

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

ΕΝΙΑΙΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΡΟΑΓΩΓΙΚΕΣ ΚΑΙ
ΑΠΟΛΥΤΗΡΙΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

20 25 - 20 26

Γ΄ ΤΑΞΗΣ ΤΕΣΕΚ

ΣΕΙΡΑ Α΄

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ : Τετάρτη, 13 Μαΐου 2026

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ
ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ : ΧΕ301

ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ: 90΄ ΛΕΠΤΑ

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΔΕΚΑΤΡΕΙΣ (13) ΣΕΛΙΔΕΣ.

ΤΑ ΜΕΡΗ ΤΟΥ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟΥ ΔΟΚΙΜΙΟΥ ΕΙΝΑΙ ΤΡΙΑ (Α΄, Β΄ ΚΑΙ Γ΄).

ΟΔΗΓΙΕΣ (για τους εξεταζόμενους)

1. Να απαντήσετε **ΟΛΑ** τα ερωτήματα πάνω στο εξεταστικό δοκίμιο.
2. Να μην γράψετε πουθενά το όνομα σας στο εξεταστικό δοκίμιο εκτός του καθορισμένου χώρου στο χαρτονάκι που σας έχει δοθεί.
3. Να απαντήσετε σε όλα τα θέματα μόνο με πένα χρώματος μπλε ανεξίτηλης μελάνης. Μολύβι επιτρέπεται, μόνο αν το ζητάει η εκφώνηση, και μόνο για σχήματα, πίνακες, διαγράμματα κλπ.
4. Απαγορεύεται η χρήση διορθωτικού υγρού και διορθωτικής ταινίας.
5. Επιτρέπεται η χρήση μη προγραμματιζόμενης υπολογιστικής μηχανής.

ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ

ΟΔΗΓΙΕΣ (για την επιτροπή εξετάσεων)

1. Το εξεταστικό δοκίμιο να εκτυπωθεί και στις δύο όψεις.

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΝΑ ΕΚΤΥΠΩΘΕΙ: ΕΓΧΡΩΜΟ

ΜΕΡΟΣ Α' (Μονάδες 48)

Αποτελείται από δώδεκα (12) ερωτήσεις.

Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με τέσσερις (4) μονάδες.

1. Να βάλετε ✓ δίπλα από κάθε μια από τις ακόλουθες δηλώσεις, αναλόγως με το αν είναι Ορθές (Ο) ή Λανθασμένες (Λ).

A/A	Δηλώσεις	Ο	Λ
(α)	Τα νιόκι (gnocchi) είναι είδος ζυμαρικού, σε μικρά σχήματα, από μαλακά κομμάτια ζύμης, που παρασκευάζονται συνήθως από πατάτα, αλεύρι και αυγά.		
(β)	Το ραγού (ragù) είναι ένα είδος σάλτσας, η οποία παρασκευάζεται από λιωμένο σκόρδο, αλάτι και ελαιόλαδο.		
(γ)	Το "pasta asciutta" αναφέρεται στα μικροσκοπικά ζυμαρικά τα οποία χρησιμοποιούνται σε σουπές ή σαλάτες.		
(δ)	Ο όρος αλ ντέντε (al dente) αναφέρεται στο βαθμό ψησίματος των κόκκων ρυζιού όταν παρασκευάζουμε το ιταλικό ριζότο.		

(4 μονάδες)

2. Τα ντρέσινγκ (dressing) αποτελούν ένα από τα μέρη της σαλάτας, τα οποία χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες: βινεγκρέτ, κρεμώδη και απλά.

(α) Ποια από τις πιο κάτω δηλώσεις σχετίζεται με τον σκοπό της χρήσης του ντρέσινγκ;

- Είναι το βασικό συστατικό, δηλαδή η βάση για την παρασκευή μιας σαλάτας.
- Είναι το πιο σημαντικό και κυρίως μέρος για την παρασκευή μιας σαλάτας, το οποίο καθορίζει τον χαρακτήρα και την ονομασία της.
- Είναι ένα από τα βασικά συστατικά για την παρασκευή μιας σαλάτας, το οποίο προσθέτει υγρασία, γεύση και ενοποιεί τα υλικά της σαλάτας.
- Καμία από τις παραπάνω δηλώσεις.

(2 μονάδες)

(β) Ποια από τις πιο κάτω δηλώσεις σχετίζεται με το βινεγκρέτ;

- Γίνεται με την ανάμειξη υγρών, όπως ελαιόλαδο με χυμό λεμονιού ή ξύδι.
- Γίνεται με την ανάμειξη λαδιού με ξύδι (3:1), όπου με την προσθήκη μουστάρδας δρα ως σταθεροποιητής, δημιουργώντας ένα προσωρινό γαλάκτωμα.
- Γίνεται με την ανάμειξη υλικών, όπου με την προσθήκη γιαουρτιού δρα ως σταθεροποιητής, δημιουργώντας λιπαρά γαλακτώματα.
- Καμία από τις παραπάνω δηλώσεις.

(2 μονάδες)

3. Οι ποικιλίες ζυμαρικών που διατίθενται προς πώληση στην αγορά είναι αμέτρητες, όμως υπάρχουν παράγοντες που καθορίζουν το μαγείρεμά τους.

(α) Ποια από τις πιο κάτω ποικιλίες ζυμαρικών, **δεν ανήκει** στα μακρόστενα κυλινδρικά (long strand) ή στα μακρόστενα επίπεδα (ribbon) ζυμαρικά;

- i Σπαγγέτι (spaghetti), φιδές (vermicelli), νούντλς (noodles).
- ii Πέννε (penne), ριγκατόνι (rigatoni), γκαργκανέλι (garganelli).
- iii Λαζάνια (lasagna), ταλιατέλες (tagliatelle), παπαρδέλες (pappardelle).
- iv Λιγκουίνι, (linguine), φετουτσίνε (fettuccine).

(2 μονάδες)

(β) Ποιος από τους πιο κάτω παράγοντες, **δεν αποτελεί** καθοριστικό ρόλο για το μαγείρεμα των ζυμαρικών;

- i Ο τύπος των ζυμαρικών και ο τύπος του αλευριού που παρασκευάστηκαν.
- ii Η υφή και η ποιότητα των ζυμαρικών.
- iii Το μέγεθος, το σχήμα και το πάχος των ζυμαρικών.
- iv Η αρχική περιεκτικότητα των ζυμαρικών σε υγρασία.

(2 μονάδες)

4. Ο τρόπος διάταξης εδεσμάτων στο πιάτο (στυλ στησίματος), διαφέρει ανάλογα με την τεχνική της παρουσίασης φαγητού που θα επιλεγεί.

(α) Ποιος από τους πιο κάτω τρόπους διάταξης εδεσμάτων στο πιάτο (στυλ), **δεν αποτελεί** μέρος της σύγχρονης τεχνικής παρουσίασης φαγητού στο πιάτο.

- i Στοίβαξη (Stacking)
- ii Βουνό (Mount)
- iii Ήλιος (Sun)
- iv Στοιχεία (Elemental)

(2 μονάδες)

(β) Ποια από τις πιο κάτω δηλώσεις **δεν εφαρμόζεται** στην τεχνική της κλασικής παρουσίασης φαγητού στο πιάτο.

- i Το ποσοστό το οποίο αντιστοιχεί στο κάθε μέρος των εδεσμάτων στο πιάτο είναι 50% για το κυρίως υλικό (π.χ. πρωτεΐνη), 25% για το άμυλο (π.χ. ρύζι) και 25% για τα λαχανικά (π.χ. καρότα, φασολάκια).
- ii Για τον κλασικό τρόπο διάταξης των εδεσμάτων στο πιάτο, δόθηκε η ονομασία το «πρόσωπο του ρολογιού» (clock face plating), έχοντας ως κανόνα τους δείκτες του ρολογιού.
- iii Η κύρια παρασκευή (π.χ. πρωτεΐνη), τοποθετείται η ώρα 6:00 και οι γαρνιτούρες τοποθετούνται η ώρα 12:00.
- iv Τα λαχανικά τοποθετούνται η ώρα 9:00 και τα άμυλα ή υδατάνθρακες τοποθετούνται η ώρα 3:00.

(2 μονάδες)

5. Να επιλέξετε την ορθή απάντηση στις πιο κάτω δηλώσεις.

(α) Ποιο από τα πιο κάτω είδη κουζίνας **δεν προέκυψε** κατά την περίοδο της ανάδειξης της σύγχρονης τεχνικής παρουσίασης φαγητού στο πιάτο;

- i Fusion Cuisine (Φιούζιον Κουζίνα)
- ii Cuisine Française (Γαλλική Κουζίνα)
- iii Molecular Cuisine (Μοριακή Κουζίνα)
- iv Spa Cuisine (Κουζίνα Σπα)

(2 μονάδες)

(β) Ποια από τις πιο κάτω δηλώσεις **δεν σχετίζεται** με τους γενικούς κανόνες της σύγχρονης τεχνικής παρουσίασης φαγητού στο πιάτο;

- i Η αντίθεση σε ύψη, υφές και θερμοκρασίες υπερισχύει στο πιάτο.
- ii Η χρήση διαφόρων μεθόδων μαγειρέματος σε ένα πιάτο είναι πλέον επιτρεπτή.
- iii Οι γαρνιτούρες χρησιμοποιούνται ως συμπληρωματικό στοιχείο στο πιάτο.
- iv Οι σάλτσες χρησιμοποιούνται ως βάση στο πιάτο, αντί να καλύπτουν την κύρια παρασκευή.

(2 μονάδες)

6. Να επεξηγήσετε τους πιο κάτω μαγειρικούς όρους.

(α) **Cuisine Régionale:**

(β) **Grande Cuisine:**

(4 μονάδες)

7. Να κατονομάσετε τις τέσσερις (4) κατηγορίες στις οποίες ταξινομούνται οι σαλάτες, σύμφωνα με τη χρήση και τη θέση τους στο μενού. Να δώσετε ένα (1) αντιπροσωπευτικό παράδειγμα για την κάθε κατηγορία.

A/A	Κατηγορίες Σαλατών	Αντιπροσωπευτικά Παραδείγματα
(α)		
(β)		
(γ)		
(δ)		

(4 μονάδες)

8. Να κυκλώσετε την ορθή λέξη, μια (1) εκ των δυο (2) υπογραμμισμένων, σύμφωνα με τις πιο κάτω δηλώσεις.

(α) Η τροποποίηση συνταγών και η χρήση ξηρών και υγρών μεθόδων μαγειρέματος σε ένα γεύμα, δεν επιτρέπεται στην κλασική / μοντέρνα κουζίνα.

(β) Ο συνδυασμός μεθόδων μαγειρέματος, γεύσεων και χρωμάτων στο ίδιο πιάτο, επιτρέπεται στην μοντέρνα / σύγχρονη παρουσίαση φαγητού στο πιάτο.

(γ) Η συμμετρική τοποθέτηση των εδεσμάτων, αποτελεί προϋπόθεση στην προσέγγιση της σύγχρονης / κλασικής παρουσίασης φαγητού στο πιάτο.

(δ) Η επανάληψη συστατικών σε ένα γεύμα ή σε ένα μενού είναι επιτρεπτή με βάση την προσέγγιση της μοντέρνας / σύγχρονης κουζίνας.

(4 μονάδες)

9. Να αναφέρετε τέσσερα (4) χαρακτηριστικά της ελληνικής ταβέρνας.

(α)	
(β)	
(γ)	
(δ)	



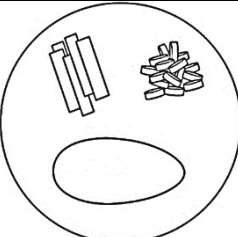
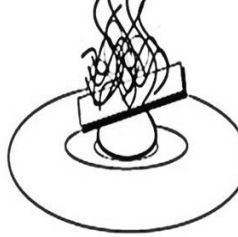
(4 μονάδες)

10. Να αναφέρετε τέσσερις (4) παράγοντες οι οποίοι μπορούν να συμβάλουν στην διαφοροποίηση ενός παραδοσιακού μενού κυπριακής ταβέρνας.

(α)	
(β)	
(γ)	
(δ)	

(4 μονάδες)

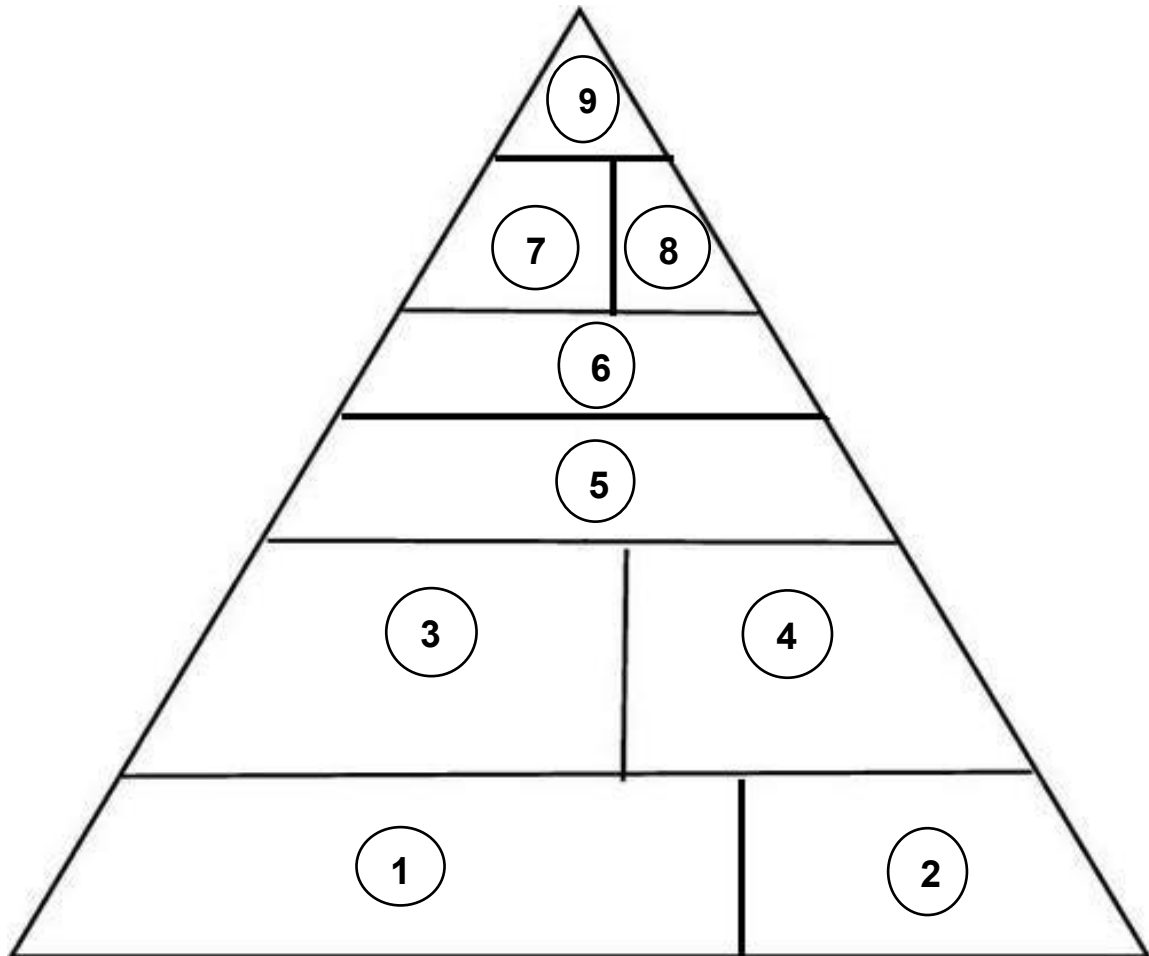
11. Να αντιστοιχίσετε τους τρόπους διάταξης εδεσμάτων στο πιάτο (στυλ) με βάση τις απεικονίσεις από τη Στήλη Α, με την ανάλογη ονομασία τους από τη Στήλη Β.

Στήλη Α Απεικονίσεις Στυλ Στησίματος		Στήλη Β Ονομασίες Στυλ Στησίματος	
1		Α	Τριλογία (Trios)
2		Β	Στοίβαξη (Stacking)
3		Γ	Βεντάλια (Fan)
4		Δ	Πρόσωπο του Ρολογιού (Clock Face)

Στήλη Α	1	2	3	4
Στήλη Β				

(4 μονάδες)

12. Να συμπληρώσετε το πιο κάτω διάγραμμα το οποίο απεικονίζει την πυραμίδα της “lacto-ono” (γαλακτό-αυγό) χορτοφαγικής διατροφής, με τις υπόλοιπες οκτώ (8) ομάδες τροφίμων που την συνθέτουν, λαμβάνοντας υπόψη την αριθμηση της.



1.	6.
2.	7.
3.	8.
4.	9. Γλυκά
5.	

(4 μονάδες)

ΤΕΛΟΣ ΜΕΡΟΥΣ Α΄
ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ Β΄

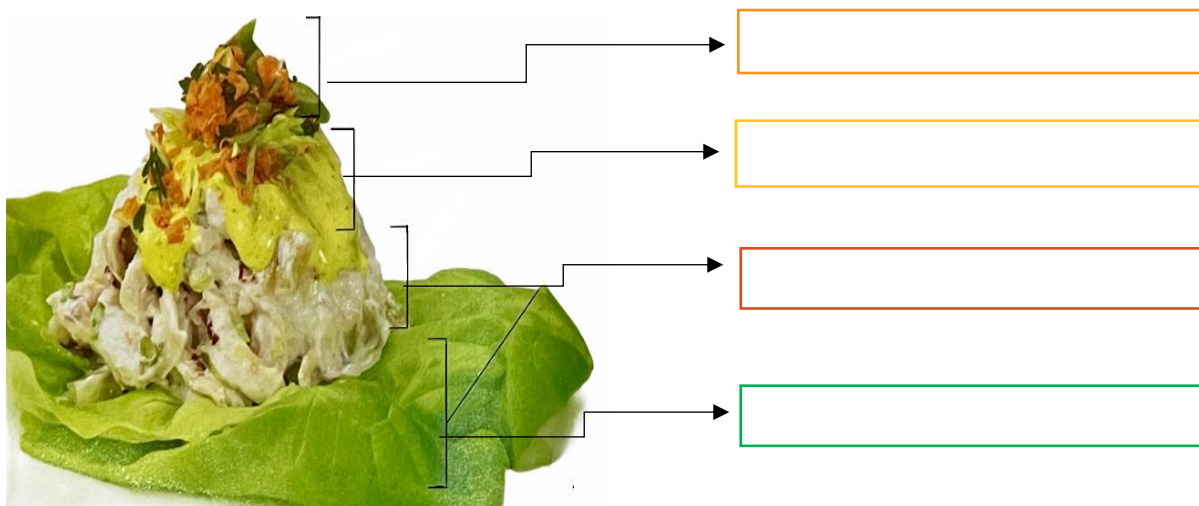
ΜΕΡΟΣ Β΄ (Μονάδες 32)

Αποτελείται από τέσσερις (4) ερωτήσεις.

Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με οκτώ (8) μονάδες.

13. Η επιτυχία μιας σαλάτας εξαρτάται από την σύνθεσή της, την επιλογή, τη χρήση και τον συνδυασμό φρέσκων και καλής ποιότητας συστατικών.

(α) Να κατονομάσετε τα τέσσερα (4) μέρη από τα οποία αποτελείται μια σαλάτα.



(2 μονάδες)

(β) Να κατονομάσετε τους τρεις (3) τύπους στους οποίους χωρίζονται οι σαλάτες, ανάλογα με το περιεχόμενο και τη δομή τους.

- i. _____
- ii. _____
- iii. _____

(3 μονάδες)

(γ) Να αναφέρετε τρεις (3) κανόνες παρουσίασης σαλατών που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη για το σερβίρισμά τους σε μπουφέ, είτε σε σαλατιέρες ή είτε σε πιατέλες.

- i. _____
- ii. _____
- iii. _____

(3 μονάδες)

14. Ένα σάντουιτς αποτελείται από τέσσερα (4) μέρη, τα οποία συνδυάζοντάς τα, συνθέτουν ένα ολοκληρωμένο φαγητό. Η ποιότητα, η ποσότητα και η γεύση κάθε συστατικού συμβάλλει στη συνολική επιτυχία ενός σάντουιτς.

(α) Να επεξηγήσετε τα τέσσερα (4) μέρη από τα οποία αποτελείται ένα σάντουιτς.

i **ΒΑΣΗ**

ii **ΑΛΕΙΜΜΑ**

iii **ΓΕΜΙΣΗ**

iv **ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑ**

(4 μονάδες)

(β) Να επεξηγήσετε τους πιο κάτω μαγειρικούς όρους.

i. **Κεσαδίγιας (Quesadillas)**

ii. **Εντσιλάδας (Enchiladas)**

(4 μονάδες)

15. Τα ρύζια κατηγοριοποιούνται σε τρεις (3) τύπους ανάλογα με το χρώμα, το μέγεθος και την περιεκτικότητά τους σε άμυλο.

(α) Να κατονομάσετε τους τρεις (3) τύπους ρυζιού και να δώσετε δυο (2) αντιπροσωπευτικά παραδείγματα για τον κάθε τύπο.

Τύποι Ρυζιού	Αντιπροσωπευτικά Παραδείγματα	

(3 μονάδες)

(β) Να αντιστοιχίσετε τις ποικιλίες ρυζιού της στήλης Α, με την ιδανική χρήση τους, για την παρασκευή των εθνικών παραδοσιακών εδεσμάτων (φαγητών) της στήλης Β.

Στήλη Α Ποικιλίες Ρυζιού		Στήλη Β Εθνικά Παραδοσιακά Εδέσματα	
A	Ρύζι Γλασέ (Glutenous Rice)	1	Sushi Rolls (Σούσι)
B	Ρύζι Αρμπόριο (Arborio Rice)	2	Paella (Παέγια)
Γ	Ρύζι Βαλένθια (Valencia Rice)	3	Pad Thai (Παντ τάι)
Δ	Ρύζι Μπασμάτι (Basmati Rice)	4	Rice Pudding (Ρυζόγαλο)
		5	Biryani (Μπιριάνι)
		6	Risotto (Ριζότο)

Στήλη Α	A	B	Γ	Δ
Στήλη Β				

(2 μονάδες)

(γ) Να βάλετε στη σειρά από το 1 μέχρι το 6 τα στάδια παρασκευής για το βασικό ιταλικό ριζότο.

ΣΕΙΡΑ		
	Condimenti	Προσθήκη του βασικού συστατικού.
	Soffritto	Σοτάρισμα κρεμμυδιού και σκόρδου σε βούτυρο ή ελαιόλαδο.
	All' onda	Αναφέρεται στη ρευστότητα και την κρεμώδη υφή που πρέπει να έχει το ριζότο, έτσι ώστε να απλώνεται με ευκολία στο πιάτο.
	Riso	Προσθήκη ρυζιού και σοτάρισμα του στο βούτυρο.
	Mantecatura	Προσθήκη της τελευταίας κουταλιάς ζωμού, έπειτα τα κομμάτια παγωμένο βούτυρο και το τριμμένο τυρί παρμεζάνα.
	Brodo	Προσθήκη λευκού κρασιού και σταδιακή προσθήκη ζεστού ζωμού με συνεχές ανακάτεμα.

(3 μονάδες)

16. Η χορτοφαγία είναι μια διατροφική προσέγγιση με ρίζες από την Αρχαία Ελλάδα. Τα τελευταία χρόνια, παρατηρείται αυξημένος αριθμός ατόμων οι οποίοι υιοθετούν κάποιο τύπο χορτοφαγικής διατροφής.

(α) Να γράψετε τον ορισμό της χορτοφαγίας.

(2 μονάδες)

(β) Να κατονομάσετε τους τρεις (3) τύπους της χορτοφαγικής διατροφής, καθώς επίσης και δύο (2) από τις τρεις (3) κατηγορίες των χορτοφάγων που υπάγονται στον κάθε τύπο.

i Τύπος χορτοφαγικής διατροφής: _____

- _____
- _____

ii Τύπος χορτοφαγικής διατροφής: _____

- _____
- _____

iii Τύπος χορτοφαγικής διατροφής: _____

- _____
- _____

(6 μονάδες)

**ΤΕΛΟΣ ΜΕΡΟΥΣ Β΄
ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ Γ΄**

ΜΕΡΟΣ Γ' (Μονάδες 20)

Αποτελείται από δυο (2) ερωτήσεις.

Κάθε ορθή απάντηση βαθμολογείται με δέκα (10) μονάδες.

17. Η μακραίωνη ελληνική γαστρονομία, διαμορφώθηκε όπως την γνωρίζουμε σήμερα, επηρεασμένη από διάφορους παράγοντες.

(α) Να αναφέρετε τέσσερις (4) παράγοντες οι οποίοι επηρέασαν την Ελληνική γαστρονομία.

- i _____
- ii _____
- iii _____
- iv _____

(4 μονάδες)

(β) Να αναφέρετε τα τέσσερα (4) κοινά στοιχεία της γαστρονομίας των ελληνικών νησιών.

- i _____
- ii _____
- iii _____
- iv _____

(4 μονάδες)

(γ) Να επεξηγήσετε τις πιο κάτω ορολογίες της ελληνικής κουζίνας.

i **Μαγειρίτσα**

ii **Γαρδούμπα**

(2 μονάδες)

18. Για την επιτυχή σύνθεση ενός μενού ιταλικής κουζίνας, θα πρέπει να λάβετε υπόψη τη δομή και τα στάδια παράθεσης ενός παραδοσιακού ιταλικού γεύματος.

(α) Να κατονομάσετε πέντε (5) από τα δέκα (10) στάδια από τα οποία αποτελείται ένα παραδοσιακό ιταλικό γεύμα.

1.
2.
3.
4.
5.

(5 μονάδες)

(β) Να συνθέσετε ένα προκαθορισμένο μενού ιταλικής κουζίνας με τέσσερις (4) σειρές, το οποίο θα πρέπει να αποτελείται από ένα (1) κρύο ορεκτικό, μια (1) σαλάτα, ένα (1) κυρίως φαγητό με τα συνοδευτικά του και ένα (1) επιδόρπιο πιάτο.

ΚΡΥΟ ΟΡΕΚΤΙΚΟ

ΣΑΛΑΤΑ

ΚΥΡΙΩΣ ΦΑΓΗΤΟ

ΕΠΙΔΟΡΠΙΟ

(5 μονάδες)

ΤΕΛΟΣ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟΥ ΔΟΚΙΜΙΟΥ