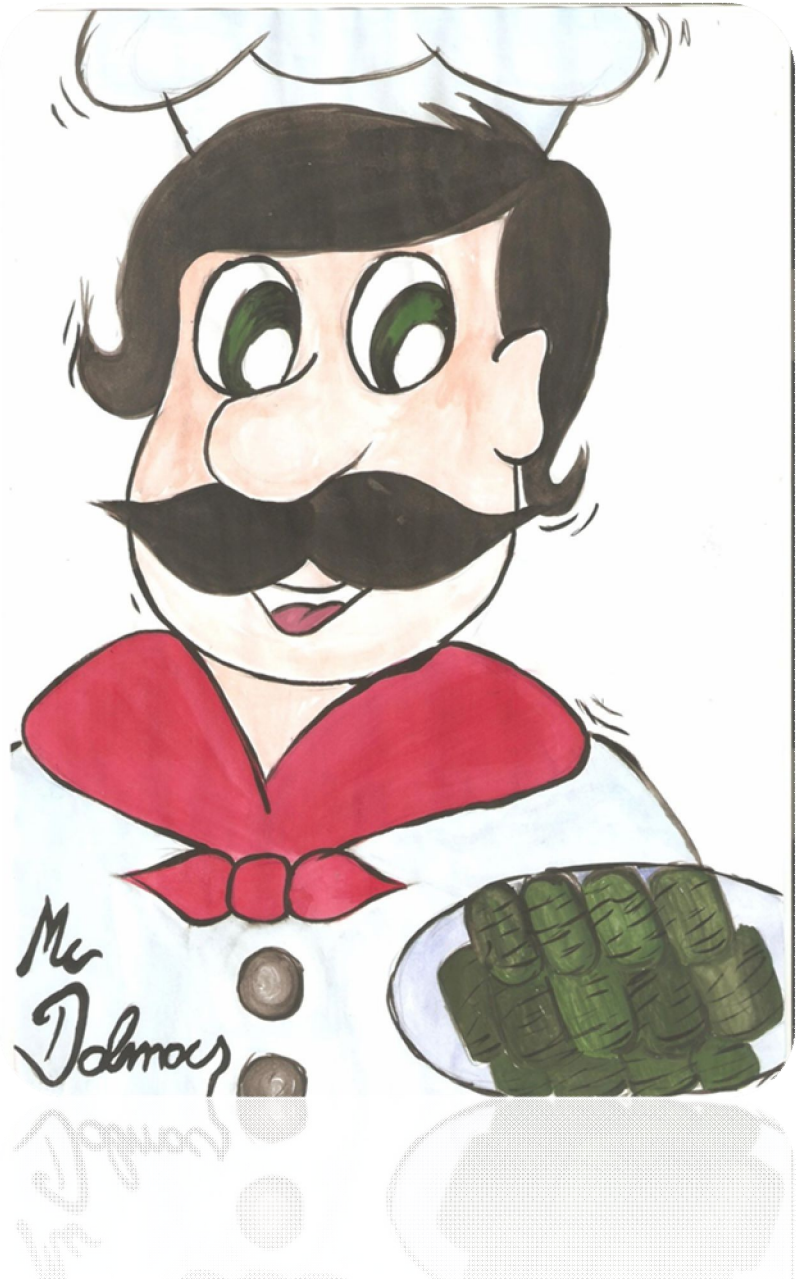
2$_{ο}$ Γενικό Λύκειο Κομοτηνής
Α1,Α2

Ανθρώπων γεύσεις:η μαγειρική στον Ελλαδικό χώρο: Κυπριακή κουζίνα

•Αλατζίδου Δέσποινα
•Γκιουζελίδης Μανώλης
•Δαφτσής Δημήτρης
•Ιωαννίδου Ελισάβετ
•Κωνσταντινίδου Ιωάννα

2012



Ιστορία της Κύπρου

Η Κύπρος, επίσημα Κυπριακή Δημοκρατία είναι ανεξάρτητη νησιώτικη χώρα της ανατολικής Μεσογείου. Συνορεύει θαλάσσια με την Τουρκία, την Συρία, τον Λίβανο,το Ισραήλ και την Αίγυπτο.Η Ιστορία της Κύπρου είναι αρχαιότατη και σημαντικη λόγω της γεωγραφικής της θέσης-σταυροδρόμι ανάμεσα σε τρεις ηπείρους (Αφρική,Ευρώπη και Ασία).Η ιστορία της Κύπρου ξεκινά 10000 χρόνια πριν.

Στην ελληνιστική περίοδο άνθισαν οι τέχνες και έχουμε μαρτυρίες σε αμφορείς και πλάκες με γραφές. Άνθισε, επίσης, και η ελληνική θρησκεία προς τους 12 θεούς του Ολύμπου με ιερά σε όλο το νησί με μεγαλύτερο αυτό της Θεάς Αφροδίτης στην Πάφο (Κούκλια) κοντά στο τόπο όπου γεννήθηκε (Πέτρα του Ρωμειού). Σ' αυτή την εποχή ο φιλόσοφος Ζήνων ο Κιτιεύς, Κύπριος φυσικά, ίδρυσε την σχολή των Στωικών στην Αθήνα.

Ακολουθεί η ρωμαϊκή περίοδος η οποία διήρκεσε από το 58 π.Χ.-330 μ.Χ. Οι απόστολοι Παύλος και Βαρνάβας επισκέφθηκαν την Πάφο όπου κατόρθωσαν να εκχριστιανίσουν το Ρωμαίο Ανθύπατο, Σέργιο Παύλο και έτσι η Κύπροςέγινε το πρώτο νησί που απόκτησε Χριστιανό ηγέτη.

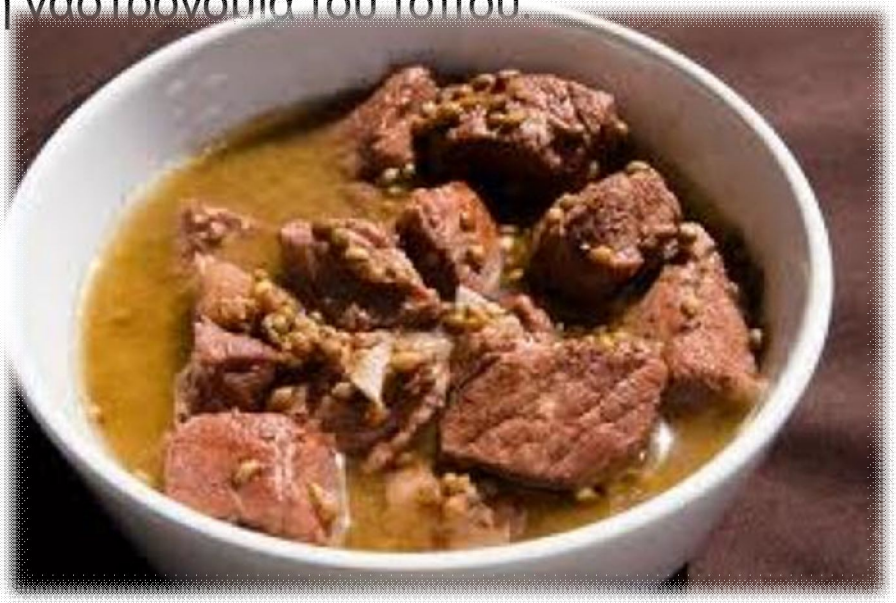
Στη συνέχεια είναι η βυζαντινή περίοδος. Με το διαχωρισμό της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, η Κύπρος έγινε επαρχία του ανατολικού μέρους δηλαδή του Βυζαντίου, με πρωτεύουσα την Κωνσταντινούπολη. Ακολουθούν η Φραγκοκρατία, η Τουρκοκρατία και η Αγγλοκρατία με τον απελευθερωτικό αγώνα του 1955-1959 και την κήρυξη της ανεξαρτησίας το 1960, με την ανταρσία των Τουρκοκυπρίων το 1963 και το πραξικόπημα και την τουρκική εισβολή τον Ιούλιο και τον Αύγουστο του 1974.

Κλίμα της Κύπρου

Γενικά το κλίμα της Κύπρου είναι ήπιο μεσογειακό με άφθονη ηλιοφάνεια ακόμη και το χειμώνα και λιγοστή βροχόπτωση, Το καλοκαίρι είναι θερμό και ξηρό.Το χειμώνα το κλίμα είναι και βροχερό. Το κλίμα της Κύπρου επηρεάζεται από τη γεωγραφική θέση του νησιού και από τη μορφολογία του εδάφους.Επίσης το κλίμα της Κύπρου ευνοεί την καλλιέργεια φρούτων και λαχανικών.

Ποιες επιρροές δέχτηκε η Κυπριακή κουζίνα

Η κυπριακή κουζίνα μπορεί να θεωρηθεί ένα μίγμα ελληνικών και ανατολικών γεύσεων, κάτι που οφείλεται στην ιστορική κληρονομιά της χώρας και στη γεωγραφική της θέση. Η κυπριακή κουζίνα βασίζεται κυρίως στο κρέας, τις σαλάτες και τα φρούτα. Μελετώντας την ιστορία της Κύπρου είναι φανερό ότι το νησί είναι επηρεασμένο από της γαστρονομικές τάσεις των εκάστοτε κατακτητών. Σήμερα, στη σύγχρονη γαστρονομική κουλτούρα του τόπου, θα βρει κανείς αναμίξεις και προσμίξεις από γεύσεις της Μέσης Ανατολής, της Μεσογείου και της Ανατολικής Ευρώπης. Ακόμα και οι Άγγλοι κατακτητές, που μέχρι το 1960 είχαν στην κυριαρχία στο νησί έχουν επηρεάσει τη γαστρονομία του τόπου.



<u>Ποιες είναι οι πιο διαδεδομένες Κυπριακές συνταγές</u>

Μερικές από τις πιο γνωστες Κυπριακές συνταγές είναι:

Τα κουπέπια.τα οποία είναι ντολμαδάια με κιμά

Οι κολοκοτές,τα περίφιμα κυπριακά κολοκυθοπιτάκια

Οι κρέπες με χαλούμι

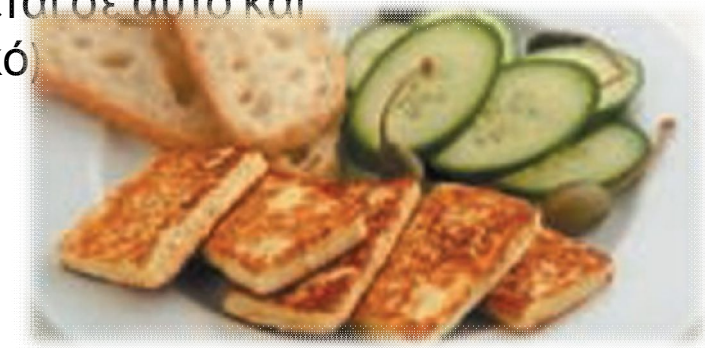
Τα Κυπριακά ταχινοπιτάκια

Τα αγρέλια,άγρια σπαράγγια με αυγά

Το αρνί κλέφτικο

Ποια είναι τα κυριότερα υλικά της Κυπριακής κουζίνας

Τα φρούτα και τα λαχανικά,τα οποία είναι πάντα φρέσκα και τα περισσότερα είναι κυπριακής παραγωγής, καλλιεργημένα σε όλα τα χωριά του νησιού. Η Κύπρος από αρχαιοτάτων χρόνων ήταν φημισμένη για τα εσπεριδοειδή της, πορτοκάλια, μανταρίνια και γκρέιπφρουτ, τις φράουλες, μήλα, αχλάδια, καρπούζια, πεπόνια, σταφύλια και σύκα. Τα πιάτα από λαχανικά που σερβίρονται στην Κύπρο θεωρούνται ασυναγώνιστης γεύσης. Το χαλούμι είναι το διάσημο κυπριακό τυρί, το οποίο τρώγεται και ψητό (συχνά προστίθεται σε αυτό και δυόσμος ως αρωματικό)



Τα περισσότερα πιάτα είναι μαγειρεμένα με φρέσκα τοπικά συστατικά και καρυκεύματα, όπως το πιπέρι, ο μαϊντανός, η ρόκα, η ρίγανη, το θυμάρι και φυσικά το διαλεχτό κυπριακό ελαιόλαδο. Μερικές από τις ποιο γνωστές τοπικές σπεσιαλιτέ που μπορείτε να γευτείτε είναι η λούτζα και το χοιρομέρι σε φέτες- χοιρινό είτε καπνιστό είτε μαριναρισμένο σε κρασί, το οποίο σερβίρεται σε σάντουιτς ή από μόνα τους ως ορεκτικά. Υπάρχουν επίσης καυτερά, αλλά πολύ νόστιμα καπνιστά κρασάτα λουκάνικα, τα οποία παρασκευάζονται από χοιρινό, σκόρδο και διάφορα καρυκεύματα και το γλυκό άρωμα του κόλιανδρου. Επίσης Το χοιρινό χρησιμοποιείται ιδιαίτερα στα κυπριακά

Σε ένα νησί όπως η Κύπρος, τα θαλασσινά έχουν επίσης σημαντική θέση στην τοπική κουζίνα. Υπάρχουν πολλές συνταγές θαλασσινών που μοιάζουν πολύ με διάφορα ελληνικά πιάτα. Το καλαμάρι και το χταπόδι σερβίρονται μαριναρισμένα με κρασί και το διάσημο κυπριακό μπαρμπούνι ή ο τηγανητός γαύρος, αποτελούν τοπικές λιχουδιές, που καθένας πρέπει να δοκιμάσει. Για τους λάτρεις των γλυκών, υπάρχουν τα κυπριακά γλυκά («γλυκά του κουταλιού»), τα οποία χρησιμοποιούν σαν βασικά συστατικά τους το μέλι, το σιρόπι ζάχαρης, καρύδια, φρούτα αλλά και λαχανικά (όπως καρυδάκι, περγαμόντο, βασανάκι, σύκο, κεράσι). Άλλη κατηγορία γλυκών, είναι οι λουκουμάδες, το καταΐφι, τα μπουρέκια, τα δάκτυλα και το σάμαλι, φτιαγμένο από σιμιγδάλι με ανθόνερο. Μπορείτε επίσης να δοκιμάσετε τις υπέροχες κολοκοτές, με σταφίδα και πλιγούρι ή το κυπριακό παστελάκι με σουσάμι.

Το πιο διάσημο γεύμα που πρέπει να δοκιμάσει κανείς, φτάνοντας σαν επισκέπτης στην Κύπρο, δεν είναι άλλο από τον παραδοσιακό “μεζέ”, μια παραλλαγή των ελληνικών “μεζέδων”. Ο παραδοσιακός κυπριακός μεζές αποτελείται από αρκετά πιάτα, κρύα και ζεστά, που σερβίρονται πάντα σε μικρές ποσότητες για να δίνεται η ευκαιρία στο κοινό να δοκιμάζει ένα ευρύ φάσμα γεύσεων και αρωμάτων. Ξεκινώντας με ορεκτικά όπως φρέσκα και ξιδάτα λαχανικά, ελιές, καπνιστά και πικάντικα κρεατικά, χαλούμι, τζατζίκι (ταλατούρι στα κυπριακά-γιαούρτι με τριμμένο αγγουράκι, σκόρδο και δυόσμο), μελιτζανοσαλάτα, χούμους (πάστα από λιωμένα ρεβίθια, ελαιόλαδο και μαϊντανό), ελληνική παραδοσιακή σαλάτα, με ντομάτα, αγγουράκι, ελιές και φέτα.

Ως κυρίως, σερβίρονται ζεστά πιάτα, όπως τηγανιτά και φαγητά φούρνου ή θαλασσινά. Τελειώνοντας, σειρά παίρνουν τα φρούτα της εποχής, τα παραδοσιακά γλυκά και ο καφές.

ΤΕΛΟΣ