



# Olives and Burgers, healthy café

The good things in life are good friends, good health, good food... good coffee!

**Ροφήματα:** ★★★★★☆  
**Γεύση:** ★★★★★☆  
**Χώρος:** ★★★★★☆  
**Value for money:** ★★★★★☆  
**Εξυπηρέτηση:** ★★★★★☆

Info: Προδρόμου 37Δ,  
 Λευκωσία (τηλ. 77777447)

Μέχρι σήμερα όταν λέγαμε fast food, εννοούσαμε φαγητό με πολλά λιπαρά και συντηρητικά. Μια έμπειρη κλινική διαιτολόγος όμως, μέσα από την ανάγκη της για γρήγορο μεν υγιεινό δε φαγητό, δημιούργησε το μαγαζί *Olives and Burgers, healthy café*. Στη λεωφόρο Προδρόμου, στη Λευκωσία, ένα μικρό εστιατόριο που άνοιξε πριν από σχεδόν ένα χρόνο, προσφέρει μια εναλλακτική λύση στο fast food. Από την εσωτερική και εξωτερική διακόσμησή του, μπορούμε άνετα να διακρίνουμε ότι πρόκειται για ένα εστιατόριο που σερβίρει υγιεινό φαγητό. Τα πράσινα μικρά τραπέζια, τα ράφια με τα τρόφιμα που έχουν προς πώληση, ακόμη και το μενού, προδίδουν το healthy ύφος του εστιατορίου. Το μενού του *Olives and Burgers*, είναι σαν ένας εξει-

δικευμένος διατροφικός κατάλογος. Δίπλα από κάθε φαγητό ή ρόφημα αναγράφεται πλήρης ανάλυση των υλικών και των θερμίδων, ούτως ώστε να γνωρίζουμε τι φαγητό διαλέγουμε και αν είναι το ιδανικό για εμάς. Παραγγείλαμε, λοιπόν, ένα από τα homemade iced teas με λεμόνι, 32 θερμίδες, (€2.80) μέχρι να αποφασίσουμε τι θα γευματίσουμε. Το κρύο τοαί, δροσιστικό και πολύ διαφορετικό από τα συνηθισμένα, μπαίνει σίγουρα στη λίστα μας για τα πιο δροσιστικά ροφήματα για το καλοκαίρι. Μέσα από ένα αρκετά πλούσιο κατάλογο, επιλέξαμε τη σούπα μπρόκολο, 160 θερμίδες, (€4.50) και την καρυτόσουπα, 120 θερμίδες, (€4.50). Αν δεν ξέραμε ότι εί-

να μπορούσαμε να εντοπίσουμε τη διαφορά από τις υπόλοιπες σούπες. Αυτό είναι μια μεγάλη επιτυχία για την κουζίνα του *Olives and Burgers*. Για κυρίως πιάτο, παραγγείλαμε μπιφτέκι από στήθος κοτόπουλου, με αβοκάντο, κρεμμύδι, ντομάτα και πράσινα χόρτα, 528 θερμίδες (€8.70). Το πιάτο σερβίρεται με λεμονάτη σαλάτα από καρότα και πατάτες ψημένες στον φούρνο. Οι γεύσεις ήταν ξεκάθαρες. Χωρίς τύψεις μπορείς να απολαύσεις ολόκληρο το burger, το οποίο ήταν ολόφρεσκο, με εκλεκτές πρώτες ύλες και πολλή λεπτομέρεια στο ψήσιμο και στην παρουσίαση. Ένα γεύμα που παρασκευάστηκε με αγάπη και ενδιαφέρον, από ανθρώπους που γνωρίζουν τι είναι καλό και τι έχει ωραία γεύση. Με υγιεινά συστατικά κατάφεραν να αποδώσουν

ένα πιάτο που δεν έχει σε τίποτα να ζηλέψει τα υπόλοιπα fast food. Και ήρθε η στιγμή για το επιδόρπιο. Ίσως ήταν το πιάτο που ανυπομονούσαμε περισσότερο να έρθει. Θέλαμε να δοκιμάσουμε το γλυκό που μετατρέπει τη σοκολά-

τα, από απαγορευμένη σε... υγιή τροφή. Επιλέξαμε το «ακαταμάχητο ελαφρύ επιδόρπιο σοκολάτας» (€3.55), χωρίς ζάχαρη και ήταν η κορύφωση του γεύματός μας. Από τις σπάνιες περιπτώσεις που ένα γλυκό δεν υστερεί ούτε στη γεύση αλλά ούτε και στην εμφάνιση, ενώ δεν έχει καθόλου ζάχαρη.

Το *Olives and Burgers* κατάφερε να παρουσιάσει ένα εκλεκτικό μείγμα δελεαστικών και νόστιμων γεύσεων, έχοντας ένα και μοναδικό σκοπό να χαρίσουν στους πελάτες τους μια εμπειρία που θα θέλουν να το ξαναεπισκεφτούν. Εμείς, πάντως, σίγουρα θα το κάνουμε!

«ΟΙ ΓΕΥΣΕΙΣ ΗΤΑΝ ΞΕΚΑΘΑΡΕΣ. ΧΩΡΙΣ ΤΥΨΕΙΣ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ ΑΠΟΛΑΥΣΕΙΣ ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΤΟ BURGER, ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΗΤΑΝ ΟΛΟΦΡΕΣΚΟ, ΜΕ ΕΚΛΕΚΤΕΣ ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΗ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΑ ΣΤΟ ΨΗΣΙΜΟ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ»



## DINE OUT ΤΑ 50 ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΗΣ ΚΥΠΡΟΥ

### ΛΕΥΚΩΣΙΑ

- 1900 Οίνου Μέλαθρον 22667668
- Akakiko 77778022
- Aperitivo Jet Set 22100990
- Caraffa Bastione 22730025
- China Spice 22875875
- Greco's Nest 22358666
- Il Forno 22456454
- Just Italian 22780600
- Occhio Air 22255111
- Pagoda Mont Parnasse 22444740
- Pralina 22660491
- Rancho Bar&Grill 22454454
- Sushi La 22375036
- Syrian Arab Friendship 22776246
- Αιγαίον 22433297
- Παντοπωλείο (To) 22675151
- Πυξίδα 22445636
- Σούξου Μούξου Μανταλάκια 22666600
- Ταβερνάκι του Πάμπου 22781083

### ΛΕΜΕΣΟΣ

- Artima 25820466
- Bacco 26844444
- Beige 25818860
- Dino Art Café 25762030
- Fat Fish 25828181
- La Maison Fleurie 25320680
- Pagoda 25312000
- Roku 70009777
- Seasons Oriental 25858000
- Zen Room 25812659
- Λαός 25365760
- Μαυρομμάτης 25858000
- Πιατόκια (Τα) 25745017

### ΛΑΡΝΑΚΑ

- Βορέας 24647177
- Campanario Steak House 24626110
- Masalas 24644950
- Nippon 24657555
- Yu Shan 24657044
- Βαρυσιώτης Seafood 70003536
- Κουτσονικολιάς 24361890

### ΠΑΦΟΣ

- 7 Αι Γιώργηδες (Οι) 26963176
- Asian Corner 26828070
- Cavallini 26964164
- Fettas Corner 26937822
- Ατλαντίδα 26964525

### ΑΓΙΑ ΝΑΠΑ - ΠΡΩΤΑΡΑΣ

- Alati by the Sea 23833740
- Just Italian 23744300
- Karas Tavern 23820565
- Los Bandidos 23723258
- Wasabi Sushi Bar 23816555
- Βασιλικός 23744779

\*Οι τιμές είναι για ατομικές μερίδες