

# ΜΕΘΩΝΗ ΚΑΙ ΦΟΙΝΙΚΟΥΝΤΑ

## Δύο από τους καλύτερους Τουριστικούς προορισμούς για Έλληνες και ξένους

Η Μεθώνη και η Φοινικούντα, δύο περιοχές ανάμεσα σε Πύλο και Κορώνη, δεσπόζουν στην περιοχή και έχουν γίνει πόλος έλξης για χιλιάδες Έλληνες και ξένους τουρίστες.

Και στις δύο περιοχές το «τουριστικό προϊόν» είναι τόσο ενδιαφέρον και ανεπτυγμένο, αφού υπάρχουν πολλά και αξιόλογα Ξενοδοχεία, όπως και ενοικιαζόμενα δωμάτια-διαμερίσματα και εστιατόρια με εκπληκτικές συνταγές, για να απολαύσετε φαγητό, όπως δεν έχετε φάει αλλού. Ας δούμε όμως αναλυτικά μια – μια τις δύο περιοχές και ας αρχίσουμε πρώτα από τη Μεθώνη.



**ΤΟ ΚΑΣΤΡΟ ΤΗΣ ΜΕΘΩΝΗΣ**



**ΠΑΡΑΛΙΑ ΜΕΘΩΝΗΣ**

**ΜΕΘΩΝΗ (ΑΡΧΑΙΑ ΜΟΘΩΝΗ ή ΠΗΔΑΣΣΟΣ) :** Η Μεθώνη ή Μοθώνη όπως λεγόταν παλιά, είναι κωμόπολη του νομού Μεσσηνίας. Ήταν έδρα του ομώνυμου Δήμου, ενώ σήμερα είναι σημαντική παραθαλάσσια τουριστική περιοχή και Δδ του Δήμου Πύλου Νέστορος.

Κατά την απογραφή του 2011 είχε 1.103 κατοίκους . Λεγόταν και Μοθώνη (από τη μυθική πέτρα Μόθωνα). Στην περίοδο των ομηρικών χρόνων λεγόταν Πήδασσος. Έχει σπουδαία ιστορική σημασία, γιατί, εξαιτίας της στρατηγικής θέσης που βρισκόταν, έγινε το μήλο της Έριδος για τους κάθε φορά δυνατούς των εποχών. Μετά την απελευθέρωσή της, το 1828, ιδρύθηκε από τον Καποδίστρια στη Μεθώνη το Καποδιστριακό σχολείο. Η πόλη σήμερα είναι πλούσια σε αρχαία μνημεία, καθώς και βυζαντινά, βενετσιάνικα και τούρκικα: εκκλησίες, τζαμιά, οχυρώσεις. Σπουδαίο είναι το κάστρο της, που φτιάχτηκε από τους Ενετούς και είναι περιτριγυρισμένο από τη θάλασσα. Το κάστρο της Μεθώνης είναι από τα σημαντικότερα του Ελλαδικού χώρου.

Χτίστηκε από τους Βενετούς όταν έγιναν κύριοι της πόλης το 1209 μ.Χ. Είναι χτισμένο σε έναν βράχο που εισχωρεί στην θάλασσα και χωρίζεται από την ξηρά με μία τεχνητή τάφρο.

Έχει έκταση 93 στρέμματα. Στην βόρεια πλευρά του βρίσκεται η πύλη κατασκευασμένη από ορθογώνιους πωρόλιθους. Τα τείχη του κάστρου είναι ενισχυμένα κατά διαστήματα με πύργους. Νότια του φρουρίου βρίσκεται ο πύργος Μπούρτζι, χτισμένος σε μία μικρή βραχονησίδα νότια του κάστρου. Συνδέεται με το κύριο φρούριο με μία γέφυρα με καμάρες. Στην ανατολική πλευρά του κάστρου υπάρχει σήμερα μικρός λιμενοβραχίονας που είναι μέρος του μικρού λιμανιού της Μεθώνης. Τα τείχη, οι πύργοι, οι προμαχώνες, η βορειοδυτική πλατφόρμα πυροβολικού και οι διάφορες πύλες του κάστρου έχουν χρονολογηθεί χάρη στην ταυτοποίηση των ενετικών θυρών που ακόμη βρίσκονται στα αντίστοιχα σημεία.

Όταν κανείς φτάσει στο κάστρο και αντικρίσει την πλατιά τάφρο που κάνουν τα τείχη απρόσιτα και την εντυπωσιακή γέφυρα που οδηγεί στην είσοδο του κάστρου, νιώθει δέος. Η τάφρος, βέβαια, σήμερα είναι ξερή και θα πρέπει κανείς να φανταστεί το απίθανο θέαμα όταν κάποτε ήταν γεμάτη θαλάσσιο νερό. (Διερωτώμαι είναι τόσο δύσκολο με τα τεχνικά μέσα που υπάρχουν σήμερα να ξανασυνδεθεί η τάφρος με τη θάλασσα ώστε το κάστρο να επανακτήσει την παλαιά του ομορφιά;

Τα τείχη σε διάφορα σημεία κοσμούνται από μεγάλες ανάγλυφες παραστάσεις του φτερωτού λιονταριού του Αγίου Μάρκου, του πάτρωνα αγίου των Βενετών. Η επιβλητική είσοδος αποτελείται από τρεις διαδοχικές πύλες. Όταν κανείς τις περάσει και εισέλθει στο εσωτερικό του κάστρου, εντυπωσιάζεται από τον μεγάλο μονολιθικό κίονα από γρανίτη που ορθώνεται μπροστά στα μάτια του και από την αχανή έκταση την οποία τα τείχη προστατεύουν.

Ο επισκέπτης μπορεί να περάσει αρκετές ώρες εξερευνώντας το κάστρο και Συνδέεται με το κύριο φρούριο με μία γέφυρα με καμάρες. Στην ανατολική πλευρά του κάστρου υπάρχει σήμερα μικρός λιμενοβραχίονας που είναι μέρος του μικρού λιμανιού της Μεθώνης. Τα τείχη, οι πύργοι, οι προμαχώνες, η βορειοδυτική πλατφόρμα πυροβολικού και οι διάφορες πύλες του κάστρου έχουν χρονολογηθεί χάρη στην ταυτοποίηση των

ενετικών θυρεών που ακόμη βρίσκονται στα αντίστοιχα σημεία.

Όταν κανείς φτάσει στο κάστρο και αντικρίσει την πλατιά τάφρο που κάνουν τα τείχη απρόσιτα και την εντυπωσιακή γέφυρα που οδηγεί στην είσοδο του κάστρου, νιώθει δέος. Η τάφος, βέβαια, σήμερα είναι ξερή και θα πρέπει κανείς να φανταστεί το απίθανο θέαμα όταν κάποτε ήταν γεμάτη θαλάσσιο νερό. (Διερωτώμαι είναι τόσο δύσκολο με τα τεχνικά μέσα που υπάρχουν σήμερα να ξανασυνδεθεί η τάφος με τη θάλασσα ώστε το κάστρο να επανακτήσει την παλαιά του ομορφιά;



**ΠΑΡΑΛΙΑ ΛΑΜΠΕΣ (ΜΕΘΩΝΗ)**

Τα τείχη σε διάφορα σημεία κοσμούνται από μεγάλες ανάγλυφες παραστάσεις του φτερωτού λιονταριού του Αγίου Μάρκου, του πάτρωνα αγίου των Βενετών. Η επιβλητική είσοδος αποτελείται από τρεις διαδοχικές πύλες. Όταν κανείς τις περάσει και εισέλθει στο εσωτερικό του κάστρου, εντυπωσιάζεται από τον μεγάλο μονολιθικό κίονα από γρανίτη που ορθώνεται μπροστά στα μάτια του και από την αχανή έκταση την οποία τα τείχη προστατεύουν.

Ο επισκέπτης μπορεί να περάσει αρκετές ώρες εξερευνώντας το κάστρο και παρατηρώντας τα αρχιτεκτονικά του στοιχεία και την ομορφιά του. Το κάστρο είχε και πόσιμο νερό το οποίο έφτανε ως εκεί μέσω του υδραγωγείου που είχαν κατασκευάσει οι Βενετοί. Το κάστρο σώζεται σε σχετικά καλή κατάσταση, όμως επικρατεί απέραντη ερημιά. Δεν υπάρχει κανένα στοιχείο φιλοξενίας για αυτόν που έχει κάνει τον κόπο να φτάσει ως

εκεί. Ούτε καν μία πινακίδα που να ενημερώνει στοιχειωδώς τον επισκέπτη για την ιστορία του μνημείου. Ο επισκέπτης αναγκάζεται να περιφέρεται και να θαυμάζει, ιδιαίτερα όταν περάσει από την πύλη των τειχών που οδηγεί μέσω του μόλου στο Μπούρτζι χωρίς να γνωρίζει τι είναι όλα αυτά που αντικρίζει, εκτός αν έχει διαβάσει μόνος του από πριν.



Ο επισκέπτης που θα πάει στη Μεθώνη, σύντομα θα διαπιστώσει πως πραγματικά αξίζει να κάνει κανείς μια εκδρομή στη Μεθώνη και να απολαύσει την ομορφιά του κάστρου αλλά και το μπάνιο στην ωραιότατη αμμουδιά που βρίσκεται ακριβώς μπροστά στα τείχη. Είναι όμως κρίμα να μη δίνεται η ευκαιρία σε αυτούς που θέλουν να μαθαίνουν κάτι παραπάνω για τους τόπους που επισκέπτονται να μην υπάρχει η κατάλληλη μέριμνα εκ μέρους της πολιτείας.

## **ΦΟΙΝΙΚΟΥΝΤΑ ή ΤΑΒΕΡΝΑ**



### **ΠΑΡΑΛΙΑ ΜΑΡΑΘΙ (ΦΟΙΝΙΚΟΥΝΤΑ)**

Όπως ήταν ο παλιό της όνομα. Η Φοινικούντα, Φοινικούδα ή Φοινικούς, βρίσκεται ανάμεσα στην Κορώνη και τη Μεθώνη. Είναι παραθαλάσσιο, πανέμορφο και διάσημο ψαροχώρι σε Ελλάδα και Ευρώπη για τη Φασική του ομορφιά. Το χωριό του νομού Μεσσηνίας, γνωστό από την αρχαιότητα ως ο «Φοινικούς λιμήν». Στο νεώτερο παρελθόν ήταν μικρό ψαροχώρι που ιδρύθηκε την δεκαετία του 1840 από κάτοικους της Λαχανάδας, οι οποίοι ήταν πρόσφυγες από την Κρήτη. Αρχικά ονομάζονταν «Ταβέρνα» λόγω του εξοχικού κέντρου, ταβέρνας που υπήρχε εκεί. Η επίσημη ονομασία του καθιερώθηκε το 1930.

Σήμερα η Φοινικούντα είναι ένας από τους καλύτερους τουριστικούς προορισμούς της Μεσσηνίας.

Την επισκέπτονται χιλιάδες Έλληνες και ξένοι, κυρίως Ευρωπαίοι της Κεντρικής και Βόρειας Ευρώπης, τουρίστες. Διαθέτει εκπληκτικές παραλίες, Ξενοδοχεία, ενοικιαζόμενα δωμάτια, εστιατόρια και ταβέρνες. Η απογραφή του 2011 έδειξε ότι η Φοινοικούντα κατοικείται από 677 μόνιμους κατοίκους.

Από τα πιο όμορφα μέρη για διακοπές στην Ελλάδα. Η Φοινικούντα (Φοινικούντας) της Μεσσηνίας με τις μαγευτικές ειδυλλιακές παραλίες είναι ένα ξεχωριστό γραφικό ψαροχώρι, στη Νότια Πελοπόννησο, χτισμένο πάνω στην άμμο. Βρίσκεται

ανάμεσα στην Μεθώνη και στην Κορώνη.

Πρόκειται για ένα ξεχωριστό τουριστικό θέρετρο, σε ένα μαγευτικό περιβάλλον με πράσινο και υπέροχες αμμουδερές παραλίες σε καθαρά γαλαζοπράσινα νερά, που συνδυάζει το βουνό με τη θάλασσα. Ιδανικός τόπος για χαλαρές διακοπές.

Ο επισκέπτης μπορεί να επιλέξει ανάμεσα σε μεγάλη ποικιλία ταβερνών και εστιατορίων για το φαγητό του, ενώ στην περιοχή θα βρει πληθώρα ξενοδοχείων και ενοικιαζομένων δωματίων, αλλά και κάμπινγκ

Στην οργανωμένη αμμουδιά της Φοινικούντας υπάρχουν καφετέριες, εστιατόρια και καταστήματα. Τριγύρω υπάρχουν πολλές παραλίες: Ανεμόμυλος, Μακρυνάμμος, Κουμπάρες, Λάμπες, Λούτσα, Καντούνι, Μικρό και Μεγάλο Μαράθι.

Η Φοινικούντα στο παρελθόν ήταν ορμητήριο πειρατών, γνωστή από την αρχαιότητα ως ο «Φοινικούς λιμήν».

Βρίσκεται σε απόσταση 70 χιλιομέτρων από την Καλαμάτα, στον δρόμο προς Μεσσήνη, Πύλο, Μεθώνη.

## **ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΚΑΙ ΙΣΤΟΡΙΑ**

Η Φοινικούντα είναι ένα από τα πιο γραφικά χωριά της νότιας Ελλάδας και βρίσκεται στο νοτιοδυτικό άκρο του νομού Μεσσηνίας, στην Πελοπόννησο. Η Φοινικούντα οφείλει την ονομασία της στον αρχαίο πολιτισμό των Φοινίκων, των οποίων οι εμπορικές ανάγκες εξυπηρετούνταν από το μικρό λιμάνι της Φοινικούντας.

Η Φοινικούντα είναι δημοφιλής για τις χρυσές αμμόδεις παραλίες της οι οποίες κάθε χρόνο βραβεύονται με Ευρωπαϊκή Μπλε Σημαία. Η παραλία του Ανεμόμυλου καθώς και η παραλία Λάμπες είναι οι πιο διάσημες.



## **ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ – ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ -ΔΙΑΜΟΝΗ**

Το χωριό είναι αμφιθεατρικά χτισμένο, ακριβώς στην ακροθαλασσιά, προσφέροντας μια μαγευτική θέα προς τη Μεσόγειο θάλασσα. Την παραλία κοσμούν εστιατόρια και παραδοσιακές ταβέρνες τα οποία μεταξύ άλλων προσφέρουν ολόφρεσκο ψάρι διαλεγμένο από τα καλύτερα ψαράδικα της περιοχής. Η ευρύτερη περιοχή της Φοινικούντας είναι μεγάλου αρχαιολογικού και ιστορικού ενδιαφέροντος, με πληθώρα από μέρη να επισκεφθεί κανείς όπως το κάστρο της Μεθώνης ή το παλάτι του Νέστορα στην πόλη της Πύλου.

Η Φοινικούντα θεωρείται ως ένας ιδανικός προορισμός για να χαλαρώσει κανείς και να απολαύσει τις ζεστές και ηλιόλουστες ημέρες του καλοκαιριού. Την ίδια στιγμή, προσφέρεται στον επισκέπτη η δυνατότητα να εξερευνήσει τα διάφορα θαλάσσια σπορ όπως windsurfing και ιστιοπλοΐα. Η Φοινικούντα παρά το γεγονός ότι φιλοξενεί κάθε χρόνο μεγάλο αριθμό τουριστών, έχει διατηρήσει αναλλοίωτη την φυσική της ομορφιά και πολλά μέρη της παραμένουν ακόμη είτε ανεξερεύνητα είτε ανεκμετάλλευτα εμπορικά, γεγονός που την καθιστά ιδανική για εξερεύνηση κάνοντας ποδηλασία ή περιπάτους στα απάτητα μονοπάτια της.

Η Φοινικούντα έχει επίσης μια πολύ ζωντανή νυχτερινή ζωή, με πολλά clubs και bars πλάι στη θάλασσα, προσφέροντας όλα τα είδη ποτών, μπίρας και κοκτέιλ.



Στη Φοινικούντα υπάρχουν αρκετά και πολύ καλά ξενοδοχεία, όπως επίσης Camping και ενοικιαζόμενα δωμάτια όπου μπορείτε να μείνετε. Θα πρέπει όμως να κλείσετε νωρίτερα ένα δωμάτιο, αφού η ζήτηση είναι πολύ μεγάλη.

Η Φοινικούντα είναι ένας εξίσου εξαιρετικός προορισμός για καλλιτεχνικές δραστηριότητες. Η τοπική θεατρική ομάδα συχνά ανεβάζει μερικά από τα πιο διάσημα θεατρικά έργα στο μικρό ανοιχτό θέατρο που βρίσκεται στο λιμάνι. Κατά τη διάρκεια της θερινής περιόδου, λαμβάνει χώρα μια σημαντική έκθεση βιβλίου με ποικιλία διεθνών βιβλίων από την οποία μπορεί να διαλέξει ο επισκέπτης.



**ΠΑΡΑΛΙΑ ΑΝΕΜΟΜΥΛΟΣ (ΦΟΙΝΙΚΟΥΝΤΑ)**

## **ΠΑΡΑΛΙΕΣ.**

**Παραλία Φοινικούντας:** Είναι μία μεγάλη αμμουδερή παραλία με γαλαζοπράσινα καθαρά νερά που επισκέπτονται πολλοί Έλληνες και ξένοι τουρίστες. Πάνω από την παραλία θα βρείτε μία πληθώρα από καφετέριες και ταβέρνες.

**Παραλία Μαυροβούνι:** Δίπλα από τη Φοινικούντα υπάρχει μία

υπέροχη αμμώδης παραλία, που φέρει το όνομα Μαυροβούνι, και προσελκύει πάρα πολλούς επισκέπτες.

**Παραλία Λάμπες:** Φεύγοντας από τη Μεθώνη προς Φοινικούντα, λίγο πριν τη

Φοινικούντα συναντάμε δύο υπέροχες παραλίες. Η πρώτη είναι οι Λάμπες στο ύψος του χωριού Φοινίκη. Είναι μία πολυσύχναστη παραλία, στρωμένη με άμμο και πεντακάθαρα νερά.

Η δεύτερη είναι οι Λάμπες Μεθώνης που είναι στρωμένη με βότσαλο. Πρόκειται για μία ερημική παραλία, που ενδείκνυται για όσους επιθυμούν να απολαύσουν ήσυχα το μπάνιο τους.

**Παραλίες Λούτσα-Τσαπί:** Μετά τη Φοινικούντα υπάρχουν δύο υπέροχες αμμώδεις παραλίες, η Λούτσα και το Τσαπί, όπου αξίζει να κολυμπήσετε στα πεντακάθαρα νερά τους.

**Μικρό και μεγάλο Μαράθι.** Είναι παραλίες πολύ κοντά στη Φοινικούντα.



---

## **“Ορφανά” 20 κιλά κάνναβης στη Σχίζα !**

Μεγάλη ποσότητα ναρκωτικών εντόπισε η Αστυνομία σε απομακρυσμένη παραλία της νήσου Σχίζα (3,5 ναυτικά μίλια από την Φοινικούντα), στη Μεσσηνία, καθώς πρόκειται για 20 κιλά καθαρής κάνναβης !

Συγκεκριμένα, έπειτα από την αξιοποίηση στοιχείων που είχαν οι αστυνομικοί του τμήματος Δίωξης Ναρκωτικών της Ασφαλείας Καλαμάτας έκαναν έρευνα στην περιοχή και βρήκαν συσκευασίες που περιείχαν περίπου 20 κιλά κάνναβης, μερικές από τις οποίες ήταν τοποθετημένες μέσα σε κουβάδες...

Στο μεταξύ είναι σε εξέλιξη οι έρευνες των αστυνομικών για τον εντοπισμό των ατόμων που κατείχαν και έκρυψαν τα ναρκωτικά, ενώ το πιθανότερο ενδεχόμενο που εξετάζεται, σχετικά με την περιοχή που βρέθηκαν, είναι να αποτελεί σημείο απόκρυψης.

---

# Η προπολεμική πλατεία Καλαμάτας

Ας συνεχίσουμε σήμερα τα αφιερώματά μας στην παλιά Μεσσηνία και ας δούμε παρακάτω μια φωτογραφία από την κεντρική πλατεία Καλαμάτας κατά τη δεκαετία του 30 ' που προέρχεται από καρτ ποστάλ του e-bay.

Μπορείτε να διακρίνετε παρτέρια στην αρχική διαμόρφωση, πριν τοποθετηθούν οι προτομές Παπαφλέσσα και Αναγνωσταρά, οι κινηματογράφοι και τα παλιά κτήρια.

ΠΗΓΗ: [www.eleftheriaonline.gr](http://www.eleftheriaonline.gr)

---

## Οδοιπορικό στην παραθαλάσσια Αβία

Ο Ιούνιος μπήκε, οι υψηλές θερμοκρασίες ήδη έχουν κάνει την εμφάνισή τους, γι' αυτό και οι καθαρές παραλίες της Καλαμάτας, ήδη γεμίζουν όλο και περισσότερο, αφού στην Καλαμάτα οι κάτοικοί της, αλλά και πολλοί επισκέπτες της, έχουν αρχίσει και δροσίζουν τα κορμιά τους στις πεντακάθαρές θάλασσες που περιβάλλουν την Καλαμάτα !

Έτσι, θελήσαμε να ακολουθήσουμε ένα οδοιπορικό για ολόκληρη την πεντακάθαρη και υπέροχη παραλιακή Αβία με τις βοτσαλωτές παραλίες της. Μπορεί διοικητικά η Μικρή Μαντίνεια διοικητικά να υπάγεται στην Καλαμάτα, αλλά οι κάτοικοί της και η ίδια η περιοχή αισθάνονται Μανιάτες της Αβίας.

Εμείς ξεκινήσαμε από την Καλαμάτα και κατευθυνθήκαμε μέσω της απέραντης Ανατολικής παραλίας προς την Αβία. Όσο διασχίζαμε την φανταστική παραλιακή, συγχρόνως απολαμβάναμε την πάνω από 2500 μ. απολαυστική αμμώδη και βραβευμένη παραλία, που είχαμε μπροστά μας. Στο τέλος αυτού του δρόμου, μετά το ξενοδοχείο "Filoxenia", στρίψαμε δεξιά στο δρόμο που μας οδηγεί στη Μάνη. Το πρώτο χωριό που συναντάμε είναι η Βέργα, εκεί επάνω στο βουνό καλάθι, σκαρφαλωμένη από τη μία και από την άλλη να βρέχεται από τα καταγάλανα νερά του Μεσσηνιακού κόλπου.

Όσο προχωράμε, συνεχίζουμε στο ίδιο χωριό, και φτάνουμε σε ένα άγαλμα, αριστερά μας, και παρατηρούμε ένα τείχος να φτάνει προς τα πάνω στο βουνό. Αυτό το τείχος, είναι το σημείο όπου οι Μανιάτες σταμάτησαν τις ορδές του Ιμπραήμ, τον συνέτριψαν και έτσι η Μάνη έμεινε «ελεύθερη» και «αδούλωτη» !

Το σημείο εκείνο λέγεται Αλμυρός. Αριστερά βλέπουμε ένα όμορφο πάρκο και δεξιά μια «άπαιχτη» παραλία, γεμάτη από κόσμο να απολαμβάνουν στα καταγάλανα νερά το μπάνιο τους. Λίγο πιο πέρα, μετά τη στροφή, στα δεξιά μας συναντάμε ένα μεγάλο και πολύ καλό ξενοδοχείο το "MESSINIAN BAY, που η εκπληκτική του θέα, δίνει τη δυνατότητα σ' αυτούς που μένουν στο ξενοδοχείο να αγναντεύουν όλο το Μεσσηνιακό κόλπο, μέχρι απέναντι την Κορώνη.

Φεύγοντας από εκεί βλέπουμε το δρόμο να σχηματίζει το γράμμα «Υ». Ο αριστερός δρόμος οδηγεί προς τη Μάνη του πρώην Δήμου Λεύκτογυ (Καρδαμύλη, Στούπα κλπ) και ο αριστερός δρόμος οδηγεί προς τα παραθαλάσσια χωριά του πρώην Δήμου Αβίας. Να σημειώσουμε ότι οι δύο Δήμοι ενώθηκαν το 2010 και έγινε ο Δήμος Δυτικής Μάνης (Ο Δήμος Ανατολικής Μάνης είναι η Λακωνική Μάνη).

Παίρνουμε λοιπόν το δεξιό δρόμο και το επόμενο χωριό που συναντάμε είναι η Μικρή Μαντίνεια. Φτάνουμε λοιπόν σε μια παραλία όπου οι εκπληκτικές μυρωδιές που αναδύονται, είναι

από τις ψαροταβέρνες που είναι όλες μαζί, η μια μετά την άλλη, κυριολεκτικά όλες επάνω στη θάλασσα. Αυτό που μας έκανε εντύπωση είναι ότι όσοι κολυμπούσαν, αμέσως μετά πήγαιναν στις ψαροταβέρνες και έτρωγαν το φρέσκο ψάρι τους. Αυτό το εκπληκτικό συναίσθημα, μπορεί κανείς να το απολαύσει μόνο σε πολλές παραθαλάσσιες περιοχές της Μεσσηνίας.

Μετά τη Μ. Μαντίνεια συναντάμε 3 οικισμούς, την Παλιόχωρα, το Αρχοντικό και το Ακρογιάλι. Ποιόν από τους 3 οικισμούς να πρωτοθαυμάσει κανείς ; Το Ακρογιάλι, προσωπικά, μας γοήτευσε περισσότερο, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι οι άλλοι δύο οικισμοί με τις παραλίες τους, υστερούν.

Αφού το θαυμάσαμε, σκεφθήκαμε ότι πρέπει να το απολαύσουμε ακόμη περισσότερο, πίνοντας ένα καφεδάκι ακριβώς επάνω στη θάλασσα σε ένα μαγαζί που λέγεται "Αγκάλη". Ευχαριστημένοι από το Ακρογιάλι, και το καφεδάκι συνεχίσαμε τη διαδρομή μας μέχρι που φτάσαμε στις εκβολές του εκπληκτικού φαραγγιού του Ριντόμου ! Αμέσως μετά, είδαμε μια μεγάλη παραλία...

Η παραλία της Σάντοβας, είναι μια παραλία που εκεί γίνεται συνωστισμός, κυρίως, από νέους ανθρώπους. Ιδιαίτερα τα βράδια μέχρι πρωίας, οι νέοι ξεφαντώνουν εκεί στα παρακείμενα Beach Bars...

Φαίνεται ότι το οδοιπορικό μας στις παραθαλάσσιες περιοχές του πρώην Δήμου Αβίας, φτάνει στο τέλος του. Εκεί που τελειώνει η μεγάλη παραλία της Σάντοβας, εκεί αρχίζουν οι Κιτριές. Ο δρόμος μας οδηγεί σε μια στροφή κατηφορική σε ένα στενό, πλην όμως γραφικό δρομάκι, που μας οδηγεί στο λιμανάκι στις Κιτριές. Δεξιά μας βλέπουμε μια επιγραφή που γράφει «Ψαροταβέρνα Γαϊτανάρος». Βλέπουμε και αριστερά μας μια άλλη ταβέρνα που λέει «Ψαροταβέρνα ο Μίμης». Το αυτοκίνητό μας το παρκάραμε δίπλα στου «Μίμη» και εκεί καθίσαμε. Φανταστικά ! απίστευτα μεζεδάκια, με τσιπουράκι !... και την ακόμη πιο φανταστική εξυπηρέτηση των ανθρώπων του μαγαζιού, όπως και του ιδιοκτήτη, του Μιχάλη Παπουτσή. «Τέτοια μαγαζιά, τέτοιο service, δεν βρίσκεις ούτε στις πιο

προηγμένες τουριστικές περιοχές και νησιά των Κυκλάδων» !!!  
Αυτό το είπε ένα μέλος της παρέας μας, που είναι Κυκλαδίτης  
!!!

Ήταν ένα οδοιπορικό θεαματικό, υπέροχο, γευστικό, που ακολουθήσαμε, μέσα σε πολύ λίγα χιλιόμετρα από την Καλαμάτα, μια πόλη που μπορεί να προσφέρει τέτοιες απολαύσεις, γαστρονομικές, φυσικού κάλους, θάλασσας όπως και να την προτιμάτε, γραφικές περιοχές και ενός μπάνιου σε τόσο καθαρές καταγάλανες θάλασσες !

**Παρακάτω ακολουθεί ένα μικρο φωτογραφικό αφιέρωμα από αυτό το οδοιπορικό μας σε αυτή την όμορφη περιοχή...**











---

## Η Μεσσήνη στη δεκαετία του 30 !

**Από :** [www.eleftheriaonline.gr](http://www.eleftheriaonline.gr)

Στην παραπάνω εικόνα μπορείτε να δείτε τη Μεσσήνη κατά τις αρχές της δεκαετίας του 30 ! Διακρίνεται το κτήριο της Εθνικής Τράπεζας που είχε ήδη κατασκευαστεί και δεξιά από αυτό βρίσκεται το κτήριο του πρώτου Δημοτικού Σχολείου της πόλης.

Το ρολόι επίσης διακρίνεται και είχε κατασκευαστεί τότε, αλλά φαίνεται πως δεν είχε τοποθετηθεί ο μηχανισμός, ενώ τα δέντρα είναι ακόμη μικρά.

**Φωτό από το αρχείο του Γιάννη Πλατάρου**

---

# Περπατώντας στην Καλαμάτα: Βόλτα στα αξιοθέατα της πόλης

Είναι μια από τις πιο όμορφες παραλιακές πόλεις της Ελλάδας, αλλά εκτός από την παραλία της, έχει να καυχιέται και για την ιστορία της και για μια σειρά από αξιοθέατα που την κάνουν πόλο έλξης για επισκέπτες από την Ελλάδα και όλο τον κόσμο. Είναι η Καλαμάτα, η πρωτεύουσα του Μεσσηνιακού κόλπου, η πατρίδα του ελαιολάδου, του μαντηλιού, της Επανάστασης και του Χορού.



Στο σύνδεσμο παρακάτω ακολουθεί μια φωτογραφική ξενάγηση στα κυριότερα αξιοθέατα της Καλαμάτας και με σημαντικές ιστορικές πληροφορίες...

<https://www.kalamatatimes.gr/kalamata/topika-nea/item/27778-perpatontas-stin-kalamata-volta-sta-aksiotheata-tis-polis.html>

---

# Το λιμάνι Καλαμάτας στην αυγή του 20ού αιώνα !

ΠΗΓΗ: [www.eleftheriaonline.gr](http://www.eleftheriaonline.gr)

Συνεχίζουμε σήμερα τα αφιερώματά μας στην παλιά Καλαμάτα και με φωτογραφικό ή καλλιτεχνικό υλικό.

Στην παραπάνω φωτογραφία μπορείτε να δείτε σε ζωγραφιά το λιμάνι της Καλαμάτας σχεδόν αμέσως μετά την κατασκευή του ( μετά το 1901 και πριν το 1904 καθώς δεν εικονίζεται το κτήριο που στέγασε το “Πανελλήνιον”).

Στην άκρη δεξιά το κτήριο που στεγάζει σήμερα το Εικαστικό Σχολείο...

[Φωτό από το eBay]

---

## Γυμνάσιο Φιλιατρών: Η μεγάλη ιστορία που λίγοι γνωρίζουν

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΦΙΛΙΑΤΡΩΝ- Αλήθεια πόσοι φιλιατρινοί ξέρετε την ιστορία του;;

Από το 1769 ως το 1771 η εκκλησία της Αγιαμπελιώτισσας ήταν

ουσιαστικά το σχολείο των Φιλιατρών. Ο παπα-Γιώργης Κάκκαβος δίδασκε στα Φιλιατρινόπουλα τα πρώτα γράμματα. Το 1823 λειτούργησε σχολείο στα Φιλιατρά από σύναξη εισοδημάτων επί τοποτηρητού της Μητροπόλεως Χριστιανουπόλεως Πρωτοσύγκελου Αμβρόσιου Φρατζή.

Το 1830 στις 8 Νοεμβρίου οι Φιλιατρινοί σε συγκέντρωση που έκαναν στην εκκλησία της Παναγίας της Γουβιώτισσας αποφάσισαν το καθορισμό των ετήσιων εισφορών προκειμένου να γίνει δυνατή η σύσταση και λειτουργία σχολείων. Στις 19 Ιανουαρίου 1831 ο Κυβερνήτης της Ελλάδος Ιωάννης Καποδίστριας, αφού εκτίμησε τη προσφορά των Φιλιατρινών εξέδωσε διάταγμα με το οποίο : “Παραχωρείται στην Κωμόπολη της Αρκαδίας Φιλιατρά εθνικός τόπος εκτάσεως 11 στρεμμάτων στο κέντρο της Κωμοπόλεως για την οικοδομή διδακτικών καταστημάτων. Όσο μέρος της περιοχής αυτής δεν οικοδομηθεί, θα είναι και θα παραμείνει αναφαίρετος ιδιοκτησία των σχολείων και τα εισοδήματα που θα προέρχονται από τη καλλιέργειά της θα πηγαίνουν για τη συντήρηση των σχολείων”.



**Το Λύκειο (γυμνάσιο) Φιλιατρών όπως είναι σήμερα**

Έτσι το πρώτο Δημοτικό Σχολείο κτίστηκε το 1831 με δαπάνες των Φιλιατρινών στο χώρο της Πλατείας. Το πρώτο Δημοσυντήρητο Γυμνάσιο Φιλιατρών άρχισε να λειτουργεί τον Οκτώβριο του 1885

, δίπλα ακριβώς από τον κήπο του Αγίου Νικολάου. Ήταν το μοναδικό στη δυτική Μεσσηνία και είχε μαθητές μέχρι από τη Πύλο. Μέχρι το 1895 λειτουργούσαν στα Φιλιατρά , ένα «Ελληνικό» Σχολείο και τρία Δημοτικά που τα συντηρούσαν οι κάτοικοι της πόλης.

Το 1926 αποπερατώθηκε το κτίριο του Γυμνασίου Φιλιατρών , το σημερινό Λύκειο. Το 1937 τα σχολεία των Φιλιατρών παρουσιάζουν την εξής εικόνα: Το Α΄ Δημοτικό έχει 321 μαθητές και στεγάζεται στο “σπίτι του Πατσά”, το Β΄ Δημοτικό έχει 356 μαθητές και στεγάζεται στο “σπίτι του Καρά”, το Γ΄ Δημοτικό έχει 478 μαθητές και στεγάζεται στη Β΄ πτέρυγα του Δημαρχείου. Το Γυμνάσιο έχει 363 μαθητές. Το 1939 η πόλη μας αποκτά 4 καινούργια διδακτήρια για να στεγαστούν τα 4 Δημοτικά Σχολεία της πόλης. Το 1940 που οι Ιταλοί καταλαμβάνουν τα Φιλιατρά μετατρέπουν το Γυμνάσιο σε φρουραρχείο και το Γυμναστήριο σε κουζίνα. Το Γυμνάσιο μεταφέρεται στο δημοτικό Σχολείο του Ρολογιού.

Το 1955 ιδρύεται και λειτουργεί το πρώτο δημόσιο Νηπιαγωγείο Φιλιατρών (Παιδικός Σταθμός) στη δεύτερη πτέρυγα του Δημαρχείου . Σ` αυτό σιτίζονται 100 παιδιά άπορων οικογενειών. Να πουμε “για την ιστορία” πως είναι το ΠΡΩΤΟ Γυμνασιο που έγινε στο νομό Μεσσηνίας. Η Μαρια Πολυδουρη (λεει στην βιογραφια της)γεννηθηκε στην Καλαματα τελείωσε το Γυμνάσιο στα Φιλιατρά Μεσσηνίας και ύστερα πήγε δύο χρόνια στο Αρσάκειο.

Υ.Γ.και για να έχουμε μια πλήρη ενημέρωση για το Γυμνάσιο Φιλιατρών, Ξέχασα να αναφέρω πως είχε και ένα “πλήρες χημείο (στην αίθουσα Αμφιθέατρο) και ένα τυπογραφείο που οι ίδιοι οι μαθητές-συντάκτες και τυπογράφοι ,τύπωναν το περιοδικό “ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ”...

---

# Η περιβόητη παραλία Καλαμάτας και η αξιοποίησή της

Μία από τις ομορφότερες, καθαρότερες, μεγαλύτερες- και βραβευμένες με δύο γαλάζιες σημαίες- παραλίες της Πελοποννήσου, αν όχι της Ελλάδας, είναι η παραλία της Καλαμάτας !

Η παραλία της Καλαμάτας είναι το καμάρι, το στολίδι της πόλης, μιας πόλης που αναπτύσσεται διαρκώς, όχι διότι η Δημοτική αρχή έχει κάνει μεγάλες προσπάθειες για να αναπτυχθεί η πόλη τουριστικά, αλλά κυρίως διότι ο νομός γενικά έχει αναπτυχθεί λόγω της ύπαρξης του **COSTA NAVARINO**. Το κέντρο της πόλης έχει ομορφύνει τόσο πολύ που είναι αγνώριστο σε σχέση με την προ των σεισμών του 1986 Καλαμάτα. Αυτό είναι και το τραγικό λάθος του Δήμου, αφού έχει εγκαταλείψει στην τύχη της μια από τις ομορφότερες και καθαρότερες παραλίες της Μεσογείου, την Πανέμορφη παραλία της Καλαμάτας.

Από τις πόλεις της Ελλάδας που διαθέτουν παραλία, μέσα στην πόλη και όχι κάπου εκεί κοντά, είναι ίσως η πιο εγκαταλειμμένη από το Δήμο αρχικά και στη συνέχεια από τους ίδιους τους κατοίκους της πόλης, αφού δεν βρίσκουν τίποτε για να κατέβουν πιο συχνά στην παραλία. Είναι θα λέγαμε σκανδαλώδης η ανάπτυξη του κέντρου της πόλης, σε σχέση με την παραλία μας...

Το αεροδρόμιο της πόλης -και πάλι κυρίως λόγω **COSTA NAVARINO**- που έχει γίνει ένα από τα πιο αναπτυσσόμενα αεροδρόμια παγκοσμίως, αφού συνεχώς έχει αύξηση αφίξεων κατά 22,5% , ενώ συνδέεται με 25 πόλεις της Ευρώπης όπως για παράδειγμα **Κοπεγχάγη, Μπρατισλάβα Σλοβακίας, Άμστερνταμ, Φρανκφούρτη, Πράγα, Μπίλουντ Δανίας, Λυών Γαλλίας, Τελ Αβίβ, Λονδίνο, Παρίσι, Κατοβίτσε Πολωνίας, Βιέννη, Μόναχο, Βαρσοβία, Στοκχόλμη, Ρώμη, Ντίσελντορφ, Ναντ**

**Γαλλίας, Λιουμπλιάνα, Όσλο, Μιλάνο, Χάβρη Γαλλίας, Μόσχα, Μάντσεστερ και Μπέρμιγχαμ.**

Αυτό από μόνο του, θα μπορούσε να γίνει κάτι σαν πόλος έλξης, για την ανάπτυξη της παραλίας μας, αλλά αυτή η δυνατότητα δεν έχει αξιοποιηθεί σχεδόν καθόλου. Αν δηλαδή δεν αξιοποιηθεί η παραλία μια πόλης, τι θα αξιοποιηθεί ; Ακόμα και το λιμάνι της πόλης, δυστυχώς δεν έχει αναπτυχθεί προς καμία κατεύθυνση εδώ και πολλές δεκαετίες ,ενώ και τα 3 κρουαζιερόποια που έρχονταν μέχρι πρόσφατα σταμάτησαν να έρχονται, χωρίς να γίνει καμία απολύτως προσπάθεια να αντικατασταθούν. Και πάλι εντυπωσιάζει η αδιαφορία ή ανικανότητα της Δημοτικής αρχής-και όχι μόνο- για την αντικατάστασή τους. Εντύπωση επίσης προκαλεί επίσης η διακοπή επισκέψεων στο λιμάνι πολυτελών θαλαμηγών και άλλων πολλών κότερων...

Μετά ο λιμάνι ξεκινάει λοιπόν η μήκους 2.500 μ. παραλία, μια παραλία και με άμμο και με ψιλό βότσαλο. Η μεγάλη αυτή παραλία τους καλοκαιρινούς μήνες, είναι γεμάτη από Έλληνες και ξένους επισκέπτες. Λόγω όμως του πολύ μεγάλου μήκους της, σε κανένα σημείο δεν παρουσιάζεται συνωστισμός ώστε να μην μπορεί κανείς να κολυμπήσει με την άνεσή του. Άλλωστε σε δύο σημεία της παραλίας αυτής είναι τόσο καθαρή που έχει βραβευθεί-όπως προαναφέραμε- με δύο γαλάζιες σημαίες.





Κατά μήκος της παραλιακής οδού Ναυαρίνου, υπάρχουν περί τα 14 ξενοδοχεία αρκετά πολυτελή και μεγάλα, όπως το **ΗΛΕΚΤΡΑ**, το **ΦΑΡΑΙ**, το **ELITE Resort**, το **ΦΙΛΟΞΕΝΕΙΑ** και άλλα μεσαία και μικρά. Υπάρχει επίσης πλήθος από **εστιατόρια, ταβέρνες, ψησταριές, αναψυκτήρια, ουζερί, Bar, Café barBeach Bar, Ελληνάδικα** και πολλά άλλα μαγαζιά που σας κάνουν και την ημέρα σας και τη νύχτα σας όσο πιο ευχάριστη μπορεί να γίνει. Τους Καλοκαιρινούς μήνες υπάρχουν βραδιές που από την πολυκοσμία νομίζεις ότι βρίσκεσαι στην Πανεπιστημίου στην ομόνοια σε ώρες εργασίας !

Οι μουσικές, οι μυρωδιές από τις ψησταριές, τα Luna Park, με το «μαλλί της γριάς» το ψημένο καλαμπόκι, τα περίπτερα που πουλάνε φομπιζού και άλλοι δημιουργούν μια ευχάριστη καθημερινή γιορτινή ατμόσφαιρα που πραγματικά όλοι θέλουν να ζήσουν για να κάνουν τις διακοπές τους όσο γίνεται πιο ευχάριστες και ανέμελες.

Όλα τα παραλιακά μαγαζιά θα μπορούσαν να δουλεύουν τουλάχιστον 9 μήνες το χρόνο. Αν δηλαδή είχε γίνει μια πραγματική ανάπλαση της παραλίας από τον δήμο, τότε αυτή η παραλία θα μπορούσε να ήταν πηγή εισοδήματος και να συμβάλει στην κατακόρυφη ανάπτυξη της πόλης. Θα μπορούσε επίσης η Δημοτική αρχή, αφού πάρει και τη γνώμη των καταστηματαρχών

της παραλίας, να αναπλάσει μέσω ειδικών αρχιτεκτόνων την παραλία μας και να την κάνει εφάμιλλη ή και καλύτερη από την Κυανή Ακτή, τις Κάνες, την Ίμπιζα και άλλες διάσημες Μεσογειακές παραλίες !

Άλλωστε η παραλία της Καλαμάτας έχει όλες τις προϋποθέσεις (το κλίμα που είναι τέτοιο αφού αργεί να έλθει και το Φθινόπωρο και ο Χειμώνας, που στην ουσία κρατάει 1 ½ μήνα, ενώ έχει κοντά και τον Ταύγετο) που θα μπορούσαν να συνδυασθούν βουνό και θάλασσα, αφού απέχουν μεταξύ τους μόνο 40 λεπτά. Αντίθετα, το μόνο που έγινε ήταν να φυτευτούν 15 δεντράκια χωρίς κανένα πρόγραμμα, έτσι διότι ήλθε μια ιδέα σε κάποιον και για να δείξουν ότι ενδιαφέρονται για την παραλία...

Δυστυχώς αρκετά μαγαζιά κλείνουν το ένα μετά το άλλο και πάλι κανείς δε νοιάζεται για την παραλία, η οποία χρειάζεται λίγη φαντασία μακρόπνοο σχέδιο, χρειάζεται αποφασιστικότητα και φυσικά ενδιαφέρον. Επαναλαμβάνουμε ότι η παραλία θα μπορούσε να δώσει στην Καλαμάτα τεράστια οικονομική ανάπτυξη, αν γίνονταν μερικά αυτονόητα πράγματα.

---

## **ΛΑΔΟΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΑ ΤΡΙΦΥΛΙΑΣ-ΣΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΗΣ ΕΛΙΑΣ**

Έπρεπε να γίνει το 4ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ της Ελαιολάδου & Επιτραπέζιας Ελιάς για να μάθουμε περισσότερα πράγματα και για την Ελιά και για το Ελαιόλαδο, το χρυσάφι της Μεσσηνιακής Γης, το καλύτερο και ποιοτικότερο ελαιόλαδο του πλανήτη Γη, το οποίο δεν είναι ένα απλό τρόφιμο, αλλά ένα φάρμακο, όπως απέδειξαν

εργαστηριακές έρευνες Αμερικανικού Πανεπιστημίου. .

Στη διάρκεια αυτού του φεστιβάλ, γνωρίσαμε λίγο περισσότερο και την Τριφυλία με τις ομορφιές της, την παράδοσή της και τις αρχαιότητες της, τις φυσικές ομορφιές της. Μάθαμε για τις καλλιέργειες της στα κηπευτικά το καρπούζι, τους αμπελώνες της, τις ελιές και το ελαιόλαδο της. Μάθαμε και για το Ναό της Ανάληψης του Σωτήρος, που είναι ο Αρχαιότερος σωζόμενος ναός στον Ελλαδικό χώρο και βρίσκεται ΝοτιοΑνατολικά της πόλης των Φιλιατρών. Το Ναό της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος, στη Χριστιανούπολη τον είχαμε γνωρίσει στο παρελθόν, όπως έχουμε γνωρίσει και την Άνω πόλη της Κυπαρισσίας με το κάστρο της.

Όλα τα παραπάνω, τα μάθαμε από την υπεύθυνη Δημοσίων Σχέσεων και Επικοινωνίας του Δήμου Τριφυλίας κα Φωτεινή Στυλιανού. Δεν μάθαμε όμως μόνο αυτά, μάθαμε και τα «Λαδομαγειρέματα στα Μονοπάτια της Ελιάς». Ένα έντυπο που το έχει εκδώσει ο Μορφωτικός Σύλλογος Γυναικών Γαργαλιάνων. Το έντυπο αυτό μας ενημερώνει για Παραδοσιακές Συνταγές με κύριο συστατικό το αγνό παρθένο ελαιόλαδο της Τριφυλίας, μερικές από αυτές σας παρουσιάζουμε σήμερα εδώ στο αφιέρωμα που κάνουμε για το Δήμο Τριφυλίας.

*1. ΔΙΠΛΕΣ. ΥΛΙΚΑ: 10 Αυγά (αφαιρούμε 2 ασπράδια), 1 βανίλια, 1 κουταλάκι του γλυκού making powder, 1κιλό αλεύρι περίπου, ελαιόλαδο για το τηγάνισμα. Σιρόπι. 3 ποτήρια νερό, 3 ποτήρια νερού ζάχαρη, 2 ποτήρια νερού μέλι, 1 ξυλάκι κανέλας, λίγο χυμό λεμονιού.*

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ :** Χτυπάμε τα αυγά 45´ λεπτά στο μίξερ μέχρι να φουσκώσουν (έτσι θα μυρίζουν). Ρίχνουμε τη βανίλια, το αλεύρι και το baking και ζυμώνουμε ελαφρά. Προσέχουμε να μη σφίξει πολύ η ζύμη. Ανοίγουμε σε φύλλο χειροποίητο ή μηχανής και κόβουμε σε κομμάτια. Ζεσταίνουμε πολύ καλά το ελαιόλαδο και ρίχνουμε τις δίπλες μια – μια. Τις βάζουμε σε ταψί σε απορροφητικό χαρτί. Βάζουμε σε μια κατσαρόλα το νερό και τη ζάχαρη να βράσουν 15´ μαζί με την κανέλα. Ρίχνουμε και το μέλι, ανακατεύουμε, αφήνουμε να πάρει μια βράση και προσθέτουμε και το λεμόνι. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και ρίχνουμε τις δίπλες μια – μια να σιροπιαστούν καλά.

**2. ΜΟΥΣΤΟΚΟΥΛΟΥΡΑ. ΥΛΙΚΑ.** 7 φλιτζάνια του καφέ λάδι, 4 φλ. ζάχαρη, 3 φλ. πετιμέζι, 3 φλ. χυμό πορτοκάλι, 1 φλ. κονιάκ, 2 κουτ. σούπας κοφτές σόδα, 1 κουτ. μπεϊκιν, 1 φλιτζανάκι σουσάμι καβουρντισμένο. 2 φλ. καρύδι χοντροκομμένο, κανέλα, γαρίφαλα, 1  $\frac{1}{2}$  κιλό αλεύρι περίπου (η ζύμη να είναι μαλακή).

**ΕΚΤΕΛΕΣΗ.** Ανακατεύουμε όλα τα υλικά σε μια λεκάνη και ρίχνουμε το αλεύρι. Πλάθουμε τα κουλουράκια στο σχήμα που θέλουμε και τα βάζουμε στις λαμαρίνες του φούρνου σε λαδόκολλα. Ψήνουμε στον αέρα στους 160ο C μέχρι να ροδίσουν, (μην τα αφήσετε πολύ στο φούρνο γιατί όταν κρυώσουν σκληραίνουν).