

# Ηράκλειο : Μέρες γαστρονομίας 2023

21 Σεπτεμβρίου, 2023



Για 5η χρονιά το σημαντικό γαστρονομικό και πολιτιστικό φεστιβάλ [«Ηράκλειο, Μέρες Γαστρονομίας /HeraklionGastronomyDays»](#) θα διεξαχθεί στο Ενετικό Λιμάνι του Ηρακλείου από τις 21 έως τις 24 Σεπτεμβρίου 2023, προσκαλώντας επισκέπτες και ντόπιους σε ένα «ταξίδι» στην κρητική διατροφική παράδοση.

Το φεστιβάλ, που συνδιοργανώνεται από τον Δήμο Ηρακλείου, τον Αναπτυξιακό Οργανισμό Ηρακλείου και τον Οργανισμό Λιμένος Ηρακλείου και τελεί υπό την αιγίδα του ΕΟΤ και του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, αναδεικνύει το Ηράκλειο ως γαστρονομικό προορισμό, ενώ ταυτόχρονα προβάλλει τη μακραίωνη κρητική μαγειρική παράδοση, που βασίζεται σε προϊόντα και πρώτες ύλες όπως ελαιόλαδο, κρασί, μέλι, γαλακτοκομικά, βότανα, φρούτα και λαχανικά, τα οποία δημιουργούν ένα μοναδικό διατροφικό μοντέλο.

Οι «**Μέρες Γαστρονομίας**» έχουν εδραιωθεί ως ένα ξεχωριστό πολιτιστικό γεγονός, με πολύ μεγάλη επισκεψιμότητα και πλήθος από παράλληλα δρώμενα. Στο πλαίσιο του φεστιβάλ έχουν προγραμματιστεί πλούσιες εκδηλώσεις στο parking «Μαρίνα-Καφέ», όπως παρουσίαση πατροπαράδοτων και σύγχρονων συνταγών από καθιερωμένους σεφ, παρασκευές και κεράσματα από τοπικούς συλλόγους και συναυλίες με δημοφιλείς καλλιτέχνες και συγκροτήματα.

Την **Πέμπτη 21 Σεπτεμβρίου**,

ο Σύλλογος Γυναικών Επισκοπής «Η Εργάνη» με την πρόεδρο **Σεβαστή Κρασανάκη** και τα μέλη του, θα παρουσιάσουν την παραδοσιακή τέχνη για το πλουμιστό κουλούρι γάμου, η Λέσχη Αρχιμαγείρων Κρήτης με τον πρόεδρο **Τάσο Παπαδάκη** και τον **Γιάννη Κορνάρο**, θα μαγειρέψουν με τοπικά προϊόντα, ενώ η βραδιά θα κλείσει υπό τους ήχους της μουσικής του **Κώστα Σαριδάκη** και του συγκροτήματός του σε παλιά και νέα μονοπάτια της παράδοσης.

Την **Παρασκευή 22 Σεπτεμβρίου**,

το «Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας» με την πρόεδρο **Λένα Ηγουμενάκη** και τα μέλη του συλλόγου θα φτιάξουν σταρένια γιουβαρλάκια (τόπια) και το Σωματείο Μαγείρων και Ζαχαροπλαστών ν. Ηρακλείου με τους σεφ **Μαρία Καμνάκη** και **Μανόλη Μαργαριτάκη** και τον προσκεκλημένο σεφ **Αριστοτέλη Ζέρβα**, θα μαγειρέψουν κρητικά εδέσματα. Στο κλείσιμο της ημέρας, ο **Χάρης Φασουλάς** θα ταξιδέψει τους επισκέπτες σε παραδοσιακά και σύγχρονα τραγούδια της μουσικής παράδοσης, καθώς και σε δικές του συνθέσεις.

Το **Σάββατο 23 Σεπτεμβρίου**,

ο πρεσβευτής της ελληνικής γαστρονομίας σεφ **Πέτρος Συρίγος**, θα «συναντήσει» τη μαγείρισσα **Νεκταρία Κοκκινάκη**, σε δύο υπέροχες συνταγές με εκλεκτά τοπικά προϊόντα, ενώ ο δρ **Αλέξανδρος Στεφανάκης** θα μιλήσει για τα κρητικά τυριά και τη διατροφική αξία τους. Το βράδυ, στη σκηνή θα είναι η λυράρισσα **Γεωργία Νταγάκη**, με τις εμπνευσμένες διασκευές που ετοιμάζει παρέα με την μπάντα της.

**Την Κυριακή 24 Σεπτεμβρίου**, οι «**Φυλλοσοφίες**» θα αποκαλύψουν τα μυστικά της «μπογάτσας» και η **οικογένεια Δεμενεόπουλου** θα κεράσει λουκουμάδες. Ο σεφ **Αλέξανδρος Βρυθιάς**, από το εστιατόριο «Ντορέ» θα δείξει τη συνταγή για ανοιχτό ντολμά, ενώ ο σεφ και συνιδιοκτήτης των εστιατορίων «Χαρούπι» στη Θεσσαλονίκη και «Pharaoh» στην Αθήνα Μανώλης Παπουτσάκης και ο **Στέφανος Λαυρενίδης** σεφ και δημιουργός του Apiri Greek Eatery θα εκπλήξουν με τις γαστρονομικές τους δημιουργίες. Οι εκδηλώσεις θα κλείσουν με τον **Μιχάλη Τζουγανάκη**, ο οποίος καλεί τους επισκέπτες του Φεστιβάλ σε ένα μουσικό ταξίδι στη μακρόχρονη δισκογραφική του πορεία, με ανέκδοτα τραγούδια αλλά και εμπνεύσεις επί σκηνής.

Οι ώρες λειτουργίας είναι καθημερινά και Σάββατο από τις 17:00 έως τις 23:00, ενώ την Κυριακή από τις 12:00 - 23:00. Στον χώρο θα υπάρχει έκθεση με τοπικά

προϊόντα.

Επίσης, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ, την Παρασκευή 22 Σεπτεμβρίου,

διοργανώνεται ημερίδα για τη γαστρονομική παράδοση του Ηρακλείου και τους επαγγελματίες που έβαλαν τη δική τους «σφραγίδα» στον γευστικό χάρτη της πόλης, με θέμα: **«Γεύσεις του Ηρακλείου, από το χθες στο σήμερα»**. Η ημερίδα θα διεξαχθεί στις 11:00 π.μ.στην αίθουσα εκδηλώσεων Βικελαίας Δημοτικής Βιβλιοθήκης Ηρακλείου.

Ο Αντιδήμαρχος Αναπτυξιακού Προγραμματισμού –Ψηφιακού Μετασχηματισμού-Ολοκληρωμένης Ανάπτυξης της Υπαίθρου και Τουρισμού **Γιώργος Σισαμάκης**, δήλωσε σχετικά: «Η διασύνδεση της γαστρονομίας και της αγροδιατροφής με την τουριστική ανάπτυξη αποτελεί στρατηγική επιλογή για τον Δήμο Ηρακλείου. Με τις «Μέρες Γαστρονομίας» αναδεικνύουμε το γεγονός ότι το Ηράκλειο έχει κατακτήσει μια σημαντική θέση στον γαστρονομικό χάρτη και ταυτόχρονα συστήνουμε σε ντόπιους και επισκέπτες τη μοναδικότητα της κρητικής κουζίνας. Πρόκειται για μια διοργάνωση που προβάλλει τα 5.000 χρόνια γαστρονομικής κουλτούρας, παράδοσης και πολιτισμού που έχει η Κρήτη συνολικά. Στόχος μας είναι κάθε χρόνο να ενισχύεται και να προσελκύει περισσότερες συμμετοχές από φορείς και επαγγελματίες».