

aph·r♂·dis·i·ac

ORIGIN early 18th cent.: from Greek aphrodisiakos, from aphrodisios, from Aphrodite

Η Αφροδίτη, θεά του Έρωτα, της Αγάπης και της Ομορφιάς, έδωσε το όνομά της στον όρο «αφροδιακός».

Για χιλιάδες χρόνια οι τροφές με αφροδιακές ιδιότητες έχουν χρησιμοποιηθεί για να διεγείρουν την ερωτική διάθεση, να βελτιώσουν τη γονιμότητα ή ακόμα και τις επιδόσεις.

Οι αρχαίοι Έλληνες χρησιμοποιούσαν τα αφροδιακά σε ερωτικά φίλτρα και ορούς, ενώ επικαλούνταν τη θεά Αφροδίτη για να προσελκύσουν ή να διατηρήσουν τους ερωτικούς τους συντρόφους.

Τα αφροδιακά απαντώνται σε διάφορες μορφές, όπως αρώματα, βότανα, αρωματικά έλαια, χάπια, ελιξίρια και τρόφιμα.

Το σχήμα, το μέγεθος, η γεύση, το άρωμα, ακόμη η υφή ενός τροφίμου μπορεί να δράσουν συνειρμικά και να δώσουν ερεθίσματα για τη διεγερση της ερωτικής επιθυμίας.

Εκτός από τα αντιληπτά με τις αισθήσεις χαρακτηριστικά της, μία τροφή μπορεί να περιέχει συστατικά και ουσίες που επηρεάζουν τη φυσιολογία του οργανισμού ώστε να αυξάνεται η ερωτική διάθεση.



ΤΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Το Καλώςόρισμα

Βοήβοι από τη φάρμα μας Agreco με ελαιόλαδο, σπιτικό ξίδι και θυμάρι. Οι βοήβοι (ασκορδουλάκοι για τους Κρητικούς) φημίζονται για τις αφροδισιακές τους ιδιότητες.

Ελιές τσακιστές Από την αρχαιότητα η ελιά αποτελεί βασικό συστατικό της διατροφής μας, οι Ρωμαίοι κατανάλωναν τις ελιές στα γεύματά τους, ως εκλεκτή τροφή και τις θεωρούσαν αφροδισιακές. Η προτίμηση των αρχαίων Ελλήνων και των Βυζαντινών συγκεντρώνεται στις θλαστές, δηλαδή τις τσακιστές ή σπαστές, ως τις καλύτερες απ' όλες και ευπεπτότερες.

Παρθένο ελαιόλαδο Agreco Η ελιά θεωρείται το δέντρο της γονιμότητας: Στην λαϊκή παράδοση της ελληνικής ιατρικής το ελαιόλαδο θεωρούνταν αφροδισιακό. Ο κόσμος πρόσφερε στους νόσταντους στρογγυλό ψωμί με φρέσκο ελαιόλαδο, σαν αντίδοτο στην στειρότητα. Χαρακτηριστική παραμένει η λαϊκή έκφραση: "φάε λάδι κι έλα βράδυ".

Η Πρό(σ)κλήση

Λάδι τρούφας Στην αρχαιότητα οι τρούφες, «ύδνα», αναφέρονται κατ' επανάληψη από το Θεόφραστο και το Διοσκουρίδη σαν φυσικά αφροδισιακά. Το λεγόμενο "μαύρο διαμάντι" προσφέρει μοναδικές γαστρομαργικές εμπειρίες και όχι μόνο...

Ο Πόθος

Γαρίδες Με την κατανάλωση θαλασσινών, αυξάνεται στο αίμα η περιεκτικότητα ψευδαργύρου που είναι ο βασιλιάς των σεξουαλικών ορμονών. Το μέταλλο αυτό σχετίζεται με τη γονιμότητα, τη σεξουαλική ικανότητα, την έλξη και τη μακροχρόνια σεξουαλική υγεία. Είναι απαραίτητος για την παραγωγή τεστοστερόνης, ορμόνη που προωθεί την επιθυμία σε άντρες αθλητά και γυναίκες.

Το τζίντζερ, «ζγγίβερ» κατά το Διοσκουρίδη και το Γαληνό, αραβικό φυτό που η ρίζα του χρσούμεε ως φάρμακο. Τροφή πλούσια σε αντιοξειδωτικά στοιχεία, που συμβάλλουν στην καλή κυκλοφορία του αίματος.

Τα εξωτικά φρούτα, όπως ο **ανανάς**, αποτελούν ιδανικά αφροδισιακά.

Η Απόλαυση

Η αγκινάρα, η βασίλισσα των λαχανικών, περιέχει πολύτιμα συστατικά και η ιστορία την κατατάσσει στα πλέον αποτελεσματικά αφροδισιακά προϊόντα, καθώς ισχυροποιεί και βελτιώνει την σεξουαλική επίδοση.

Σπαράγγια Το φαλλικό τους σχήμα ένας καλός λόγος (αλλά όχι

ο κυριότερος) για να κερδίσουν μια θέση στην αφροδισιακή κληρίδα. Θεωρούνται εξαιρετικά διεγερτικά και είναι πλούσια σε πολύτιμα συστατικά. Ο Άγγλος βοτανολόγος του 17ου αιώνα, ο Nicholas Culpepper, έγραψε ότι τα σπαράγγια "διεγείρουν τη λαγνεία σε άνδρα και γυναίκα".

Το Πάθος

Μέλι, το Νέκταρ της Αφροδίτης. Ο Ιπποκράτης θεωρούσε το μέλι αφροδισιακό, ενώ ο βασιλικός πολτός, το πολύτιμο αυτό μελισσοκομικό προϊόν, διεγείρει την ψυχική διάθεση, προικίζει τον οργανισμό με ερυθροποιητικές ιδιότητες (παραγωγή ερυθρών αιμοσφαιρίων), και ενεργεί ως τονωτικό του νευρικού συστήματος. Οι νεόνυμφοι άηλωστε, μετά το μυστήριο του γάμου διανύουν το λεγόμενο «μήνα του μέλιτος»: τυχαίο; Δεν νομίζω...

«Στάσου 'μύγδαλα...» Οι ξηροί καρποί (κυρίως τα αμύγδαλα και τα καρύδια) φημίζονται για την αφροδισιακή τους δράση. Περιέχουν φυτικές ίνες, αντιοξειδωτικά στοιχεία και ψευδάργυρο, που βελτιώνουν την κυκλοφορία του αίματος και αυξάνουν τη σεξουαλική επιθυμία.

Η φρούουλα, θείκη και αφροδισιακή, διεγείρει όλες τις αισθήσεις με το ζωηρό κόκκινο χρώμα της και το σχήμα της που μοιάζει με καρδιά.

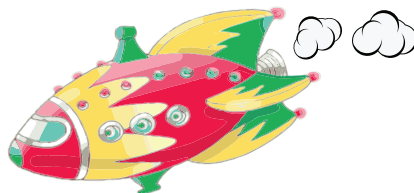
Καφές ή Τσαϊ;

Καφές Η καφεΐνη επιταχύνει τον μεταβολισμό και ενισχύει τις αντοχές, απελευθερώνοντας αποθέματα ενέργειας και χαρίζοντάς σας δύναμη. Επιπλέον, οι αντιοξειδωτικές ιδιότητες των φαινόλων που περιέχει, προστατεύουν το κυκλοφορικό σύστημα.

Η μέντα Η μεντόλη και η μεντόνη είναι τα δύο συστατικά του αιθέριου έλαιου της μέντας που της δίνουν τις αρωματικές και διεγερτικές ιδιότητές της. Σε μεγάλες δόσεις αυτά τα δύο συστατικά κάνουν τη μέντα εξαιρετικό αφροδισιακό.

Το Κρασί

Τα σταφύλια κέρδισαν τη φήμη της αφροδισιακής τροφής χάρη στα περίφημα αρχαία ελληνικά συμπόσια, ενώ η χρήση του οινόπνεύματος ως διεγερτικής ουσίας είναι σχεδόν τόσο παλιά όσο και ο ίδιος ο άνθρωπος. Το κρασί ενισχύει τη σεξουαλική επιθυμία και μας κάνει πιο διαχυτικούς, καθώς επιδρά στον ανθρώπινο εγκέφαλο μειώνοντας το άγχος και τις αναστολές.



ΑΦΡΟΔΙΣΙΑΚΟ ΜΕΝΟΥ

Αγίου Βαλεντίνου

Σαμπάνια Mumm Cordon Rouge

ΤΟ ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΜΑ

Καπουτσίνο σέλερι
Βοήβοι, κρέμα από λευκό ταραμά με
βιολογικό ελαιόλαδο Agreco
Ελιές τσακιστές με αρωματικά και ντομάτα κονφί

Η ΠΡΟ(Σ)ΚΛΗΣΗ

Βοδινό ταρτάρ με γραβιέρα, ρόκα,
σπανάκι και ντρέισινγκ από λάδι τρούφας

ΠΟΘΟΣ

Ριζότο με γαρίδες αρωματισμένες με τζίντζερ,
λάιμ, φινόκιο και μασκαρπόνε

Η ΑΠΟΛΑΥΣΗ

Χοιρινό φιλετάκι σε κρούστα παρμεζάνας, πράσινα σπαράγγια, αγκινάρες κονφί,
πουρέ γλυκοπατάτας και σάλτσα εσπεριδοειδών

ΤΟ ΠΑΘΟΣ

Μους πραλίνας, καραμελωμένα φρούτα με μέλι, μπισκούι αμυγδάλου και παγωτό φρούουλα

Καφές, τσάι

Mignardises