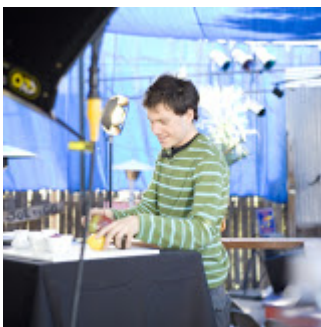


Γεύση από Αριζόνα

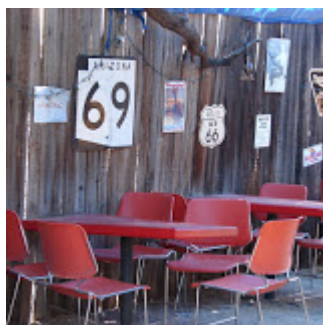
Αριζόνα! Η πολιτεία των Γουέστερν, των Χρυσοθήρων, των κάκτων και των καυτερών πιάτων? Και βέβαια των Ινδιάνων! Εδώ έζησαν οι φυλές των Ναβάχος, των Απάτσι, των Τσίλας, των Χόπις και των Παπάγκος και εδώ, στα Βορειοανατολικά κατοικούν ακόμα οι ιθαγενείς [Χόπι](#). Μια νοτιοδυτική πολιτεία των ΗΠΑ στα σύνορα με το Μεξικό, τεράστια και αραιοκατοικημένη με γλυκούς χειμώνες και αφόρητα ζεστά καλοκαίρια. Ένα απέραντο οροπέδιο που τη συνέχειά του διακόπτουν βουνοκορφές, κοιλάδες, λίμνες, δάση, ποτάμια και απότομα φαράγγια όπως το πασίγνωστο *Γκραν Κάνυον*, το μεγαλύτερο φαράγγι στον κόσμο. Στο έδαφος της καλλιεργούνται κυρίως τριφύλλι, βαμβάκι, σιτάρι, τεύτλα, γλυκοπατάτες, ελιές, εσπεριδοειδή χάρις στα μεγάλα αρδευτικά έργα που έχουν μεταβάλλει την έρημο σε καλλιεργήσιμη γη. Στο υπέδαφος φωλιάζουν χρυσός, ασήμι, ουράνιο, μόλυβδος, μαγνήσιο, πολύ χαλκός και κάποια σπάνια πετρώματα που η εκμετάλλευσή τους ανακαλεί τις μνήμες των παλιών χρυσοθήρων που «μεγαλούργησαν» εδώ. Τέλος, όπως η μεταλλουργία, έτσι και η κτηνοτροφία είναι ιδιαίτερα αναπτυγμένη.



Πρωτεύουσα της Πολιτείας είναι το Φοίνιξ, χτισμένο κοντά στον ποταμό Τσίλα, που πήρε το όνομά του από το μυθικό πουλί το οποίο ξαναγεννήθηκε μέσα από τις στάχτες του, όπως ακριβώς η πόλη «αναδύθηκε» μέσα από τα ερείπια ενός αρχαίου ινδιάνικου πολιτισμού.

Η Αριζόνα, σήμερα συνδυάζει με ξεχωριστό τρόπο τη σύγχρονη πλευρά της Αμερικής με την ιδιαίτερη ομορφιά της Άγριας Δύσης, όπως την έχουμε γνωρίσει μέσα από τις ταινίες Western. Εκτός από την υπερσύγχρονη πρωτεύουσά της, πολλές ακόμα μικρότερες πόλεις έχουν μοντέρνα όψη, όπως το Τεμπε - μια χαρακτηριστική μοντέρνα φοιτητούπολη γεμάτη γήπεδα, εστιατόρια, μαγαζιά και νεολαία, φοίνικες και κάκτους ανάμεσα στα σύγχρονα κτίρια. Σας θυμίζει τίποτα το όνομά της; Μήπως έχει κάποια σχέση με τα δικά μας Τέμπη; Όσο κι αν θα σας φανεί περίεργο, η απάντηση είναι? Ναι! Ένας Βρετανός ταξιδιώτης, τον περασμένο αιώνα, ονόμασε έτσι την περιοχή επειδή του θύμιζε την κοιλάδα των Τεμπών, χαρίζοντας στη δική μας πανέμορφη θεσσαλική

κοιλάδα ένα αδελφάκι στην Αριζόνα, που μπορεί να ήταν κάποτε αγροτική περιοχή εξελίχθηκαν, ωστόσο, σε μια μεγάλη Πανεπιστημιούπολη που φιλοξενεί το [Arizona State University](http://www.arizona.edu), το Πανεπιστήμιο της Πολιτείας.



Οι πόλεις έχουν κάθε λογής εστιατόρια, για κάθε λογής γούστα και βαλάντια. Αν και σχετικά εύκολα συναντάς εξαιρετικής ποιότητας εστιατόρια, το γρήγορο φαγητό στο χέρι δίνει και παίρνει. Αυτό δε σημαίνει, σώνει και καλά, πως πρόκειται για κακή διατροφή, γιατί οι επιλογές είναι αμέτρητες και καλύπτουν όλες τις διατροφικές τάσεις και ορέξεις. Μέχρι και Fast Food με δημητριακά πρωινού, μπορείς να βρεις και να παραγγείλεις! Διαλέγεις την ποικιλία που προτιμάς, συνδυάζεις ξηρούς καρπούς και φρουτάκια, προσθέτεις όσο και ότι γάλα θες και προκαλείς την όρεξή σου.

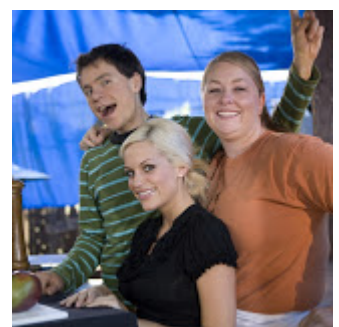


Υπάρχουν όμως και τα τυπικά στέκια για όλες τις ώρες, που συνδυάζουν φαγητό, μουσική, καφέ, σνακ, κρασί, μπίρα, άλλα drinks και διασκέδαση με αυθεντικά αμερικάνικο τρόπο. Ένα τέτοιο μέρος είχα την τύχη να επισκεφτώ στο Cave Creek, μια μικρή κωμόπολη που θυμίζει σκηνικό γουέστερν και κατοικείται από αυθεντικούς ανθρώπους που επιβεβαιώνουν την αναλλοίωτη παραδοσιακή πλευρά της «άγριας Δύσης», η οποία επιβιώνει μακριά από τις πολύβουες αστικές περιοχές. Αν θέλετε να το γνωρίσετε και εσείς, δοκιμάστε να σερβιριστείτε στη διεύθυνση <http://www.cavecreekcoffee.com/>.

Λίγο έξω από το Cave Creek, πάνω στα βουνά και μέσα στη φύση, μπόρεσα να εκπληρώσω ένα παλιό μου όνειρο: Επισκέφθηκα ένα ράντσο! Ήταν παλιά χρυσωρυχείο που διατηρείται σε τέλεια κατάσταση επειδή κατοικείται μόνιμα από μία οικογένεια. Χωρίς υπερβολές, η εμπειρία που είχα ήταν φανταστική! Φόρεσα το καπέλο μου, ανέβηκα στο άλογο και ένιωσα, για λίγο, αληθινός καουμπόης! Αν δεν με πιστεύετε, δείτε τις φωτογραφίες..



Σημαντική εμπειρία, όμως, ήταν και η γνωριμία μου με την κουζίνα της Αριζόνα, μια ιδιαίτερη «σχολή» διατροφής με ινδιάνικα και λατινοαμερικάνικα στοιχεία που επιτρέπει μπόλικο αυτοσχεδιασμό και παρουσιάζει πολλές ομοιότητες με την κουζίνα του Μεξικού και των γειτονικών πολιτειών, όπως είναι η Νότια Καλιφόρνια και το Τέξας. Χαρακτηριστικά της, τα πλούσια χρώματα στην εμφάνιση των εδεσμάτων, η χρήση κρεατικών και μπαχαρικών, οι τραγανές τортίγιες και οι γεμάτες γεύσεις που είναι, πολύ συχνά γλυκές και, μαζί, καυτερές. Οι καυτερές σάλτσες με μπόλικο τσίλι, φτιαγμένες από τομάτες, καρυκεύματα, μεγάλη ποικιλία μπαχαρικών και βέβαια τις περίφημες πικάντικες πιπεριές «χαλαπένιος» δίνουν και παίρνουν, γεγονός που οφείλεται στη στα ζεστά καλοκαίρια της περιοχής. Με το καυτερό φαγητό ανεβαίνει η εσωτερική θερμοκρασία του σώματος και η εξωτερική ζέστη γίνεται υποφερτή. Πρόκειται για μια «ομοιοπαθητική» μέθοδο, γνωστή και στην Ανατολή, ιδιαίτερα στις Αραβικές χώρες...



Η τοπική κουζίνα περιλαμβάνει ακόμα: Χοιρινές μπιριζόλες στο BBQ με ιδιαίτερα μαρινάρια, ζυμαρικά, tacos, tostadas, κρέπες και, βέβαια, φασόλια - το διάσημο φαγητό των καουμπόηδων και βασική τροφή της ευρύτερης περιοχής. Και, τέλος, ένα σωρό παραλλαγές της «Γουακαμόλε» - της γνωστής, νόστιμης, υγιεινής και θρεπτικής σάλτσας από αβοκάντο ? μια σειρά ξεχωριστά γλυκά και πολλές ενδιαφέρουσες σαλάτες, όπως αυτή που συνδύαζε κοτόπουλο, μάνγκο, αβοκάντο, κόκκινο, κρεμμύδι, πιπεριές και raspberries και που απόλαυσα εντελώς τυχαία στο τραπέζι ενός εστιατορίου στο Cave Creek. Πρέπει να μνημονεύσω, ακόμα, μια υπέροχη cr?me brulle με σιρόπι από άνθος κάκτου ? έναν ξεχωριστό «γκουρμέ» μεζέ που προβλέπεται σε πολλές συνταγές.

Παντού στην Αριζόνα, ακόμα και σε μικρές πόλεις, βρίσκεις εξαιρετικά και ισορροπημένα πιάτα βασισμένα στα τοπικά υλικά και στις παραδοσιακές διατροφικές συνήθειες του κόσμου. Όσο κι αν τα μπέργκερ εξακολουθούν «να δίνουν και να παίρνουν», ο κόσμος έχει ήδη αρχίσει να κάνει μια μεγάλη στροφή προς πιο υγιεινές επιλογές, έστω κι αν προτιμά μεγάλες μερίδες και φαγητά με? μεγάλα ονόματα, όπως... «Big Ass buritto»!

Η παγκοσμιοποίηση, ωστόσο, караδοκεί και στην Αριζόνα. Έτσι σε ένα μικρό μέρος σαν το Cave Creek, σε ένα κλασικό στέκι των ντόπων, βρήκα στο μενού μία Μεσογειακή Πίτσα. Πίτσα βέβαια τρώνε οι Αμερικανοί. Άλλά πίτσα με κατσικίσιο τυρί, φρέσκιες ντομάτες, αγκινάρα, βασιλικό και ελιές Καλαμών, είναι η αλήθεια ότι δεν περίμενα να βρω στην καρδιά της Άγριας Δύσης...

Γυρίζοντας στην Ελλάδα, με τις εντυπώσεις μου νωπές από την Αριζόνα, επιχείρησα να αναζητήσω τις γεύσεις της σε κάποιο αθηναϊκό στέκι. Με λίγη επιμονή, σ? ένα αθηναϊκό εστιατόριο με Tex-Mex κουζίνα, εντόπισα και απόλαυσα μια εξαιρετική σαλάτα με κάκτο! Ήταν τόσο γευστική που αποφάσισα να κρατήσω για λογαριασμό μου τα κακτάκια που είχα φέρει στους φίλους μου, ως ενθύμιο των περιπετειών μου στο Φαρ Ουέστ.