



0

SHARES

Στα προβλήματα που αντιμετωπίζει η σύγχρονη αστική οικογένεια στη διατροφή της και στις σωστές διατροφικές επιλογές και συνήθειες της εποχής μας θα αναφερθεί ο καθηγητής γαστρονομίας, Γιώργος



Παλησιδης, στο πλαίσιο του κύκλου επιμορφωτικών σεμιναρίων «Καλώ στο Βήμα» που διοργανώνει ο δήμος Πυλαίας-Χορτιάτη.

Στη διάρκεια της ομιλίας του με θέμα «Οργάνωση οικιακής κουζίνας για μια πλούσια διατροφικά μαγειρική και ζαχαροπλαστική. Πρακτικές και νόστιμες τεχνικές μαγειρικής» τη Δευτέρα 12 Φεβρουαρίου και ώρα 19:00 μ.μ. στο αμφιθέατρο “Σταύρος Κουγιουμτζής” του Δημαρχείου Πανοράματος (Αποστόλου Σαμανίδη 21) ο καθηγητής Γαστρονομίας του Α.Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης θα εστιάσει στις καλύτερες επιλογές διατροφής τόσο από άποψη οικονομίας όσο και υγείας.

Μεταξύ άλλων ο ομιλητής θα αναλύσει τον τρόπο για την ορθή διαχείριση του χρόνου, ώστε οι θεατές να έχουν την δυνατότητα να δημιουργήσουν ειδικά εδέσματα υψηλής διατροφικής αξίας και να τα οργανώσουν σε ένα εβδομαδιαίο μενού για την οικογένεια τους, βασισμένο στην ελληνική παράδοση. Στη συνέχεια θα απαντήσει στις ερωτήσεις του κοινού, ενώ οι θεατές από τη μεριά τους, θα έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν τοπικά προϊόντα από βιοτεχνίες της περιοχής.

Η εκδήλωση που θα γίνεται με την ζωντανή συμμετοχή του κοινού θα περιλαμβάνει ζωντανές παρουσιάσεις εδεσμάτων υψηλής διατροφικής αξίας όπως περέκ με καπνιστό τυρί στρυφτόπιτα με τυρί τρούφας (μανιτάρι) σουτζουκάκια βουβαλίσια αλμυρούς λουκουμάδες με μπακαλιάρο, τσίπουρο παλαιωμένο βλαδίκας, τυρομπαλάκια με σος ταχίνι βλάχικη πίτα με κασκαβάλι παστέλι μελιού με ξηρούς καρπούς και κρόκο Κοζάνης.

Να σημειωθεί ότι θεματολογία των ομιλιών με γενικό τίτλο «Καλώ στο Βήμα...» -με είσοδο ελεύθερη για το κοινό- είναι ποικίλη και εκτός από τα «μυστικά της μαγειρικής» αφορά στην Ιστορία, τις Τέχνες και τον Πολιτισμό, Νομικά ζητήματα, αλλά και θέματα που άπτονται της Φιλοσοφίας, της Επιστήμης και της καθημερινότητας.

Ο κύκλος των επιμορφωτικών ~~seminarion~~ <sup>ημερίδα-h-makedonia-einai-mia-kai-elliniki-video)</sup> έχει  
προγραμματισθεί και θα διαρκέσει μέχρι το τέλος Μαΐου  
του 2018. Περιλαμβάνει ομιλίες και εκδηλώσεις για την  
εφαρμογή της διαμεσολάβησης στη σύγχρονη ελληνική  
κοινωνία, τη συμβολή των μουσείων στη σύγχρονη  
ελληνική κοινωνία, τις μαθησιακές δυσκολίες, την Τέχνη  
ως μοχλό ανάπτυξης, τη διαχρονικότητα και τη συνέχεια  
της ελληνικής γλώσσας, καθώς και το περιβάλλον και την  
ανακύκλωση.

Την επιμέλεια των ομιλιών στο πλαίσιο του κύκλου  
επιμορφωτικών σεμιναρίων έχει ο Χρήστος Κοκκινάκης  
(Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας Αριστοτελείου  
Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.)

