

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΟΤΑΝΙΚΗΣ (ΑΝΟΙΞΗ 2011)

ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΚΡΗΤΗΣ (ΟΑΚ) – ΚΟΛΥΜΠΑΡΙ ΧΑΝΙΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΘΕΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ

Πρόγραμμα γνωριμίας με την Κρητική γαστρονομία και βοτανική

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ (21.03-01.04.2011)

ΑΤΟΜΑ ΑΝΑ ΟΜΑΔΑ: 20

ΕΠΙΒΛΕΨΗ: Καθ. ΖΑΚ ΖΑΦΡΑΝ - Δρ. ΛΟΥΚΑΣ ΑΝΔΡΙΑΝΟΣ

ΓΛΩΣΣΕΣ (ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗΣ): ΕΛΛΗΝΙΚΑ, ΑΓΓΛΙΚΑ, ΓΑΛΛΙΚΑ ΚΑΙ ΓΕΡΜΑΝΙΚΑ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΘΕ ΚΥΚΛΟΥ: 10 ΗΜΕΡΕΣ

ΕΝΑΡΞΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ: 21 ΜΑΡΤΙΟΥ 2011

ΛΗΞΗ: ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΤΟΥ ΜΑΙΟΥ 2011

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: ΤΗΛ 0030 28240 22500, ΦΑΞ: 0030 28240 22060, email: OAC@OTENET.GR

ΗΜΕΡΑ 0: Δευτέρα 21. Μαρτίου 2011: ΑΦΙΞΗ ΣΤΗΝ ΟΑΚ

17:00 Άφιξη στην ΟΑΚ-Τακτοποίηση στα δωμάτια

20:00 Δείπνο στην ΟΑΚ

ΗΜΕΡΑ 1: Τρίτη 22. Μαρτίου 2011: «ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΟΑΚ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΑΡΑΚΕΙΜΕΝΗ ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΚΟΙΜΗΣΕΩΣ ΤΗΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ ΟΔΗΓΗΤΡΙΑΣ ΓΩΝΙΑΣ»

8.00 - 8.30 Πρωινό

8.30 - 9.30 Καλωσόρισμα, ξενάγηση στην Ορθόδοξο Ακαδημία Κρήτης και στο Μουσείο Κρητικών Βοτάνων (**Λ. Ανδριανός**)

9.30 - 10.00 Ενημέρωση για την ΟΑΚ (**Εμμ. Λαρεντζάκη**)

10.00 - 10.30 **Διάλειμμα - Καφές**

10.30 - 11.00 Εισαγωγή στην ιστορία της Κρήτης (**Γ. Βλαντής**)

11.00 - 11.30 Εισαγωγή στην οικονομία της Ελλάδας και της Κρήτης, με έμφαση στο εμπόριο τροφίμων (**Λ. Ανδριανός**)

11.30 - 12.00 Συζήτηση (**Γεν. Διευθυντής Κ. Κεσανίδης**)

12.30 - 13.30 *Γεύμα στην ΟΑΚ*

14.00 - 16.00 Ελεύθερος χρόνος

16.00 - 17.00 Επίσκεψη στην Ιερά Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου Οδηγητρίας Γωνιάς

17.00 - 19.00 Επίσκεψη στο εργαστήριο αγιογραφίας της ΟΑΚ (**Κωνσταντίνα Στεφανάκη**)

19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής στην Ακαδημία** με θέμα ΚΡΗΤΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ: πίτες και άγρια βότανα της Κρήτης (**καλιτσούνια, κρέας με ασκολύμπρους**)

21.00 Δείπνο στην ΟΑΚ

ΗΜΕΡΑ 2: Τετάρτη 23. Μαρτίου 2011: «ΕΛΙΑ ΚΑΙ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ»

Άστρικας, Ζυμβραγού, Βούβες, Κολυμπάρι

8.30 - 9.30 Πρωινό

9.30 - 11.00 Επίσκεψη στην οικογενειακή επιχείρηση **BIOLEA** στον Άστρικα (ταινία για τη συλλογή των ελαιών, ελαιόλαδο, γευσίγνωσία διαφόρων προϊόντων ελαίας)

11.00 - 12.30 Επίσκεψη στην Αρχαία Ελιά των **Βουβών** και στο Μουσείο Ελιάς

12.30 - 13.30 *Γεύμα στην ΟΑΚ*

14.00 - 16.00 Ελεύθερος χρόνος

16.30 - 18.30 Επίσκεψη στην οικογενειακή επιχείρηση **PSILLAKIS** στα Ζυμβραγού (βιολογικό ελαιόλαδο, γευσίγνωσία διαφόρων προϊόντων ελαίας)

19.00 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής στην Ακαδημία** με θέμα ΚΡΗΤΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ: Ελιά και ελαιόλαδο

(**Σουπιές με ελιά και μάραθο, ντάκος, μυζήθρα, ελιά τσουνάτη σε ξύδι**)

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΟΤΑΝΙΚΗΣ (ΑΝΟΙΞΗ 2011)

ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΚΡΗΤΗΣ (ΟΑΚ) – ΚΟΛΥΜΠΑΡΙ ΧΑΝΙΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΘΕΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ

Πρόγραμμα γνωριμίας με την κρητική γαστρονομία και βοτανική

21.00 Δείπνο στην ΟΑΚ

ΗΜΕΡΑ 3: Πέμπτη 24 Μαρτίου 2011: «ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ ΚΑΙ ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΤΗΣ ΛΑΪΚΗΣ ΑΓΟΡΑΣ»

Λιμάνι Σούδας, Ιερά Μονή Χρυσοπηγής, Λαϊκή αγορά Παχιανών, Παλιά Πόλη Χανίων

- 5.30 – 6.00 Πρωινό
6.00 Αναχώρηση για το λιμάνι της Σούδας, Χανιά
6.30 – 8.00 Επίσκεψη στην **Ιχθυόσκαλα** στη **Σούδα**
8.00 – 9.30 Γνωριμία με την **Ιχθυοκαλλιέργεια** του Ελληνικού Κέντρου Θαλάσσιων Ερευνών (ΕΛ.ΚΕ.Θ.Ε.) στη Σούδα
9.30 Αναχώρηση για την **Ιερά Μονή Χρυσοπηγής, Χανιά**
10.00 - 11.00 Επίσκεψη στην Ιερά Μονή και ξενάγηση στις βιολογικές καλλιέργειές της
11.00 – 12.30 Επίσκεψη στη **λαϊκή αγορά Παχιανών** Χανίων
11.30 – 12.30 Επίσκεψη στη Βιομηχανία χυμών Χανίων **ΒΙΟΧΥΜ**
13.00 – 14.30 Γεύμα σε φαροταβέρνα στο **Λιμάνι Χανίων**
14.30 Συνάντηση στην Αγορά Χανίων
14.30 – 17.30 Ξενάγηση στη παλιά πόλη των Χανίων
17.30 **Ελεύθερο απόγευμα στα Χανιά**
19.00 Αναχώρηση για Κολυμπάρι
19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής** με θέμα **ΤΑ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ (Ψάρι ντερμπιλιέν και πλακί, καλαμαράκια)**
21.00 Δείπνο

ΗΜΕΡΑ 4: Παρασκευή 25. Μαρτίου 2011 ΕΘΝΙΚΗ ΕΟΡΤΗ

Κολυμπάρι

- 9.00 - 9.30 Πρωινό
10.00 Παρακολούθηση της παρέλασης στο **Κολυμπάρι**
13.00 - 14.00 Γεύμα στην ΟΑΚ
15.30 Ψάρεμα στην περιοχή της ΟΑΚ – ελεύθερο απόγευμα (Μπάνιο)
19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής με θέμα ΤΗ ΓΙΟΡΤΙΝΗ ΚΡΗΤΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ (πιλάφι, αρνί στο φούρνο)**
21.00 Κρητική βραδιά με παραδοσιακούς χορούς

ΗΜΕΡΑ 5: Σάββατο, 26. Μαρτίου: «ΒΟΤΑΝΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ, ΦΡΟΥΤΑ και ΟΙΝΟΓΝΩΣΙΑ»

Βοτανικό Πάρκο στον Ομαλό, φαράγγι Σαμαριάς, Καστέλι

- 8.30 - 9.00 Πρωινό
9.00 – 9.30 Προβολή ταινίας για το Μουσείο Κρητικών Βοτάνων της ΟΑΚ
9.30 - 10.00 Ξενάγηση στο Μουσείο και τον Βοτανικό Κήπο της ΟΑΚ με τον Καθηγ. Jacques Zaffran
10.00 Αναχώρηση για το **Βοτανικό Πάρκο στον Ομαλό**
10.30 Επίσκεψη στο Κρητικό **Βοτανικό Πάρκο στον Ομαλό και μαθήματα Κρητικής κουζίνας (τσάι του βουνού, οινογνώσια-ρωμαϊκό κρασί)**
13.00 -14.00 Γεύμα στο Κρητικό **Βοτανικό Πάρκο**
14.00 Αναχώρηση για το φαράγγι της Σαμαριάς (πάνω είσοδος)
15.00 Αναχώρηση για τον **Βατόλακο**
16.00 – 17.00 Επίσκεψη στο οινοποιείο και στους αμπελώνες της **οικογένειας Μανουσάκη**

**ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΟΤΑΝΙΚΗΣ
(ΑΝΟΙΞΗ 2011)**

ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΚΡΗΤΗΣ (ΟΑΚ) – ΚΟΛΥΜΠΑΡΙ ΧΑΝΙΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΘΕΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ

Πρόγραμμα γνωριμίας με την κρητική γαστρονομία και βοτανική

- 17.00 - 18.00 Επίσκεψη σε συσκευαστήριο φρούτων και στους οπωρώνες της GR-FRUTA στον **Βατόλακο**
- 19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής με θέμα ΤΑ ΒΡΩΣΙΜΑ ΒΟΤΑΝΑ (καλιτσούνια, κρητική σαλάτα, ραδίκι, σταμναγκάθι,)**
- 21.00 Δείπνο

ΗΜΕΡΑ 6: Κυριακή, 28. Μαρτίου 2011 «ΟΡΘΟΔΟΞΗ ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ»

Ι.Μ. Γωνιάς, Μηλιά, Βουβές

- 09.00 - 10.00 Θ. Λειτουργία στην **Ιερά Μονή Γωνιάς** (προαιρετικά)
- 10.00 - 10.30 Πρωινό
- 10.30 Αναχώρηση για **Βλάτος (Μηλιά)**
- 11.30 Επίσκεψη και γεύμα στον παραδοσιακό **οικισμό Μηλιά**
- 13.30 -14.00 Επίσκεψη **στην παραδοσιακή και βιολογική κρητική κουζίνα της Μηλιάς**
- 14.00 Φαγητό στη Μηλιά**
- 16.00 Αναχώρηση για τις Βούβες**
- 17.00 Επίσκεψη στην οικογενειακή επιχείρηση «**ΕΛΛΗΝΑΚΗ Αργυρώ**» στις **Βούβες** (ξεροτήγανα, παστέλι, χυλοπίτες)
- 19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής με θέμα ΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΖΥΜΗΣ** (γλυκά με φύλλο, μπουγάτσα, μουσακά)
- 21.00 Δείπνο στην ΟΑΚ

ΗΜΕΡΑ 7: Δευτέρα, 29. Μαρτίου 2011: «ΟΙΝΟΓΕΥΣΙΑ, ΒΟΤΑΝΑ, ΘΕΡΜΟΚΗΠΙΑ»

Καστέλι, Φαλάσσαρνα, Παλαιοχώρα

- 9.00 - 9.30 Πρωινό
- 9.30 Αναχώρηση για το **Καστέλλι**
- 10.00 – 11.00 Επίσκεψη στο οινοποιείο της οικογένειας **Πνευματικάκη**
- 11.00 Αναχώρηση για βοτανική εκδρομή προς την **Παλαιόχωρα – μέσω Φαλασσάρνων**
- 13.00 – 14.00 Γεύμα στη Παλαιόχωρα (φαγητό σε πακέτο)
- 14.00 – 16.00 Επίσκεψη στο **θερμοκήπιο της Εύης Θεοδωράκη στην Παλαιόχωρα**
- 16.00 – 18.00 Ελεύθερη ώρα και μπάνιο στην Παλαιόχωρα
- 18.00 Αναχώρηση για την Ακαδημία
- 19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής με θέμα ΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΓΛΥΚΑ (γλυκό του κουταλιού και καρυδόπιτα)**
- 21.00 Δείπνο στην Ακαδημία

ΗΜΕΡΑ 8: Τρίτη, 30. Μαρτίου 2011 «ΚΡΕΑΤΙΚΑ και ΖΥΜΑΡΙΚΑ»

Χανιά, Ξεροστέρني, Άπερα, Πασακάκι

- 08.00 - 8.30 Πρωινό
- 09.00 – 09.30 Επίσκεψη στη βιομηχανία αλλαντικών ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ, **Ακρωτήρι.**
- 09.30 – 10.00 Επίσκεψη στη βιομηχανία ζυμαρικών ΧΙΩΤΑΚΗΣ, **Ακρωτήρι.**
- 10.30 – 11.00 Επίσκεψη στους **ΜΥΛΟΥΣ ΚΡΗΤΗΣ, λιμάνι Σούδας**
- 11.00 Αναχώρηση για Άπερα
- 11.30 – 12.30 Επίσκεψη στον αρχαιολογικό χώρο **Απτέρων**
- Φαγητό σε πακέτο**
- 13.00 Αναχώρηση για Ξεροστέρني Βάμου, **Χανιά**

**ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΟΤΑΝΙΚΗΣ
(ΑΝΟΙΞΗ 2011)**

ΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΚΡΗΤΗΣ (ΟΑΚ) – ΚΟΛΥΜΠΑΡΙ ΧΑΝΙΩΝ
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΘΕΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑΣ

Πρόγραμμα γνωριμίας με την κρητική γαστρονομία και βοτανική

- 13.30 - 16.00 Επίσκεψη στο **παραδοσιακό σφαγείο και τυροκομείο (μητάτο) Σταυριανουδάκη**, (Γραβιέρα)
- 16.00 Αναχώρηση για Χανιά - **Πασακάκι**
- 17.00 Επίσκεψη στον **οικογενειακό φούρνο «Πατερομιχαλάκης»** στο Πασακάκι
- 18.30 Αναχώρηση για την ΟΑΚ
- 19.30 - 21.00 **Μάθημα μαγειρικής** με θέμα ΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΝΗΣΤΙΣΙΜΑ (**Μεγάλη εβδομάδα, σφακιανή πίτα**)
- 21.00 Δείπνο στην ΟΑΚ

ΗΜΕΡΑ 9: Τετάρτη, 31. Μαρτίου 2011 «ΤΥΡΙ ΚΑΙ ΓΙΑΟΥΡΤΙ»

Χανιά: Περβολάκι, Σφακία και Φραγκοκάστελλο

- 7.30 - 8.00 Πρωινό
- 8.00 Αναχώρηση για τα **Περβολάκια Κισάμου**
- 8.30 - 10.30 Επίσκεψη σε οικογενειακό **τυροκομείο στα Περβολάκια** (Α/φοι Παπαγιαννάκη)
- 10.30 Αναχώρηση για Ασκήφου
- 12.30 – 14.00 Επίσκεψη στο παραδοσιακό παρασκευαστήριο **λουκάνικων ΖΟΥΛΗΣ** (Ασκήφου Σφακίων)

Φαγητό σε πακέτο

- 14.30 Αναχώρηση για τα **Σφακιά**
- 16.00 – 18.00 Βοτανική ξενάγηση και μπάνιο στο **Φραγκοκάστελλο**
- 18.30 Επιστροφή στην Ακαδημία
- 19.30-21.00 **Προετοιμασία αναχώρησης**
- 21.00 Λήξη σεμιναρίου και δείπνο στην ΟΑΚ

ΗΜΕΡΑ 10: Πέμπτη, 1. Απριλίου 2011 «ΛΗΞΗ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ»

- 9.00 - 9.30 Πρωινό
- 9.30 - Αναχώρηση συμμετεχόντων