

«Μέτσοβο 1350μ.»

Η νεαρή Ηπειρώτισσα σεφ Γλυκερία Λάππα αγαπάει την ντόπια γαστρονομία και τα υλικά της (μανιτάρια, χοιρινό, τραχανά, πέστροφες, αρνί, τα διάσημα τυριά της περιοχής) και τα ενσωματώνει αρμονικά στο μενού του εστιατορίου του Grand Forest Metsovo, "Metsovo 1350m.»

Το εστιατόριό μας "Μέτσοβο 1350μ." βρίσκεται στα βουνά της Πίνδου ανάμεσα σε πυκνά δάση μαύρης Πεύκης και Έλατου, σε υψόμετρο 1350μ. από όπου παίρνει και το όνομά του και διαθέτει συναρπαστική θέα στο γραφικό Μέτσοβο. Το μενού έχει διαμορφωθεί προσεκτικά έτσι ώστε να εκφράζει την παραδοσιακή γαστρονομία της περιοχής του Μετσόβου, των Βλάχων και γενικότερα της Ηπείρου ενώ ταυτόχρονα προσαρμόζεται αρμονικά στις σύγχρονες γαστρονομικές αντιλήψεις. Η φιλοσοφία της κουζίνας μας βασίζεται πρωτίστως στην εποχικότητα και στην τοπικότητα. Στόχος μας είναι να χρησιμοποιούμε όσο το δυνατόν περισσότερες φρέσκες πρώτες ύλες ανάλογα με την εποχή και κατά το δυνατόν από το Μέτσοβο και την ευρύτερη περιοχή. Επομένως, στο μενού μας υπάρχουν ορισμένα σταθερά πιάτα αλλά και κάποια που εναλλάσσονται, ανάλογα με τη διαθεσιμότητα των υλικών και την εποχή.

Τα μοναδικά ηπειρώτικα προϊόντα

Βάση για όλα σχεδόν τα εδέσματα που σας προσφέρουμε, είναι τα εξαιρετικά ηπειρώτικα προϊόντα. Σπιτικές χυλοπίτες και τραχανάδες από οικογενειακό εργαστήριο μικρής παράγωγης που βρίσκεται στο Μέτσοβο. Τρούφα και άγρια μανιτάρια από τα δάση της Πίνδου, πατάτες Χρυσοβίτσας, καπνιστό χέλι από την Άρτα. Χρησιμοποιούμε ντόπια φρέσκα κρέατα από φάρμες που βρίσκονται στα διπλανά χωριά Ανήλιο και Βοτονόσι, λαχανικά είτε από το μπουστάνι μας τους καλοκαιρινούς μήνες είτε από αγρότες της περιοχής, κυρίως από την Χρυσοβίτσα όπου παράγεται και η φημισμένη πατάτα. Ξεχωριστό κεφάλαιο είναι τα τυριά. Το ξεχωριστό γαλοτύρι και η φέτα αλλά και το καπνιστό Μετσοβόνο, η μετσοβέλα, το γιδίσιο, η σπάνια παρμεζάνα και το βούτυρο του Τυροκομείου Ιδρύματος Τσίτσας.

Το Μετσοβόνο είναι ένα τυρί που παρασκευάζεται όλο τον χρόνο από 90% αγελαδινό και 10 % γιδίσιο γάλα, στο τελευταίο στάδιο περνά από το καπνιστήριο όπου και προσδίδεται η χαρακτηριστική γεύση του.

Ενώ η σπάνια παρμεζάνα παρασκευάζεται τους ζεστούς μήνες από τον Μάιο μέχρι το Σεπτέμβριο, από 100% αγελαδινό γάλα, απαιτούνται 500 λίτρα γάλακτος για την παράγωγή ενός κεφαλιού 25 κιλών και 2 χρόνια ωρίμανσης.

Η μετσοβέλα παρασκευάζεται από τρία είδη γάλακτος γιδίνο, πρόβειο και αγελαδινό. Κατά την περίοδο της Άνοιξης και του Χειμώνα, χρειάζονται 3 μήνες για να ολοκληρωθεί η ωρίμανση, με αποτέλεσμα να παίρνουμε ένα ημίσκληρο τυρί.

Και τέλος το γιδίσιο παράγεται την περίοδο της άνοιξης (Απρίλιο-Μαίο), που τα γίδια τρέφονται με το πρώτο τρυφερό φύλλο των πουρναριών. Αποτελείται από 100% γιδίνο γάλα και προστίθεται χοντρό μαύρο πιπέρι κατά την διάρκεια του σχηματισμού της τυρομάζας (πριν μπει στις φόρμες), εξού και η πικάντικη γεύση του. Η πλούσια λίστα κρασιών που συνοδεύουν τα εδέσματα του μενού, περιλαμβάνει επικέτες από όλη την Ελλάδα, με πρωταγωνιστές τα τοπικά κρασιά από το οινοποιείο Κατώγι Αβέρωφ.

Λίγα λόγια για την ηπειρώτικη γαστρονομία

Κυρίαρχο έδεσμα της ηπειρώτικης κουζίνας είναι οι πίτες (κάποιοι έχουν μετρήσει μέχρι 50 είδη), με πιο ιδιαίτερη την Πρασόπιτα με καλαμποκάλευρο, στο Μέτσοβο τη λένε «Πισπιλίτα» που παρασκευάζονται με ό,τι μπορείς να φανταστείς, από φέτα ή χόρτα μέχρι τραχανά ή κολοκύθα, γλυκιές ή αλμυρές και με φύλλο τόσο λεπτό όσο πουθενά αλλού. Ο πατσάς με σκορδαλιά, το τσουμπλέκι (κεφτέδες με πολλά κρεμμύδια στο φούρνο), οι κεφτέδες με πράσα, χαρακτηριστικό μετσοβίτικο φαγητό, το αγριογούρουνο με κυδώνια, το αγριογούρουνο σαλμί, τα τηγανητά βατραχοπόδαρα στη λίμνη Ιωαννίνων, η πέστροφα στη σχάρα με σκόρδο περιχυμένη με γιδίνο βούτυρο, οι γίγαντες με σπανάκι ή με άγρια χόρτα, είναι κάποια από τα υπέροχα φαγητά της τοπικής ηπειρώτικης κουζίνας. Όσο για τα γλυκά, ο μπακλαβάς «κλωστάρι» (σαν ρολό) είναι διάσημος σε ολόκληρη την Ελλάδα. Φυσικά, το ψητό κρέας – αρνί, χοιρινό, κοκορέτσι, κοντοσουβλι - όπως σε ολόκληρη την Ελλάδα έτσι και στην Ήπειρο είναι από τα πιο αγαπημένα εδέσματα.

Το διάσημο ηπειρώτικο τυρί χρωστάει το μύθο του στο φρέσκο αιγοπρόβειο γάλα που υπάρχει άφθονο στην Ήπειρο και στην πατροπαράδοτη τέχνη των τυροκόμων της περιοχής. Φέτα, ανθότυρο, μυζήθρα, το καταπλητικό γαλοτύρι, το κεφαλοτύρι Ηπείρου το παλαιότερο από τα σκληρά ελληνικά τυριά, γιδογραβιέρα, βασιλοτύρι, γαλοτύρι ή καδοτύρι, μανούρι, είναι τυριά με μακρά ιστορία και μοναδική γεύση.

Τελευταίο και πολύ σημαντικό, ο οίνος. Σε υψόμετρο 950 - 1.000 μέτρων στο Μέτσοβο, βρίσκονται οι πιο ορεινοί αμπελώνες της χώρας όπου παράγεται η σπάνια ντόπια ερυθρή ποικιλία "Βλάχικο" καθώς και η λευκή ποικιλία "Ντεμπίνα" ενώ διάσημο είναι και το ηπειρώτικο τσίπουρο, που παρασκευάζεται από τα σταφύλια της φημισμένης ποικιλίας "ζαμπέλα".

«Metsovo 1350m.»

The young Chef from Epirus, Glykeria Lappa, loves local gastronomy and its ingredients (mushrooms, pork, frumentry, trout, lamb, the famous cheeses of the area) and integrates them harmoniously into the menu of the Grand Forest Metsovo, "Metsovo 1350m."

Our restaurant "Metsovo 1350m." is set amidst the mountains of Pindos between dense black pine and fir forests, at an altitude of 1350m from where it gets its name from, and has breath-taking views of picturesque Metsovo. The menu has been carefully crafted to reflect the traditional gastronomy of the Metsovo region, the Vlachs, and Epirus in general, while adapting to contemporary gastronomic concepts. The philosophy of our cuisine is based primarily on seasonality and locality. Our goal is to use as many fresh raw materials as possible depending on the season and as far as possible from Metsovo and the wider region. Therefore, in our menu there are some established dishes and some alternate depending on the availability of materials as per each season.

The distinctive local products

The basis for almost all the dishes presented are the excellent local products. Homemade pasta "hilopites" and frumentry from a small family-run workshop located in Metsovo. Truffles and wild mushrooms from the forests of Pindos, Chrysovitsa potatoes, smoked eel from Arta. We use local fresh meat from farms located in the neighboring villages of Anilio and Votonosi, vegetables either from our garden in the summer months or from farmers in the area, mainly from Chrysovitsa where the famous potato is also produced. A separate chapter is cheese. The distinct "galotyri" and feta cheese as well as the smoked Metsovone, the Metsovela, the goat's cheese, the rare parmesan and butter of the Tositsa Foundation Creamery. Metsovone is a cheese made from 90% cow's milk and 10% goat's milk produced throughout the year, the last step being put through the smoker where it takes its characteristic taste.

While rare parmesan is produced during the warm months of May to September, from 100% cow's milk; 500 liters of milk are required to produce a 25 kg head and 2 years of maturation.

Mesovella is made from three types of goat's milk, sheep's and cow's milk. During the Spring and Winter seasons, it takes 3 months for the ripening to complete, resulting in a semi-hard cheese.

And finally the goat's – type of chevre- cheese is produced during spring (April-May), when the goats feed on the first tender leaf of the yew. It consists of 100% goat's milk and thick black pepper is added during cheese making (before entering into the forms), hence its spicy taste.

The extensive wine list that accompanies the dishes, includes labels from all over Greece, starring local wines from the Katogi Averoff winery.

A few words about the local gastronomy

The main dish of local cuisine is pies (some have counted up to 50 varieties), most notably Prasopita with corn flour, in Metsovo which is called "Pispilita" made with anything you can imagine, from feta or greens to frumenty and pumpkin, sweet or salty and with a leaf as thin as anywhere else. Tripe soup with garlic, "tsoubleki" (meatballs with many onions in the oven), leeks with meatballs, typical Metsovian food, quince with wild boar, fried frog feet from Ioannina lake, giants with spinach or wild greens, are some of the great dishes of the local cuisine. As for sweets, baklava spinner (like roll) is famous all over Greece. Of course, roast meat - lamb, pork, roast chicken, kondosouvli - is one of the most beloved dishes in Greece as in Epirus. The famous local cheese owes its legend to the fresh sheep's and goat's milk that is abundant in Epirus and the traditional art of the cheese-makers of the area. Feta, anthotyro, myzithra, the amazing galotyri, the kefalotyri of Epirus the oldest of the hard Greek cheeses, gidograviera, basilotyri, galotyri or kadotyri, manouri, are cheeses with a long history and unique taste.

Last but not least, wine. At an altitude of 950 - 1,000 meters in Metsovo, there are the most mountainous vineyards in the country, producing the rare local red varietal "Vlachiko" as well as the white variety "Debinda" while the mainland is the tsipouro tsipouro, made by "Zambella".

Ορεκτικά–Starters

Carpaccio Μόσχου με Πέστο Μαϊντανού, Τοματίνια Κονφί και Φλοιίδες Παρμεζάνας Beef Fillet Carpaccio with Parsley Pesto, Cherry Tomatoes Confit and Parmesan	€12,00
Ceviche πέστροφας με σπαγγέτι αγγουριού, τσίλι, πίκλες κρεμμυδιού και αυγά χελιδονόψαρου Trout ceviche with cucumber spaghetti, chili, pickled onions and tobiko eggs	€11,00
Σαγανάκι Μετσοβόνη με Μαρμελάδα Ντομάτας και Σαλάτα Ρόκα Metsovone Cheese “saganaki” (deep fried) , with Tomato Chutney and Rocket Salad	€9,00
Χειμερινή Σούπα από Ουρά Βοδινού και Λαχανικά από τον Κήπο μας (πατάτα, καρότο, σέλινο) με crostini παρμεζάνας και γαλοτύρι Winter Oxtail Vegetables soup with Vegetables from our Garden (potatoes, carrots, celery) served with parmesan crostini and “galotyri” (kind of local cream cheese)	€8,00
Επιλογή Τοπικών Τυριών και Αλλαντικών Local Cheese and Cold Cuts Selection	€14,00

Ορεκτικά με Ντόπια Μανιτάρια Local Mushrooms Appetizers

Βελουτέ Άγριων Μανιταριών Wild Mushrooms Velouté	€8,00
Ριζότο Άγριων Μανιταριών με Παρμεζάνα από το Τυροκομείο Ιδρύματος Τοσίτσα και Φρέσκια τρούφα Πίνδου Wild Mushroom Risotto with locale Parmesan by Baron Michael Tossizza Foundation Cheese Factory	€16,00
Πίτα με Μανιτάρια και “Καδοτύρι” Μετσόβου Mushroom Pie with Traditional “Kadotyri” Cheese	€8,00
Ραβιόλια Γεμιστά με Άγρια Μανιτάρια σε σάλτσα από Μετσοβόνη (καπνιστό τυρί από το Τυροκομείο Ιδρύματος Τοσίτσα και Πέστο Τσουκνίδας με Αμύγδαλο Handmade Ravioli filled with Wild Mushrooms with Metsovone sauce (smoked aged cow's cheese by Baron Michael Tossizza Foundation Cheese Factory and nettle -almond pesto	€16,00

Σαλάτες – Salads

Ελληνική Σαλάτα με Ντομάτα, Αγγούρι, Πιπεριά, Φρέσκο Κρεμμυδάκι, Φέτα, Ελιές, Κριθαρομπουκιές, Κάπαρη και Παρθένο Ελαιόλαδο
Greek Salad with Tomato, Cucumber, Peppers, Spring Onion, Feta Cheese, Olives, Barley Rasks, Capers and Virgin Olive Oil

€9,00

Ψητά Παντζάρια με Λευκό Ξύδι Βαλσάμικο, Πορτοκάλι, Καρύδια, Πέστο Βασιλικού και «καδοτύρι» Μετσόβου
Baked Beetroots with White Balsamic Vinegar, Orange Segments, Walnuts, Basil Pesto and «kadotyri» Metsonou (kind of local cream cheese)

€9,00

Ανάμικτα Σαλατικά με Κοτόπουλο, Παρμεζάνα, Κρουτόν και Ντρέσινγκ Μελιού
Mixed Salad Leaves with Chicken Fillet, Parmesan, Croutons and Honey Dressing

€10,00

Σαλάτα Ginger -Avocado με ανάμικτα σαλατικά, τοματίνια, αβοκάντο, ginger, chili και prosciutto

Green Ginger -Avocado Salad with cherry tomatoes, avocado, ginger, chili and prosciutto

€10,00

Ζεστή σαλάτα με Καπνιστό Χέλι, Σέλερι, Μικρές Πατάτες, Καρυδιά και Βινεγκρέτ με Μπέικον
Warm salad with Smoked Eel, Celery, Baby Potatoes, Walnuts and Bacon Vinaigrette

€10,00

Κυρίως Πιάτα
Main Courses

- Ραγού Αγριογούρουνο** με Δαμάσκηνα και Νεαρές Πατάτες Χρυσοβίτσας
Wild Boar Ragout with Plums and local Baby Potatoes from Chrisovitsa area
€18,00
- Αρνάκι** με 2 τρόπους: με Φρικασέ Χορταρικών και με Ζωμό από το Αρνί Αρωματισμένο με Θυμαρί
Lamb cooked with 2 Ways: with Local Greens and and with Lamb Jus perfumed with Thyme
€18,00
- Φιλέτο Μόσχου** με Σάλτσα αρωματισμένη με ηπειρώτικη Τρούφα, Μανιτάρια και Νεαρές Πατάτες Χρυσοβίτσας
Beef Fillet with local Truffle Sauce, Mushrooms and Young Potatoes from Chrisovitsa area
€23,00
- Ψαρονέφρι Γεμιστό με τυρί Μετσοβόνη** με Πουρέ Πατάτας και Τσιμιτσούρι Τοπικών Μυρωδικών
Pork Fillet stuffed with Metsovone Cheese (smoked aged cow's cheese by by Baron Michael Tossizza Foundation Cheese Factory) with Potato Puree and Chimichurri made from Local Herbs
€16,00
- Αλανιάρικο Κοτόπουλο στο Τσουκάλι** με Κοκκινιστό Σταρένιο Τραχανά, Πικάντικο Λουκάνικο Μετσόβου, ντόπια αρωματικά βότανα και Chevre (Κατσικίσιο Τυρί αρωματισμένο με Πιπέρια από το Τυροκομείο του Ιδρύματος Τοσίτσα)
Slow Cooked Rree-range Grazing Chicken (thigh) with Frumenty in Tomato Sauce, Spicy Local Sausage, Local Herbs and Chevre (Goat Cheese with Black Pepper by Baron Michael Tossizza Foundation Cheese Factory)
€16,00
- Μαύρος Χοίρος Πρασοσέλινο με** Κρέμα Σελινόριζας, πράσινο Μήλο, Καπνιστά Πράσα και Σάλτσα με λεμόνι και πορτοκάλι
Stewed Black Pork with Leeks and Celery root cream, Green Apple Smoked Leeks and Lemon -Orange sauce
€18,00
- Μοσχαρίσιο Συκώτι Ψητό** με ψητή κολοκύθα, Μικρά Ολόκληρα Γλυκόξινα Κρεμμυδάκια και Σάλτσα από Οξύμελι
Grilled Beef Liver with charred rumpkin, Sweet and Sour Pearl Onions and Oxymely sauce (vinegar - honey sauce)
€14,00
- Φιλέτο Σολομού** με Πουρέ Σελινόριζας, Σάλτσα Λάιμ και Πράσινα Σπαράγγια
Salmon Fillet with Celery Root Puree, Lime Sauce and Green Asparagus
€18,00
- Μοσχαράκι ασπρογιάχνι με Χυλοπίτες Μετσόβου** Κατσικίσιο Τυρί και λάδι αρωματισμένο από φρέσκα κρεμμυδάκια
Beef Ragout with chilopites (local Traditional Pasta), Goat Cheese and olive oil perfumed with spring onions
€13,00
- Κήπος Λαχανικών** (Υφές Λαχανικών στον Ατμό, Ψητά και Ωμά)
Vegetables' Garden (Vegetables medley - steamed, Roasted,Raw)
€9,00

Από τη Σχάρα – Char Grilled

Ποικιλία από Τοπικά Λουκάνικα: Λουκάνικα με Μετσοβόνη, λουκάνικα από τρία διαφορετικά είδη κρέατος και λουκάνικα μαριναρισμένα με κόκκινο κρασί από το Κατώγι Αβέρωφ

Local Sausages Assortment: Sausages with Metsovone cheese (smoked aged cow's cheese by Baron Michael Tossizza Foundation Cheese Factory), Sausages made from three different meats –lamb, beef and pork, Sausages marinated in red wine Katogi Averof)

€14,00

Κοντοσούβλι

'Kodosounli' (Traditional Pork Skewer)

€12,00

Μπιφτεκάκια

Mini patties

€12,00

Φιλέτο από Μαύρο Κοτόπουλο

Black Chicken filet

€16,00

Παϊδάκια Αγριογούρουνου

Wild Boar Chops

€19,00

Ribeye

€19,00

**Όλα τα πιάτα Σχάρας γαρνίρονται με Χειροποίητη Κέτσαπ με Τζίντζερ και χοντροκομμένες Τηγανητές Πατάτες με τη φλούδα τους.*

**All Char Grilled dishes are garnished with Hand Made Ginger Ketchup and Country Style Fried potato skin on.*

Παιδικό Μενού – Kids Menu

Σπαγγέτι με Σάλτσα Ψητής Ντομάτας

Spaghetti with Roasted Tomato Sauce

€7,00

Φιλέτο Κοτόπουλο στη Σχάρα με Τηγανητές Πατάτες

Grilled Chicken Breast with French Fries

€9,00

Μπιφτεκάκια με Τηγανητές Πατάτες

Mini patties with French Fries

€12,00

Επιδόρπια – Desserts

- Τσιζ Κέικ Φούρνου** με Σάλτσα Κόκκινων Φρούτων
Oven Baked Cheese Cake with Red Berries Sauce €9,00
- Τάρτα Μήλου με Χειροποίητο Παγωτό Κανέλα**
Apple Tart with Handmade Cinnamon Ice Cream €9,00
- Semifreddo Αρμενοβίλ** με Μαρέγκα, Αμύγδαλο, κομματάκια Σοκολάτας confit πορτοκάλι και Σάλτσα Καραμέλας
Semifreddo Armenoville with Cracked Meringue, Almonds, Dark Chocolate segments, orange confit and Salty Caramel Sauce €9,00
- Τριλογία Σοκολάτας:** Φοντάν σοκολάτας, Μους Μαύρης σοκολάτας με Ελαιόλαδο αρωματισμένο με δυόσμο, Σάλτσα Λευκής σοκολάτας, Πέρλες Ελαιόλαδου
Chocolate Trilogy: Chocolate Fondant, Olive oil Dark chocolate Mousse with spearmint perfumed olive oil, White chocolate Sauce, olive oil pearls €9,00
- Μετσοβίτικη Φλογέρα** γεμιστή με Καρύδια και Αμύγδαλα και Παγωτό Καϊμάκι από Πρόβειο Γάλα
Traditional "filo" Pastry dessert stuffed with Walnuts and Almonds and "Καϊμάκι" Ice Cream" made from Sheep's Milk and Perfumed with Chios Mastiha and "Salep" (Salep is a aromatic flour from a kind of orchide root) €8,00
- Προφιτερόλ** με Σάλτσα Σοκολάτας Γάλακτος και Καραμελωμένα Φουντούκια
Profiterole with milky chocolate sauce and caramelized hazelnuts €9,00
- Φρουτοσαλάτα** με Φρούτα Εποχής
Fruit Salad with seasonal fruits €8,00