

Die kretische Ernährung lokale Produkte



Region of Crete
www.incrediblecrete.gr



Operational Programme Crete and the Aegean Islands 2007-2013
Co-financed by Greece and the European Union





Suchen Sie nicht nach einer Pille,
die die kretische Ernährung erset-
zen könnte. So etwas gibt es nicht.
Serge Renaud, 1998

Die kretische Ernährung ist von Wissenschaftlern in der ganzen Welt erforscht worden. Die eher überraschenden Ergebnisse dieser Studien haben weltweit Aufsehen erregt, weil sie die enormen Vorteile für die Gesundheit der Inselbewohner und das seltener Auftreten von verschiedenen Krankheiten im Vergleich zu anderen Orten unserer Erde dokumentieren.

Dank ihrer Artenvielfalt und der besonderen klimatischen Bedingungen ist die Insel Kreta ein Ort, der das Wachsen von ausgezeichneten wilden Kräutern und Gemüse begünstigt. All dies, zusammen mit den Molkereiprodukten, hat seit Jahrhunderten die Ernährungsgewohnheiten der Kreter geprägt, und die kretische Ernährung als die gesündeste von allen Varianten mediterraner Ernährung berühmt gemacht. Die Grundlage der kretischen Ernährung bilden hauptsächlich das Olivenöl, große Mengen an Gemüse und relativ wenig Fleisch.

Doch was die kretische Ernährung, abgesehen von den eigentlichen Essgewohnheiten, einmalig unter den anderen Varianten mediterraner Ernährung macht, ist die Philosophie, die damit zusammenhängt. Es geht im Grunde um eine ganz neue Lebensweise, die wesentliche soziale Werte und Gewohnheiten umfasst, wie Gastfreundschaft, Familienleben, Fasten und tägliche körperliche Betätigung, die traditionell mit landwirtschaftlichen Tätigkeiten verbunden ist.

Die modernen Gesellschaften mussten sich natürlich an einen schnelleren Alltag anpassen, und das beeinflusst alle Aspekte der zwischenmenschlichen Beziehungen. Dabei haben die Konsumenten die Nahrungsmittel und ihre Beschaffung immer mehr auf den Prüfstand gestellt. Lebensmittelskandale und Hygieneprobleme bei der Nahrungsmittelproduktion waren noch nie so verbreitet. In diesen unruhigen Zeiten bieten die Produkte, die für die kretische Ernährung typisch sind, eine sichere Alternative, da ihre jahrhundertealten Eigenschaften sie eher einmalig unter den aktuellen Ernährungstrends machen. Und obwohl das, was diese Ernährung so außergewöhnlich macht, ihre Tradition ist, wäre sie ohne die lokalen Qualitätsprodukte nicht so wirksam. Das Wichtigste und Hauptsächliche bei der Zubereitung von kretischen Gerichten ist eine große Fülle von einfachen Zutaten.

Die reinsten Zutaten, einfache Rezepte, Rücksichtnahme auf die Saisonabhängigkeit der Produktion und minimale Verarbeitung: nur eine Handvoll von Grundprinzipien, welche die kretische Küche zu einem einmaligen Erlebnis machen. Verschiedene Kettenreaktionen in der internationalen Lebensmittelindustrie verändern stetig die Fakten um unsere Ernährung. Geringe Verwendung von Pestiziden und eine nachhaltige Abfallwirtschaft machen Kreta zu einem der beliebtesten Reiseziele für Feinschmecker. Eine grüne Landwirtschaft und die Zertifizierung von Produkten helfen uns dabei, die Werte zu schützen, die uns durch diese Esskultur vermittelt worden sind. Deswegen kann man nicht genug betonen, dass die kretische Ernährung nicht nur das betrifft, was wir essen, sondern auch unsere Lebensführung und die Bewirtschaftung unserer Ressourcen.



Ein Korb voller lokaler Produkte

Das kretische Land bietet Vielfalt und Fülle, die es seinem abwechslungsreichen Landschaftsbild verdankt; eine Verbindung von endlosen Küstenlinien und von Gebirgsmassiven sichert eine große Vielfalt an Produkten. An der Spitze steht natürlich das kretische Olivenöl.

Achtzehn kretische landwirtschaftliche und tierische Erzeugnisse, plus zwölf lokale Weinsorten, sind bis jetzt als geschützte Ursprungsbezeichnungen (GUB) und geschützte geografische Angaben (ggA) eingetragen.



Olivenöl und Tafeloliven:

Die Olivenbäume und ihre wertvollen Früchte sind seit mehr als 3.500 Jahren Teil des kretischen Lebens. Der Hintergrund der komplexen Beziehung zwischen den Kretern, ihren Olivenbäumen und ihrem Olivenöl ist viele Jahrhunderte alt. Die minoische Zeit liegt weit in der Vergangenheit zurück, aber die Früchte und das Öl des Olivenbaums sind immer noch ein Teil des Lebens der Inselbewohner: Sie sind keinesfalls nur ein Produkt, im Gegenteil: sie sind ein Symbol für die kretische Zivilisation im Laufe der Jahrhunderte.

Im Palast von Zakros finden wir eindrucksvolle Fresken, die die Olivennernte darstellen, Vasen und ganze Oliven aus dem 3. Jahrtausend v. Chr.

Auf Kreta sagen die Älteren oft: "Selbst in seinem Schatten zu sitzen ist wohlthuend."

Im Laufe der Zeit haben die Inselbewohner verschiedene Verwendungsmöglichkeiten für den Olivenbaum gefunden, und sie verwenden immer noch sein Holz zum Heizen, für die Beleuchtung, für die Herstellung von Haushaltsgegenständen und für die Nahrungsmittelaufbewahrung. Das Olivenöl und die Tafeloliven sind bei jedem kretischen Mahl unentbehrlich, und die Kreter über-

treiben oft was dessen täglichen Konsum betrifft. Das Olivenöl hat auch seinen Platz in allen religiösen Zeremonien und ist von größter Wichtigkeit in der Religion, von der Geburt an bis zum Tode.

Bislang sind elf Olivenölsorten als GUB oder ggA eingetragen, und die Tafeloliven Throuba von Abadia in Rethymnon sind auch als GUB eingetragen. Kreta produziert ein Drittel des griechischen Olivenöls, und auf dem kultivierbaren Land der Insel gibt es 35.000.000 Olivenbäume. Es handelt sich größtenteils (ca 90%) um extra natives Olivenöl.

Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass Olivenöl im Allgemeinen die Gesundheit und die Langlebigkeit fördert, wenn es ausschließlich verwendet wird (wenn keine anderen Fette zum Kochen verwendet werden). Der natürliche Olivensaft enthält ungesättigte Fettsäuren und Vitamin E, die das gute Cholesterin (HDL) erhöhen und somit Schutz vor Herzkrankheiten und anderen Störungen von vitalen Organen bieten.



Molkereiprodukte:

Der kretischen Viehzuchttradition verdanken wir eine Vielzahl von Molkereiprodukten, zu denen ausgezeichnete Käsesorten, Joghurt und eine krümelartige Pasta mit dem Namen Ksinochondros gehören, die alle aus Ziegen- und Schafmilch hergestellt sind.

Die Kreter lieben Molkereiprodukte sehr; und keine Mahlzeit ist komplett ohne mindestens eine Sorte Käse. Käse mit Honig ist sogar als Dessert beliebt. Käse gehört zu vielen verschiedenen traditionellen - süßen oder pikanten - Pastetenrezepten (wie z. B. Kaltsounia, Mizithra-Pasteten, Sfakianes, Lichnarakia, Anevata u.s.w.).

Der entscheidende Faktor, der neben der hochqualitativen Milch den kretischen Käse zu einem Spitzenprodukt für Feinschmecker macht und immer machen wird, ist der menschliche Faktor, d.h. der Produzent. Die Käsehersteller halten sich an traditionelle Herstellungsmethoden, wenn auch unter Verwendung von modernen und sichereren Anlagen, und bieten so den heutigen Generationen einmalige traditionelle Käsesorten.

Bisher sind vier Käsesorten als GUB eingetragen: Der Kretische Graviera, Ksinomizithra, Pichtogalo aus Chania und Ksigalo aus Sitia. Außer den GUB-Käsesorten können Sie viele andere weiße und gelbe Käsesorten wie Anthotiro, Mizithra, Kefalotiri, Malaka, Staka und Tirozouli entdecken.





Gemüse und heimische Kräuter:

Kretas Klima und Boden begünstigen das Wachsen von heimischen Kräutern und Gemüse das ganze Jahr über. Auf Kreta gibt es viele essbare wilde Kräuterpflanzen, die für die kretische Ernährung sehr charakteristisch sind. Wie traditionelle Rezepte belegen, muss in der kretischen Ernährung Fleisch immer mit Gemüse und grünen Pflanzen serviert werden. Grüne Blätterpflanzen wachsen in felsigen Berggebieten, aber auch am Meer: Ihre Stängel und Wurzeln haben oft einen einzigartigen, bitteren Geschmack.

Die heilende Kraft der Kräuter war schon immer den Heilpraktikern bekannt, heutzutage sind ihre besonderen medizinischen Eigenschaften aber auch dokumentiert. Botanische Studien haben gezeigt, dass Kreta eines der reichsten und interessantesten Ökosysteme von Europa besitzt, mit einer bedeutenden Zahl von heimischen Pflanzen. Die kretischen Kräuter wachsen auf steilen Hängen und werden von erfahrenen Personen gesammelt, und werden dann an der Luft getrocknet und in modernen Anlagen verpackt, ohne jegliche weitere Verarbeitung. Manche Arten, wie Malotira und Diktam, können gezüchtet werden, und man findet sie auf den Märkten in aller Welt.

Obst:

Obstbäume, und speziell Zitruspflanzen, wachsen in vielen Gegenden von Kreta. Die Orangen von Maleme bei Chania sind als GUB eingetragen; andere bekannte Arten sind die Orangen aus Milopotamos und Fodele, die Kirschen aus Gerakari, die Bananen aus Arvi und die Äpfel aus der Hochebene von Lassithi. Heutzutage ist auch der Anbau alternativer Feldpflanzen entwickelt, und früher vernachlässigte Produkte wie Stachelbienen haben wieder an Bedeutung gewonnen.

Getrocknete Feigen, Sultaninen und Korinthen waren schon immer für die Ernährung der einheimischen Bevölkerung wichtig und sind auch ein wichtiges Exportgut. Ihr hoher Energiewert macht sie ganz besonders für den Winter geeignet. Andere Traubenprodukte wie das süße, zähflüssige Petimezi, spielen ebenfalls in der kretischen Küche als natürliche Süßstoffe eine wichtige Rolle.



Fleisch:

Auf Kreta wurde schon immer mehr Schaf- und Ziegenfleisch als Schweine- oder Kalbfleisch gegessen. Kleine Viehbetriebe und die besondere Gestaltung der kretischen Landschaft waren der Grund dafür, dass es viele Herden von kleineren Tieren gibt, die meistens auf bergigen Weiden grasen. Die traditionelle Viehzucht wäre ohne die Fülle und den Nährwert der heimischen Pflanzen, mit denen sich die Tiere ernähren, nichts Besonderes. Das ist es, was ihre Milch

und ihr Fleisch so schmackhaft und ihre Besitzer so stolz macht. Andikristo ist eine bemerkenswerte Tradition des Bratens von Lamm- und Ziegenfleisch, die im Festland von Kreta üblich ist und von den Bratmethoden der Schäfer, während sie in den Mitata wohnten, herührt. In der kretischen Küche ist weißes Fleisch genauso beliebt wie Schaf- oder Ziegenfleisch; es kommt meistens von Haustieren wie Kaninchen oder Hühnern.

Traditionelles geräuchertes Fleisch:

Apaki und Siglina - Stücke von geräuchertem Schweinefleisch - und Essigwürste sind ausgezeichnete Leckerbissen der kretischen Küche. Ihr Geschmack ist so einzigartig, weil sie mit einer besonderen Methode geräuchert werden, über Kräutern, die sie mit ihren wundervollen Düften

durchtränken. Diese Methode ergab sich aus der Notwendigkeit, das Fleisch auf natürliche Weise zu konservieren und kleine Mengen davon das ganze Jahr lang zu konsumieren, so dass es immer etwas davon gab. Die kreative griechische Küche verwendet immer mehr Apaki, anstatt von importiertem Geräuchertem aus Spanien und Italien.



Brot und Zwieback:

Traditionelles kretisches Brot und Zwieback sind wichtige Bestandteile der kretischen Kultur. Unter den Funden der Ausgrabungen minoischer Stätten gibt es auch Frühformen von einfachem Gerstenbrot. Etliche traditionelle Backmethoden und Rezepte sind bis in die heutige Zeit erhalten: einige davon haben sogar einen mystischen Zug (wie die Herstellung eines speziellen Zwiebacks, des Eptazimo). Die vielen Sorten von kretischen Backwaren sind wesentlicher Bestandteil der täglichen Kost, aber spezielle Brotsorten sind auch mit religiösem Kult und lokalen Sitten verbunden. Christosomo wird Christi zu Ehre gebacken, und es gibt spezielle Brote für die Frauen nach der Entbindung, für Taufen und Hochzeiten (Ksompilasta, runde, dekorierte Brote).

Zwieback wird ähnlich wie Brot hergestellt, doch werden die Laibe dann in Scheiben geschnitten, die nochmal gebacken werden, damit sie trocknen. Die Minoer nannten sie "dipiritis artos", d.h. "zweimal gebackenes Brot". Der kretische Zwieback Dakos ist als geschützte geografische Angabe (ggA) eingetragen. Zwieback findet sich in vielen zeitgenössischen Rezepten, von denen die bekannteste die kretische Koukouvagia (=Eule) ist, der einfache Tomatensalat mit weichem Käse und Zwieback, der den Zwieback auch außerhalb der Insel bekannt gemacht hat.



Honig:

Der Honig, eins der wichtigsten kretischen Produkte, wäre ohne die Fülle der aromatischen Pflanzen und Kräutern, die auf der Insel wuchern, nicht das, was er ist. Honig erscheint zum ersten Mal in der Antike. Einer der wichtigsten Funde aus der minoischen Zeit ist das goldene Schmuckstück mit den zwei Bienen, was davon zeugt, dass die Bienenzucht seit frühesten Zeiten existierte. In der kretischen Küche ersetzt Honig den Zucker als Süßstoff und wird oft mit Molkereiprodukten kombiniert. Die beliebtesten Honigarten sind Thymianhonig und Kiefer-Thymianhonig, die sehr aromatisch und auch sehr gesund sind.

Tsikoudia:

Der von den meisten Kreten bevorzugte Schnaps, Raki oder Tsikoudia, ist als g.g.A. eingetragen. Er ist bei allen gesellschaftlichen Aktivitäten zu finden, und es gibt ihn in jedem Haushalt der Insel. Mit der Zeit ist Tsikoudia zu einem Symbol von Freundschaft und Gastfreundschaft geworden, ein Schnaps, der Bekanntschaften und neue Freundschaften erleichtert. Es ist mehr als ein bloßes Getränk; es ist ein Kommunikationsmittel unter Freunden wie auch unter Fremden. Dieser interessante Schnaps wird durch einfache Destillation von Traubentrester hergestellt. Dazu eignen sich auch andere Früchte mit hohem Zuckergehalt, wie Feigen, Beeren und Pflaumen, und manchmal werden in das Endprodukt Blaubeeren gegeben. Irgendwann zwischen Oktober und Ende November werden die traditionellen Kazania veranstaltet, ein "Tag der offenen Tür", der den Inselbewohnern und den Fans des "brennenden Wassers", wie sie es nennen, die Gelegenheit bietet, zusammen zu feiern.





Fisch:

Kreta mag eine Insel sein, aber seine Kultur ist eher der des Festlands ähnlich. Die Inselbewohner haben immer die Gegenden bevorzugt, die in der Nähe der Berge sind, wo sie friedlich die Landwirtschaft, die Viehzucht und den Handel entwickeln konnten, weil die Küstengegenden den Überfällen von Piraten und Freibeutern ausgesetzt waren. Doch haben es einige kleine Dörfer geschafft, zu überleben und sogar nach dem Tourismusboom zu gedeihen. Es gibt genug berühmte Orte an den

Küsten des Kretischen und des Libyschen Meeres, die eine große Vielfalt an wirklich frischen Fischen bieten. Kissamos in Chania, Agia Galini in Süd-Rethymnon, Milatos, Elounta und Plaka in Lassithi sind alle berühmt für ihre Fischrestaurants und die Gelegenheiten zum Fischen.

Chochlios:

Das ist eine andere Bezeichnung für Schnecken, eine spezielle, typische kretische Delikatesse. Zu den beliebten Rezepten gehören: Schnecken gekocht mit chondros; Eintopf mit Courgetten und Kartoffeln; einfach nur gebraten, oder boubouristi (gekocht und dann mit Kräutern gebraten).



Weitere Nutzpflanzen:

In den letzten Jahren werden wieder Nutzpflanzen kultiviert, welche in früheren Zeiten exportiert wurden, während auch neue, vielversprechende Pflanzen kultiviert werden.

Johannisbrot:

Kreta hat die größten natürlichen Johannisbrotwälder des südlichen Mittelmeerraums. Johannisbrot war früher ein Hauptbestandteil von Futtermitteln, aber dann wurde es für etliche Jahrzehnte vergessen, bevor es dann wiederentdeckt wurde. Weil es ein Süßmittel ist, stellt es eine wichtige Energiequelle der kretischen Ernährung dar; es ist aber auch zur Herstellung von Mehl benutzt worden. Johannisbrot hat ein bemerkenswertes Comeback auf

den modernen Märkten gemacht, mit innovativen Produkten, die hauptsächlich in Bäckerei- und Konditoreiprodukten verwendet werden; auf diese Weise gibt es den modernen Ernährungstrends eine traditionelle Grundlage.

Aloe:

Aloe, seit der Zeit Alexanders des Großen als die Pflanze der Unsterblichkeit bekannt, erlangt wieder ihren alten Ruhm, indem sie in der Pharmaindustrie und bei der Produktion von Naturkosmetika benutzt wird. Der Boden von Ostkreta hat sich für die neuen Kulturen als besonders geeignet erwiesen, und die Erzeuger sind bereit, in neue Produkte mit guten Exportchancen zu investieren.





Die kretischen Weingärten

“Gutes Essen ohne guten Wein ist nichts wert”

Dieser Satz erfasst die Trends in der Gastronomie und im Alltag von Kreta, da in den letzten Jahren der Wein die Herzen der Weinfreunde auf der Insel und auch über Kreta hinaus.

Wein ist ein unabdingbarer Teil der kretischen Ernährungskultur und Gastfreundschaft. Die Traditionen für die Herstellung von Wein bleiben auf der Insel seit 4.000 Jahren lebendig. Die Kreter haben ihre Weinstöcke liebevoll gepflegt, um Wein oder Trauben zu produzieren. Diese zwei Produkte wurden sehr bekannt und haben dem allgemeinen Handel der Insel einen bedeutenden Antrieb gegeben, mit wichtigen

Exporten seit der Eroberung der Insel durch die Venezianer. Jeder Haushalt in Kreta produziert seinen eigenen Wein und seine eigene Tskoudia, und zwar in ausreichender Menge, um die Bedürfnisse der Familie zu decken und sogar etwas davon Freunden zu schenken. Bis zur heutigen Zeit ist die Pflege der Weinstöcke für alle Familien sehr wichtig.

Der standardisierte kretische Wein hat aber eine schwere Zeit durchgemacht, bis er auf den internationalen Märkten die Anerkennung gewann, die er verdient. Jedoch scheint sich in den letzten zehn Jahren das Blatt zugunsten der kretischen Weingärten zu drehen: Der kretische Wein findet Verbreitung und gewinnt Preise, und dazu einen eigenen, besonderen Platz

auf den Weinlisten von angesehenen Restaurants der ganzen Welt. Dank elf einzigartiger, heimischer Traubensorten können die kretischen Hersteller sowohl Wein aus einer Traubensorte, als auch interessante Mischungen mit anderen europäischen Weinsorten produzieren, die auf der Insel wachsen.

Die bekanntesten, welche ihren Weg in unsere Gläser zurückgefunden haben, beinhalten sowohl weiße (Vilana, Vidiano, Dafni, Thrapsathiri, Malvazia, Moschato, Plito) als auch rote Sorten (Kotsifali, und die wichtigsten, Liatiko, und Mantilari).

Das Netzwerk der kretischen Winzer ist der erste wichtige Zusammenschluss von Winzern

auf Kreta und besteht aus 30 Winzern und Kellereien. Das Netzwerk hat ausgezeichnete Erfolge bei der Förderung und Vermarktung des kretischen Weines zu verzeichnen. Diese Bemühungen werden auch durch gemeinsame Aktionen und Veranstaltungen unterstützt, die von den Winzern zur Förderung des kretischen Weines organisiert werden. Die Hersteller machen die bestmögliche Nutzung der gemeinsamen Förderungsstrategie und der Teilnahme an Messen, und so setzen sie wirklich das Motto “Einigkeit macht stark” in die Praxis um.

Folgen Sie den Weinwegen durch das ganze Jahr und entdecken Sie das echte Weinerlebnis in einer der offenen kretischen Kellereien. Für weitere Informationen besuchen Sie bitte www.winesofcrete.gr



Kreta: ein Reiseziel für Feinschmecker

Die kretischen Produkte und die kretische Küche haben ihren eigenen, besonderen Platz in der internationalen Gastronomie, und das ist der Verwendung von hochqualitativen Zutaten zu verdanken, welche zusätzlich noch die Gesundheit stärken. Gleichzeitig nehmen immer mehr Restaurant- und Hotelbetreiber die kretische Küche in ihr touristisches Angebot auf. In diesem Zusammenhang hat auch die Region Kreta wichtige Initiativen ergriffen, um den primären Sektor voranzubringen und mit Tourismus zu verbinden.





Kreta als Markenname - eine Wiege von Werten:

Kreta ist eines der Spitzenreiseziele für Touristen aus aller Welt. Die kretische Ernährung ist ein ziemlich neues touristisches Produkt, das einer gemeinsamen Identität bedarf - eines einheitlichen Markennamens, der seine Einzigartigkeit vorzeigen und seine Sichtbarkeit erhöhen wird.

Die Region Kreta hat den Markennamen "CRETE" für die Kennzeichnung von traditionellen lokalen Produkten nach Qualitätskontrollen gewählt. Der Markenname zielt darauf ab, die Qualität und den traditionellen Charakter von streng lokalen Produkten hervorzuheben. Suchen Sie in Griechenland und im Ausland nach Produkten, die den Markennamen "CRETE" führen.

Es sind zwei weitere Gütezeichen für die kretische Ernährung und die Offenen Kellereien eingeführt worden, mit demselben Ziel und unter derselben regionalen Dachmarke.





Das Gütezeichen der kretischen Ernährung

Dieses Gütezeichen wird an Restaurants vergeben, welche die Prinzipien der kretischen Ernährung einhalten und hauptsächlich lokale Produkte und ausschließlich kretisches natives Olivenöl extra verwenden. Die Einführung des Gütezeichens hat zum Ziel, die Verwendung von lokalen Produkten seitens der lokalen Unternehmen zu fördern und ausländischen Besuchern die traditionelle kretische Küche vorzustellen, um den Menschen im Ausland die kretische Küche schmackhaft zu machen und für die für die kretische Küche werben, und damit eine solide Grundlage für den gastronomischen Tourismus von Kreta zu schaffen.

Das Siegel der "Offenen Kellereien":

Die meisten Kellereien auf Kreta sind dem Publikum zugänglich und organisieren Rundgänge und das Kosten von lokalen Weinsorten. Der Weintourismus macht einen bedeutenden Teil der allgemeinen touristischen Aktivität das ganze Jahr über aus. Jedes Jahr kommen durch Initiativen der Region Kreta und des Netzwerkes kretischer Winzer noch mehr Weinliebhaber hinzu, die die kretischen Weingärten erforschen, in der Hoffnung, mehr darüber zu erfahren und die Hersteller persönlich kennenzulernen.

Für weitere Informationen besuchen Sie bitte www.cretan-nutrition.gr





Kretische Produkte ehren - eine Geschmacksagenda

Februar

Fest von Ksinohondros und Mou-
zoudia (Mohos, Heraklion)

März

Orangenfest (Fodele, Heraklion)
Heiliger Georg Galatas (Asi Gonia
und Karoti, Rethymnon)





Juni

Fest der kretischen Küche
(Stadt von Rethymnon)
Fischerfest
(Agia Galini, Rethymnon)
Kirschenfest
(Karanou, Chania)

Juli

Magiotskaliasmata (Mohos,
Heraklion)
To Theros (Meronas, Rethymnon)
Mandelfest (Kroustas, Lassithi)
Weinfest (Dafnes, Heraklion)
Raki-Fest (Agia Varvara, Heraklion)
Käse- und Hirtenfest (Zoniana,
Rethymnon)





August

Agraraugust (Stadt von Chania)
 Schneckenfest
 (Vlaheronitissa, Chania)
 Schneckenfest
 (Agios Thomas, Heraklion)
 Schneckenacht
 (Krya Vryssi, Rethymnon)
 Zitronenfest (Garazo, Rethymnon)
 Olivenölfest (Kritsa, Lassithi)
 Kartoffelfest (Tzermiado, Lassithi)
 Honigfest (Prina, Lassithi)
 Fischnacht (Kolimvari, Chania)
 Xerotigano-Fest (Syrili, Chania)
 Kaltsouni-Fest (Kandanos, Chania)
 Kazanemata (Hamezi, Lassithi)
 Hirtenfest
 (Katharo-Hochebene, Lassithi)

Lammfest (Karines, Rethymnon)
 Brotfest (Kato Metohi, Lassithi)
 Graviera-Fest (Anopolis, Chania)
 Wassermelonenfest
 (Charakas, Heraklion)
 Traubenfest (Sfakopigadi, Chania)



September

Welttourismustag (in allen größeren Städten)

Raki-Fest (Stadt von Chania)

Sardinenfest (Nea Chora, Stadt von Chania)

Oktober

Kastanienfest (Elos, Chania)

November

Ksinohondros-Fest (Hondros, Heraklion)





**Veranstaltungen für den
kretischen Wein in ganz Kreta:**

Enocretica

Enotica

Kellereien - Tage der offenen

Tür (in allen Kellereien der Insel)

Informationen www.winesofcrete.gr

**Andere Veranstaltungen -
Festspiele:**

Xanthoudidia (Avdou, Heraklion)

Yakinthia (Anogia, Rethymnon)

Erde - Kultur - Tourismus (Platani-
as, Chania)

Festivalaki (Heraklion - Chania -
Athen)

Strecke von Psiloritis (Livadia,
Rethymnon)

Kulturkamping (Astritsi, Heraklion)

