

**Α΄ Αρσάκειο Λύκειο Ψυχικού**

**Τάξη: Β΄**

**Σχολικό έτος: 2012-13**

**Ερευνητική εργασία με θέμα:**

**«Η υψηλή γαλλική γαστρονομία συναντά  
την γερμανική παραδοσιακή κουζίνα»**

**Α΄ Ομάδα:**

**«Ιστορική αναδρομή της γαλλικής και γερμανικής  
γαστρονομίας, από τις απαρχές της έως τις μέρες μας....»**

- Ροπακά Μαρίλια
- Σακελλαροπούλου – Μαυρουδή Ελένη
- Σιμοπούλου Μαρίνα
- Τσουκαλά Σελένα
- Φυτράκη Λυδία

## *Savoir Vivre*



*Από τη στιγμή την οποία η γαστρονομία θεωρήθηκε τέχνη και σίγουρα κάτι περισσότερο από μία απλή διαδικασία ρουτίνας άρχισε να αναπτύσσεται μία γενικότερη ιδεολογία γύρω από το αντικείμενο, στα πλαίσια της οποίας ορίστηκαν ορισμένοι κανόνες με σκοπό την διεκπεραίωση ενός ευχάριστου γεύματος, μέσω της αποφυγής αναμενόμενων αμηχανιών ή ακόμη και ατυχημάτων! Η Γαλλία, γενέτειρα ίσως της γαστρονομίας, φημίζεται για την για την βαρύτητα που αποδίδει στο *savoir vivre*, όσον αφορά τον τομέα αυτό.*

*Ας διερευνήσουμε, λοιπόν, ένα μέρος των κανόνων αυτών!!*

✚ Μία βασική αρχή στρωσίματος του τραπέζιου: τα στερεά στα αριστερά και τα υγρά στα δεξιά. Με πιο απλά λόγια, το φλιτζάνι του καφέ και τα ποτήρια του κρασιού και του νερού πάνε στα δεξιά, ενώ το πιάτο του ψωμιού ή του φρούτου μετά, στα αριστερά.

Αν το φαγητό είναι καλό κι εσείς ως οικοδέσποινα είστε καλοδιάθετη και φιλόξενη, οι καλεσμένοι σας δεν θα προσέξουν τέτοιες λεπτομέρειες όμως καλό είναι να ξέρετε και τη σωστή σειρά με την οποία μπαίνουν τα μαχαιροπίρουνα:

- Τα πιρουινιά πάνε αριστερά, μαχαίρια και κουτάλια δεξιά.
- Δίπλα στο πιάτο βάλτε το κυρίως πιρούνι και το κυρίως μαχαίρι για το κυρίως πιάτο.
- Αριστερά του μεγάλου πιρουινιού βάλτε το μικρότερο πιρούνι της σαλάτας, δεξιά του κυρίως μαχαιριού το κουτάλι της σούπας (αν σερβίρετε σούπια) και ούτω καθεξής.

Η λογική είναι απλή, ο καλεσμένος σας, παίρνει από αριστερά και δεξιά του πιάτου του ότι χρειάζεται, και σιγά σιγά φτάνει προς το εσωτερικό του πιάτου του. Μόνη εξαίρεση είναι το πιρούνι ή και το κουταλάκι για το γλυκό. Αυτά μπαίνουν στην κορυφή του πιάτου, με την λογική ότι θα χρησιμοποιηθούν τελευταία, όταν θα έχετε σηκώσει και τα μεγάλα πιάτα σερβιρίσματος. Η κόψη των μαχαιριών πρέπει να κοιτά το πιάτο!

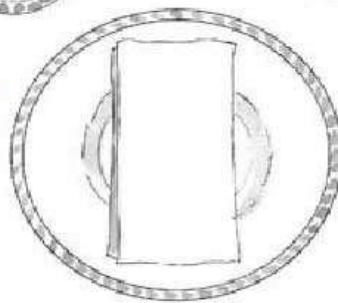
Όταν τελειώνετε το γεύμα σας, τοποθετείστε το μαχαιροπίρουνό σας μέσα στο πιάτο, με τις λαβές να δείχνουν 5 η ώρα και τις μύτες 11. Το μαχαίρι και το πιρούνι πρέπει να είναι παράλληλα μέσα στο πιάτο με τα δόντια του πιρουινιού να κοιτάζουν το ταβάνι και την κόψη του μαχαιριού προς το πιρούνι. Έτσι η οικοδέσποινα ή ο σερβιτόρος θα ξέρει πως μπορεί να μαζέψει το τραπέζι. Αν απομακρυνθείτε από το τραπέζι προτού τελειώσετε, για να μη σας μαζέψουν το πιάτο, βάλτε τη λαβή του μαχαιριού να δείχνει 4 η ώρα και τη λαβή του πιρουινιού να δείχνει 8, έτσι ώστε να σταυρώνουν στη μέση του πιάτο



πίατο για το ψωμί  
μαχαίρι για το βούτυρο



1. πιρούνι ψαριού
2. πιρούνι φαγητού
3. πιρούνι σαλάτας



πίατο φαγητού  
πετσέτα φαγητού

ποτήρι νερού

ποτήρι λευκού κρασιού

ποτήρι κόκκινου κρασιού

ποτήρι sherry



4. μαχαίρι φαγητού
5. μαχαίρι ψαριού
6. κουτάλι σούπας
7. πιρούνι για όστρακα

- ✚ Όταν κάθεστε στο τραπέζι, η πλάτη σας πρέπει να είναι ίσια στην καρέκλα. Δεν ξαπλώνετε ούτε ακουμπάτε τα χέρια μας στο τραπέζι. Οι αγκώνες δεν εφάπτονται ποτέ με την επιφάνεια του τραπεζιού και πρέπει να καθίσετε ακριβώς μπροστά από το πιάτο σας.
- ✚ Ένα από τα πιο βασικά πράγματα που δεν πρέπει να ξεχνάμε, σύμφωνα με το *savoir vivre*, είναι ο ρόλος της πετσέτας. Με το που θα καθίσετε, τοποθετείστε στους μηρούς σας, την πετσέτα που θα βρείτε δίπλα στο πιάτο σας. Προσοχή όμως, δεν είναι ούτε χαρτομάντιλο, ούτε σαλιάρα για να την κρεμάσετε σαν κολιέ όπως κάνουν ορισμένοι... Η πετσέτα χρησιμεύει κυρίως για να σας προστατεύει από ψίχουλα και για να σκουπίζετε τα χείλη και τα δάχτυλά σας πριν πιείτε. Αν απομακρυνθείς από το τραπέζι κατά τη διάρκεια του γεύματος (πχ πάς στην τουαλέτα να φρεσκάρεις το μακιγιάζ σου), άφησε την πετσέτα στην καρέκλα σου για να μην υποχρεωθούν οι υπόλοιποι να βλέπουν τους λεκέδες από τις σάλτσες... ή το κραγιόν σου. Όταν έχετε τελειώσει με το γεύμα, τη διπλώνετε ώστε η καθαρή της μεριά να είναι προς τα έξω και την τοποθετείτε στα αριστερά του πιάτου σου

### ***Μερικοί ακόμη κανόνες!!...***

- ❖ Όταν βοηθάτε μια γυναίκα να καθίσει, τραβώντας της με ευγένεια την καρέκλα, ακολουθείστε τις κινήσεις της καθώς προσπαθεί να βολευτεί. Μη σπρώξετε βίαια την καρέκλα, χτυπώντας το πίσω μέρος των ποδιών της.
- ❖ Αν βρίσκεστε σε τραπέζι με οκτώ ή λιγότερους συνδαιτυμόνες, περιμένετε –πριν ξεκινήσετε να τρώτε- να δείτε ότι όλοι, συμπεριλαμβανομένης και της οικοδέσποινας, έχουν σερβιριστεί. Σε πολύ μεγάλα τραπέζια, δεν υπάρχει πρόβλημα να ξεκινήσεις, όταν ήδη πολλοί από τους υπόλοιπους έχουν ήδη καθίσει και σερβιριστεί.
- ❖ Πράγματα και αντικείμενα άσχετα με το φαγητό και το ντεκόρ, πρέπει να μένουν μακριά από το τραπέζι. Για παράδειγμα, κλειδιά, τσαντάκια, πακέτα τσιγάρων, γυαλιά ηλίου ή κινητά.
- ❖ Μην ανοιγοκλείνετε τη χαρτοπετσέτα σας και μην την ξεδιπλώνετε σαν να πρόκειται για σημαία στους Ολυμπιακούς Αγώνες.

- ❖ Προστατέψτε το λεμόνι το οποίο «στύβετε» στο πιάτο σας, έτσι ώστε να μην βρεθεί κάποιος ακούσια πιτσιλισμένος από χυμό λεμονιού.
- ❖ Αν τρώτε και θέλετε να πιείτε μία γουλιά κρασί, καλό θα ήταν πρώτα να σκουπιστείτε ελαφρά με τη χαρτοπετσέτα σας, ώστε να μην αφήσετε «αποτύπωμα» στο ποτήρι σας.
- ❖ Αν προτιμάτε να μην πιείτε εκείνο το βράδυ δειπνώντας, δεν είναι ανάγκη να γυρίσετε το ποτήρι σας ανάποδα ούτε να δημιουργήσετε ολόκληρο θέμα γύρω από το ότι εσείς δεν πίνετε. Βάλτε απλώς τα ακροδάχτυλά σας στο χείλος του ποτηριού και πείτε «Όχι σήμερα, ευχαριστώ». Αυτό σημαίνει ότι δεν κάνετε αρνητική ή προσβλητική κρίση για όσους επιλέξουν να πιουν.
- ❖ Το να «βουτήξετε» ένα μπουλ με σαλάτα ή το αλάτι τη στιγμή που περνάει από χέρι σε χέρι για να πάει σε κάποιον που το ζήτησε, είναι σαν να τρώτε τη θέση κάποιου εισβάλλοντας στην ουρά: αγένεια και πλεονεξία.
- ❖ Γενικώς, τα πιάτα, όταν περνούν από χέρι σε χέρι στο τραπέζι, πάνε ανάποδα από τη φορά του ρολογιού, ωστόσο εάν κάποιος στα αριστερά σας, σας ζητήσει κάτι, είναι προφανές ότι δεν θα του το στείλετε γύρω, μπορείτε να του το δώσετε απευθείας.
- ❖ Όταν θέλετε να επισκεφτείτε το αποχωρητήριο, πείτε απλώς: «Παρακαλώ συγχωρείστε με».
- ❖ Όταν είστε έξω με οικογένεια ή φίλους, δεν είναι ντροπή να ζητήσετε να σας πακετάρουν ένα μέρος του φαγητού που δεν καταναλώσατε. Ποτέ όμως μην κάνετε κάτι τέτοιο σε επαγγελματικό γεύμα ή δείπνο.
- ❖ Μπορείς να γράφεις μηνύματα στο κινητό σου την ώρα που κάθεσαι στο τραπέζι; Οι «ειδικοί» του *savoir vivre* είναι κάθετοι. «Από τη στιγμή που δικαιολογείσαι όταν σηκώνεσαι για να πας στο αποχωρητήριο, πρέπει να κάνεις το ίδιο και όταν, ενώ ακόμη κάθεσαι, αρχίζεις και ψαχουλεύεις για το κινητό σου...»
- ❖ Η οικοδέσποινα κάθετα πρώτη για να δώσει το σήμα ότι ξεκινάει το γεύμα
- ❖ Η μουσική πρέπει να είναι χαμηλή και να ταιριάζει με το γούστο της πλειοψηφίας.
- ❖ Η τηλεόραση πρέπει να παραμένει κλειστή, εκτός αν ο λόγος της συνεύρεσης είναι η παρακολούθηση κάποιου συγκεκριμένου προγράμματος (πχ. ένα αθλητικό γεγονός)
- ❖ Το μενού δεν χρειάζεται να είναι πολύπλοκο και με πολλά πιάτα. Ωστόσο ένα πρώτο πιάτο, ένα δεύτερο, ένα γλυκό, μια σαλάτα, φρέσκο ψωμί και ένα καλό κρασί είναι απαραίτητα

- ❖ Δεν αφήνουμε πάνω στο τραπέζι τα κλειδιά, τα γυαλιά μας ή άλλα αντικείμενα που θα μπορούσαν να ενοχλήσουν τους υπόλοιπους.
- ❖ Περιμένουμε να σερβιριστούν όλοι πριν αρχίσουμε να τρώμε
- ❖ Δεν μιλάμε με το στόμα γεμάτο
- ❖ Δεν απλώνουμε απότομα τα χέρια μας για να φτάσουμε την σαλάτα ή το αλάτι. Το ζητάμε από κάποιον άλλον, ώστε να αποφύγουμε τα χτυπήματα και τις άκομψες κινήσεις που εμποδίζουν τους υπόλοιπους.
- ❖ Διαλέγουμε ευχάριστα θέματα συζήτησης
- ❖ Δεν μιλάμε στο κινητό
- ❖ Δεν σηκωνόμαστε από το τραπέζι πριν τελειώσουν οι άλλοι
- ❖ Εάν μας έχουν προσφέρει λουλούδια φροντίζουμε να τα τοποθετήσουμε σε εμφανές σημείο και σερβίρουμε τα γλυκά που έχουν προσφερθεί από τους καλεσμένους μας

### **7 "εγκλήματα" που ποτέ δεν πρέπει να κάνετε στο τραπέζι**

1. Να σκαλίζετε ή να μυρίζετε ένα πιάτο πριν φάτε. Σε τραπέζι βρίσκεστε... όχι σε εργαστήριο χημείας.
2. Να γλείφετε το πιρούνι σας, για να μην πάει χαμένη ούτε ελάχιστη ποσότητα της νοστιμότατης σάλτσας.
3. Να ορμάτε για το αλάτι ή για κάποια πιατέλα που δεν βρίσκεται κοντά σας.
4. Να σερβίρετε πρώτα τον εαυτό σας από κάποια πιατέλα που σας ζητήθηκε να περάσετε σε κάποιον άλλο.
5. Να σερβίρετε μια τεράστια μερίδα από ένα φαγητό που λατρεύετε ή να ψάχνετε για τα κομμάτια που σας αρέσουν πιο πολύ, αφήνοντας ελάχιστο γι' αυτούς που ακολουθούν.
6. Να προσφέρετε υπολείμματα από το πιάτο σας στους άλλους καλεσμένους στο δείπνο (Γνωστή η εικόνα: "Θες να το φας εσύ; Δεν μπορώ πια... χόρτασα!")
7. Να χρησιμοποιείτε οδοντογλυφίδες στο τραπέζι μπροστά στους υπόλοιπους (ούτε η γνωστή κίνηση να "κρύβετε" με το ένα χέρι τη "δράση" σας... μετριάζει το κακό αυτής της εικόνας - προτιμήστε να σηκωθείτε από το τραπέζι και να γυρίσετε αφού τελειώσετε!)