

CHILLIN

FREE PRESS LIFESTYLE ISSUE FOR CITIES CHANIA & RETHYMNO

ISSUE: #727

WEEK: 07/07-20/07

🌐 chilloutnews.gr

📘 [Chillin Free Press](#)

📷 [chillinpress](#)

✉ chilloutnews@hotmail.com



Ένα έργο τέχνης έχει τη μοναδική σφραγίδα του καλλιτέχνη.
Ένα έργο γεύσης έχει το γευστικό αποτύπωμα του σεφ.

Η μεσογειακή κουζίνα με τη δημιουργική σφραγίδα του
πολυβραβευμένου σεφ Έκτορα Μποτρίνι
στην πιο προσιτή και elegant στιγμή της.

ETTORE BOTRINI

📍 Almyrida, Apokoronas 73008, West Crete, Greece

☎ + 30 28250 33903 & +30 694 4179018

✉ info@almyvita.gr

📘 [@almyvita.gr](#)

📷 [@almyvita](#)



CHILLIN

07/07/2021

ΕΚΔΟΣΗ:
REAL ADVERTISING

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ:

ΑΝΤΡΕΑΣ ΓΑΡΥΦΑΛΗΣ

ΚΕΙΜΕΝΑ / ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ:

ΑΝΤΩΝΗΣ ΞΑΝΘΟΥΔΑΚΗΣ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ ΧΑΝΙΑ

ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΛΙΟΝΤΖΑΚΗΣ

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

REAL ADV.

ΠΡΩΤΟΠΑΠΑΔΑΚΗ 10, ΠΑΣΑΚΑΚΙ

ΧΑΝΙΑ 73135

T.28210 44127

KIN.6979115513

ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΑΛΛΑΓΕΣ ΗΜΕΡΑΣ Ή ΩΡΑΣ, ΟΠΩΣ ΕΠΙΣΗΣ ΚΑΙ ΓΙΑ ΑΚΥΡΩΣΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ Ή ΑΛΛΩΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΔΡΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΕΝΤΥΠΟ ΔΕΝ ΦΕΡΟΜΕ ΚΑΜΙΑ ΕΥΘΥΝΗ.

ISSUE: #727

WEEK: 07/07-20/07

chilloutnews.gr

Chillin Free Press

chillinpress

chilloutnews@hotmail.com

#EDITOREAL #Μένουμε με την ελπίδα...

Ένας γρίφος για δυνατούς λύτες αποδεικνύεται η φετινή τουριστική σεζόν, με τα δεδομένα να εναλλάσσονται διαρκώς και τα κρύα ντους να διαδέχονται το ένα το άλλο, ενώ τα μνύματα είναι τόσο μπερδεμένα που είναι πολύ δύσκολο να τα αποκωδικοποιήσει κανείς.

Αρχικά να αναφέρω ότι οι πληροφορίες που είχα ήταν ότι τουρισμό θα βλέπαμε από τις 15 Ιουνίου και μετά. Ότι πήραμε λοιπόν πριν από αυτό ήταν bonus σε μια ακόμα δύσκολη χρονιά. Γεγονός ήταν ότι από τις 15 Ιουνίου και έπειτα περιμέναμε μια έκρηξη αφίξεων που δεν έγινε. Η Αγγλία, αλλά και η στάση των Σκανδιναβών μέχρι στιγμής αποτελεί τον αστάθμητο παράγοντα. Η Κρήτη και τα Χανιά έχουν επενδύσει σημαντικό μέρος του τουρισμού σε αυτό το πακέτο τουριστών. Δυστυχώς τα νέα που έρχονται από τους δύο αυτούς τουριστικούς προορισμούς μόνο ευχάριστα δεν είναι. Ετσι λοιπόν όλα δείχνουν ότι όσο θα αργούν οι συγκεκριμένες αγορές να ανοίξουν, τόσο θα χάνουμε έδαφος και τόσο θα μικραίνουν οι στόχοι μας για τη φετινή σεζόν.

Ο άλλος παράγοντας που θα κρίνει πολλά είναι η νέα μετάλλαξη του ιού. Το νησί μας είναι το πρώτο που εμφανίζει κρούσματα και μένει να δούμε πόσο γρήγορα θα υπάρξει διασπορά. Όλα είναι πολύ ρευστά και το τοπίο μπορεί να αλλάξει από τη μία στιγμή στην άλλη.

Η αβεβαιότητα είναι έκδηλη, η ανησυχία επίσης. Η ελπίδα παραμένει...άλλωστε μόνο αυτή μας έμεινε...



DON'T WATCH



The Conjuring: The Devil Made Me Do It



Η ταινία ενώ σε κάποια κομμάτια της στο πρώτο μέρος ιντριγκάρει, δεν πετυχαίνει πλήρως τον σκοπό της, μιας και όσο περνάει η ώρα... ξεχειλώνει, απλά ξεμένοντας από ιδέες με αποτέλεσμα να κάνει τον θεατή να βαρεθεί. Προσπαθεί να κρατήσει το ενδιαφέρον (υπάρχουν κάποιες δυνατές σκηνές), ωστόσο έχουμε μερικές κλισέ σκηνές χωρίς να χρειάζεται (μερικές εκ των οποίων είναι ανυπόφορες), κατεβάζει λίγο την ένταση και γενικότερα είναι απλά για να γίνει.

Υπήρχε δυνατότητα για μερικές πολύ καλές και έξυπνες στιγμές, τις οποίες και δεν αξιοποιεί με βάση τα στοιχεία που έχει, χαρμίζοντας το ταλέντο κάποιων ηθοποιών από το cast, το οποίο μπορούσε να προσφέρει πολλά περισσότερα. Δυστυχώς δεν τα καταφέρνει καλύτερα από τον μέσο όρο του είδους, διότι δεν μπορεί το The Conjuring: The Devil Made Me Do It να γίνει κάτι παραπάνω από μια generic προσπάθεια, που είχε να δώσει πολλά περισσότερα.

ANIMALS PROFILE

Πώς να κάνω το σκύλο μου να σταματήσει να γαυγίζει; #2



Συνεπώς, ο σκύλος μας δε μαθαίνει ποτέ και πού επιτρέπεται το γάβγισμα. Ορίστε ορισμένες συμβουλές για το πώς να εκπαιδεύσετε το σκύλο σας να είναι ήσυχος:

Κάθε φορά που ο σκύλος σας γαβγίζει σε έναν περαστικό και αφού έχει γαβγίσει για λίγα δευτερόλεπτα, επαινέστε τον για την προσπάθεια του να σας ενημερώσει για τον "ξένο" και μετά, ζητήστε του να ΗΣΥΧΑΣΕΙ! Αν σταματήσει να γαβγίζει και παραμείνει ήσυχος, επαινέστε τον. Ίσως χρειαστεί να του δείξετε ένα νόστιμο μεζέ για να τον βοηθήσετε να συγκεντρωθεί σε σας και να ηρεμήσει. Τότε, δώστε του τη λικουδιά. Κάθε φορά που επαναλαμβάνετε την άσκηση αυξήστε τον χρόνο κατά τον οποίο απαιτείτε ο σκύλος σας να είναι ήσυχος.

Αν ο σκύλος συνεχίσει να γαβγίζει, αυξήστε την ένταση της φωνής σας ή χρησιμοποιήστε τη γλώσσα του σώματος για να ενισχύσετε την εντολή σας, αλλά επαινέστε τον μόλις αυτός ησυχάσει.

Γιάννης Βενετιάκης (Ζωοτεχνολόγος)
ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862

PETWORLD
CHANIA

#BESTOFFB



#Dimitris Garofalis

Ξέχασα τον αναπτήρα αλλά ευτυχώς δεν χρειάζεται σήμερα άναψε μόνο του το τσιγάρο



#Antonis Paterakis

Όσοι επιζήσουμε από τη ζέστη..θα πεθάνουμε από τη ΔΕΗ



#Robert Outram

Ο θεός με φύλαξε και δεν έχω γκόμενα..
Να γκρινιάζει όλη μέρα για τη ζέστη



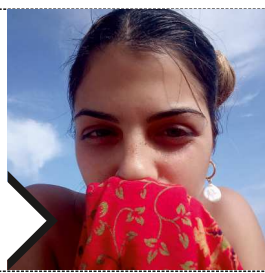
#Αμαρυλλίς Αληγιάννη

Ωραία μέρα για να είσαι κάκτος στο Μεξικό!



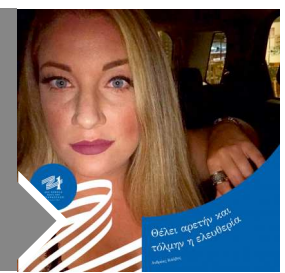
#Georgina Koutsou Koutsou

Σήμερα βγήκα έξω ζαργάνα και γύρισα πίσω τηγανισμένη κουτσομούρα



#Gwgg Xaritou

Σας περιμένουμε να μοιραστούμε τη χαρά στην ομορφότερη στιγμή της ζωής μας. Ξερνάω. Εγώ, αν ποτέ παντρευτώ, στο προσκήλιο θα γράψω απλά: Ελάτε. Θα έχει φαί



θέλει απετη για τομνη η ελαμμερία

frantzeska
Market Café

WAFFLES | PASTRIES | HEALTHY BARS | JUICE



COFFEE | SNACKS | SANDWICHES | COCKTAILS

Αναγνώστου Γογονή 80
28210 95033

frantzeska cafe market

Το Κατσαρολάκι
tokatsarolaki



ΚΡΗΤΙΚΗ ΚΑΡΜΠΟΝΑΡΑ

Ψημένη μέσα σε γραβιέρα με Κρητικό απάκι

"ΑΠΟΛΑΥΣΤΕ ΤΗ"

ΣΤΟ STREET FOOD FESTIVAL CHANIA

9-10-11 /7

ΕΘΝ.ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΝΙΩΝ



ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΤΖΟΥΓΑΝΑΚΗΣ & ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ LIVE ΣΤΗΝ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΤΑΦΡΟ

Τρία χρόνια μετά, ο Μιχάλης Τζουγανάκης επιστρέφει για μία μεγάλη συναυλία στην Ανατολική Τάφρο Χανίων, την Κυριακή 18 Ιουλίου. Ο διεθνώς αναγνωρισμένος Κρητικός Καλλιτέχνης μαζί με τον Αλέξανδρο Τζουγανάκη θα μας χαρίσουν "Μουσική Χωρίς Σύνορα".

Εισιτήριο Προπώλησης: 12€ Γενική Είσοδος: 15€

"Σε περίπτωση ακύρωσης της συναυλίας, για οποιονδήποτε λόγο, τα χρήματα των εισιτηρίων προπώλησης επιστρέφονται, με την επιστροφή του εισιτηρίου στο σημείο αγοράς του".

Σημεία Προπώλησης

*Σταύρος Σπορ (Ανδρέα Παπανδρέου 57 / Χατζ. Γιάνναρη 50-52)

*ZYES (Καραόλη Δημητρίου 26)

*Hair bar κομμωτήριο - ΖΥΜΠΑΚΑΚΗΔΩΝ 11

*Public-Χατζημιχάλη Γιάνναρη 40-42 (+1€)

Κρατήσεις εισιτηρίων: 6944637063

The Day: Κυρ. 18/7

The place: Θέατρο Ανατολικής Τάφρου

The Time: 21:00

Ifaistos FC



STREET FOOD FESTIVAL CRETE - CHANIA

Οι Chillin Events & All in Events, διοργανώνουν για 3η συνεχής χρονιά το Street Food Festival Crete, συνεχίζοντας το γευστικό ταξίδι από το Εθνικό Στάδιο Χανίων, από τις 9 έως τις 11 Ιουλίου. Το φετινό τριήμερο θα περιλαμβάνει μεγάλη ποικιλία προτάσεων φαγητού και γλυκού από διαφορετικές χώρες, παραδοσιακές γευστικές προτάσεις του τόπου μας, αλλά και πρωτότυπες street food επιλογές, που δεν έχετε συναντήσει στο νησί μας. Παράλληλα οι φίλοι του Street Food θα πιούν το καφέ, το φαγητό, το γλυκό, τη μπύρα ή το κοκτέιλ ή το αναψυκτικό τους, απολαμβάνοντας τοπικές μπάντες, djs και εντυπωσιακά χορευτικά. Η είσοδος κοστίζει 5 ευρώ και περιλαμβάνει καφέ, μπύρα ή αναψυκτικό ή νερό.

ΔΩΡΕΑΝ ΕΙΣΟΔΟΣ για παιδιά έως 11 ετών και ΑΜΕΑ

ΔΩΡΕΑΝ ΕΙΣΟΔΟΣ ΣΑΒΒΑΤΟ 10/7 & ΚΥΡΙΑΚΗ 11/7 από τις 12.00 έως τις 14.00

The day: Παρ.9 / Σαβ.10 / Κυρ. 11/7
The Time: 17:00-24:00 / 12:00-24:00 / 12:00-24:00
The place: Εθνικό Στάδιο Χανίων

Street Food Festival Crete



THE INFINITE NIGHT STORIES ARE COMING BACK AGAIN

Πρόλαβε και σας συστήθηκε πέρυσι το καλοκαίρι, το αγαπήσατε και σίγουρα ανυπομονείτε πότε θα επιστρέψει. Γιατί το Room δεν είναι ακόμα ένας χώρος διασκέδασης. Είναι το μέρος που θα σας προσφέρει ατελείωτα night stories. Κι αυτό γιατί συνδυάζει ιδανικά όλα όσα θές για να το κατατάξετε στους "αγαπημένους προορισμούς": Το location! Στην καρδιά του Ενετικού Λιμανιού!!! Το interior design που έχει την υπογραφή της Art Deco, mainstream μουσικό προσανατολισμό, θεματικές βραδιές πρόκληση...και το βασικότερο... ένα πολύ δυνατό team που κύριο στόχο έχει να μας χαρίσει βραδιές πραγματικής διασκέδασης! Μείνετε συντονισμένοι better days are coming soon..

INFO

The Day: Σύντομα κοντά σας

The Place: Room chania

Location: Σουμερλή 14, Παλιό Λιμάνι

Room Chania



ΚΑΙ ΦΕΤΟΣ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ!

Για μια ακόμα καλοκαιρινή σεζόν, το αγαπημένο Beach Restaurant Bar της Αγίας Μαρίας είναι και πάλι κοντά σας. Ανανεωμένο, φρέσκο και καλύτερο από ποτέ, είναι και πάλι εδώ με σκοπό να σας προσφέρει για ακόμα μια σεζόν τον ιδανικό καλοκαιρινό προορισμό. Στην Ακτή τα πάντα κινούνται πλέον σε καλοκαιρινούς ρυθμούς διασκέδασης και από δω και πέρα, είτε πρόκειται για φαγητό, είτε για καφέ και ποτό, και αυτό το καλοκαίρι ξέρετε που θα τα απολαύσετε!

INFO

The day: Καθημερινά κοντά σας

The Place: Akti Beach Restaurant Bar

Location: Αγία Μαρίνα

Akti Beach Restaraunt Bar



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΣΙΣΚΑΚΗ: ΓΙΟΡΤΑΖΕΙ 40 ΧΡΟΝΙΑ!

Το φαρμακείο Σισκάκη Μαριέλντα στη Σούδα έχει γενέθλια και το μοιράζεται με όλους μας με το καλύτερο τρόπο. Άλλωστε 40 χρόνια παρουσίας είναι αυτά και δεν θα περάσουν έτσι...

Για το λόγο αυτό το αγαπημένο φαρμακείο επέλεξε 40 μικρά και μεγάλα δώρα για να τα χαρίσει σε 40 τυχερούς. Δεν μιλάμε για μικρά δωράκια, αφού σε αυτά περιλαμβάνονται προϊόντα φροντίδας και περιποίησης πολύ γνωστών εταιριών αλλά και ένα κινητό Iphone 11 και μία τηλεόραση LG 4K.

Το μόνο που έχετε να κάνετε για να μπείτε και σεις στην κλήρωση για τα δώρα είναι να κάνετε αγορές από το φαρμακείο αξίας 10 ευρώ. Ανεξαρτήτως προϊόντων!

INFO

The day: Καθημερινά κοντά σας

The Place: Φαρμακείο Μαριέλντα Γ. Σισκάκη

Location: Εθνάρχου Βενιζέλου 51 Σούδα

pharmakeiouisiskaki



RnD: NEO MENU ΓΙΑ ΤΟ STREET FOOD FESTIVAL CHANIA

Μερικές από τις νέες προτάσεις του μενού, του RnD Burgers θα έχουν τη χαρά να δοκιμάσουν όσοι βρεθούν στο Street Food Festival των Χανίων.

Αν δεν έχεις δοκιμάσει ακόμα τις καλοκαιρινές προτάσεις του αγαπημένου σου burger house τότε επιβάλλεται να κάνεις στάση στο περίπτερο τους!

Το τελικό μενού παραμένει επτασφράγιστο μυστικό, αλλά οι φήμες λένε ότι ένα burger θα είναι ειδικά φτιαγμένο για το φεστιβάλ...ρώτησε...μάθε...δοκίμασε το...δε κάνεις με τίποτα!

INFO

The day: Καθημερινά κοντά σας

The place: RnD Burgers

Location: Αγία Μαρίνα

RnD Burgers & Brunch



SUPPORT BY



GREEK NATIONAL TOURISM ORGANISATION
www.visitgreece.gr



chillin
EVENTS



hama hotels
ASSOCIATION



STREET
FOOD
FESTIVAL
CHANIA

EST.2019

9-10-11
JULY

ΕΘΝΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΝΙΩΝ
CHANIA STADIUM

TIME SCHEDULE / ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

FRIDAY (17.00-24.00) SATURDAY & SUNDAY (12.00-24.00)

LIVE BANDS

DJ'S

STREET FOOD

DANCERS



ΡΕΘΥΜΝΟ (20-24 ΙΟΥΛΙΟΥ)

ΔΙΕΘΝΕΣ ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΚΡΟΥΣΤΩΝ



Κάτι ιδιαίτερα ξεχωριστό έρχεται φέτος τον Ιούλιο στην πόλη του Ρεθύμνου. Το Φεστιβάλ Κρουστών Ρεθύμνου ανοίγει τις πύλες του στις 20 Ιουλίου στην Πλατεία Μικρασιατών (Παράλληλες δράσεις από τον Δήμο Ρεθύμνου – Κ.Ε.ΔΗΡ) με Γαστρονομία και Κρουστά (κουζίνες, live & performances) και κορυφώνεται στην Φορτέτζα σε ένα τριήμερο γεμάτο μεγάλα ονόματα από την Ελλάδα και το Εξωτερικό (ο Itamar Doari και ο Bucket Boy (Matthew Pretty) για πρώτη φορά στην Ελλάδα), και μπάντες τοπικές της Κρήτης. Η World Music συναντά το Flamenco και η Αρχαίονη Παράδοση τη Σύγχρονη Μουσική σε μια γιορτή με ξεσηκωτική διάθεση όπως ακριβώς αρμόζει στο καλοκαίρι.

Τις συναυλίες πλαισιώνουν workshops από καλλιτέχνες που συμμετέχουν στο φεστιβάλ, και Έκθεση Φωτογραφίας (Μαθήματα Φωτογραφίας Ρεθύμνου) και Προβολή: Οπτικοακουστικό υλικό με θέμα την ιστορία των κρουστών (Σκηνοθεσία/Μοντάζ: Γιάννης Ανδρίτσιος).

Πρόγραμμα:

-Side Events: 20-21/07 – Πλατεία Μικρασιατών (από τις 19:00) με "Percussion B [eat]s"(κρουστά και γαστρονομία): Κουζίνες και Live/Performances: The Bucket Boy (Matthew Pretty) , Sea Clown Sailing Circus, Λία Κουτελιέρη, ο Bombo. ΔΩΡΕΑΝ ΕΙΣΟΔΟΣ

-Main Stage: 22-23-24/07- Κάστρο Φορτέτζας (από τις 20: 15 – οι πόρτες ανοίγουν στις 19:00): Itamar Doari: (Ισραήλ), The Bucket Boy (Matthew Pretty) (ΗΠΑ), Αλέξανδρος Δράκος Κτιστάκης, Βαγγέλης Καρίπης, Haij Yazdjian, Τάκης Φαραζής, Percussion4one feat. Tigran Sargsyan, De Todas Formas, Πέτρος Βαρθακούρης, Παντελής Ντζιάλας, Toros, Al Hanim Trio, και Σκίουρο 5 feat. Μαρία Κώτη. Προώληση εισιτηρίων: Ticketservices.gr & PUBLIC

Info: www.rpf.gr

Παραγωγή: Act for Art (www.actforart.gr) & Δήμος Ρεθύμνου – Κ.Ε.ΔΗΡ

Υπό την Αιγίδα του ΥΠΠΟΑ & του Δήμου Ρεθύμνου

ARGONAUTS

B2B AT FALASARNA



Στα πλαίσια της παγκόσμιας μέρας μουσικής η ομάδα των Αργοναυτών με την υποστήριξη της τουριστικής καμπάνιας "Discover Kisamos" του Δήμου Κισσάμου, παρουσίασε άλλη μια μοναδική μουσική παράσταση με πρωταγωνιστές, ένα ξεχωριστό τοπίο και φυσικά, την μουσική.

Μετά την λιμνοθάλασσα του Μπαλου, το μουσικό ταξίδι από το Δυτικότερο σημείο της Κρήτης συνεχίζεται...



Με μουσικές Επιλογές από τον DJ και παραγωγό, Nicholas Vibes και τον DJ Γιώργο Βιολάκη , απθανάτισαν μια ξεχωριστή μουσική παράσταση στα Φαλάσαρνα, με μοναδικό καλεσμένο, το μαγευτικό ηλιοβασίλεμα που αγκαλιάζει την παραλία λίγο πριν την αποχώρησή του.

Η ομάδα των Αργοναυτών έχοντας ως στόχο την προβολή του Δήμου Κισσάμου και κατ' επεκταση του νομού Χανίων, μέσα από το φάσμα της ηλεκτρονικής μουσικής, συνεχίζει το ταξίδι της έχοντας ήδη ανακοινώσει μέσα από τα social media μερικές από τις επόμενες τοποθεσίες όπως Ελαφονήσι, Κομόλιθους, Χανιά αλλά και άλλα πιο εναλλακτικά.

YOUTUBE CHANNEL: Argonauts

@ nicholasvibes

@ violakisgeorge

Ο ΟΙΚΟΣ ΤΩΝ ΑΡΩΜΑΤΩΝ

Perfume is the key to our memories!



Κρατήστε για πάντα κλειδωμένη στο μυαλό σας την πιο ευτυχισμένη μέρα της ζωής σας με ένα άρωμα που θα σας ταξιδεύει πίσω στη μοναδική αυτή στιγμή.

Ζητήστε να σας προτείνουμε τα πιο μοναδικά αρώματα ειδικά για την ξεχωριστή αυτή μέρα. Μαζί θα επιλέξουμε τις νότες που σας εκφράζουν και θα αναδείξουν την προσωπικότητά σας.

Βρείτε τα καλύτερα νυφικά τύπου αρώματα, επιλέγοντας αυτό που σας ταιριάζει ανάμεσα από 750+ κωδικούς Eau de Parfum PLUS.

Τηλ.282 1503736

Στείλτε μας inbox

Για ηλεκτρονικές παραγγελίες επισκεφθείτε το eshop μας: www.tospitourwmatos.com

Model: @josefina.tz

eikonotopia.photography

Mua & project management: @xenia_str

宝
淘

BAOTAO
ASIAN MODERN KITCHEN

*Can't wait
to see you again at*

STREET
**FOOD
FESTIVAL
CHANIA**
EST.2019

9-10-11
JULY

dry oil

Ο Οίκος
των
Αρωμάτων

Μυλωνογιάννη & Κριάρη(γωνία)

tospitourwmatos.com 2821 503736 || mob.6936605080 tospitourwmatoschania Αρωματιστήριο "Το σπίτι του αρώματος"

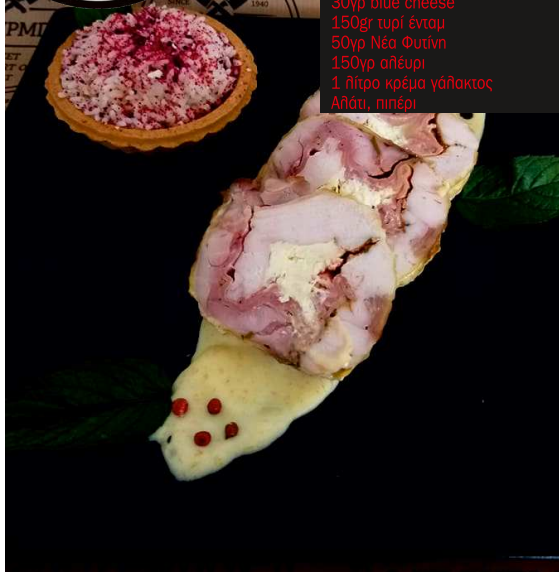
Ρολό κοτόπουλο με σάλτσα 4 Εποχές

Από το Chef "Βενεδικτό" του κρεπωλείου Μπουρμπος



Υλικά:

- Για τη νέστιν
- 1 σλόκλντρο ξεκοκαλισμένο κοτόπουλο
- 250gr τυρί κρέμα Φιλαδέλφεια
- 6 φέτες μπέικον καπνιστό
- 200gr τυρί ένταμ
- 150gr τυρί γουάδα
- 150gr τυρί μοτσαρέλα
- Για τη σάλτσα
- 30gr blue cheese
- 150gr τυρί ένταμ
- 50gr Νέα Φυσιή
- 150gr αλεύρι
- 1 λίτρο κρέμα γάλακτος Αθήνα, πιπέρι



Εκτέλεση:

Απλώνουμε το κοτόπουλο σε ένα πάγκο. Το κόβουμε στη μέση σε 2 μέρη. Αλατοπιπρώνουμε ελαφρώς και βάζουμε τα μισά υλικά από το μπέικον, το τυρί κρέμα και το ένταμ σε κάθε κομμάτι του κοτόπουλου.

Μετά τυλίγουμε και το περνάμε σε δίχτυ ψησίματος. Βάζουμε τα ρολάκια μας σε ένα ταψί με 2 πότνια νερό και στο φούρνο στους 190' για 45 λεπτά περίπου. Επαιτώ αφήνουμε έξω να κρυώσουν για να κοπούν ομοιόμορφα σε φέτες

Σε ένα τηγάνι βάζουμε το βούτυρο να λιώσει και προσθέτουμε αλεύρι, ανακατεύοντας μέχρι να δέσει το μίγμα. Προσθέτουμε σε κατσαρόλα τη κρέμα, όλα τα τυριά, αλάτι, πιπέρι και ζεσαίνουμε ανακατεύοντας μέχρι να λιώσουν τα τυριά. Επειτα ρίχνουμε το μείγμα με το αλεύρι και βούτυρο και ανακατεύουμε μέχρι να δέσει η σάλτσα τυριών. Κόβουμε τα ρολά σε φέτες, προσθέτουμε όση σάλτσα θέλουμε και σερβίρουμε.

Διευθ.καταστημάτων

Αναπαύσεως 35, Χανιά / Λ.Καραμανλή 87, Χανιά
fb & insta. Κρεπωλεία Μπουρμπος meet the art of meat

ITALIAN FACTORY OUTLET

ΑΝΟΙΞΕ ΚΑΙ ΤΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΤΟΥ ΠΛΑΤΑΝΙΑ

Μπορεί η τουριστική σεζόν να μην έχει δείξει τα θετικά μηνύματα που προσδοκούσαμε, όμως έστω και έτσι, το Italian Factory Outlet είναι ακόμα μία χρονιά δίπλα στις επιχειρήσεις και τους εργαζόμενους του τουρισμού, που επιλέγουν το αγαπημένο τους κατάστημα για τις αγορές τους στη περιοχή του Πλατανιά. Πρόσφατα λοιπόν άνοιξε τις πόρτες του για να μας υποδεχτεί με όλη τη καλοκαιρινή του συλλογή. Μετά και το άνοιγμα του Πλατανιά η αλυσίδα καταστημάτων Italian Factory Outlet σε Κλαδισσό, Κουνουπιδιανή και Πλατανιά είναι σε πλήρη λειτουργία.



Ανοιχτά καθημερινά, ΚΛΑΔΙΣΣΟΣ / ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ / ΠΛΑΤΑΝΙΑΣ



ΣΤΗΝ ΕΘΝΙΚΗ ΤΕΝΝΙΣ UNDER 14 Η ΜΥΡΤΩ ΠΡΩΪΜΑΚΗ

Στην Πολωνία θα βρεθεί η Εθνική ομάδα τένις κάτω των 14 ετών για το Πανευρωπαϊκό ομαδικό πρωτάθλημα που θα διεξαχθεί στην Σόμποτα. Ανάμεσα στις 3 αθλήτριες που κλήθηκαν για να εκπροσωπήσουν την χώρα μας, βρίσκεται και η 13χρονη Χανιώτισσα Μυρτώ Πρωιμάκη, η αθλήτρια του Ομίλου Αντισφαίρισης Σούδας η οποία πρωταγωνιστεί στα πανελλήνια πρωταθλήματα και η οποία ολοκλήρωσε την προετοιμασία της, υπό της οδηγίες του Αντώνη Παπαγιαννάκη στις εγκαταστάσεις του Ναυταθλητικού κέντρου Σούδας. Την Παρασκευή το μεσημέρι αναχώρησε από τα Χανιά για να ενσωματωθεί με την Εθνική ομάδα η οποία ταξιδεύει μέσω Άμστερνταμ το Σάββατο για την Πολωνία.

Η αποστολή της Εθνικής μας ομάδας αποτελείται από τις Αλεξάνδρα Παναγιωτίδου, Αθηνά Γρηγοριάδου και φυσικά την Μυρτώ Πρωιμάκη ενώ αρχηγός αποστολής είναι ο Νίκος Αλεξίου.

Αξίζει να σημειωθεί πως η Μυρτώ Πρωιμάκη αμέσως μετά την επιστροφή της στην Ελλάδα από την Πολωνία θα παραμείνει στην Αθήνα για το Πανελλήνιο πρωτάθλημα.



#sandwichfalafeltabouleh

Aladdin

Scan to see menu

ARABIC STREET FOOD

ΧΑΛΗΔΩΝ 91 || 2821607062

Μίλησε μου



Δεν θα αρνηθώ ότι παλιότερα ήμουν φανατικός πολέμιος των συστημάτων ενδοσυνεννόησης. Δεν μπορούσα να καταλάβω γιατί κάποιος ήθελε να ακούει τον/ την σύντροφό του ακόμα και εκτός σπιτιού, ακόμα και πάνω στη μοτοσυκλέτα. Ούτε γιατί να ακούει μουσική και να χάνει τη συγκέντρωσή του χωρίς να είναι 100% αφιερωμένος στο δρόμο. Μέχρι που μου φόρεσαν μία.

Την πρώτη φορά ήταν ένα σετ της Interphone που είχε τοποθετήσει στα δύο του κράνη ο Γρηγόρης από την Γεια Σου Μάνα Σαλονίκη, και μου τα δάνεισε μαζί με το Crosstourer του όσο ήμουν εκεί στις διακοπές. Εκεί, στη μεγάλη πόλη, απόλαυσα τις συζητήσεις με τη ντόπια γυναίκα μου, η οποία μου εξηγούσε κάθε μέρος από το οποίο είχε αναμνήσεις. Πολύ ωραία. Μετά, πάλι δανεική γιατί ή θα είμαστε ισχυρογνώμονες ή θα παίζουμε, μου έβλανε μία φτηνή κινεζιά σε ένα ταξίδι, επειδή θα ήμουν «σκούπα» και έπρεπε να ενημερώνω τον μπροστινό εάν όλα πιάω ναυαγούν. Αυτό δεν πήγε τόσο καλά, διότι α) λόγω κακής απόδοσης μετά τα 90 δεν άκουγα τίποτα και τα νεύρα μου έγιναν τσατάλια και β) τις σπάνιες φορές που άκουγα συζητούσαμε με τον πρώτο για το μέλλον μας, πότε θα γίνουμε πατέρες και τέτοια. Δέκα μήνες μετά είχαμε παιδιά και, όπως έπρεπε, κουμπιάρισαμε κιόλας. Το νου σας με τις ενδοσυνεννοήσεις, μπορεί να μπλέξετε.

Τελευταία όμως, μου ξανάβλασαν μία πανάκριβη Cardio από το ΜΟΤΟ, για το Mega Test στη Βοσνία με 13 μοτοσυκλέτες. Εκτός του ότι οι βαρετές ευθείες αποκτούσαν νέο ενδιαφέρον με soundtrack από τα καταπληκτικά ηχεία της JBL με το βαθύ μπάσο, εκτός του ότι δεν χάθηκε ποτέ κανείς γιατί ήμασταν συνδεδεμένοι 6 ταυτόχρονα, ειδοποιήθηκε αμέσως ο προπορευόμενος αρχηγός της αποστολής σε ένα ευτυχώς μικρό ατύχημα. Τελικά αγόρασα μία Interphone χθες. Ποτέ δεν θα ξαναπώ «ποτέ»!

Κισσάμου 98 Τ. 282 10 74730 fb.Gas Motorsport Culture www.gasmoto.gr



Το άλμπουμ των Beatles «With The Beatles» είναι το πρώτο που έφθασε σε πωλήσεις το 1.000.000 αντίτυπα στη Μεγάλη Βρετανία.

Τη δεκαετία του '80 η ρατσιστική κυβέρνηση της Νότιας Αφρικής απαγόρευσε το τραγούδι των Pink Floyd Another Brick In The Wall, επειδή το χρησιμοποιούσαν ως ύμνο οι μαύροι μαθητές.

Εξαιτίας ενός λάθους στα φωνητικά, ο Τζον Λένον ακούγεται να αναφωνεί Fuckin' Hell, στο τέλος του τραγουδιού Hey Jude των Beatles.

Ο Άξελ Ρόουζ προτού γνωρίσει τη δόξα με τους Guns 'n' Roses κάπνιζε τσιγάρα επί πληρωμή για επιστημονικά πειράματα.

Ο Τζον Λένον και ο Πολ Μακάρτνεϊ έγραψαν μαζί 295 τραγούδια.



#numero

Σπανούλης: Οι οκτώ κορυφές στην EuroLeague
Ο μύθος Βασίλης Σπανούλης αποχώρησε ως 1ος σε 8 κατηγορίες στην EuroLeague, κατέκτησε κορυφές και πηλίσιασε όσο κανείς άλλος το ασύλληπτο ρεκόρ του Νίκου Γκάλη στο σκοράρισμα στα Κύπελλα Ευρώπης!

Πλέον αποχωρεί από τα παρκέ έχοντας 8 κορυφές στην EuroLeague!

Πρώτος σε αξιολόγηση (4.183), πόντους (4.455), ασίστ (1.607), κερδισμένα φάουλ (1.583), εύστοχος βολές (1.131), εύστοχα σουτ (1.403), λεπτά συμμετοχής (9379:14) αλλά και λάθη (1.087).

Η μοναδική... εκκρεμότητα ήταν οι 33 πόντοι που χρειαζόταν για να προσπεράσει το μυθικό ρεκόρ του Νίκου Γκάλη όσον αφορά τον 1ο σκόρερ όλων των εποχών στην ιστορία των Κυπέλλων Ευρώπης!

Ο Γκάλης πέτυχε 4904 πόντους σε όλα τα Κύπελλα Ευρώπης ενώ ο Σπανούλης αποσύρθηκε με 4.872.



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Καλοκαιρινά ροφήματα: τι να διαλέξω;

Το κρύο τσάι κρύβει όλα τα οφέλη του τσαγιού και αποτελεί την καλύτερη επιλογή μετά από το νερό. Περιέχει τη μισή ποσότητα καφεΐνης από ένα φλιτζάνι καφέ και καταπολεμά τις ελεύθερες ρίζες. Αποφύγετε τα τσάι του εμπόριου που είναι πλούσια σε ζάχαρη και προτιμήστε σπιτικά τσάι ή χωρίς προσθήκη ζάχαρης. Οι χυμοί φρούτων αποτελούν μια πολύ καλή λύση, για να προσλάβουμε τις βιταμίνες και τα θρεπτικά συστατικά των φρούτων. Αυτό στο οποίο υστερούν οι χυμοί, είναι ότι δεν περιέχουν τις φυτικές ίνες του φρούτου και ότι είναι πιο πλούσιοι σε απλά σάκχαρα. Τέλος, ο καφές περιέχει καφεΐνη που στις κατάλληλες ποσότητες βελτιώνει την ενεργητικότητα μας, την ψυχική διάθεση και την πνευματική μας εγρήγορση και επιταχύνει το μεταβολισμό, ταυτόχρονα, όμως, αυξάνει την αρτηριακή πίεση και επηρεάζει την απορρόφηση ασβεστίου.

Νικολέτα Μπαλαντίνου
Διατροφολόγος - Διαιτολόγος



zodia

Κριός: Οι στόχοι σου είναι πιο δύσκολοι υλοποιήσιμοι αυτή την εβδομάδα, και έχεις ανάγκη από περισσότερη ξεκούραση. Να θυμάσαι πως αυτή η περίοδος σου μεταφέρει μια σημαντική πληροφορία: πως όλες οι σχέσεις, ειδικά με τους αγαπημένους σου, αλλά και με το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, είναι καθρέφτισμα της σχέσης που έχεις με τον εαυτό σου.

Ταύρος: Υπάρχουν κάποιες προστριβές στο οικογενειακό σου περιβάλλον, κυρίως μέσα από δικές σου ενέργειες, προτίμησε λοιπόν να κατεβάσεις τους τόνους. Γενικότερα όμως είναι καλή περίοδος για να ξαναδοκιμάσεις με το πρόσωπο που στο παρελθόν δεν προχώρησε!

Δίδυμοι: Δυσκολεύεται να βάλεις σε μια τάξη τον εσωτερικό σου κόσμο και τις σκέψεις σου, ενώ δεν αποκλείεται να νιώθεις κάπως... χαμένος! Προσοχή στο παρασκήνιο! Δεν εξαρτάται τόσο από τις δικές σου κινήσεις το πώς θα προχωρήσουν τα πράγματα στα αισθηματικά, εσύ όμως δίνεις σημασία στην ελευθερία και δεν θα λείψουν οι προστριβές.

Καρκίνος: Έχεις όρεξη και σθένος για νέα εγχειρήματα, καθώς ωριμάζει και βλέπεις καθαρά τις επιλογές σου. Αυτές τις ημέρες καλείσαι να δώσεις στον εαυτό σου μια δεύτερη ευκαιρία, για να ανακαλύψεις τι θέλεις τελικά από τις σχέσεις σου, άσχετα με το παρελθόν.

Λέων: Οι απαιτήσεις των άλλων σου φέρνουν πονοκέφαλο, κυρίως επειδή δεν ξέρουν τι θέλουν! Ακόμη όμως και αν υπάρξουν δυσκολίες, εσύ καταφέρνεις και βρίσκεις τις λύσεις που χρειάζεσαι. Οι ευκαιρίες δεν λείπουν για τη συναισθηματική σου ζωή, με δυνατότητες να γεφυρώσεις το χάσμα ανάμεσα σε σένα και στο πρόσωπο που σε ενδιαφέρει.

Παρθένος: Βρίσκεις τρόπους να φτιάξεις την σχέση σου με τον εαυτό σου και η διάθεση σου είναι πιο ανεβασμένη, αρκεί να μην έχεις εγκλωβιστεί λόγω συνθηκών σε μια βαρετή ή πιεστική καθημερινότητα. Στην παρούσα φάση που βρίσκεσαι σε ενδιαφέρει να φανεί χρήσιμος σε πρόσωπα που σε χρειάζονται και η περίοδος φέρνει δεύτερες ευκαιρίες στην συναισθηματική σου ζωή.

Ζυγός: Έχεις πολλές δυνατότητες που μπορείς να εκμεταλλευτείς, καθώς ακόμη και στις δυσκολίες δεν χάνεις το χαμόγελο και τη δημιουργικότητά σου. Το κλίμα είναι αρκετά έκρυθμο με το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, όμως και η διάθεση για φλερτ είναι αυξημένη.

Σκορπιός: Θα πρέπει να δείξεις περισσότερη κατανόηση, καθώς οι άλλοι έχουν πολλές απαιτήσεις από εσένα, κυρίως γιατί έχουν δικά τους πολύ σημαντικά θέματα που τους προβληματίζουν. Γενικότερα αυτές τις μέρες το παρελθόν σου χτυπά την πόρτα και είτε δίνεις μια δεύτερη ευκαιρία σε μια παλιά σχέση, είτε αναζωπυρώνεις την υπάρχουσα.

Τοξότης: Σταδιακά βλέπεις πιο καθαρά τις καταστάσεις στον περίγυρό σου, ενώ η διάθεσή σου αλλά και η δημιουργικότητά σου είναι πιο ψηλά. Τα ζητήματα καρδιάς έχουν δεύτερες ευκαιρίες, μολονότι είσαι πιο εσωστρεφής στο ξεκίνημά της. Ειδικότερα, έχεις αυξημένη λίμπιντο, όμως είναι και πολλές οι υποχωρώσεις, που κλέβουν κάτι από το χαμόγελό σου.

Αιγόκερως: Θετική αυτή η εβδομάδα στο σύνολό της σε γενικές γραμμές, ωστόσο δυσκολεύεται στις σχέσεις σου με τα αγαπημένα σου πρόσωπα. Στον τομέα των ερωτικών έρχονται ανατροπές, το διάστημα αυτό όμως δεν είναι ελπιδοφόρο για όσους αναζητούν κάτι νέο.

Υδροχόος: Οι οικείοι σου ενδεχομένως να σε χρειαστούν, ωστόσο θα πρέπει να βάλεις σαφή όρια και να μην αφήνεις να σε παρασύρουν. Επίσης, από Πέμπτη μέχρι Σάββατο πλησιάζεις ευκολότερα το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, σε μια περίοδο όπου αναγκάζεσαι να δεις καθαρά πρόσωπα και επιλογές.

Ιχθύς: Από την Τρίτη ανεβαίνει η διάθεσή σου και έρχονται θετικοί οιωνοί, θα πρέπει λοιπόν να εκμεταλλευτείς τις ευκαιρίες για να δείξεις τα ταλέντα σου, χωρίς να μπλεχτείς σε υπερβολές. Μολονότι τα αισθηματικά σου μοιάζουν κάπως μπερδεμένα, παίρνεις πολύ ευχάριστα νέα για μια υπόθεση που σχετίζεται με το παρελθόν. Φρόντισε όμως να είσαι απόλυτα σαφής και ειλικρινής με τους γύρω σου, χωρίς υπεκφυγές...



Φέτος & εμείς θα συμμετέχουμε στο μαγικό κόσμο του Street Food Festival σε Ρέθυμνο & Χανιά

Σας περιμένουμε



All Day Bar Restaurant

Gerani Platanias 2821061204