



TASTE
5000 YEARS
OF CULINARY
HISTORY

HERAKLION
GASTRONOMY
DAYS 2023

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
EVENTS
PROGRAM

21-24
09

ΕΝΕΤΙΚΟ ΛΙΜΑΝΙ
ΠΑΡΚΙΝΓΚ ΚΑΦΕ «ΜΑΡΙΝΑ»

VENETIAN PORT
PARKING CAFÉ "MARINA"



heraklionflavors

#herakliongastronomydays2023



ΔΗΜΟΣ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΟΑΗ ΗΡΑΚΛΙΟΝ
AUTHORITY S.A.
Γαλιναράς, Αιγώνος, Ηρακλείου, Α.Τ.



ΑΝΑΤΙΤΛΙΣΜΟΣ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΗΣ

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης
και Τροφίμων



ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ
www.visitgreece.gr

Καλώς ήρθατε στο Ηράκλειο και το Φεστιβάλ Γαστρονομίας 2023

Ζήστε από κοντά την εμπειρία των μοναδικών γεύσεων της Κρήτης μέσα από ιδιαίτερα γαστρονομικά events και με την συνοδεία αγαπημένων καλλιτεχνών της Κρήτης!

Η κρητική διατροφή αποτέλεσε και αποτελεί μοντέλο διατροφής που χαρίζει μακροζωία και καλή υγεία.

Είναι διεθνώς γνωστό ότι η κρητική δίαιτα είναι το καλύτερο παράδειγμα μεσογειακής διατροφής.

Η Κρήτη έχει μια από τις αρχαιότερες και πιο εύγευστες γαστριμαργικές παραδόσεις στον κόσμο, μια παράδοση γεύσεων, αρωμάτων, υλικών και τεχνολογιών που ξεκινά από τα προϊστορικά χρόνια και φθάνει μέχρι σήμερα.

Welcome to Heraklion Gastronomy Days 2023

Live the experience of the unique flavors of Crete through special gastronomy events and masterclasses and famous Cretan artists.

The Cretan diet is a model of nutrition that offers longevity and good health.

It is internationally known that the Cretan diet is the best example of Mediterranean Diet.

Crete has one of the oldest and most delicious culinary traditions in the world, a tradition of flavors, aromas and cooking techniques.



Πέμπτη 21-09

17.00 - 23.00

Έκθεση & Πώληση κρητικών προϊόντων
Exhibition & Sales of traditional Cretan Products

18.00 - 19.00

Ο Σύλλογος Γυναικών Επισκοπής «Η Εργάνη», η Πρόεδρος Σεβαστή Κρασσανάκη & τα μέλη του μας μυσούν στην παραδοσιακή τέχνη του πλουμιστού κουλουριού γάμου
The Episcopal Women's Association "Ergani", the president Sevasti Krassanaki & its members introduce us to the traditional art of the rich wedding cookie

19.00 - 19.30

Επίσημη Έναρξη Εκδηλώσεων | **Opening Events Ceremony**

19.30 - 20.30

Η Λέσχη Αρχιμαγείρων Κρήτης με τους Chef Τάσο Παπαδάκη-Πρόεδρο και τον Γιάννη Κορνάρο μας ταξιδεύουν γαστρονομικά αναδεικνύοντας τα τοπικά προϊόντα
The Chefs Club of Crete with Chef Tasos Papadakis, President of the Club and Yannis Kornaros take us on a culinary journey highlighting local products

20.30 - 23.00

Ο θρυλικός Κώστας Σαριδάκης & το συγκρότημά του μας ταξιδεύουν σε παλιά και νέα μονοπάτια της κρητικής μας παράδοσης
The artist Kostas Saridakis & his band introduces us to old and new paths of our Cretan tradition.

Παρασκευή 22-09

17.00 - 23.00

Έκθεση & Πώληση κρητικών προϊόντων | **Exhibition & Sales of traditional Cretan Products**

18.00 - 19.00

Το «Φεστιβάλ Κρητικής Κουζίνας», η Πρόεδρος Λένα Ηγουμενάκη και τα μέλη του συλλόγου μας φτιάχνουν σπαρένια γιουβαρλήκια (τόπια)
The "Festival of Cretan Cuisine", President Lena Igoumenaki and the members of our association cook Cretan casseroles

19.00 - 20.00

Το Σωματείο Μαγείρων και Ζαχαροπλάστων Ν. Ηρακλείου με τους Chef Μαρία Καμνάκη, Μανώλη Μαργαριτάκη & τον guest Chef Αριστοτέλη Ζέρβα μας εκπλήσσουν γαστρονομικά
The Association of Chefs and Confectioners of Heraklion with Chef Maria Kamnaki, Manolis Margaritakis & guest Chef Aristotelis Zervas surprise us with their gastronomic secrets

20.30 - 23.00

Ο Χάρης Φασουλής μας ταξιδεύει σε παραδοσιακά και σύγχρονα τραγούδια της κρητικής μας παράδοσης και σε δικές του συνθέσεις
Haris Fassoulas travels us to traditional and modern songs of our Cretan tradition and his own compositions

Σάββατο 23-09

- 17.00 - 23.00** Έκθεση & πώληση παραδοσιακών προϊόντων της Κρήτης
Exhibition & Sales of traditional Cretan products
- 18.00 - 19.00** Ο Δρ. Αλέξανδρος Στεφανάκης-Κτηνίατρος, μας μιλά για τα κρητικά τυριά και τη διατροφική τους αξία
Dr. Alexandros Stephanakis, Veterinarian, talks about Cretan cheeses and their nutritional value
- 19.00 - 20.00** Ο πρεσβευτής της ελληνικής γαστρονομίας Chef Πέτρος Συρίγος συναντά την παραδοσιακή μαγειρίσα και πρέσβειρα της κρητικής διατροφής Νεκταρία Κοκκινάκη για υπέροχες κρητικές συνταγές
The ambassador of Greek gastronomy, Chef Petros Syrigos, meets the traditional cook and ambassador of the Cretan diet Nektaria Kokkinaki, for delicious Cretan recipes
- 20.30 - 23.00** Η κρητική λύρα παίρνει φωτιά στα χέρια της Γεωργίας Νταγάκη. Η μουσική παράδοση μπλέκεται γλυκά με το ροκ ύφος & το λαϊκό τραγούδι και μας χαρίζει αξέχαστες μουσικές στιγμές
The musical tradition blends with the rock music & traditional folk song, giving us unforgettable musical moments with Cretan Lyre by Georgia Dagaki

Κυριακή 24-09

- 12.00 - 23.00** Έκθεση & πώληση παραδοσιακών προϊόντων της Κρήτης
Exhibition & Sales of traditional Cretan products
- 12.00 - 13.30** Οι "Φυλλοσοφίες" φτιάχνουν & μας κερνούν μπουγάτσα
"The Phyllosophies" create & serve Cretan Bougatsa
Η οικογένεια Δεμενεοπούλου μας κερνά Λουκουμάδες
Demeneopoulos family cook and serve Loukoumades
- 18.00 - 19.00** Ο Chef Αλέξανδρος Βρυθιάς, εστιατόριο «Ντορέ», μας φτιάχνει ανοιχτό ντολμά
Chef Alexandros Vriithias, from Ntoré Gastronomy, cooks us «Open Dolma»
- 19.00 - 20.00** Οι Chef Μανώλης Παπουτσάκης, συνιδιοκτήτης των εστιατορίων «Χαρούπι» σε Θεσσαλονίκη, «Pharaoh» σε Αθήνα και Στέφανος Λαυρενίδης, δημιουργός του «Apiri» μας εκπλήσσουν γαστρονομικά
Chef Manolis Papoutsakis, Co-Owner of the restaurants "Harupi" Thessaloniki and "Pharaoh" Athens, and Stefanos Lavrenidis, creator of "Apiri Greek Eatery", surprise us with their gastronomic creations
- 20.30 - 23.00** Ο μοναδικός Μιχάλης Τζουγανάκης μας προσκαλεί σε μουσικό ταξίδι στη δισκογραφική του πορεία, ανέκδοτα τραγούδια και εμπνεύσεις επί σκηνής & με την ιδιαίτερη δυναμική του μας χαρίζει μια αξέχαστη μουσική εμπειρία
The unique Michalis Tzouganakis invites us to a musical journey through his recording career, unpublished songs, and inspirations on stage & with his special performance gives us an unforgettable musical experience.





TASTE
5000 YEARS
OF CULINARY
HISTORY

HERAKLION
GASTRONOMY
DAYS 2023



ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΔΕΠΑΝΑ Α.Ε.
ΓΡΟΜΗΤΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΑΝΘΡΩΠΗΝ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΟΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



Wines of Crete
a taste of life



Επιμελητήριο Ηρακλείου
Heraklion Chamber of Commerce & Industry



ΕΝΩΣΗ
ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΠΑΓΚΡΗΤΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΩΝ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ
PANCRETAN ASSOCIATION OF HOTEL MANAGERS



ASSOCIATION OF CRETE TOURISM & TRAVEL AGENCIES
ΕΝΩΣΗ ΚΡΗΤΙΚΩΝ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΠΡΟΒΛΕΨΕΩΝ



• Cretan Cuisine Festival •



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός



ΣΩΜΑΤΕΙΟ
ΕΠΙΓΕΩΜΑΤΙΩΝ ΞΕΝΑΓΩΝ
ΚΡΗΤΗΣ & ΣΑΝΤΟΠΙΝΗΣ

ΧΟΡΗΓΟΙ



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΜΠΟΡΩΝ
ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΑΓΟΡΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

#herakliongastronomydays2023