

Η θάλασσα
στο πιάτο σας
δια χειρός...

Παναγιώτη Πικούνη

της Ιωάννας Μουτεζίλα, φωτογραφίες Άγγελος Βαρκάρης

Όταν η παράδοση περνά από γενιά σε γενιά με τόσο άρτιο τρόπο, κρατώντας τις ίδιες αξίες, το μεράκι καθώς και το σεβασμό και τη συνέπεια προς τον πελάτη, τότε η επιτυχία είναι σίγουρη.

Η φιλική εξυπηρέτηση σε συνδυασμό με τη μεγάλη ποικιλία σε ψάρια, το προσεγγμένο περιβάλλον και η κατ' οίκον παράδοση καθαρισμένων και έτοιμων για μαγειρέμα ψαριών και θαλασσινών, είναι κάποιοι μόνο από τους λόγους για τους οποίους έχει γίνει διάσημο το ιχθυοπωλείο Πικούνης.

Θέλοντας να σας μεταφέρουμε όλη την απαραίτητη γνώση που χρειάζεστε, για να επιλέξετε σωστά τα ψάρια για το δικό σας τραπέζι, επισκεφτήκαμε τον κ. Παναγιώτη Πικούνη και μάθαμε δια στόματος του ιδίου και του συνεργάτη του κ. Αλέξανδρου Παύλα, χρήσιμα στοιχεία και μικρά μυστικά για τους αδιαμφισβήτητα πιο περιζήτητους ήρωες του καλοκαιριού, τα ψάρια και τα θαλασσινά.

Ι.Μ. Θα θέλαμε να μας μιλήσετε για την εποχικότητα των ψαριών.

Όπως πολύ σφά αναφέρει ο λαός μας, «Κάθε πράγμα στον καιρό του και ο κολιός τον Αύγουστο». Η καλύτερη εποχή είναι η εποχή της «ανεμότρατας». Όταν δηλαδή βγαίνουν οι ανεμότρατες για ψάρεμα. Από 1 Οκτωβρίου έως και 31 Μαΐου, μπορεί κανείς να βρει ψάρια φτηνά και φρέσκα. Ιούλιο με Αύγουστο, πολύ καλά είναι τα «παραγαδιάρικα», αυτά που πιάνονται με το παραγάδι, όπως φαγκριά, τσιπούρες και συναγρίδες. Καθώς και τα «δικτυάρικα», το μπαρμπούνι, οι κουτασομούρες, οι γόπες, η σαρδέλα και ο γαύρος. Παρ' όλα αυτά η καλύτερη εποχή είναι... όλο το χρόνο!

Ι.Μ. Ποια είναι η γνώμη σας για τις ιχθυοκαλλιέργειες;

Οι ιχθυοκαλλιέργειες, είναι ένα μεγάλο κομμάτι της ζωής μας. Αναπτύσσονται ραγδαία κυρίως εξαιτίας της ακρίβειας που επικρατεί στις μέρες μας. Απευθύνονται ωστόσο σε άλλη πελατεία.

Ι.Μ. Μιλήστε μας σχετικά με το σωστό καθάρισμα των ψαριών.

Κοιτάξτε, αντικειμενικά είναι κάτι αρκετά δύσκολο καθώς για εμάς είναι τέχνη. Αν δεν ξέρετε να καθαρίσετε το ψάρι, μπορεί μέχρι και να το «κακοποιήσετε». Γι' αυτό και εμείς προσφέρουμε στον πελάτη όλη την επεξεργασία: καθάρισμα, φιλετάρισμα μέχρι και σούσι. Με αυτό τον τρόπο προσπαθούμε να βοηθήσουμε όσο μπορούμε τη σύγχρονη νοικοκυρά που δεν έχει χρόνο.



Ι.Μ. Ποια είναι η καλύτερη μέθοδος συντήρησης των ψαριών όταν δεν μπορούμε να τα καταναλώσουμε άμεσα, την ίδια κιόλας ημέρα; Το καλύτερο, όπως καταλαβαίνετε, είναι να καταναλώνονται άμεσα, την ίδια μέρα! Αν ωστόσο θέλει η νοικοκυρά να τα μαγειρέψει την επομένη, μπορεί να τα διατηρήσει μέχρι την επομένη στη συντήρηση με λίγχο πάγο, τυλιγμένα σε νάιλον.

Ι.Μ. Με ποια κριτήρια ο μέσος καταναλωτής μπορεί να ελέγξει ότι ψάρι είναι φρέσκο;

Είναι καθαρό θέμα πείρας. Όλα τα άλλα έρχονται μετά. Για παράδειγμα τα ψάρια της ανεμότρατας δεν φαίνονται, κυρίως εξαιτίας του τρόπου αποθήκευσής τους καθώς μετά το μάζεμα μπορεί να χτυπηθούν με ξύ τους. Κάποια βασικά που μπορείτε να παρατηρείτε ως καταναλωτές είναι να προσέχετε τα μάπα να μην είναι θολά και τα βράγχια να είναι κόκκινα. Επίσης όταν πιέζετε τη σάρκα του ψαριού πρέπει να είναι ελαστική.

Ι.Μ. Ζούμε πλέον σε μια εποχή λιτότητας. Ο κόσμος έχει στρέψει ενδιαφέρον του σε φθηνότερα ψάρια;

Όχι απόλυτα. Κυρίως έχει μειωθεί η συχνότητα αγοράς των ψαριών. Δηλαδή πολλοί λιγότεροι στις μέρες μας θα αποφασίσουν να κάνουν ένα τραπέζι που να περιέχει ψάρια και θαλασσινά. Εμείς αυτά που έχομε κάνει από την πλευρά μας είναι να μειώσουμε τις τιμές έως και 20% σε κάποια ψάρια, έτσι ώστε να γίνουν πιο προσιτά στους καταναλωτές.

Ι.Μ. Υπάρχει μόδα στα ψάρια; Τελευταία, βλέπουμε «παρεξηγημένα ψάρια να είναι στις πρώτες επιλογές του κόσμου όπως είναι η πεσκανδρίτσα, το χριστόψαρο ακόμα και η σκορνίνα.

Είναι παρεξηγημένα γιατί δεν είναι γνωστά στο ευρύ κοινό. Δεν τα ξέρει ο κόσμος. Πριν 10 χρόνια την πεσκανδρίτσα, την πετάγαμε! Άρχισαν να αποκτούν αξία, όταν άρχισαν να μαγειρεύονται από Γάλλους και Ιταλούς μαγειρούς. Και επειδή ότι ξένο έχει αξία, άρχισαν δειλά-δειλά να εμπιστεύονται και οι Έλληνες. Εμείς τα προτείναμε ανέκαθεν και συνεχίζουμε φυσικά να το κάνουμε. Ξέρετε ότι είναι εξίσου καλά διατηρητικά, ίσως και περισσότερο από άλλα ψάρια;

I.M. Ο Έλληνας κατά την γνώμη σας έχει εντάξει στην διατροφή του το ψάρι;

Ναι. Αυτό θα έλειπε εξάλλου! Είμαστε τόσο τυχεροί που ζούμε σε μια χώρα που περιβάρεται από παντού από θάλασσα. Αν θέλετε να μιλήσουμε με στατιστικά βέβαια πρώτοι στην κατανάλωση ψαριών έρχονται οι Ιταλοί και οι Ισπανοί.

I.M. Έχετε δύσκολους ή πολύ απαιτητικούς πελάτες;

Φυσικά όλοι μας έως ένα βαθμό μπορούμε να γίνουμε πολύ απαιτητικοί και δύσκολοι πολλές φορές. Είναι κατανοητό να έχεις απαιτήσεις από τη στιγμή που πληρώνεις. Εμείς όμως είμαστε εδώ για τα δύσκολα! Προτείνουμε, συμβουλεύουμε, βοηθούμε όσο μπορούμε. Η σχέση μας με τους πελάτες μας είναι το πιο σημαντικό για εμάς.

I.M. Ποια είναι η γνώμη σας για τα κατεψυγμένα ψάρια που προμηθεύονται πολλοί καταναλωτές από μεγάλες αλυσίδες τροφίμων;

Τα κατεψυγμένα είναι τις περισσότερες φορές εισαγωγής και φυσικά είναι μια σχετικά πιο οικονομική λύση. Άλλη νοστιμιά έχουν τα φρέσκα ψάρια της Μεσογείου, της Ισπανίας και της Πορτογαλίας. Ωστόσο πολύ σημαντικό είναι να γνωρίζετε ότι υπάρχουν ποιότητες και στα κατεψυγμένα. Παραδείγματος χάριν, θα βρείτε γαρίδες Νο 1 με 10€ το κιλό και τις ίδιες με 20€. Στην περίπτωση αυτή να ξέρετε ότι οι ακριβότερες είναι και οι καλύτερες. Τώρα σχετικά με τη γεύση, έχει να κάνει κυρίως με τον τρόπο μαγειρέματος. Εάν τις γαρίδες τις χρησιμοποιήσετε για να φτιάξετε μια γαριδομακαρονάδα, η γεύση είναι σχεδόν ίδια είτε είναι φρέσκιες είτε κατεψυγμένες. Εάν από την άλλη τις κάνετε βραστάς ή ψητές τότε η διαφορά είναι μεγάλη.

I.M. Ποιο είναι σύμφωνα με την πείρα σας το ψάρι με τη μεγαλύτερη ζήτηση και γιατί;

Η γλώσσα. Είναι εύκολη στο μαγείρεμα και επειδή δεν έχει κόκαλα είναι ιδιαίτερα προσιτή και στα παιδιά.

I.M. Θα μπορούσατε ενδεικτικά να μας αναφέρετε μια μέση τιμή για την αγορά ενός «καλού», «πρώτου» ψαριού;

Ένα καλό ψάρι, όπως η σφυρίδα, το φαγκρί, η συναγρίδα, η τσιπούρα, το λαυράκι, σουλαίζουν από 45-70€ περίπου, για ένα γεύμα 4 ατόμων.

I.M. Θα μπορούσατε να μας αναφέρετε τα δικά σας μικρά μυστικά για το σωστό μαγείρεμα των ψαριών;

Το ψάρι είναι από μόνο του ολιγαρκές. Σε καμία περίπτωση φτωχό, αλλά αντιθέτως τόσο πλούσιο που δεν χρειάζεται πολλά «φισιδία» για να φανεί η αξία του.

Μπορεί κάποιος να το καταναλώσει από ωμό έως ψητό, βραστό, τηγανητό, ακολουθώντας κάποια από τις χιλιάδες των συνταγών, που το εξυμνούν. Το βασικό που πρέπει να γνωρίζετε είναι ότι αρκούν 30' ψήσιμο ανά κιλό ψαριού. Απολαύστε το απλό, με λίγο λαδολέμονο.

I.M. Το ψάρι εξαιτίας των βιταμινών, των ανοσοεικείων και των πλούσιων θρεπτικών συστατικών που περιέχει, αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της παιδικής διατροφής και όχι μόνο. Ποιος είναι κατά τη γνώμη σας ένας μέσος όρος κατανάλωσης που θα έπρεπε να ακολουθούμε για εμάς και τα παιδιά μας;

Οπωσδήποτε 2 φορές την εβδομάδα, τουλάχιστον! Είναι τόσο μεγάλη η σημασία του και η θρεπτική αξία του που θα έπρεπε να έχει πρωταγωνιστικό ρόλο στη διατροφή μας.

I.M. Συνάδουν οι τιμές που συχνά καλούμαστε να πληρώσουμε σε εστιατόρια με την ποιότητα των ψαριών; Μπορούμε να καταλάβουμε το κατεψυγμένο από το φρέσκο;

Όταν κάτι είναι καλό, πληρώνεται και αντίστοιχα. Εξαρτάται από τι προσφέρει βέβαια το κάθε μαγαζί και μην ξεχνάτε και τις εξαιρέσεις. Κατά γενική ομολογία, στα καλά μαγαζιά, τα ψάρια είναι καλά. Τώρα σχετικά με το αν είναι φρέσκα ή κατεψυγμένα, δυστυχώς είναι σχεδόν ανέφικτο να καταλάβουμε το τι τρώμε από τη στιγμή που ψήνεται.

Το ρεπορτάζ δεν είναι διαφημιστικό

Ιχθυοπωλείο Πικούνης
Διονύσου 70, Κηφισιά, τηλ. 210-8011311
e-mail: info@pikounis.gr



realfood
ΠΟΡΤΡΑΙΤΟ