

## Τα καλύτερα 10 πιάτα για να δοκιμάσετε στο Σότσι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Πηγή: Lori / Legion Media

Οι ντόπιοι προτείνουν τα καλύτερα πιάτα της παραδοσιακής κουζίνας του Καυκάσου και της Νότιας Ρωσίας, που μπορείτε να βρείτε στην πρωτεύουσα των Χειμερινών Ολυμπιακών Αγώνων του 2014, το Σότσι.

Το γενναιόδωρο Κουμπάν, ο φιλόξενος Καύκασος, και τα δύο συνδυάζονται σε μια λέξη: Σότσι. Πρόκειται, μάλλον, για μία από τις λίγες πόλεις της Ρωσίας όπου έχει αναπτυχθεί μια ιδιαίτερη πολυπολιτισμική κουζίνα. Αξιοποιήστε την ευκαιρία να οργανώσετε, στα πλαίσια της γιορτής του αθλητισμού, μια γιορτή του στομαχιού. Και να σημειώστε τη ρωσική έκφραση “γιορτή του στομαχιού” στο λεξιλόγιό σας.

### Σασλίκ

Φυσικά, το πρώτο πιάτο είναι το σασλίκ! Χωρίς σασλίκ στη Ρωσία δεν γίνεται καμία έξοδος στην υπαίθρο: είτε πρόκειται για ψάρεμα, διαμονή στο εξοχικό ή οικογενειακό σαββατοκύριακο σε τουριστικό κατάλυμα. Όπως το μπάρμπεκιου για τους αμερικανούς, έτσι είναι το σασλίκ για τους ρώσους. Είναι κάτι σαν την εθνική ιδέα. Το σασλίκ μπορεί να αποκληθεί βασιλιάς της κουζίνας του Σότσι. Σασλίκ είναι ουσιαστικά το σουβλάκι. Κομματάκια κρέατος, μαριναρισμένα με έναν ειδικό τρόπο, περασμένα σε μεταλλικά καλαμάκια και ψημένα σε ψησταριά με γυμνή φωτιά. Είναι το αγαπημένο φαγητό των κατοίκων και των επισκεπτών της

πόλης. Ακόμη και το καλοκαίρι, με ζέστη 35 βαθμούς Κελσίου, το σασλίκ σερβίρεται σε κάθε καφετέρια, εστιατόριο ή μαγειρείο. Και πάντα με τρόπο διαφορετικό. Ο κάθε μάγειρας έχει ένα δικό του μυστικό για την παρασκευή και το “στόλισμα” αυτού του πιάτου. Η κλασική εκδοχή σερβιρίσματος είναι η εξής: Κρεμμύδια, μυρωδικά, φρέσκα λαχανικά, πίτα (λαβάς) και κόκκινη σάλτσα.

Πού να δοκιμάσετε: Καφετέριες «Ρομάσκα», «Σότσι», «Να μπερεγκού», [αποβάθρα του ποταμού Σότσι, Ριβιέρσκι, 6/4](#)

### **Σούπα “σολιάνκα”**



Πηγή: Lori / Legion Media

Η “σολιάνκα” μαγειρεμένη με γεωργιανό τρόπο θα αρέσει σ’ εκείνους που προτιμούν ζεστά και καυτερά πιάτα. Αυτή η πλούσια και πυκνή, αρωματική και χορταστική σούπα κατέχει τη δεύτερη θέση μετά το σασλίκ σε όλα τα εστιατόρια του Σότσι. Φτιάχνεται από καλό κρέας. Την βράζουν μερικές ώρες, προσθέτουν κρεμμύδι, καρότο, σκόρδο, ντομάτα και πιπέρι. Σ’ αυτούς που προτιμούν τα καυτερά, σερβίρεται μαζί με την αντζίκα ξεχωριστά. Ο καλύτερος τρόπος είναι να συνοδεύσετε τη “σολιάνκα” με μια φρέσκια αφράτη γεωργιανή πίτα “λαβάς”.

Πού να δοκιμάσετε: [Εστιατόριο “Αμσένσκι ντβορ” \(ρωσική ιστοσελίδα\), Άντλερ, χωριό Καζάτσι Μπροντ, Κρασοφλότσκια, 15a](#)

### **Χινκάλι**



Πηγή: Lori / Legion Media

Στη Ρωσία τρώνε πελμένι, στην Ιταλία - ραβιόλια, στην Ιαπωνία - γκιόντζα. Η συνταγή είναι περίπου ίδια. Η γέμιση τυλίγεται σε μικρά κομμάτια ζύμης και μετά τα χινκάλι βράζονται σε αλατισμένο νερό. Για τη γέμιση χρησιμοποιείται μοσχαρίσιος κιμάς με αλατοπίπερο και ψιλοκομμένο κόλιανδρο. Η διαφορά τους από τα πελμένι βρίσκεται όχι μόνο στο μέγεθος, αλλά και στο ότι σχεδόν ο πυκνός, δυνατός ζωμός αποτελεί σχεδόν τη μισή γέμιση. Σερβίρεται με κόκκινη σάλτσα ντομάτας ή με λευκή σάλτσα "τσαχτόν".

Πού να δοκιμάσετε: Καφετέρια «Μπέλιε Νότσι», [Μορσκόι, 7](#)

**Χατσαπούρι**



Πηγή: Lori / Legion Media

Άλλο ένα αριστούργημα της γεωργιανής κουζίνας, η οποία επικρατεί στο Σότσι. Τα χατσουπούρι είναι διάφορων ειδών. Τα βασικά συστατικά είναι το τυρί και η ζύμη. Αν προσπαθήσουμε να αναζητήσουμε κάτι παρόμοιο στην κουζίνα του κόσμου, το πιο κοντινό πιάτο θα είναι, πιθανόν, η πίτσα ή η τυρόπιτα, αλλά με ιδιαίτερη και πλούσια γεύση. Αν βρεθείτε στο Σότσι, πρέπει οπωσδήποτε να δοκιμάσετε το χατσαπούρι “βαρκούλα”. Φτιάχνεται μια πίτα σε σχήμα βάρκας, και μέσα τοποθετείται η γέμιση: βούτυρο, ωμό αυγό, τυρί. Η μέγιστη μαεστρία είναι να το να ψήσεις την πίτα έτσι ώστε ο κρόκος να μείνει ρευστός. Η “βαρκούλα” τρώγεται με τα χέρια, τσιμπώντας μικρά κομματάκια ζύμης από της άκρες και βουτώντας τα στη γέμιση από τυρί, βούτυρο και αυγό.

Πού να δοκιμάσετε: [Καφετέρια «Στάρι Μπαζάρ»](#) (ιστοσελίδα στα ρωσικά), [Νεσέρμπσκαγια, 4](#)

**Τυροκροκέτες “Μαγκνόλια”**



Πηγή: Lori / Legion Media

Σχεδόν σε κάθε μέρος του Σότσι που σερβίρεται φαγητό, μπορείτε να παραγγείλετε τη “Μαγκνόλια”. Αν και πρόκειται για μια παλιά ονομασία του συγκεκριμένου πιάτου. Ο κόσμος ονομάζει αυτό το ζεστό ορεκτικό “μπαλάκια από τυρί”. Πάνω από 20 χρόνια πριν, η πρώτη “Μαγκνόλια” εμφανίστηκε στο Σότσι στον κατάλογο του εστιατορίου “Ιντουρίστ”, χάρη σ’ έναν από τους σεφ αυτής της πόλης. Ακόμη και σήμερα, αυτό το πιάτο αποτελεί το αγαπημένο συνοδευτικό πιάτο των ντόπιων για μπύρα ή κρασί.

Πού να δοκιμάσετε: [Καφετέρια «Del Mar»](#), (ιστοσελίδα στα ρωσικά), [Σότσι, Ναβάγκινσκαγια, 14](#), καθώς και στην παραλία [Πριμόρσκαγια Νάμπερεζναγια](#) στην περιοχή «Μαρινς Παρκ Οτέλ»

## **Θαλασσινά**

Αν δεν τρώτε κρέας, δεν σας αρέσουν τα καυτερά, και γενικά προτιμάτε πιάτα πιο ελαφριά, δε θα μείνετε νηστικός στο Σότσι. Το χειμώνα, βέβαια, η επιλογή των θαλασσινών δεν είναι και τόσο μεγάλη, αλλά ενδέχεται να είστε τυχεροί και να δοκιμάσετε το περίφημο καλκάνι της Μαύρης Θάλασσας, μπαρμπούνια, μύδια και όστρακα. Κατά τη διάρκεια όλου του χρόνου μπορείτε να απολαύσετε βασιλικό ψάρεμα – πέστροφες διάφορων ειδών και οξύρρυγχοι. Το χαβιάρι, το κόκκινο και το μαύρο, είναι στο Σότσι αυθεντικό, γιατί παράγεται εδώ, στην περιοχή Άντλερ, σ’ ένα ειδικό ιχθυοτροφείο.

Πού να δοκιμάσετε: [Ιχθυοτροφείο πέστροφας](#) (ιστοσελίδα στα ρωσικά), [Σότσι, Άντλερ, χωριό Καζάτσι Μπροντ, Φορέλεβαγια, 45-a](#)

## Κρασί



Πηγή: Lori / Legion Media

Το κρασί της Αμπχαζίας αποτελεί το σήμα κατατεθέν της γειτονικής ηλιόλουστης Δημοκρατίας. Γλυκά, ημίγλυκα, ξηρά και ημίξηρα, κόκκινα, ροζέ και άσπρα κρασιά, όλα διατίθενται στο Σότσι. Εκτός από τα κρασιά της Αμπχαζίας, στο Σότσι διανέμεται ευρεία επιλογή από τις οινοπαραγωγές του Κουμπάν. Σ' αυτή τη σειρά υπάρχουν επίσης και σαμπανιζέ κρασιά. Οι λάτρεις της γεύσης εκτιμούν ιδιαίτερα, για παράδειγμα, την σαμπάνια Extra Brut Victor Dravigny του οινοποιείου Αμπράου Ντιουρσό. Δεν είναι τυχαίο ότι το εργοστάσιο Αμπράου Ντιουρσό είναι ο επίσημος χορηγός οίνου στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σότσι.

## Σπιτικό τυρί



Πηγή: Lori / Legion Media

Με τι να συνοδεύσεις ένα κρασί; Στο Σότσι υπάρχουν πολλές ποικιλίες σπιτικών τυριών, όπως και σασλίκ και κρασιών. Τα πιο διαδεδομένα είδη είναι το σουλουγκούνι και το αντιγκέισκι. Και πάλι, οι γεύσεις τους ποικίλουν. Το ένα είναι πιο αλμυρό, το άλλο λιγότερο, ενώ το τρίτο είναι γενικά καπνιστό. Έτσι ή αλλιώς, μπορείτε να είστε σίγουροι – οποιοδήποτε σπιτικό τυρί θα είναι αυθεντικό και πραγματικά νόστιμο.

Πού να αγοράσετε: Λαϊκή αγορά του Άντλερ: [Ντεμοκρατίτσεσκαγια, 38-a](#), Κεντρική αγορά: [Μοσκόβσκαγια, 22](#)

**Σούπα “μπορς”**



Πηγή: Lori / Legion Media

Ως προς τη ρωσική παραδοσιακή κουζίνα, στο Σότσι πρέπει οπωσδήποτε να δοκιμάσει κανείς το “μπορς” του Κουμπάν. Μην τρομάζετε αν ακούσετε ότι “το μπορς είναι χθεσινό”, έτσι πρέπει να είναι, μιας και μόνο έχοντας σιτέψει μία-δύο μέρες το μπορς αποκτά την καλύτερη του γεύση. Να ζητήσετε να σας φέρουν “σμετάνα” μαζί με το “μπορς”. Και αλατισμένο λαρδί, φρέσκια κρεμμυδάκια, αρωματικό μαύρο ψωμί και, βεβαίως, 150 γραμμάρια βότκα - έτσι το θέλει η παράδοση. Για κρύο ορεκτικό προτιμήσετε πηχτή με μουστάρδα και χρένο. Να την παραγγείλετε οπωσδήποτε, άμα υπάρχει στον κατάλογο.

Πού να δοκιμάσετε: [Καφετέρια «Πουζάταγια χάτα»](#), (ιστοσελίδα στα ρωσικά), [Ναβάγκινσκαγια, 9/1](#), [Ντονσκάγια, 9-α](#).

## **Μπλινί**

### [Μάσλενιτσα: Το ρωσικό Καρναβάλι](#)

Ακόμη ένα, ανέκαθεν ρωσικό πιάτο είναι τα μπλινί (κρέπες). Συνήθως τις ψήνουν σε μεγάλες ποσότητες τις Απόκριες, που είναι η δεύτερη αγαπημένη λαϊκή γιορτή μετά την Πρωτοχρονιά. Με τις κρέπες στη Ρωσία αποχαιρετούν τον χειμώνα και προϋπαντούν την άνοιξη. Φέτος οι Απόκριες ξεκινούν στις 24 Φεβρουαρίου, αμέσως μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Όμως πιθανότατα θα σας προσφέρουν μπλινί πολύ πιο νωρίς. Οι ρωσικές κρέπες δεν τρώγονται σκέτες κατά κανόνα.



Πρώτα απ' όλα, σερβίρονται με χαβιάρι, κόκκινο ή μαύρο, ή με σολομό, τουρσί, κρέας, μυζήθρα, μέλι, μαρμελάδα, σμετάνα... Μπορείτε κάθε μέρα να δοκιμάζετε από μία καινούργια γέμιση – είναι όλες απολαυστικές.

Πού να δοκιμάσετε: Μπιστρό «ΜπλινΓιούγκα», [Κονστιτούτσι ΣΣΣΡ, 4](#)

Σβετλάνα Σινεποστολόβιτς

Πηγή: [rbth.gr](http://rbth.gr)