

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Σχολείο: 50^ο Γενικό Λύκειο Αθηνών

Τμήμα: Α'2

Σχολικό Έτος: 2016-2017

**Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών,
κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία**



Ομάδα εργασίας:

Κ. Σοφία, Κ. Χριστίνα, Κ. Νίκος, Κ. Κώστας, Κ. Θανάσης, Κ. Μαρία, Κ. Παντελής, Κ. Νικολέτα, Κ. Φωτεινή, Κ. Ανδρέας, Λ. Δήμητρα, Λ. Μαρία, Μ. Δήμητρα, Μ. Μάριος, Μ. Μιχάλης, Μ. Εβελίνα, Μ. Κώστας, Μ. Τζένη, Μ. Μαρία, Μ. Δήμητρα, Μ. Άγγελος, Μ. Γιάννης, Ν. Βαγγέλης, Ν. Νίκος, Ο. Σταυρούλα, Π. Βασιλική

Επιβλέπον Καθηγητής: κ. Λάππας Βασίλειος

Περιεχόμενα

Κεφάλαιο 1	2
Περιγραφή της έρευνας	2
Κεφάλαιο 2	3
Συνταγές.....	3
Φασόλια κόκκινα με μαύρο λάχανο	3
Βαρένικα (Ποντιακά ζυμαρικά)	4
Παστό με αυγά και ντομάτες.....	5
Καρυδόπιτα.....	6
Πιπεριές Φλωρίνης γεμιστές.....	7
Κουλουράκια Σμυρνέικα	8
Πίτα λαδένια με ανθότυρο και φέτα	9
Ριγανοκεφτέδες	10
Παστίτσιο.....	11
Λαλάγγια	13
Τσιγαρίδες.....	14
Γαλατόπιτα	15
Δίπλες Καλαματιανές	16
Φύλλα Καλύμνικα.....	19
Χορτόπιτα με άγρια-αρωματικά χόρτα του βουνού	21
Μακαρόνια Τζόλια	23
Κατσίκι με γιαούρτι στο φούρνο	24
Ντομάτες λιαστές με κουργούτι	25
Σαβόρε με πετιμέζι	27
Πασχαλινές γλυκές τυρόπιτες.....	29
Κεφάλαιο 3	31
Ομαδικά Ημερολόγια	31
Κεφάλαιο 4	37
Ατομικά Ημερολόγια	37

Κεφάλαιο 1

Περιγραφή της έρευνας

Αγαπητοί αναγνώστες,

Κρατάτε στα χέρια σας ένα βιβλίο κυρίως παραδοσιακών συνταγών, τις οποίες συλλέξαμε με την βοήθεια κοντινών προσώπων μας και θα ήταν μεγάλη χαρά για εμάς να το μοιραστούμε μαζί σας. Η έρευνα διήρκεσε περίπου 1 μήνα και η διαδικασία ήταν πολύ ευχάριστη αφού έγινε με μεράκι.

Για την πραγματοποίηση της έρευνας χρησιμοποιήσαμε τη μέθοδο της συνέντευξης. Καταγράψαμε τα υλικά, τη διαδικασία και την διάρκεια εκτέλεσης. Επίσης αναφέραμε τα στοιχεία (ονοματεπώνυμο, ηλικία) των προσώπων που μας πληροφόρησαν. Τέλος, προσθέσαμε τον τόπο προέλευσης των συνταγών.

Αποκομίσαμε διάφορες γνώσεις σχετικά με τον τρόπο εκτέλεσης συνταγών οι οποίες προέρχονται από την Ελλάδα και γειτονικές χώρες, όπως η Αλβανία και η Τουρκία. Πιο συγκεκριμένα, στο βιβλίο περιέχονται τρεις κατηγορίες εδεσμάτων: ορεκτικά, κυρίως πιάτο και επιδόρπια.

Ελπίζουμε ο οδηγός μαγειρικής να σας φανεί χρήσιμος, να είναι ένα κίνητρο να δημιουργήσετε υπέροχες συνταγές και να ικανοποιηθείτε από τις πλούσιες γεύσεις τους!

Καλά μαγειρέματα!

Κεφάλαιο 2

Συνταγές

Φασόλια κόκκινα με μαύρο λάχανο

ΥΛΙΚΑ

- 300 γραμ. φασόλια
- 1 κιλό λάχανο μαύρο-λαχανίδες
- 5 κρεμμυδάκια φρέσκα
- λίγο άνηθο
- 2 ντομάτες ή 1 κουταλιά μπελτέ ντομάτας
- λάδι
- αλάτι
- πιπέρι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα και 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βάζουμε τα φασόλια στο νερό για οκτώ ώρες να φουσκώσουν και να μαλακώσουν. Τσιγαρίζουμε με το λάδι τα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα με τον άνηθο, συμπληρώνουμε ζεστό νερό και βάζουμε τα φασόλια να βράσουν για 30 λεπτά. Στη συνέχεια, έχουμε πλύνει, καθαρίσει και κόψει σε κομμάτια το λάχανο και το προσθέτουμε στην κατσαρόλα με τα φασόλια. Έχουμε ζεστό νερό και συμπληρώνουμε όποτε χρειαστεί. Τέλος, βάζουμε και την ντομάτα. Το αφήνουμε να βράσει σε χαμηλή φωτιά 40 λεπτά. Προσθέτουμε αλάτι και πιπέρι ανάλογα με την προτίμηση μας.

Προέλευση

Ελλάδα, Μακεδονία, Δράμα, Πλατανιά.

Όνομα

Σοφία Παναγιωτίδου.

Ηλικία

65 ετών.

Βαρένικα (Ποντιακά ζυμαρικά)

ΥΛΙΚΑ

- ½ κιλό αλεύρι
- λάδι
- ελαφρώς αλατισμένο λευκό τυρί ή ανθότυρο
- φρέσκο βούτυρο αγελαδινό
- αλάτι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 3 ώρες

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βάζουμε σε μια λεκάνη το ½ κιλό αλεύρι και ένα μικρό ποτήρι με χλιαρό νερό και μια κουταλιά της σούπας λάδι. Το ζυμώνουμε μέχρι να γίνει μια εύπλαστη ζύμη. Ύστερα, το τυλίγουμε σε μια μεμβράνη και το αφήνουμε σε ζεστό μέρος να «ξεκουραστεί» για 1 ώρα. Ανοίγουμε το ζυμάρι σε μικρά φυλλαράκια στρογγυλά όσο το άνοιγμα ενός ποτηριού. Βάζουμε σε κάθε φυλλαράκι μια κουταλιά του γλυκού τυρί και τα διπλώνουμε να κλείσουν. Τα απλώνουμε σε ένα καθαρό τραπέζομάντηλο για 2 ώρες, να ξεραθούν. Βράζουμε σε μια κατσαρόλα νερό με αλάτι και ρίχνουμε λίγα βαρένικα να βράσουν 15 λεπτά. Επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία μέχρι να τελειώσουν στο ίδιο νερό. Τα βγάζουμε προσεχτικά σε ένα πυρέξ και τα διατηρούμε ζεστά. Βάζουμε σε ένα τηγάνι 300 γραμ. φρέσκο βούτυρο να λιώσει και να κάψει καλά. Τέλος, περιχύνουμε τα βαρένικα με το καυτό βούτυρο. Τρώγονται κατά προτίμηση ζεστά.

Προέλευση

Ελλάδα, Μακεδονία, Δράμα, Πλατανιά.

Όνομα

Σοφία Παναγιωτίδου.

Ηλικία

65 ετών.

Παστό με αυγά και ντομάτες

ΥΛΙΚΑ

- ½ κιλό παστό
- ½ κιλό ντομάτες ψιλοκομμένες
- 5 αυγά
- 50 γραμμάρια χοιρινό λίπος
- 1 κουταλάκι κοφτό κανέλλα σκόνη
- Αλατοπίπερο
- 150 γραμμάρια σκληρό τυρί (κομμένο σε μπάστουνάκια)
- 1 ποτήρι κόκκινο κρασί

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 15 λεπτά με 20 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βράζετε τη ντομάτα με το βούτυρο και με ένα ποτήρι κόκκινο κρασί. Όταν έχει βράσει καλά, προσθέτετε το παστό, κομμένο σε μικρά κομματάκια, το τυρί και τα αυγά (χτυπημένα). Μόλις ψηθούν τα αυγά σερβίρετε και προσθέτετε και κανέλλα (προαιρετικά). Το ίδιο φαγητό γίνεται και με χωριάτικα λουκάνικα, μαζί με το παστό ή μόνα τους.

Προέλευση

Ελλάδα, Αρκαδία, Γορτυνία.

Όνομα

Χαραλαμπία Κασίρου.

Ηλικία

85 ετών.

Καρυδόπιτα

ΥΛΙΚΑ

- 4 Φλυτζάνια καρύδια
- 2 Φλυτζάνια ζάχαρη
- 3 Φλυτζάνια αλεύρι
- ½ Φλυτζάνι βούτυρο
- 8 Αυγά
- 2 κ. γλ. κανέλλα
- 2 κ. γλ. baking powder
- Για το σιρόπι
- 2 φλυτζάνια ζάχαρη
- 2 ½ φλυτζάνια νερό

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Δουλεύετε το βούτυρο, τη ζάχαρη και τους κρόκους των αυγών καθώς επίσης και τα ασπράδια ξεχωριστά μέχρι να γίνουν μαρέγκα. Έπειτα προσθέτετε την κανέλα, τα καρύδια και το αλεύρι με το baking powder μέχρι να γίνουν μία ομοιογενή μάζα. Αλείφετε ένα ταψί με βούτυρο και ρίχνετε μέσα το μίγμα. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 180 βαθμούς Κελσίου, για 45 – 50 λεπτά περίπου. Το γλυκό είναι έτοιμο όταν βυθίζετε το μαχαίρι και βγαίνει στεγνό. Βράζετε τη ζάχαρη με το νερό για 10'. Όταν κρυώσει η καρυδόπιτα προσθέτετε το ζεστό σιρόπι.

Προέλευση

Ελλάδα, Αχαΐα, Αίγιο.

Όνομα

Μαρία Μπαρκούρα.

Ηλικία

70 ετών.

Πιπεριές Φλωρίνης γεμιστές

ΥΛΙΚΑ

- 15 πιπεριές Φλωρίνης
- 2 μεγάλα κρεμμύδια τριμμένα
- 1/2 κούπα λαδι
- 1/3 κούπας ρύζι Καρολίνα
- 1/2 κούπας μαϊντανό
- 2-3 ντομάτες κομμένες καρέ
- 35γρ. κουκουνάρια
- 35γρ. σταφίδες μαύρες
- 100γρ. παρμεζάνα
- αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα και 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ζεσταίνετε το λάδι και σοτάρετε το κρεμμύδι, ύστερα ρίχνετε την ντομάτα και σιγοβράζετε ώσπου να μαλακώσει. Προσθέτετε τον μαϊντανό, το ρύζι, τα κουκουνάρια, την παρμεζάνα, και ρίχνετε λίγο αλάτι και πιπέρι. Τα βγάζετε από την φωτιά και τα ανακατεύετε όλα μαζί. Κόψτε και αφαιρέστε το επάνω μέρος της πιπεριάς και αδειάστε τους σπόρους. Τηγανίστε τις ελαφρά, γεμίστε και αραδιάστε τις σε ένα πυρέξ. Προσθέστε το 1/3 της κούπας νερό, ύστερα λίγο λάδι, μετά λίγο χυμό ντομάτας και ψήστε τα στους 180°C ώσπου να πάρουν χρώμα και να μαλακώσουν. Ζεστές ή κρύες είναι το ίδιο νόστιμες!

Προέλευση

Κωνσταντινούπολη, Τουρκία.

Όνομα

Μαρίνα Καφετζόγλου.

Ηλικία

69 ετών.

Κουλουράκια Σμυρνέικα

ΥΛΙΚΑ

- 2,5 κιλά αλεύρι
- 800γρ. βούτυρο
- 10 αυγά
- 1 κιλό ζάχαρη
- 3 χαρτάκια μπέικιν πάουντερ
- 1 κ.γ σόδα
- 3 βανίλιες
- 1 ποτήρι πορτοκαλάδα
- ξύσμα πορτοκαλιού

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα και 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Χτυπήστε στο μίξερ το βούτυρο με την ζάχαρη μέχρι να ασπρίσει και να αφρατέψει. Συνεχίζοντας το χτύπημα ρίχνετε 1-1 τα αυγά. Σε 1 ποτήρι πορτοκαλάδα ρίχνετε το 1 κουτάκι του γλυκού σόδα και το ξύσμα πορτοκαλιού, μετά ρίχνετε τις βανίλιες. Κοσκινίζουμε το αλεύρι με το μπέικιν πάουντερ και το ρίχνετε μέσα στο μείγμα. Έπειτα ρίξτε το αλεύρι σε δόσεις και ζυμώστε σε ζύμη μάλλον μέτρια. Πλάστε κορδόνια στο πάχος δακτύλου με μήκος 25 εκατοστά. Διπλώστε κάθε κορδόνι στα 3 και πιέστε ελαφρά τις 2 άκρες έτσι ώστε τα κουλουράκια να πάρουν το σχήμα του πυθμένα βαρκούλας ή διπλώστε τα σε διάφορα άλλα σχέδια. Αραδιάστε τα σε ταψί με λαδόκολλα και αλείψτε τα με κροκάδι. Ψήστε τα κουλουράκια στους 175°C για 20' περίπου. Μπορείτε να τα διατηρήσετε πολύ καιρό κλεισμένα σε κουτί μπισκότων!

Προέλευση

Σμύρνη, Τουρκία.

Όνομα

Μαρίνα Καφετζόγλου.

Ηλικία

69 ετών.

Πίτα λαδένια με ανθότυρο και φέτα

ΥΛΙΚΑ

- 6 φύλλα σπιτικά
- 350 γρ. ανθότυρο
- 350 γρ. φέτα τριμμένη
- 5 αυγά
- 1 ματσάκι δυόσμο
- 3 κ.σ. μάραθο
- 1 ποτήρι ελαιόλαδο
- 500 γρ. γάλα

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: περίπου 30 λεπτά.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Σε ένα μπολ χτυπάμε τρία αυγά, προσθέτουμε τον ανθότυρο, τη φέτα και το μισό λάδι. Στη συνέχεια, προσθέτουμε τον ψιλοκομμένο δυόσμο και μάραθο (αν δεν έχουμε, βάζουμε άνηθο) και ανακατεύουμε καλά, μέχρι η γέμιση να γίνει ένα ομοιόμορφο μείγμα. Λαδώνουμε ένα ταψί και στρώνουμε τα μισά φύλλα, ένα ένα λαδωμένα. Χτυπάμε το γάλα, 2 αυγά και το υπόλοιπο λάδι, και περιχύνουμε με αυτό την πίτα. Αφήνουμε την πίτα με τον ανθότυρο για 10 λεπτά μέχρι να απορροφήσει το ζουμί. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς έως ότου να ροδίσει.

Προέλευση

Ελλάδα, Καρδίτσα, Μυρίνα.

Όνομα

Μαρία Παπαδοπούλου.

Ηλικία

62 ετών.

Ριγανοκεφτέδες

ΥΛΙΚΑ

- 1 κιλό πατάτες
- 30-40 γρ. ρίγανη
- 70 γρ. μαϊντανό
- 5-6 κρεμμυδάκια φρέσκα
- 2 αυγά
- 200 γρ. φρυγανιά τριμμένη
- Αλεύρι
- Αλάτι χοντρό
- Πιπέρι φρέσκο
- Ηλιέλαιο για τηγάνισμα

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 20-25 λεπτά.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ξεφλουδίζουμε, πλένουμε και βράζουμε τις πατάτες. Τις λιώνουμε και τις βάζουμε σε μία λεκάνη. Ψιλοκόβουμε το μαϊντανό και τα κρεμμυδάκια και τα προσθέτουμε στις πατάτες. Προσθέτουμε τη ρίγανη, τα αυγά, το αλατοπίπερο και το τριμμένο ψωμί για να σφίξουν οι κεφτέδες. Ανακατεύουμε πολύ καλά όλα τα υλικά και πλάθουμε μικρούς κεφτέδες. Τους αλευρώνουμε, τους κουνάμε λίγο στο κόσκινο να φύγει το πολύ αλεύρι και να μην μας χαλάσει το λάδι, τους τηγανίζουμε και τους βάζουμε σε απορροφητικό χαρτί.

Προέλευση

Ελλάδα, Μεσσηνία, Μάνη, Θάλαμες.

Όνομα

Μαρία Παπαδοπούλου.

Ηλικία

62 ετών.

Παστίσιο

ΥΛΙΚΑ

για την σάλτσα

- 2 μεγάλα κρεμμύδια
- Κιμά μοσχαρίσιο 500γ
- 2 ντομάτες τριμμένες
- 100 γρ. χυμό ντομάτας
- 1 ποτήρι νερό
- Πιπέρι (μαύρο και κόκκινο)

ΥΛΙΚΑ

για την μπεσαμέλ

- 1 λίτρο γάλα
- ½ κουτάλι του γλυκού αλάτι
- 2 φάκελοι μπεσαμέλ σε σκόνη

ΥΛΙΚΑ

για τα μακαρόνια

- Μακαρόνια 500γρ.
- Βούτυρο 100γρ.
- Τριμμένο τυρί 200 γρ.
- Αλάτι
- Νερό
- ½ φλυτζάνι ελαιόλαδο

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 60 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βάζουμε το νερό στην κατσαρόλα και το αφήνουμε να βράσει. Όταν βράσει βάζουμε τα μακαρόνια στο νερό για να βράσουν και αυτά. Όταν βράσουν και αυτά τα ρίχνουμε στο σουρωτήρι για να βγάλει το νερό από μέσα τους. Όσο αυτά στεγνώνουν, βάζουμε το βούτυρο στην κατσαρόλα και όταν λιώσει βάζουμε μαζί τους τα μακαρόνια. Όταν στεγνώσουν τα μακαρόνια βάζουμε τα μισά σε ένα ταψί. Σε μια κατσαρόλα τηγανίζουμε τα κρεμμύδια με το λάδι και ρίχνουμε από πάνω τον κιμά και το ανακατεύουμε. Έπειτα

βάζουμε τις τριμμένες ντομάτες και το χυμό ντομάτας μαζί με ένα ποτήρι νερό και τα αφήνουμε να στεγνώσουν. Όταν στεγνώσουν ρίχνουμε και τα άλλα μισά. Σε ένα μπολ ρίχνουμε το γάλα το αλάτι και τη σκόνη μπεςαμέλ και τα ανακατεύουμε μέχρι να γίνουν ένα ρευστό μείγμα. Μετά τα ρίχνουμε στο ταψί με τα υπόλοιπα μακαρόνια, ρίχνουμε από πάνω το τριμμένο τυρί και βάζουμε το ταψί στο φούρνο στους 200 βαθμούς για 40 λεπτά.

Προέλευση

Ελλάδα, Αττική.

Όνομα

Σινάζ Αμπντού.

Ηλικία

42 ετών.

Λαλάγγια

ΥΛΙΚΑ

- 1 κιλό αλεύρι
- 1 κούπα λάδι
- 1 φλούδα πορτοκάλι
- κανέλα, γαρύφαλλο

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 2 ώρες και 20 λεπτά

Εκτέλεση: βράζουμε σε 1 λίτρο νερό 1 φλούδα πορτοκάλι, κανέλα και γαρύφαλλο. Αυτό το νερό το ρίχνουμε στο αλεύρι και το ζυμώνουμε, βάζουμε μαγιά, το ξαναζυμώνουμε και το αφήνουμε να φουσκώσει. Όταν φουσκώσει το πλάθουμε σε ένα μακρύ σχήμα χοντρού μακαρονιού και το τηγανίζουμε σε καυτό λάδι. Εάν θέλουμε μπορούμε να το πλάσουμε σε διάφορα σχήματα.

Προέλευση

Ελλάδα, Καλαμάτα, Πεταλίδι.

Όνομα

Νίκη Κουκούλη.

Ηλικία

66 ετών.

Τσιγαρίδες

ΥΛΙΚΑ:

- 2 κιλά κρέας χοιρινό
- 2 κουταλάκια του γλυκού πιπέρι
- Αλάτι
- Ελαιόλαδο
- Φασκόμηλο
- Κρεμμύδια (χοντροκομμένα)
- Κρασί

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 50 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Κόβουμε το λίπος από το χοιρινό σε κυβάκια με λίγο κρέας. Το τοποθετούμε σε μια κατσαρόλα και το μαγειρεύουμε σε σιγανή φωτιά μέχρι να λιώσει το λίπος. Προσθέτουμε το κρεμμύδι, το αλάτι, το πιπέρι και το φασκόμηλο. Ανακατεύουμε για 10 λεπτά περίπου. Έπειτα, προσθέτουμε το κρασί και το αφήνουμε σε σιγανή φωτιά για μισή ώρα περίπου. Ύστερα, το βγάζουμε από την κατσαρόλα, το αδειάζουμε σε ένα τηγάνι και το τσιγαρίζουμε για 5 λεπτά. Αν η ποσότητα είναι μεγάλη το διατηρούμε σε ένα δοχείο με ελαιόλαδο και το ρίχνουμε σε διάφορα φαγητά ή μπορούμε να το φάμε μαζί με πατατάκια. Ακόμη, μπορούμε να το μαγειρέψουμε με πράσα -την παραδοσιακή συνταγή- αλευριά όπως λέγεται.

Προέλευση

Ελλάδα, Καρδίτσα, Γελάνθη.

Όνομα

Γιάννης Κουτέλας.

Ηλικία

74 ετών.

Γαλατόπιτα

ΥΛΙΚΑ

- Φύλλα κρούστας
- Ζάχαρη
- Αλεύρι
- Αμύγδαλο τριμμένο
- Γάλα
- Βούτυρο(αλλά να είναι παγωμένο)
- Κανέλα

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 2 ώρες

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Αρχικά, αλείφουμε ένα μεγάλο ταψί με βούτυρο. Μετά απλώνουμε σε αυτό 3 φύλλα κρούστας αλλά αφήνουμε τις άκρες να προεξέχουν. Τοποθετούμε και τα υπόλοιπα φύλλα στο ταψί αλλά σε κομματάκια. Στη συνέχεια με τη βοήθεια ενός σουρωτηριού ρίχνουμε το αλεύρι και τα αμύγδαλα πάνω στα φύλλα. Ρίχνουμε και την ζάχαρη, το γάλα και το βούτυρο το παγωμένο. Στο τέλος κόβουμε προσεχτικά τις άκρες που προεξέχουν. Ψήνουμε την γαλατόπιτα για 50'. Όταν βγάλουμε το γλυκό το αφήνουμε να δέσει για 40'. Για σερβίρισμα μπορούμε να προσθέσουμε λίγη κανέλα για γεύση.

Προέλευση

Ελλάδα, Πρέβεζα, Θεσπρωτικό.

Όνομα

Πανταζή Χαρίκλεια.

Ηλικία

77 ετών.

Δίπλες Καλαματιανές

Οι δίπλες είναι παραδοσιακό γλυκό της Καλαμάτας. Φτιάχνεται πάντα σε γιορτές, αρραβώνες, γάμους, βαφτίσια. Είναι πεντανόστιμες, αλλά έχουν τη διαδικασία τους για να γίνουν.

ΥΛΙΚΑ

για τη Ζύμη:

- 10 αυγά
- 1 κιλό αλεύρι
- χυμό από 1 λεμόνι
- 1 σφηνάκι λικέρ ή ούζο
- 1 κ.γ. ζάχαρη
- 1/2 κ.γ. αλάτι

ΥΛΙΚΑ

για το Σιρόπι:

- 1 κιλό νερό
- 1 κιλό ζάχαρη
- 1 κιλό μέλι
- 2 κ.σ. λάδι

ΥΛΙΚΑ

- 250γρ. καρύδια
- 1 κ.σ. κανέλα.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 2 ώρες και 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1. Σπάμε τα αυγά σε ένα μπολ, τα χτυπάμε, ρίχνουμε το ποτό με το λεμόνι, μετά το αλάτι και τη ζάχαρη, ενώ χτυπάμε όλα αυτά. Κοσκινίζουμε το αλεύρι. Κρατάμε λίγο από το αλεύρι στην άκρη. Κάνουμε μια λακουβίτσα και ρίχνουμε μέσα το μείγμα των αυγών. Ζυμώνουμε και αν χρειαστεί προσθέτουμε αλεύρι, μέχρι να έχουμε μια πολύ σφιχτή ζύμη. Το τυλίγουμε με μεμβράνη και το αφήνουμε για 1 ώρα.

2. Βάζουμε μπόλικο λάδι σε μια κατσαρόλα να κάψει. Κόβουμε τη ζύμη μας σε μεγάλες ροδέλες και μετά ξανά στη μέση.
3. Παίρνουμε μια ροδέλα. Την πατάμε λίγο με το χέρι. Βάζουμε τη μηχανή για τα ζυμαρικά στο 2 (χοντρό) και περνάμε το ζυμάρι από μέσα.
4. Μετά το περνάμε και μια δεύτερη φορά από το ίδιο σημείο.
5. Βάζουμε τη μηχανή μας στο 4 (μεσαίο) και περνάμε τη λωρίδα μας από εκεί πάλι 2 φορές.
6. Βάζουμε τη μηχανή στο 6 (λεπτό) και περνάμε τη λωρίδα μας για 2 ακόμα φορές από μέσα. Έχουμε πλέον μια πολύ μακριά και λεπτή λωρίδα ζύμης.
7. Έχουμε απλώσει πάνω στο τραπέζι μας ένα σεντόνι. Ακουμπάμε εκεί τη λωρίδα μας. Κάνουμε την ίδια διαδικασία και για τις υπόλοιπες λωρίδες. Φροντίζουμε να τις σκεπάσουμε με δροσερό σεντόνι και από πάνω για να μην ξεραθούν στο μεταξύ όσες κάνουμε. Κόβουμε τις λωρίδες μας σε κομμάτια ορθογώνια.
8. Παίρνουμε ένα κομμάτι ζύμης από αυτά που κόψαμε. Το ανοίγουμε λίγο με τα χέρια και το ρίχνουμε στο τηγάνι. Το γυρνάμε αμέσως και από την άλλη πλευρά. Μετά το τσιμπάμε από τη μια άκρη με ένα πιρούνι και το γυρνάμε γύρω γύρω για να πάρει το στρογγυλό σχήμα. Θέλει γρήγορες κινήσεις.
9. Για να τηγανιστούν, τις κρατάμε λίγο με το πιρούνι μας κάτω από το λάδι. Δεν θέλει πολύ, ίσα να πάρουν λίγο χρώμα. Μετά τις αφήνουμε όρθιες σε ένα ταψάκι ώστε να φύγει λίγο λάδι.
10. Αφού φτιάξουμε τις δίπλες μας, κάνουμε το σιρόπι. Σε μεγαλούτσικη κατσαρόλα βράζουμε πρώτα τη ζάχαρη με το νερό για λίγο. Μετά προσθέτουμε το μέλι και το λάδι. Το λάδι το βάζουμε για να μη μαλακώσουν οι δίπλες.
11. Το σιρόπι θα αφρίσει. Πρέπει να το ξαφρίσουμε. Όταν είναι έτοιμο (βράσει για λίγο δηλαδή), σβήνουμε το μάτι, αλλά αφήνουμε την κατσαρόλα πάνω.
12. Βάζουμε μέσα στο σιρόπι τις δίπλες, τις γυρνάμε καλά και μετά τις βάζουμε στο ταψί.
13. Έχουμε ανακατέψει το καρύδι με την κανέλα. Σε κάθε στρώση από δίπλες ρίχνουμε καρυδάκι λοιπόν από πάνω και έτοιμες οι δίπλες μας.

Διευκρινήσεις:

Η εκτέλεση αποτελείται από δύο στάδια. Το πρώτο στάδιο αφορά την προετοιμασία των υλικών και το δεύτερο στάδιο περιλαμβάνει το τηγάνισμά τους. Ο χρόνος που απαιτείται για το πρώτο στάδιο εκτιμάται περίπου στη 1:30 ώρα ενώ για το δεύτερο στάδιο τα 25-30 λεπτά.

Προέλευση

Ελλάδα, Μεσσηνία, Καλαμάτα, Πλατύ.

Όνομα

Φωτεινή Βλαχοπούλου.

Ηλικία

60 ετών.



Φύλλα Καλύμνικα

ΥΛΙΚΑ

- 1/2 κιλό μοσχαρίσιο κρέας
- 1/2 κιλό χοιρινό κρέας
- κόκκαλα από το κρέας
- 50 φρέσκα αμπελόφυλλα
- 2 μεγάλα κρεμμύδια ψιλοκομμένα
- 1 ½ ποτήρι ρύζι καρολίνα
- 4 ντομάτες χονδροκομμένες
- 1 κ.σ. πελτέ ντομάτας
- 1 κ.σ. βούτυρο
- 1 φλιτζάνι ελαιόλαδο
- αλάτι/πιπέρι
- ντομάτες κομμένες σε ροδέλες
- 1 ποτήρι ελαιόλαδο για το μαγείρεμα
- Για το αυγολέμονο
- χυμό από 3 λεμόνια
- 2 αυγά

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα και 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- 1) Κόβετε το κοτσανάκι από τα αμπελόφυλλα και τα ζεσταίνετε . Τα αφήνετε σ' ένα σουρωτήρι να στεγνώσουν.
- 2) Κόβετε τα κομμάτια του μοσχαρίσιου και του χοιρινού κρέατος ψιλά ψιλά και τα ρίχνετε σε ένα μπολ. Προσθέτετε τον πελτέ ντομάτας, το βούτυρο, λίγο ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι. Πλένετε το ρύζι, το ρίχνετε στη γέμιση και ζυμώνετε να ανακατευτούν καλά τα υλικά. Ρίχνετε στο τέλος το κρεμμύδι και λίγο χυμό λεμόνι και ανακατεύετε.
- 3) Βάζετε στον πάτο μιας κατσαρόλας, μερικά αμπελόφυλλα, και αν έχετε κλημασιδες (κοτσάνι του φύλλου) από πάνω τοποθετείτε μία στρώση με κόκαλα από το κρέας.
- 4) Βάζετε μία κουταλιά γέμισης σ' ένα από τα φύλλα, τα διπλώνετε και αρχίζετε να τα στοιβάζετε στην κατσαρόλα αρχίζοντας ανάμεσα από τα κόκαλα. Στα μισά της κατσαρόλας, βάζετε μια στρώση από ντομάτες κομμένες σε ροδέλες και συνεχίζετε με τα υπόλοιπα ντολμαδάκια. Στο τέλος βάζετε άλλη μια στρώση από φρέσκιες

ντομάτες κομμένες σε ροδέλες. Προσθέστε ένα ποτήρι ελαιόλαδο, λίγο βούτυρο και αλάτι.

- 5) Σκεπάζετε με ένα πιάτο, ρίχνετε νερό και σκεπάζετε την κατσαρόλα να μαγειρευτούν τα φύλλα, στην αρχή σε δυνατή και στη συνέχεια σε μέτρια φωτιά για 30 περίπου λεπτά.
- 6) Ετοιμάζετε το αυγολέμονο. Σε ένα μπολάκι ρίχνετε το χυμό από τα λεμόνια, το ασπράδι από τα αυγά και χτυπάτε. Προσθέτετε 1 ποτηράκι ζωμό από τα ντολμαδάκια, τους κρόκους από τα αυγά χτυπώντας συνέχεια το μείγμα.
- 7) Ρίχνετε όλο το αυγολέμονο στην κατσαρόλα ανακινείτε τη κατσαρόλα και την κατεβάζετε από τη φωτιά.

Προέλευση

Ελλάδα, Δωδεκάνησα, Κάλυμνος.

Όνομα

Βιολέττα Λεβέντη.

Ηλικία

70 ετών.

Χορτόπιτα με άγρια-αρωματικά χόρτα του βουνού

ΥΛΙΚΑ

για τα χόρτα

- 2 κιλά χόρτα άγρια-αρωματικά (πρέσσες, μυρώνια)
- 5-6 κρεμμυδάκια φρέσκα
- 1 κούπα λάδι
- 3 αυγά
- Μισό κιλό τυρί φέτα

ΥΛΙΚΑ

για τη ζύμη

- 1 κιλό αλεύρι
- 2 φλιτζάνια του νερού με νερό
- 1 κουτάλι του γλυκού με αλάτι
- 1 φλιτζανάκι του καφέ με λάδι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα και 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Κόβουμε τα χόρτα σε μικρά κομματάκια και τα πλένουμε πάρα πολύ καλά, τα βράζουμε σε αλατισμένο νερό αρκετά χωρίς όμως να λιώσουν. Στο μεταξύ ετοιμάζουμε την ζύμη για το φύλλο. Βάζουμε σε μια λεκάνη το αλεύρι, ρίχνουμε και το αλάτι μέσα και φτιάχνουμε και μια γουβίτσα στην μέση και ρίχνουμε μέσα το νερό με το λάδι. Στην συνέχεια ζυμώνουμε. Αφού ζυμώσουμε για αρκετή ώρα, αφήνουμε την ζύμη στην λεκάνη να φουσκώσει και την σκεπάζουμε με μία καθαρή πετσέτα για μισή ώρα. Τοποθετούμε τα χόρτα σε μια λεκάνη και ρίχνουμε το λάδι, τα φρέσκα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα, τα τρία αυγά, την τριμμένη φέτα και τα ανακατεύουμε όσο καλύτερα μπορούμε. Το αφήνουμε λίγο στην άκρη και πάμε να ανοίξουμε τα φύλλα μας. Θα ανοίξουμε σύνολο 6 φύλλα. Παίρνουμε ένα ταψί και το αλείφουμε καλά με λάδι για να μην κολλήσει η ζύμη μας. Αλείφουμε τα τρία φύλλα που θα μπουν από κάτω με λάδι και τοποθετούμε τα χόρτα. Στην συνέχεια προσθέτουμε ένα φύλλο από πάνω και ξανατοποθετούμε τα χόρτα. Τα δύο φύλλα που μας έμειναν τα βάζουμε από πάνω αφού πρώτα τα αλείψουμε και αυτά με λάδι. Βάζουμε το ταψί μας στον φούρνο αφού πρώτα την χαράξουμε από πάνω χωρίς να την κόψουμε. Ψήνουμε στους 200 βαθμούς για περίπου μία ώρα. Τέλος βγάζουμε και σερβίρουμε την πίτα μας.

Προέλευση

Ελλάδα, Αρκαδία, Κόμη.

Όνομα

Βούλα Αθανασούλη.

Ηλικία

67 ετών.

Μακαρόνια Τζόλια

ΥΛΙΚΑ (για 1 κιλό):

- Αλεύρι 1 κιλό
- Νερό
- Αλάτι
- Βούτυρο και ελαιόλαδο, περίπου 200γρ συνολικά.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: Περίπου 45 λεπτά.

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ρίχνουμε το αλεύρι σε ένα μπολ και προσθέτουμε όσο αλάτι θέλουμε και νερό σιγά σιγά μέχρι να ανακατευτεί και να γίνει εύπλαστη η ζύμη κατά τη δική μας γνώμη.

Προσθέτουμε εξ ολοκλήρου λάδι ή λιωμένο βούτυρο ή ένα μείγμα των δύο ανάλογα με την προτίμηση μας στην γεύση τους, σύνολο περίπου 200γρ.

Αφού πλάσουμε την ζύμη μέχρι το σημείο να μην κολλάει στα χέρια, την χωρίζουμε σε μεγάλες λωρίδες και τις κόβουμε έπειτα σε κυβοειδή μακαρόνια περίπου 2x2εκ.

Τα μακαρόνια αυτά τα πλάθουμε σε ακανόνιστο ημικυλινδρικό σχήμα που θυμίζει φραντζόλα ψωμιού (τζόλι) και τα αλευρώνουμε ελαφρώς.

Βάζουμε αρκετό νερό σε μια κατσαρόλα και τα βράζουμε όπως τα έτοιμα ζυμαρικά, αλλά για περίπου 30 λεπτά.

Συνοδεύονται με σάλτσες ή σκέτα, με καμένο βούτυρο και μυζήθρα.

Συμβουλή:

Μπορεί να αλλαχθεί ένα μέρος του νερού της ζύμης ή ολόκληρο, με φρέσκο γάλα.

Προέλευση

Ελλάδα, Αττική, Μάνδρα.

Όνομα

Ιωάννης Μπελάλης.

Ηλικία

23 ετών.

Κατσίκι με γιαούρτι στο φούρνο

ΥΛΙΚΑ

- 1-1,5 κιλό κατσίκι σε μερίδες
- 1 κιλό γιαούρτι
- 1-2 κουταλιές κορνφλάουρ
- 2 αυγά
- Αλάτι
- Πιπέρι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 3 ώρες

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- Τσιγαρίζουμε το κρέας σε μια κατσαρόλα, αλατοπιπερώνουμε και σβήνουμε με 2 ποτήρια νερό
- Αφήνουμε να βράσει περίπου 1,5 με 2 ώρες
- Χτυπάμε το γιαούρτι με αυγά σε ένα μπολ για 2 λεπτά, διαλύουμε το κορνφλάουρ σε ένα ποτήρι με λίγο ζουμί του κρέατος που έχουμε βράσει και το ρίχνουμε στο μπολ με το γιαούρτι
- Τοποθετούμε στη γάστρα το κρέας και ρίχνουμε το μίγμα στο κρέας
- Ψήνουμε στους 200°C μέχρι η κρούστα να πάρει ένα χρυσαφένιο χρώμα, το ψήσιμο θα χρειαστεί περίπου 30-40 λεπτά

Προέλευση

Αλβανία, Τεπελένι.

Όνομα

Τζουλιέτα Νάση.

Ηλικία

47 ετών.

Ντομάτες λιαστές με κουρκούτι

ΥΛΙΚΑ

- 15 λιαστές ντομάτες (ξερές)
- 1 ½ φλιτζάνι αλεύρι
- 2 κουταλιές μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 1 μικρό κρεμμύδι ξερό τριμμένο,
- 2 κουταλιές μμάραθο ψιλοκομμένο
- 2/3 φλιτζανιού νερό
- 1 ½ φλιτζάνι ελαιόλαδο για το τηγάνισμα, αλάτι, πιπέρι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 30 λεπτά

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Βάζουμε τις ξερές ντομάτες στο νερό για 1 ημέρα, έτσι ώστε να φουσκώσουν και να ξαρμυρίσουν. Σ' ένα μπολ ρίχνουμε το αλεύρι, προσθέτουμε το κρεμμύδι, το μάραθο, το αλάτι και το πιπέρι. Αναμειγνύουμε όλα τα υλικά και νερό, όσο χρειαστεί, μέχρι να γίνει ένας πηχτός χυλός. Ρίχνουμε τις ντομάτες στο χυλό, και παίρνουμε μία μία κουταλιά, ντομάτα με χυλό. Τις τηγανίζουμε και από τις δυο πλευρές σε καυτό λάδι. Σερβίρονται ζεστές.

Παραλλαγές: Οι ντομάτες είναι εξίσου νόστιμες και χωρίς την προσθήκη λαχανικών. Πασπαλίζουμε απλώς με λίγη ζάχαρη τις μουλιασμένες ντομάτες πριν τις βάλουμε στο κουρκούτι.

Προέλευση

Ελλάδα, Κυκλάδες, Τήνος.

Όνομα

Ουρανία Σπανού.

Ηλικία

78 ετών.



Σαβόρε με πετιμέζι

ΥΛΙΚΑ

- 1 κιλό γόπες ή μαριδάκι
- 1/2 φλιτζάνι αλεύρι
- 1 φλιτζάνι λάδι για το τηγάνι

Για τη σάλτσα:

- 3 κουταλιές ελαιόλαδο
- 3 δόντια σκόρδου ψιλοκομμένο
- 3 κουταλιές αλεύρι
- 1/4 φλιτζανιού ξίδι
- 1/4 φλιτζάνι πετιμέζι
- 1 φλιτζάνι νερό, 1 κουταλάκι ζάχαρη, αλάτι, πιπέρι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 1 ώρα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Πλένουμε τα ψάρια, τα αλατίζουμε και τα αφήνουμε για λίγο στο αλάτι. Τα βάζουμε σε τρυπητό να στραγγίσουν, κι έπειτα τα αλευρώνουμε και τα τηγανίζουμε. Τα βάζουμε σε πιατέλα ρηχή. Ροδίζουμε το σκόρδο στο ελαιόλαδο και προσθέτουμε το αλεύρι ανακατεύοντας. Ρίχνουμε λίγο λίγο το πετιμέζι, το ξίδι, το νερό και τη ζάχαρη, και τα ανακατεύουμε με ξύλινη κουτάλα για να μη σβολιάσει. Προσθέτουμε νερό, αν χρειάζεται, για να πετύχουμε μια ρευστή σάλτσα και διορθώνουμε τη γεύση της ώστε να είναι γλυκόξινη. Έτσι όπως είναι ζεστή, περιχύνουμε τα ψάρια. Σερβίρονται ζεστά ή κρύα.

Παραλλαγές: Προσθέτουμε ένα κλαδί δεντρολίβανο, και αφαιρούμε το πετιμέζι.

Προέλευση

Ελλάδα, Κυκλάδες, Τήνος.

Όνομα

Ουρανία Σπανού.

Ηλικία

78 ετών.



Πασχαλινές γλυκές τυρόπιτες

ΥΛΙΚΑ

για τη ζύμη

- 1 κιλό σκληρή ανάλατη μυζήθρα (στην Τήνο ονομάζεται «πέτρωμα»)
- ½ κιλό ζάχαρη
- Κανέλα (σκόνη)
- 1 κ.γ μαστίχα κοπανισμένη
- Μισό φακελάκι άνθος αραβοσίτου
- 2-3 αυγά (ανάλογα με τη σκληρότητα του τυριού)

ΥΛΙΚΑ

για το φύλλο

- ¾ κιλού αλεύρι
- 3 αυγά
- Χυμός ενός πορτοκαλιού
- Μισό ποτηράκι λάδι
- Λίγη ρακή
- Λίγο αλάτι

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΚΤΕΛΕΣΗΣ: 7 ώρες

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

Ζυμώνεις τα υλικά του φύλλου μαζί και, αν χρειαστεί, προσθέτεις λίγο νερό. Ανοίγεις λεπτό φύλλο και το κόβεις σε στρογγυλά κομμάτια με τη βοήθεια των χειλιών ενός ποτηριού. Ετοιμάζεις τη γέμιση ζυμώνοντας το τυρί, τη ζάχαρη, την κανέλα, το άνθος αραβοσίτου και τη μαστίχα. Στη συνέχεια προσθέτεις ένα – ένα τα αυγά προσέχοντας ώστε το μείγμα να είναι σφιχτό. Βάζεις μια κουταλιά γέμιση σε κάθε κομμάτι ζύμης και το διπλώνεις «πλισέ» βάζοντας το δάχτυλο στην μέση και γυρίζοντάς το καθώς το διπλώνεις. Τοποθετείς τις τυρόπιτες σε λαδωμένο ταψί και τις ψήνεις σε μέτριο προθερμασμένο φούρνο ώσπου να ροδίσουν ελαφρά.

Προέλευση

Ελλάδα, Κυκλάδες, Τήνος.

Όνομα

Ουρανία Σπανού.

Ηλικία

78 ετών.



Κεφάλαιο 3

Ομαδικά Ημερολόγια

Ομαδικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Ομάδα Εργασίας: 1 «Τα πόκεμον»

Πρακτικογράφος: Μάριος Μ.

Συντονιστής 1 (Ημερολόγιο): Βασιλική Π.

Συντονιστής 2 (Εργασίες): Κατσίρου Χ.

Ελεγκτής: Δήμητρα Λ.

Παρατηρητής – Εμπυχωτής: Μιχάλης Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας η ομάδα μας ασχολήθηκε με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 30/11/16

- Αποφασίσαμε για την αρμοδιότητα του καθενός.

2) 15/03/17

- Δημιουργήσαμε την παρουσίαση του power point.

Ομαδικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Ομάδα Εργασίας: 2 «Τα πιγκουινάκια»

Πρακτικογράφος: Δήμητρα Μ.

Συντονιστής: Σταυρούλα Ο.

Ελεγκτής: Κώστας Μ.

Παρατηρητής – Εμπυχωτής: Εβελίνα Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας η ομάδα μας ασχολήθηκε με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 30/11/16:

- Επιλέξαμε τους ρόλους για τα μέλη της ομάδας

2) 5/03/17

- Δημιουργήσαμε ένα έγγραφο στο power point και πληκτρολογήσαμε την συνταγή: Σαβόρε με πετιμέζι

Ομαδικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Ομάδα Εργασίας 3

Πρακτικογράφος: Ν. Νίκος

Συντονιστής: Λ. Μαρία

Ελεγκτής: Κ. Φωτεινή

Παρατηρητής – Εμπυχωτής: Μ. Άγγελος

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας η ομάδα μας ασχολήθηκε με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 30/11/16

- Αποφασίσαμε τους ρόλους των μελών

2) 15/3/17

- Κάναμε την εργασία μας σε power point στους Υπολογιστές

Ομαδικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Αναγράψτε τον πλήρη τίτλο της Ερευνητικής Εργασίας»

Ομάδα Εργασίας 4

Πρακτικογράφος: Κ. Νικολέττα

Συντονιστής: Β. Νάσης

Ελεγκτής: Ανδρέας Κ.

Παρατηρητής – Εμπυχωτής: Μαρία Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας η ομάδα μας ασχολήθηκε με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 30/11/2016

- Αποφασίσαμε για τους ρόλους της ομάδας

2) 15/03/2017

- Ολοκληρώσαμε την παρουσίαση του PowerPoint για το βιβλίο των συνταγών μας.

Ομαδικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Ομάδα Εργασίας 5

Πρακτικογράφος: Κ. Σοφία

Συντονιστής: Κ. Νίκος

Ελεγκτής: Κ. Θανάσης

Παρατηρητής – Εμπυχωτής: Κ. Μαρία

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας η ομάδα μας ασχολήθηκε με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) **30/11/16:**

- Ορίσαμε ρόλους των μελών της ομάδας

2) **15/3/17:**

- Μεταφέραμε την συνταγή της επιλογής μας στο PowerPoint.

Ομαδικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Ομάδα Εργασίας: 6η

Πρακτικογράφος: Κώστας Κ.

Συντονιστής: Ιωάννης Μ.

Ελεγκτής: Δήμητρα Μ.

Παρατηρητής – Εμπυχωτής: Παντελής Κ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας η ομάδα μας ασχολήθηκε με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 30-11-2016:

- Επιλέξαμε ρόλους.

2) 15-03-2017

- Γράψαμε και διαμορφώσαμε τη συνταγή στο PowerPoint.

Κεφάλαιο 4

Ατομικά Ημερολόγια

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

Σοφία Κ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/16

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 5/10/16

- Ψήφισα την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιώ στις εργασίες μου (Arial).
- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας προβληματικής εργασίας.

3) 14/10/16

- Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου word.

4) 26/10/16

- Διόρθωσα ένα έγγραφο word.

5) 9/11/16

- Ψήφισα για θέμα Ε.Ε.
- Βοήθησα στο ψήφισμα θέματος.

6) 16/11/16

- Ψήφισα για το τελικό θέμα της Ε.Ε.
- Πήρα οδηγίες για την συνέντευξη.

7) 23/11/16

- Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδας.

8) 7/12/17

- Έγραψα το ατομικό μου ημερολόγιο στον υπολογιστή.

9) 18/1/17

- Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας.

10) 8/2/17

- Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας.
- 11) 15/2/17
- Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας και στην σύνταξη του πρώτου κεφαλαίου.
- 12) 1/3/17
- Συμμετείχα στην διαμόρφωση του κεφαλαίου ένα και του εξωφύλλου του βιβλίου μας.
- 13) 8/3/17
- Συμμετείχα στην ολοκλήρωση του βιβλίου μας και στην διαμόρφωση της παρουσίασης στο PowerPoint.
- 14) 22/3/17
- Συμμετείχα στην τελειοποίηση της παρουσίασης στο PowerPoint.
- 15) 26/4/17
- Συμμετείχα στην πρόβα της παρουσίασής μας.
- 16) 3/5/17
- Συμμετείχα στην παρουσίαση στην λήψη φωτογραφιών.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Χριστίνα Κ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09/16

✚ Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 5/10/16

✚ Ψήφισα την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιήσω. (Arial)

✚ Συμμετείχα στην διόρθωση μιας εργασίας.

3) 14/10/16

✚ Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου word.

4) 26/10/16

✚ Διόρθωσα ένα έγγραφο word.

5) 09/11/16

✚ Ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας.

6) 16/11/16

✚ Ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας και πήρα οδηγίες για την συνέντευξη.

7) 23/11/16

✚ Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων.

8) 07/12/16

✚ Συμπλήρωσα το ατομικό ημερολόγιό μου στον υπολογιστή.

9) 08/02/17

✚ Διαμόρφωσα μαζί με τους συμμαθητές μου το βιβλίο των συνταγών.

10) 15/02/17

✚ Συνέχισα μαζί με τους συμμαθητές μου τη διαμόρφωση των συνταγών και βοήθησα στη συγγραφή του κεφαλαίου 1.

11) 01/03/17

✚ Συμμετείχα στην τελειοποίηση του κεφαλαίου και στην σχεδίαση του εξωφύλλου.

12) 08/03/17

✚ Διαμόρφωσα μαζί με τους συμμαθητές μου τα περιεχόμενα.

✚ Άρχισα μαζί με τους συμμαθητές μου τη διαμόρφωση του power point.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

Κ. Νίκος

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/16

➤ Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 5/10/16

➤ Ψήφισα την γραμματοσειρά (Arial) για να χρησιμοποιώ στις εργασίες μου.

➤ Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας.

3) 14/10/16

➤ Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου Word.

4) 26/10/16

➤ Διόρθωσα ένα έγγραφο Word.

5) 9/11/16

➤ Ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας.

6) 16/11/16

➤ Ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας και πήρα οδηγίες για την συνέντευξη.

7) 23/11/16

➤ Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδας.

8) 7/12/16

➤ Μετέφερα το ατομικό μου ημερολόγιο στον υπολογιστή.

9) 18/1/17

➤ Διόρθωσα με το τμήμα μου το βιβλίο μας.

10) 8/2/17

➤ Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας.

11) 15/2/17

➤ Συμμετείχα στην διόρθωση του εγγράφου και στην σύνταξη του πρώτου κεφαλαίου.

12) 1/3/17

- Συμμετείχα στην διαμόρφωση του κεφαλαίου ένα και του εξωφύλλου του βιβλίου μας.

13) 8/3/17

- Συμμετείχα στην ολοκλήρωση του βιβλίου μας και στην διαμόρφωση της παρουσίασης του power point.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων, από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

Θανάσης Κ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/16

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 5/10/16

- Ψήφισα γραμματοσειρά (Arial), για να χρησιμοποιήσω στις εργασίες μου.
- Συμμετείχα στην διόρθωση της λανθασμένης εργασίας.

3) 14/10/16

- Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου Word.

4) 26/10/16

- Διόρθωσα ένα έγγραφο Word.

5) 9/11/16

- Πρότεινα και ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας.

6) 16/11/16

- Ψήφισα για το θέμα της ερευνητικής εργασίας και πήρα οδηγίες για την συνέντευξη.

7) 23/11/16

- Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων.

8) 7/12/16

- Έγραψα στον υπολογιστή το ατομικό μου ημερολόγιο.

9) 18/1/17

- Συμμετείχα στη διαμόρφωση της εργασίας μας.

10) 8/2/17

- Συμμετείχα στη διαμόρφωση του βιβλίου μας.

11) 15/2/17

- Συμμετείχα στη διαμόρφωση του εγγράφου μας και στη σύνταξη του πρώτου κεφαλαίου.

12) 1/3/17

- Συμμετείχα στη σύνταξη του πρώτου κεφαλαίου και στη διαμόρφωση του εξωφύλλου του βιβλίου μας.

13) 8/3/17

- Συμμετείχα στην ολοκλήρωση του βιβλίου και στη διαμόρφωση της παρουσίασης στο power point.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Παντελής Κ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/16:

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 5/10/16:

- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας

3) 14/10/16:

- Συμμετείχα στη διόρθωση ενός εγγράφου word

4) 2/11/16:

- Εξετάστηκα στην διόρθωση ενός εγγράφου word

5) 9/11/16

- Έγραψα στον υπολογιστή και ψήφισα για το θέμα της ερευνητικής εργασίας

6) 16/11/16

- Ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας που επιλέξαμε και
- πήρα οδηγίες για την συνέντευξη

7) 23/11/16

- Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδας

8) 7/12/16

- Συμπλήρωσα το ατομικό ημερολόγιο στον υπολογιστή

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Κ. Νικολέττα

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09/2016

- ο Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 5/10/2016

- ο Ψήφισα γραμματοσειρά (Arial).
- ο Συμμετείχα στη διόρθωση μίας λανθασμένης εργασίας

3) 14/10/2016

- ο Συμμετείχα στη διόρθωση ενός εγγράφου word.

4) 9/11/2016

- ο Ψήφισα για θέμα στην Ερευνητική Εργασία

5) 16/11/2016

- ο Επιλέξαμε το τελικό θέμα της Ερευνητικής Εργασίας και
- ο πήρα οδηγίες για την συνέντευξη.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Κ. Φωτεινή

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

- 1) Τετάρτη 21/9/16
 - Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης
- 2) Τετάρτη 5/12/16
 - Ψήφισα την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιώ στις εργασίες μου (Arial)
 - Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας
- 3) Τετάρτη 19/10/16
 - Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου Word
- 4) Τετάρτη 26/10/16
 - Διόρθωσα ένα έγγραφο Word
- 5) Τετάρτη 9/11/16
 - Ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας
- 6) Τετάρτη 23/11/16
 - Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων
- 7) 14/12/16
 - Ενημερώθηκα για την βαθμολογία μου
 - Διόρθωσα το ημερολόγιό μου
- 8) Τετάρτη 18/1/17
 - Παρακολούθησα την διόρθωση του εγγράφου συνταγές
- 9) Τετάρτη 8/2/17
 - Συμμετείχα στην διόρθωση του εγγράφου μας
- 10) Τετάρτη 15/2/17
 - Χώρισα σε συνεργασία με τους συμμαθητές μου το βιβλίο μας σε κεφάλαια
 - Συμμετείχα στην σύνταξη του κεφαλαίου 1
- 11) Τετάρτη 1/3/17
 - Συμμετείχα στην σύνταξη του κεφαλαίου 2
- 12) Τετάρτη 8/3/17
 - Δημιούργησα σε συνεργασία με τους συμμαθητές μου το power point

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Ανδρέας Κ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/2016

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 5/10/2016

- Ψήφισα την γραμματοσειρά Arial
- Συμμετείχα στη διόρθωση μιας εργασίας

3) 14/10/2016

- Διόρθωσα ένα έγγραφο Word

4) 26/10/2016

- Διόρθωσα ένα έγγραφο Word

5) 9/11/2016

- Ψήφισα για το θέμα του βιβλίου

6) 16/11/2016

- Ψήφισα για το θέμα της ερευνητικής εργασίας και πήρα οδηγίες για την συνέντευξη

7) 07/12/2016

- Συμπλήρωσα το ατομικό ημερολόγιο στο Word

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Λ. Δήμητρα

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09/2016

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 05/10/2016

- Ψήφισα για την γραμματοσειρά την οποία θα χρησιμοποιώ στις εργασίες μου. (Arial)
- Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου word.
- Διόρθωσα μαζί με τον καθηγητή μου ένα έγγραφο word.

3) 26/10/2016

- Διόρθωσα ένα έγγραφο word.

4) 09/11/2016

- Ψήφισα θέμα ερευνητικής εργασίας.
- Πρότεινα θέμα ερευνητικής εργασίας.

5) 16/11/2016

- Έγραψα ένα έγγραφο word.
- Διαλέξαμε το τελικό θέμα
- πήρα οδηγίες για τη συνέντευξη.

6) 23/11/2016

- Συμμετείχα στη δημιουργία ομάδας.

7) 07/12/2016

- Συμπλήρωσα το ατομικό μου ημερολόγιο στον υπολογιστή.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων, από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

Μαρία Λ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 5/10

- Ψήφισα για την γραμματοσειρά Arial
- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας

3) 26/10/2016

- Διόρθωσα ένα έγγραφο word

4) 16/11/2016

- Ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας
- Πήρα οδηγίες για τη συνέντευξη

5) 7/11/2016

- Συμπλήρωσα το ατομικό μου ημερολόγιο στον υπολογιστή

6) 18/1/17

- Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας

7) 8/2/17

- Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας

8) 15/2/17

- Συμμετείχα στην διόρθωση του βιβλίου μας

9) 1/3/17

- Συμμετείχα στην διαμόρφωση του βιβλίου και στην σχεδίαση του εξωφύλλου

10) 8/3/17

- Συμμετείχα στην τελειοποίηση του βιβλίου μας και στην διαμόρφωση του εξωφύλλου του.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων, από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

M. Δήμητρα

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

- 1) 21/9/16
 - Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης
- 2) 5/10/16
 - Ψήφισα για την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιήσω στις εργασίες μου
 - Συμμετείχα στη διόρθωση μιας λάθος εργασίας
- 3) 14/10/16
 - Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου Word
- 4) 26/10/16
 - Διόρθωσα ένα έγγραφο Word
- 5) 9/11/16
 - Ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας
- 6) 16/11/16
 - Ψήφισα για το θέμα που επιλέξαμε και πήρα οδηγίες για τη συνέντευξη
- 7) 23/11/16
 - Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων
- 8) 7/12/16
 - Συμπλήρωσα το ατομικό ημερολόγιο στον υπολογιστή
- 9) 08-02-2017
 - Συμμετείχα στη διόρθωση της εργασίας μας.
- 10) 15-02-2017
 - Διόρθωσα μαζί με τους συμμαθητές μου την εργασία μας και ξεκινήσαμε να γράφουμε το πρώτο κεφάλαιο του βιβλίου μας.
- 11) 01-03-2017
 - Συμμετείχα στην διαμόρφωση του κειμένου και στη σχεδίαση εξωφύλλου.
- 12) 08-03-2017
 - Συμμετείχα στη διαμόρφωση του κειμένου και στη δημιουργία PowerPoint.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Μιχάλης Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/16

❖ Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.

2) 5/10/16

❖ Ψήφισα για την γραμματοσειρά (Arial).

❖ Συμμετείχα στην διόρθωση μιας εργασίας.

3) 14/10/16

❖ Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου.

4) 9/11/16

❖ Ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας.

5) 16/11/16

❖ Ψήφισα για το τελικό θέμα της εργασίας και πήρα οδηγίες για την συνέντευξη.

6) 23/11/16

❖ Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων.

❖ Είμαι στην 1 ομάδα.

7) 7/12/16

❖ Συμπλήρωσα το ατομικό ημερολόγιό μου στον υπολογιστή.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

ΕΒΕΛΙΝΑ Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09/16

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 5/10/16

- Ψήφισα την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιώ στις εργασίες μου στο word (Arial)
- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας στο word

3) 14/10/16

- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας στο word

4) 26/10/16

- Διόρθωσα ένα έγγραφο στο word

5) 9/11/16

- Ψήφισα για το θέμα στην ερευνητική εργασία

6) 16/11/16

- Ψήφισα για το θέμα το τελικό που επιλέξαμε και
- πήρα οδηγίες για την συνέντευξη

7) 7/12/16

- Μετέφερα το ατομικό μου ημερολόγιο στον ηλεκτρονικό υπολογιστή

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

M. Κωνσταντίνος

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/9/16

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολογίας.

2) 26/10/16

- Επεξεργάστηκα διάφορα έγγραφα στο Word.

3) 2/11/16:

- Εξετάστηκα στη διόρθωση ενός εγγράφου Word.

4) 16/11/16

- Ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας.

5) 23/11/16

- Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων.

6) 7/12/16

- Έγραψα ατομικό ημερολόγιο στον υπολογιστή.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

M. Μαρία

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09/2016

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 05/10/2016

- Ψήφισα την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιώ (Arial)
- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας

3) 14/10/2016

- Συμμετείχα στην διόρθωση ενός εγγράφου (World)
- Διόρθωσα ένα έγγραφο (Word)

4) 09/11/2016

- Ψήφισα για το θέμα ερευνητικής εργασίας

5) 16/11/2016

- Ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας και
- πήρα οδηγίες για την συνέντευξη

6) 23/11/2016

- Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

ΔΗΜΗΤΡΑ Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21/09/16

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 5/10/16

- Ψήφισα την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιήσω στις εργασίες μου (Arial)
- Συμμετείχα στη διόρθωση ενός λανθασμένου εγγράφου word

3) 14/10/16

- Συμμετείχα στη διόρθωση ενός εγγράφου word

4) 26/10/16

- Συμμετείχα στη διόρθωση ενός εγγράφου word

5) 9/11/16

- Ψήφισα για το θέμα της Ε.Ε

6) 16/11/16

- Ψήφισα για το τελικό θέμα της Ε.Ε και
- πήρα οδηγίες για την συνέντευξη

7) 23/11/16

- Συμμετείχα στην δημιουργία ομάδων

8) 07/12/16

- Πληκτρολόγησα το ατομικό μου ημερολόγιο στον Η/Υ

9) 18/01/17

- Διαμόρφωσα τους τίτλους των συνταγών στον Η/Υ
- Συμμετείχα στη διόρθωση του βιβλίου συνταγών

10) 08/02/17

- Συμμετείχα στη διόρθωση του βιβλίου συνταγών

11) 15/02/17

- Συμμετείχα στη διόρθωση του βιβλίου συνταγών και στην συγγραφή του κειμένου στο κεφάλαιο 1

12) 01/03/17

- Συμμετείχα στη διαμόρφωση του κειμένου στο κεφάλαιο 1 και στην σχεδίαση του εξωφύλλου

13) 08/03/17

- Συμμετείχα στην τελειοποίηση του κειμένου στο βιβλίο συνταγών

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων, από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»

Ιωάννης Μ.

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες - δράσεις:

1) 21-9-2016:

- Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης

2) 5-10-2016:

- Ψήφισα για την γραμματοσειρά που θα χρησιμοποιώ (Arial).
- Συμμετείχα στην διόρθωση μιας εργασίας.

3) 14-10-2016:

- Συμμετείχα στην διόρθωση ενός κειμένου Word.

4) 2-11-2016:

- Εξετάστηκα στην διόρθωση μιας εργασίας Word.

5) 9-11-2016:

- Βοήθησα στην επιλογή θέματος για έρευνα προτείνοντας θέμα.
- Ψήφισα για το θέμα της ερευνητικής εργασίας.

6) 16-11-2016:

- Αποφάσισα και ψήφισα για το τελικό θέμα της ερευνητικής εργασίας.
- Πήρα οδηγίες για την διεξαγωγή της έρευνας.

7) 23-12-2016:

- Αποφάσισα για την ένταξη μου σε ομάδα εργασίας στο μάθημα της ερευνητικής εργασίας.
- Εντάχθηκα σε ομάδα εργασίας:
6^η Ομάδα
- Εντάχθηκα εκ νέου σε ομάδα μετά από κλήρωση που πραγματοποιήθηκε για όλη την τάξη.

8) 7-12-2016:

- Συμπλήρωσα το ατομικό ημερολόγιο στον υπολογιστή.

9) 18-1-2017

- Έγραψα στον υπολογιστή και διόρθωσα συνταγές.

10) 8-2-2017

- Φτιάξαμε τις συνταγές στον υπολογιστή – Παρακολούθησα.

11) 15-2-2017

- Συμμετείχα στην σύνταξη της εισαγωγής του βιβλίου μαγειρικής μας. (προσήλθα την 2^η ώρα)

12) 1-3-2017

- Συμμετείχα στην επιλογή τίτλου για το βιβλίο και την διαμόρφωση του κεφαλαίου 1,

13) 8-3-2017

- Παρακολούθησα την εισαγωγή κεφαλαίων στο βιβλίο μας.
- Επέλεξα ως γραμματοσειρά την "Garamond" για την παρουσίαση των συνταγών μας στο PowerPoint.

14) 22-3-2017

- Παρακολούθησα την διόρθωση του PowerPoint και συμμετείχα βοηθώντας όπου μπορούσα.

Ατομικό Ημερολόγιο

για την Ερευνητική Εργασία

**«Παραδοσιακές συνταγές ορεκτικών, κυρίως πιάτων και επιδορπίων,
από Ελλάδα, Τουρκία, Αλβανία»**

Π. Βασιλική

Στα πλαίσια της ερευνητικής εργασίας ασχολήθηκα με τις παρακάτω εργασίες -
δράσεις:

- 1) 21/9/2016
 - Ενημερώθηκα για τον τρόπο βαθμολόγησης.
- 2) 5/10/2016
 - Ψήφισα για την γραμματοσειρά για να χρησιμοποιώ στις εργασίες μου (Arial).
 - Συμμετείχα στη διόρθωση μιας λανθασμένης εργασίας.
- 3) 14/10/2016
 - Συμμετείχα στη διόρθωση ενός εγγράφου Word.
- 4) 9/11/2016
 - Ψήφισα για θέμα ερευνητικής εργασίας.
 - Έγραψα οδηγίες για την συνέντευξη.
- 5) 7/12/2016
 - Συμπλήρωσα το ατομικό μου ημερολόγιο στον υπολογιστή.
- 6) 14/12/2016
 - Διόρθωσα το ατομικό μου ημερολόγιο στον υπολογιστή.
- 7) 8/2/2017
 - Συμμετείχα στη διαμόρφωση του βιβλίου συνταγών.
- 8) 15/2/2017
 - Διαμόρφωσα με τους συμμαθητές μου το βιβλίο συνταγών της ερευνητικής εργασίας.
- 9) 1/3/2017
 - Συμμετείχα στην ολοκλήρωση του πρώτου κεφαλαίου και στη διαμόρφωση του βιβλίου μας.
- 10) 8/3/2017
 - Συμμετείχα στην ολοκλήρωση του βιβλίου.
 - Συμμετείχα στην επιλογή φόντου για την παρουσίαση PowerPoint.