

Αυτό το βιβλίο  
είναι αφιερωμένο  
στους φίλους του  
που στ' αλήθεια  
αυτοί είναι η  
δίκη του

Αλένα  
Βαγιάνης

# KENTRO

|     |                        |    |
|-----|------------------------|----|
| 001 | ΑΣΤΕΡ                  | 11 |
| 002 | ΜΙΚΡΟΥΛΕΕ              | 12 |
| 003 | ΜΠΟΥΓΑΤΣΑ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ    | 13 |
| 004 | Ο ΣΥΝΤΕΚΝΟΣ            | 14 |
| 005 | ΤΟ ΡΑΝΤΕΒΟΥ            | 15 |
| 006 | ΜΑΑ STORE              | 16 |
| 007 | ΠΟΛΥΠΙΤΑ               | 17 |
| 008 | ΜΟΙΡΟΠΟΥΛΟΣ            |    |
|     | ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ   | 19 |
| 009 | ΤΟ ΚΑΦΕ ΤΟΥ ΑΓΓΕΛΟΥ    | 20 |
| 010 | Ο ΔΗΜΗΤΡΗΣ             | 21 |
| 011 | ΑΝΔΡΙΑΣ                | 22 |
| 012 | ΟΙ ΜΟΥΡΙΕΣ             | 23 |
| 013 | ΦΕΥΡΟΥΖ                | 26 |
| 014 | Ο ΜΑΥΡΟΣ ΓΑΤΟΣ         | 27 |
| 015 | CHELSEA HOTEL          | 28 |
| 016 | NONNA EDDA             | 29 |
| 017 | ΤΟ ΔΙΕΘΝΕΣ             | 31 |
| 018 | ΜΠΙΡΑ-ΟΥΖΟ-ΤΣΙΠΟΥΡΟ    | 32 |
| 019 | ORANGE SUBMARINE       | 33 |
| 020 | ΚΑΠΕΤΑΝ ΜΙΧΑΛΗΣ        | 35 |
| 021 | ΦΑΛΛΑΦΕΛ ΤΥΛΙΧΤΟ       | 36 |
| 022 | Ο ΓΙΑΝΝΗΣ              | 37 |
| 023 | Ο ΜΙΧΑΛΗΣ (ΚΟΥΤΡΟΥΛΗΣ) | 38 |
| 024 | ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΑΙΓΥΠΤΙΩΤΩΝ  |    |
|     | ΕΛΛΗΝΩΝ                | 39 |
| 025 | ΠΕΡΑ CAFÉ              | 42 |
| 026 | Ο ΑΡΗΣ                 | 43 |
| 027 | ΣΒΕΛΤΟΣ                | 44 |
| 028 | ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΣ            | 45 |
| 029 | SAFE AVISSINIA         | 47 |
| 030 | CREMONA                | 48 |
| 031 | ORIENTAL KITCHEN       | 49 |
| 032 | BABA GHANOUSH          | 51 |
| 033 | ΜΙΚΡΑ ΑΣΙΑ             | 52 |
| 034 | ΚΟΣΚΕΡΙ                | 53 |
| 035 | Ο ΦΟΥΡΝΟΣ ΤΟΥ ΤΑΚΗ     | 54 |
| 036 | ΑΤΤΙΚΟΣ GREEK HOUSE    | 55 |
| 037 | Η ΣΤΡΟΥΓΚΑ ΤΟΥ ΜΩΡΙΑ   | 58 |
| 038 | CREMINO                | 59 |
| 039 | ΤΑ ΚΟΡΙΤΣΙΑ            | 60 |
| 040 | ΠΕΤΕΚ                  | 61 |
| 041 | ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΚΑΡΥΑΣ   | 63 |
| 042 | ΤΟ ΦΘΗΝΟ ΥΠΟΓΕΙΟ       | 64 |
| 043 | ΦΑΡΟΥΚ ΧΑΝΜΠΑΛΙ        | 65 |
| 044 | ΤΣΕΛΙΓΚΑΣ              | 67 |
| 045 | MOTO CREPES            | 68 |
| 046 | BINGO GRILL            | 69 |

|     |                      |     |
|-----|----------------------|-----|
| 047 | ΤΟ ΦΑΛΗΡΑΚΙ          | 70  |
| 048 | MIRAN                | 71  |
| 049 | ΦΙΛΙΠΠΟΥ             | 74  |
| 050 | ΤΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ       | 75  |
| 051 | MARIA BORRIA         | 76  |
| 052 | TASTY CITY           | 77  |
| 053 | ΔΩΔΩΝΗ               | 80  |
| 054 | ΔΙΟΣΚΟΥΡΟΙ           | 81  |
| 055 | SOROLOP              | 83  |
| 056 | YOKO SUSHI & BENTO   | 84  |
| 057 | ΤΟ ΔΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΚΑΦΕ   | 85  |
| 058 | ΟΙΝΑΠΟΘΗΚΗ           | 86  |
| 059 | Ο ΣΑΒΒΑΣ             | 87  |
| 060 | ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ Η ΓΕΙΤΟΝΙΑ | 90  |
| 061 | ΠΑΥΛΟΥ               | 91  |
| 062 | ΟΥΖΕΡΙ ΤΟΥ ΛΑΚΗ      | 92  |
| 063 | MARTIN               | 93  |
| 064 | ANDAMAN              | 96  |
| 065 | ΒΛΑΣΣΗΣ              | 97  |
| 066 | ΚΑΛΟΠΟΥΛΑ            | 99  |
| 067 | BLUE BAMBOO          | 100 |
| 068 | ΑΣΗΜΑΚΟΠΟΥΛΟΣ        | 101 |
| 069 | ΠΕΪΝΙΡΛΙ ΙΩΝΙΑΣ      | 102 |
| 070 | ΚΑΦΕΝΕΙΟ ΗΒΗΣ        | 103 |
| 071 | ΔΕΞΑΜΕΝΗ             | 106 |
| 072 | Η ΚΛΗΜΑΤΑΡΙΑ         | 107 |
| 073 | ΟΙ ΦΙΛΟΙ             | 108 |
| 074 | ΠΛΟΥΤΟΚΡΑΤ           | 109 |
| 075 | ΤΑ ΜΠΑΚΑΛΙΑΡΑΚΙΑ     |     |
|     | ΤΟΥ ΔΑΜΙΓΟΥ          | 111 |
| 076 | MALTAGLIATI          | 112 |
| 077 | ΚΥΡΙΑ ΝΤΙΝΑ          | 113 |
| 078 | ΥΠΟΒΡΥΧΙΟ            | 115 |
| 079 | TORTUGA              | 116 |
| 080 | SPECIAL              | 117 |
| 081 | ΠΑΠΠΟΥΣ ΞΗΡΟΙ ΚΑΡΠΟΙ | 118 |
| 082 | TASTE OF INDIA       | 119 |
| 083 | ΤΕΛΗΣ                | 123 |
| 084 | ΣΚΑΦΙΔΑΣ             | 124 |
| 085 | Η ΞΥΛΙΝΗ ΓΩΝΙΑ       | 125 |
| 086 | ΚΑΛΑΜΑΚΙ ΚΟΛΩΝΑΚΙ    | 126 |
| 087 | PETITE FLEUR         | 127 |
| 088 | DONG FANG            | 129 |
| 089 | LA NOSTRA TRATTORIA  | 130 |
| 090 | PIGGY-ΠΟΠΟΥΛΟ        | 131 |

|     |           |     |
|-----|-----------|-----|
| 091 | ÜBERNESS  | 135 |
| 092 | ΤΟ ΚΟΧΥΛΙ | 138 |

ΔΥΤΙΚΑ

|     |                      |     |
|-----|----------------------|-----|
| 093 | COCORICO             | 139 |
| 094 | ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΛΑΥΚΙΩΤΗΣ | 141 |
| 095 | PIZZA ΤΟΞΟΤΗΣ        | 142 |
| 096 | BULLHOUSE BURGER     | 143 |
| 097 | Η ΓΩΝΙΤΣΑ            | 144 |
| 098 | Ε/Γ ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ     | 145 |
| 099 | ROSE                 | 147 |
| 100 | ΝΙΚΟΣ                | 148 |
| 101 | ΓΕΥΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟΛΑΥΣΗ   | 149 |
| 102 | FATTO A MANO         | 150 |
| 103 | DOGGIE STYLE         | 151 |
| 104 | ΛΕΛΟΥΔΑΣ             | 153 |
| 105 | ΡΟΚΑΚΗΣ              | 154 |
| 106 | ΜΠΕΛΕΝΤΕΡΙΔΗΣ        | 155 |
| 107 | Ο ΜΕΛΕΤΗΣ            | 156 |
| 108 | ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ           | 157 |

## ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ

|     |                                |     |
|-----|--------------------------------|-----|
| 109 | ΚΑΛΥΒΙΩΤΙΚΟ                    | 161 |
| 110 | ΤΟ ΚΑΦΕΝΕΙΟ<br>ΤΗΣ ΚΥΡΑ-ΜΑΡΙΑΣ | 163 |
| 111 | ARTE ITALIANA                  | 164 |
| 112 | Η ΚΑΝΤΙΝΑ «ΣΤΙΣ ΕΛΙΕΣ»         | 165 |
| 113 | ΒΙΟΜΕΛΙΣΣΑΝΘΗ                  | 170 |
| 114 | ΤΕΦΑΡΙΚΙ                       | 171 |
| 115 | ΓΟΥΛΑΣ                         | 172 |
| 116 | COFFEE BIKE                    | 173 |
| 117 | ΣΙΑΜΕΤΗΣ                       | 176 |
| 118 | ΛΙΘΟΙΝΟΝ PRIVATE 16            | 177 |
| 119 | ΜΑΪΣΤΡΑΛΙ                      | 178 |
| 120 | ΤΟ ΣΟΥΒΛΑΚΙ<br>ΤΗΣ ΠΑΡΕΑΣ      | 179 |

## ΒΟΡΕΙΑ

|     |                        |     |
|-----|------------------------|-----|
| 121 | ΤΑ ΓΙΟΥΛΙΑ             | 183 |
| 122 | ΚΙΤΣΟΥΛΑΣ              | 184 |
| 123 | ΠΑΠΑΣΠΥΡΟΥ             | 185 |
| 124 | ΠΑΝΕΡΥΘΡΑΪΚΟΣ          | 188 |
| 125 | ΚΑΥΤΕΡΟΣ               | 189 |
| 126 | ΣΦΟΛΙΑΤΙΝΑ             | 191 |
| 127 | ΠΑΥΛΟΥ                 | 192 |
| 128 | PIZZA OLYMPIA          | 193 |
| 129 | ΒΛΑΧΙΚΗ ΓΑΣΤΡΑ         | 196 |
| 130 | ΚΥΡΙΑΚΑΚΗΣ             | 197 |
| 131 | ΤΑ ΣΟΥΒΛΑΚΙΑ ΤΗΣ ΛΙΛΑΣ | 202 |

|     |                 |     |
|-----|-----------------|-----|
| 132 | ALL ABOUT LEMON | 203 |
| 133 | ΜΗΤΣΗΣ          | 204 |
| 134 | ΣΑΝΤΟΥΙΤΣΟΜΑΝΙΑ | 205 |
| 135 | ΗΛΙΑΣ           | 208 |
| 136 | ΦΩΤΗΣ           | 209 |
| 137 | ΜΠΑΡΜΠΑ-ΘΑΝΑΣΗΣ | 210 |
| 138 | ΙΟΡΔΑΝΗΣ        | 211 |

## ΝΟΤΙΑ

|     |                               |     |
|-----|-------------------------------|-----|
| 139 | ΤΟ ΠΡΩΤΟ                      | 215 |
| 140 | ASSOS                         | 216 |
| 141 | ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ                     | 217 |
| 142 | ΜΑΝΙΤΑΡΙ                      | 218 |
| 143 | ΚΥΡ ΑΡΙΣΤΟΣ ΝΤΕΛΙΒΕΡΙ         | 219 |
| 144 | ΛΕΒΟΝ ΤΕΡΤΣΙΑΝ                | 222 |
| 145 | ΚΥΡ ΑΡΙΣΤΟΣ                   | 223 |
| 146 | ΜΥΡΤΙΑ                        | 229 |
| 147 | ΑΜΑΡΥΛΛΙΣ                     | 230 |
| 148 | ΡΟΥΑΝ ΤΗΑΙ                    | 231 |
| 149 | ΜΑΗΑΡΑΔΑ ΚΙΤΧΕΝ               | 238 |
| 150 | ΨΙΨΙΝΑ                        | 239 |
| 151 | ΜΠΑΡΜΠΟΥΝΑΚΗΣ                 | 245 |
| 152 | ΠΙΤΣΑ ΖΕΑΣ                    | 248 |
| 153 | ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟΝ<br>ΚΥΡ ΑΡΙΣΤΟΥ   | 249 |
| 154 | ΚΟΤΟΠΟΥΛΑ ΤΟΥ ΜΑΚΗ            | 252 |
| 155 | ΟΙ ΜΙΚΡΕΣ ΚΥΚΛΑΔΕΣ            | 253 |
| 156 | ΖΩΟΔΟΧΟΣ ΠΗΓΗ                 | 254 |
| 157 | ΤΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΜΠΑΚΑΛΙΚΟ      | 255 |
| 158 | ESTELLE ΚΑΝΑΚΗΣ               | 258 |
| 159 | ΚΟΥΤΡΑΣ                       | 259 |
| 160 | ΛΕΩΝΙΔΑΣ                      | 262 |
| 161 | BIG FISH                      | 263 |
| 162 | ΤΟ ΕΜΠΕΙΡΟ                    | 266 |
| 163 | ΑΚΑΚΙΟΣ                       | 267 |
| 164 | ΛΕΥΤΕΡΗΣ                      | 272 |
| 165 | ΡΑΚΑΔΙΚΟ ΣΤΟΑ<br>ΤΟΥ ΚΟΥΒΕΛΟΥ | 273 |
| 166 | ΤΟ ΔΙΑΜΑΝΤΙ                   | 275 |
| 167 | ΑΜΑΜ                          | 276 |
| 168 | BARBA LAZAROS                 | 277 |
| 169 | ΟΥΡΦΑ ΚΕΜΠΑΠ                  | 280 |
| 170 | ΤΟ ΣΠΙΤΙΚΟ                    | 281 |
| 171 | L' ARTE DEL GELATO            | 282 |
| 172 | ΨΑΡΑΔΕΣ                       | 283 |
| 173 | FREDOPOLITAN                  | 286 |
| 174 | ΑΧΙΛΛΕΑΣ                      | 287 |



Κατεβαίνοντας την Ευριπίδου, συνάντησα έναν μαγαζάτορα στην κορυφή μιας σκάλας υπογείου. «Εσείς είστε το φθηνό υπόγειο;» ρώτησα με αφέλεια. «Όχι, εδώ είμαστε το ακριβό υπόγειο», μου απάντησε αστειευόμενος. Με τόσα υπόγεια στην Ευριπίδου, μου είχε ξεφύγει το συγκεκριμένο, αλλά επειδή κάτι είχε πιάσει το αυτί μου τελικά το βρήκα. Ο κύριος Βαγγέλης με υποδέχτηκε στο κατώφλι με ένα ποτήρι από τον φυσικό χυμό ρόδι που φέρνει μόνο εκείνος και που θέλω τώρα να αγοράζω με το καφάσι. Φτάνοντας στο τελευταίο σκαλοπάτι είδα βουνά από σακιά να ξεχειλίζουν με όσπρια όλων των ειδών. Φακή και ρεβίθια από τα Φάρσαλα, γίγαντες και φασόλια Πρεσπών, φάβα Σαντορίνης και κάθε λογής ρύζια. Η ποικιλία είναι τεράστια, και επίσης, εκτός από όσπρια στα ράφια, έχει θυμαρίσιο μέλι Δωδεκανήσων, μαρμελάδα ροδιού από τη Δράμα και εννέα είδη βιολογικό αλεύρι. Ο κύριος Βαγγέλης μπορεί να ξεκίνησε από το εμπορικό ναυτικό, αλλά τελικά εδώ, στο φθηνό του υπόγειο, ευημερεί και ξεχωρίζει με το προϊόν του απ' όλα τα μαγαζιά της περιοχής.



## 048 MIRAN

○ 71

Ότι και να γράψω για τον Μιράν, θα είναι λίγο. Δεν μπορεί να λείπει από το βιβλίο αυτό, μιας και η οικογένεια, το κατάστημά τους και ο παστουρμάς τους αποτελούν μέρος της ιστορίας του κέντρου της Αθήνας. Για την ιστορία του δε θα σας πω πολλά, όμως μετά από τόσα χρόνια φιλίας αυτό που έχει μείνει είναι η αλήθεια. Καλοί άνθρωποι, υπέροχα προϊόντα, χαμογελαστό προσωπικό και ευγένεια. Εδώ, εκτός από τον παστουρμά, έρχομαι –στην κυριολεξία όποτε κατεβαίνω στο κέντρο για δουλειές– να παρω λίγη καυτερή σάλτσα, δυο τρία πακέτα κατεψυγμένα μαντί, μπαχαρικά, έτοιμα σπιτικά ντολμαδάκια, σουτζούκια και σαλάμι αέρος. Κάθε φορά θα με κεράσουν, θα ανεβάσω στο Instagram τον ενθουσιασμό μου, και κάθε φορά θα κάτσουμε με τον Μιράν να πούμε τα σχέδιά μας για το μέλλον και τα νέα της αγοράς. Εδώ να φέρετε τους φίλους σας από το εξωτερικό, να μείνουν με το στόμα ανοιχτό. Όπως εγώ, που κάθε φορά που βάζω μια φέτα παστουρμά στο στόμα μου, κλείνω τα μάτια, μασουλάω αργά, γεύομαι, απολαμβάνω και πάντα λέω «μπράβο, ρε συ Μιράν, να 'σαι καλά κι εσύ και η οικογένειά σου!».











## 157 ΤΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΜΠΑΚΑΛΙΚΟ

✓ 255

Ο Γιάννης που ήρθε απ' την Κρήτη μπορεί να έκανε το ξεκίνημά του στην Αθήνα, ως μαρμαράς στο Ηρώδειο, αλλά μέσα σε ένα βράδυ αποφάσισε να ανοίξει μπακάλικο. Διάλεξε προϊόντα απ' όλη την Ελλάδα, με έμφαση σε εκείνα από την ιδιαίτερη πατρίδα του, και έστησε ένα μαγαζί με τόσο πολλά προϊόντα, που λίγο πολύ θες να τα αγοράσεις όλα. Τσικουδιές, όσπρια χύμα, κρητικά παξιμάδια και τυριά περιμένουν να γεμίσουν τα ψυγεία και τα ντουλάπια και στα πιο μερακλίδικα σπίτια. Στο παραδοσιακό μπακάλικο δεν υπάρχει το δήθεν και η ντιζαϊνιά, εδώ οι κάτοικοι της Ηλιούπολης και οι περαστικοί από την περιοχή έρχονται για την καλή ποιότητα και τις καλές τιμές. Αξίζει να πας να δοκιμάσεις λίγο απ' όλα τα τυριά της βιτρίνας και ιδιαίτερα την πολυβραβευμένη γραβιέρα του, παλαιωμένη με μαεστρία έως και 12 μήνες, βουτυράτη και ελαφρώς πικάντικη, παρέα με μια γλυκόπιση κρητική ρακή για να γίνεις κι εσύ μόνιμος πελάτης.

Πλ. 28ης Οκτωβρίου 2  
Ηλιούπολη

Τηλ. 210 99 54 500







ΒΑΣ.  
Κ  
ΑΝ  
ΛΙΔΗΣ

ΛΕ  
ΤΟΥΡ

#περασμενοξυφορες



#





υ-σ-σ-α

ΨΕΡΝΕΣ

τραγανές μπαγκέτες, τη βιτρίνα του Issey Miyake με τις χιλιάδες πολύχρωμες πιέτες και λίγο πιο πέρα το Philosophes με την ωραιότερη ταρτ τατέν ντομάτα.

Η μετάβαση έμοιαζε με κάτι ούφο σε φίφτιζ ταινίες καταστροφής, που βγάζουνε καπνό από τον ποπό και πέφτουνε στη Γη, σούρνονται μέσα στα χώματα, κάνουν μπουμ και βγαίνουν τα ανθρωπάκια γκάγκανα, χαμένα μέσα στο Μανχάταν. Έτσι κι εγώ βρέθηκα στου Γκύζη με τα μπαγκάζια, τις χελώνες με τη γούρνα τους και ένα

δυάρι ρετιρέ με γιγάντια κοινόχρηστα και με χεσμένη, από τα ιπτάμενα ποντίκια, όλη τη βεράντα.

Το ταξίδι της ανακάλυψης ξεκίνησε εκείνο το πρώτο βράδυ.

**Στην αρχή η Αθήνα δε μου άρεσε καθόλου**

και αναπολούσα τη Rue Des Rosiers στο Παρίσι, το φουρνάρικο κάτω από το σπίτι μου, στον τέταρτο, που σου 'σπαγε τη μύτη με τις μηλόπιτες και τις

**« Πεινάω · σουβλάκια »**

σκέφτηκα και πήρα τα στενά της γειτονιάς και βρήκα τον Γιώργο στη Βαρατάση.



ΓΚΑ  
ΓΚΑΝΑ  
—

ΧΕΣΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΑ ΙΠΤΑΜΕΝΑ ΠΟΝΤΙΚΙΑ

#χασαπηγραμματα

1

Κάπως έτσι, από ανάγκη να στρώσω τη ζωή, γύρισα και έμαθα όλη την Αθήνα. Ταπετσαρίες, βίντατζ καρέκλες, λεκάνες, χλωρίνες, κουρτινόξυλα, ταινίες διπλής όψεως και μπογιές, πιγκάλ, ποτιστήρια, καλαμιά για το μπαλκόνι και κουλικά για όλο το σπίτι. Το Χαϊδάρι, η Ιερά Οδός, η Φιλολάου, η Δάφνη, το Δαφνί, η Νέα Πεντέλη, οι Θρακομακεδόνες και ο Λαιμός νόμιζα πως είναι τοπωνύμια που τα ακούς μόνο στις ειδήσεις όταν γίνονται εγκλήματα πάθους ή που έπνιγε τους Αθηναίους στα έιτιζ το νέφος. Ο χάρτης της μητρόπολης άρχισε να ανοίγει. Παρ' όλα αυτά εγώ την έβλεπα μόνο σαν βρομιά, τσιμεντουρία, αυτοκίνητα παλιά και παράξενες φυλές που δεν τις μάθαμε στη Σαλονίκη. Εγώ ο αφελής που νόμιζα πως η Αθήνα είναι όμορφη, όλη με κίονες μαρμάρινους, πάρκα με φίκους σπάνιους, μπαλκόνια μπαουχάους και σέβεντις, Τζένης Καρέζες και Βουγιουκλάκες με μέσες δαχτυλίδι και κίτρινα φουρό να τρέχουνε με κάμπριο στα Σούνια, κτίρια όπως στα Προπύλαια και τίποτα λιγότερο από το Μαξίμου. Την ομορφιά όμως τη βρίσκεις μόνος σου, δε σου τη δίνει η Αθήνα.

2

ΚΛΕΙΔΑΡΑΣ  
2102102100

1

ΤΣΙΜΕΝΤ-  
ΟΥΡΙΑ

ΚΛΕΙΔΑΡΑΣ  
2102102100  
ΚΛΕΙΔΑΡΑΣ  
2102102100

2