

## REJOIGNEZ LA CAMPAGNE FAITES PASSER LE MOT ET PARLEZ-EN

« Découvrir les produits grecs en Belgique » est une initiative de bénévoles qui ont lancée une campagne qui a comme but d'informer et de promouvoir les produits grecs auprès des consommateurs qui vivent en Belgique.

Cette initiative vise à 1) découvrir et à recenser les lieux de vente de produits grecs divers et variés, centres de commerces grecs importateurs, magasins, supers marchés, delicatessen, marchés de plein air, pharmacies, galerie d' art.

2) à soutenir des actions de promotion de la cuisine grecque et de l'alimentation méditerranéenne. Et participez activement aux actions de la Campagne.

**Le but est de créer un réseau  
d'information et d'actions.**

**SUIVEZ NOUS A NOTRE VOYAGE ET  
DECOUVREZ DES PRODUITS GRECS EN  
BELGIQUE**

**Merci à tous et chacun d'entre vous pour le  
soutien et votre contribution. Envoyez vos  
recettes innovantes et des infos sur les produits  
grecs à l'équipe de la campagne:**

T.Ekmektzoglou,  
D.Livaniou-Komninou, N.Kyriazakou, K.Tsichlaki,  
D.Kodona, P.Pavlis. Merci pour la traduction: B.  
Dethiege, I.Orfanoudaki -Email:  
[discovergreekbe@gmail.com](mailto:discovergreekbe@gmail.com)

**Votre voix via la Page:**  
[WWW.FACEBOOK.COM/  
BELGIUMBUYSGREEKPRODUCTS](http://WWW.FACEBOOK.COM/BELGIUMBUYSGREEKPRODUCTS)

**REJOINDRE LE GROUP: [https://  
www.facebook.com/groups/  
discovergreekbe/](https://www.facebook.com/groups/discovergreekbe/)**



Chaque année, 3 millions de tonnes d'huile d'olive sont produites à travers le monde, ce qui équivaut à environ 445ml pour chacun de nous. Est-ce que vous profitez de votre part ? Les Grecs sont les champions du monde en consommation d'huile d'olive, avec plus de 20 litres par an, en moyenne.

### “Comment je vois la GRECE

**à travers des produits grecs et la gastronomie »**

(par l'équipe bénévole de la Campagne)

Notre objectif est de promouvoir l'image de la Grèce, l'image d'un pays producteur et exportateur de produits de haute qualité. En route vers la sortie de la crise financière nous réalisons que **les Grecs ont toujours été inséparables de leurs racines, de la terre «mère», du soleil, des produits locaux et régionaux.**

**Produits de haute qualité** commercialisés soit par des grandes sociétés ou des entreprises à petite échelle qui réussissent à se présenter sur le marché international grâce à leur **individualité** et l'approche moderne sur la tradition grecque et la gastronomie.

**Découvrir les produits grecs en Belgique est un voyage** plein de sensations, d'arômes, de saveurs dans la tradition, mais aussi un parcours sur l'histoire, la géographie, et la gastronomie grecque à travers les siècles.

## Campagne “ Découvrir des produits grecs en Belgique”



**CUISINEZ à l'  
HUILE D OLIVE EXTRA  
VIERGE  
à γαστρονομία  
28 Mars-2 Mai  
10 Restos Bruxellois,**



# 13 HUILES D' OLIVE EXTRA VIERGE

## sont offerts pour cuisiner des menus grecs à 10 Restaurants

La campagne participe  
@ gaΣtronoμία un initiative de l' Office  
National Hellénique de Tourisme et SETE

### ELASION AND EXTRISIMO – ORIGINE: CRETE

@Barkoukis D, [www.barkoukis.eu](http://www.barkoukis.eu) (on line sales/home delivery) avec acidité inférieur à 0,3%- Elasion est un village pittoresque à Kalamafka, situé à l'est des montagnes de Lasithiotika à une altitude de 550 mètres.

### FIVE OLIVE-OIL - ORIGINE: LACONIA, PELOPONESE, BIO EVOO

@five olive oil, [www.fiveoliveoil.com](http://www.fiveoliveoil.com), Huile d'olive organique gourmet de haute qualité, de Laconie, Grèce. Elle est obtenue directement à partir d'olives biologiques récoltées manuellement et cultivées de façon durable. Aucun engrais chimique ou pesticide n'est utilisé. 5 organique a une saveur excellente, intacte et une couleur splendide, conservant ainsi toutes les précieuses composantes du jus naturel de l'olive. Acidité : 0,18 - 0,4%.

### MALVA - ORIGINE : MONEMVASSIA, PELOPONESE

@Loxandra's Mediterranean Emporium,

[www.facebook.com/Loxandras](http://www.facebook.com/Loxandras), Variété Koroneiki de Monemvasia d'une acidité qui ne dépasse pas le 0,8%.

### THASOS – ORIGINE: THASSOS ISLAND, ORGANIQUE EVOO

@Eleonas sprl, [www.eleonas.biz](http://www.eleonas.biz), issue d'un domaine unique, l'huile d'olive aromatique, délicate et fruitée est produite par la variété locale d'olives noires arrivées à maturité appelées "throumba" qui donnent un goût unique de fruits mûrs et une agréable touche poivrée. Avec une acidité faible (0,4%).

### GKIOULIS - ORIGINE: PELOPONESE, ORGANIQUE EVOO

@Olive Groves Gkioulis, [kgkioulis@skynet.be](mailto:kgkioulis@skynet.be)

Cette huile d'olive biologique est un produit contrôlé issu de la variété d'oliviers Koroneiki qui donnent un goût et un arôme exceptionnels à cette matière grasse naturelle, tout en ayant un bas niveau d'acidité et une valeur nutritive de grande qualité. La cueillette des olives et l'extraction de l'huile se font de façon artisanale, utilisant uniquement la pression à froid.

### KANAKIS – ORIGINE: CRETE

@Spicy Sprl, [spicysprl@skynet.be](mailto:spicysprl@skynet.be), de Maza, Apokoronas à Chania. Acidité: 0,8%.

### VIOS - ORIGINE: CRETE, ORGANIQUE

@Les Saveurs de Crète, [www.saveursdecree.be](http://www.saveursdecree.be), huile d'olive organique, extra vierge de qualité supérieure (Categorie Extrisimo) de Crète. Produit exclusivement à base de la variété des olives Koroneiki, avec un arôme moyennement fruité, un goût très légèrement amer qui laisse un arrière-goût frais. Elle a une couleur verte profonde avec lueur dorées et contient de fortes notes d'herbes et d'artichauts frais.

### LAINI - ORIGINE: CRETE

@Oenogea sprl, [info@oenogea.be](mailto:info@oenogea.be), L'huile d'olive Laïni est produite par la Coopérative des Agriculteurs de la Région de Thrapsano (Centre de la Crète). Elle a une acidité qui n'excède pas 0,3% et comporte aussi l'appellation européenne P.D.O. (Protected Designation of Origin). Les variétés d'olives utilisées dans l'huile Laïni sont 'psilolia' et 'koroneiki', ce sont elles qui lui donnent un teint vert clair, une saveur aigre-douce et des arômes fruités.

### KALLISTO- ORIGINE: MESSINIA, PELOPONESE

@Fab Greece, [www.fabgreece.com](http://www.fabgreece.com), Kallisto l'huile d'olive extra vierge (Prix Argent du Goût/3ème Compétition de l'Huile Extra Vierge). Cette qualité d'huile d'olive extra vierge est produite dans la région de Kalamata (Messina). Kallisto est l'une des plus exceptionnelles huiles d'olive produite au monde, et provient de la variété des oliviers koroneiki classés comme "variété à l'héritage universel".

### PELION - ORIGINE: PELION, VOLOS

@Kelari Kostopoulos, [www.greekproduct.eu](http://www.greekproduct.eu), De catégorie supérieure, cette huile d'olive extra vierge est obtenue directement à partir d'olives cueillies à la main avec soin. Acidité <0,6%, de nature, assure une saveur riche.

### DOMAINE MERCOURI - ORIGINE: PELOPONESE

@Alexopoulo s.a., [www.alexopoulo-sa.com/](http://www.alexopoulo-sa.com/); Cette excellente huile d'olive vient des oliviers de l'état (la propriété) Merkouri dans le Péloponnèse occidental avec le contenu d'acidité bas (moins de 0,5 %), d'extrait à froid et sans conservateurs. Son attractivité, couleur, arôme volontaire et le goût fruité créent une expérience unique.

Trouvez des menus grecs au restos/dates: **BE LELLA29-30/3** . **VILLA NATKA 2-4/4** , **BRASSERIE JALOA 5-7/4** , **ROUGE TOMATE 9-11/4** , **LA QUINCAILLERIE 12-14/4** , **STROFILIA 16-18/4** , **MILLESIME 19-21/4** , **TRILOGIA 23-25/4** , **PARK SIDE 26-29/4** , **KWINT 30/4-2/5** -[www.resto.be](http://www.resto.be)

### KRITSA- ORIGINE: CRETE

@Gaea - ΓΑΕΑ Τρόφιμα ΑΕΕΕ, [www.gaea.gr](http://www.gaea.gr), Une huile fruitée équilibrée, de qualité supérieure, riche d'arômes avec un arrière-goût poivré de la Coopérative Kritsa Agricole -Lasithi, Crète. En 2008 elle a reçu le label de qualité "Mario Solinas" du COI (Conseil Oléicole International).

### EIRINI PLOMARIOU - ORIGINE: LESBOS, ORGANIQUE

@fissi, [www.fissi.be/index.html](http://www.fissi.be/index.html), Eirini Plomariou est une huile d'olive extra vierge bio de couleur vert doré, au goût fruité senteur du terroir, d'origan et autres aromates. Acidité 0.1-0.5%



L'huile d'olive vierge et l'huile d'olive extra vierge (provenant uniquement d'une production d'huile vierge, contenant pas plus de 0,8% d'acidité) est produite par

la simple pression d'olives et l'extraction de leur jus dans une presse ou une centrifugeuse. Les huiles d'olive vierges contiennent les niveaux les plus élevés de polyphénols, qui sont des antioxydants associés à la bonne santé. Toutes les autres catégories, telles que « pure » et « huile d'olive » sont raffinées par un processus de haute température et de traitement chimique, comme c'est le cas pour d'autres huiles de cuisson. Sa consommation était courante dans la cuisine de la Grèce antique et de Rome antique. Lorsque l'huile d'olive est chauffée, le bon goût fruité sera affaibli ou éliminé. Cependant, elle procure, malgré tout, les bienfaits des graisses mono-insaturées et l'huile d'olive est le choix le plus sain pour tous les modes de cuisson. L'huile d'olive extra vierge représente moins de 10% de l'huile dans beaucoup de pays producteurs ; le pourcentage est bien plus élevé dans les pays méditerranéens (Grèce 80%, Italie 45%, Espagne 30%). Elle est un aliment de base dans le régime méditerranéen et a un impact positif sur les symptômes de maladies cardiaques, de cancer, de stress et de tension artérielle.