



Προσωπικές πληροφορίες

- Ημερομηνία γέννησης: 27/04/1985
- Τόπος Καταγωγής: Μεσότοπος Λέσβου
- Οικογενειακή κατάσταση: Έγγαμος
- Πατρώνυμο: Φώτιος

Σπουδές

- 04/04/2017 Πιστοποιητικό εκπαιδευτικής επάρκειας ως **εκπαιδευτή ενήλικων της Μη τυπικής εκπαίδευσης** (κωδικός πιστοποίησης EB32558)
- 30/09/2011 Σχολή Επαγγελματιών Κρέατος Αθηνών, **Βεβαίωση Εκδοροσφαγέα**
- 09/05/2006 Σχολή Επαγγελματιών Κρέατος Αθηνών, **Βεβαίωση Κρεοπώλη**
- 24/02/2006 **ΟΕΕΚ** – Βεβαίωση πιστοποίησης επαγγελματικής κατάρτισης ως «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης»
- 08/07/2005 Απόφοιτος του τμήματος Μαγειρικής Τέχνης του *Institute of hotel & tourism studies «Le Monde»*
- 2002-2003 Κάτοχος **απολυτηρίου ενιαίου λυκείου** Άγρας Λέσβου

Πιστοποιητικά

- Υγιεινή και Ασφάλεια Τροφίμων I : HACCP» «Εφαρμοσμένο HACCP Επιπέδου 2»
- «ISO 22000 & HACCP» «ISO 14001 & ISO 9001»

Συμμετοχή ως μέλος

- Επίλεκτο Μέλος Ελληνικής Ακαδημίας Αρχιμαγείρων και Ελληνικής Ακαδημίας γαστρονομίας (Chef academy of Greece)-
- Του Ινστιτούτου Ελληνικού Διατροφικού Πολιτισμού και Γαστρονομίας – ΙΕΓ

Εργασιακή εμπειρία

- 19/12/2016-31/01/2018: Bistro tier **"Quartier d'Athènes"** ως υπεύθυνος κουζίνας (Chef)
- 10/11/2015-31/05/2016: Μπυραρία **"Beer on us"** ως Υπεύθυνος Κουζίνας (Chef)
- 03/04/14-30/10/2015: Bar-Restaurant « **Διόσκουροι**» στο με τον Chef Δημήτρη Πολίτη ως sous-chef
- 1/11/2013-23/03/14: Υπεύθυνος Κουζίνας στο « **Άνω Κάτω** » στη Γλυφάδα
- 16/01/2013-11/08/2013: Υπεύθυνος κουζίνας στο bar- restaurant **"kabar"** στο Θησείο
- Οκτώβριος του 2012 έως 15/01/2013: Bar-Restaurant **"Baraonda"**, με τον Chef Αχιλλέα Παπαχρήστο ως sous-chef
- Καλοκαίρι 2012: Bar-Restaurant **«Ακρωτήρι»** με τον Chef Αχιλλέα Παπαχρήστο ως sous-chef
- 09/2010–31/03/2012 Bar-Restaurant **"Baraonda"**, με τον Chef Μιχάλη Ντουνέτα, ως Α' μάγειρα στο πόστο της ζεστής κουζίνας.
- Καλοκαίρι 2011: Β' μάγειρα στο πόστο της «ζεστής» κουζίνας στο Bar-Restaurant **«Ακρωτήρι»** με τον Chef Μιχάλη Ντουνέτα.
- 12/11/2007-30/06/2010 Bar-Restaurant **"Baraonda"**, με τον Chef Μιχάλη Ντουνέτα, ως υπεύθυνος στα πόστα της «κρύας» κουζίνας & ζαχαροπλαστείου.
- 12/02/2007-19/10/2007 Στην **λέσχη αξιωματικών Μυτιλήνης** (98 ΑΔΤΕ ΛΕΘ ΜΥΤΙΛΗΝΗΣ) ως μάγειρας τις λέσχης (στα πλαίσια της στρατιωτικής μου θητείας)
- 12/11/2005–20/06/2006: Bar-Restaurant **"Baraonda"**, με τον Chef Μιχάλη Ντουνέτα, ως υπεύθυνος στα πόστα της κρύας κουζίνας & ζαχαροπλαστείου.
- 20/06/2005–12/09/2005: Στο ξενοδοχείο **"Astir of Paros"** με τον Chef Βασιλείου Βασίλη, ως υπεύθυνος βάρδιας κουζίνας

- 15/02/2005–31/05/2005: **“Café del Mar”** ως βοηθός μάγειρα ζεστής κουζίνας
- 30/10/2004-05/02/2005: Café-Bar-Restaurant **“So What”**, με τον Chef Παπαγεωργίου Χρήστο, ως βοηθός μάγειρα στο πόστο της « κρύας » και « ζεστής » κουζίνας.
- 01/04/2004–30/09/2004: Café-Bar-Restaurant **“Vive Mar”**, με τον Chef Μιχάλη Ντουνέτα, ως βοηθός μάγειρα, στα πόστα της « κρύας », « ζεστής » κουζίνας και ζαχαροπλαστείου.
- 01/10/2003–01/04/2004 Ψητοπωλείο **“Ηπειρος”**, ως ημερομίσθιος αρμόδιος στην επεξεργασία κρέατος.
- Για 4 συναπτά έτη, στην οικογενειακή παραδοσιακή ταβέρνα **“Ο Πάλλας”** ως βοηθός μάγειρας

Διδακτικό Έργο

- Καθηγητής Μαγειρικής Τέχνης στο **Ι.Ι.Ε.Κ. ΔΕΛΤΑ** το ακαδημαϊκό Έτος 2018-19
- Καθηγητής Μαγειρικής Τέχνης στο **Δ.Ι.Ε.Κ. Δάφνης** τα ακαδημαϊκά Έτη:
2016-17
2017-18
- Καθηγητής Μαγειρικής Τέχνης στο **Δ.Ι.Ε.Κ. Γαλατσίου** το ακαδημαϊκό Έτος 2017-18
- Καθηγητής Μαγειρικής Τέχνης στο **Δ.Ι.Ε.Κ. Ηλιούπολης** το ακαδημαϊκό Έτος 2017-18
- Καθηγητής Μαγειρικής Τέχνης στο **Ι.Ι.Ε.Κ. PRAXIS** τα ακαδημαϊκά Έτη:
2017-18
2016-17
2015-16
2014-15
2013-14
- 04/03/2015 μέχρι 30/06/2015: Καθηγητής μαγειρικής Τέχνης **«Σιβιτανιδείος Δημόσια Σχολή Τεχνών και Επαγγελματιών»**

Γλώσσες

- ο **Αγγλικά:** Ορολογία Μαγειρικής Τέχνης & Γαστρονομίας (Καλά)
- ο **Γαλλικά:** Ορολογία Μαγειρικής Τέχνης & Γαστρονομίας (Καλά)

Εκπαιδευτικά Σεμινάρια

- 8/1/2018 «Μοριακή Γαστρονομία» με τον Σεφ Αλέξανδρο Χαραλαμπίοπουλο I.E.K. Praxis - Gastronomy Days
- 11/12/2017 «Αστική Κουζίνα» με το Σεφ Δημήτρη Δημητριάδη I.E.K. Praxis - Gastronomy Days
- 26-27/11/2016 «1^ο Διεθνές Συνέδριο Γαστρονομικού Τουρισμού» ΤΕΙ Αθήνας
- 21/11/2016 «Παραδοσιακές Πίτες και Ζύμες» με τον Σεφ Κωνσταντίνο Κωστάκη. I.E.K. Praxis
- 31/10/2016 Ημερίδα με θέμα: «Μεσογειακή Διατροφή στην Παιδική Ηλικία- παιδική παχυσαρκία- παιδικός διαβήτης», Όμιλος για την UNESCO Πειραιώς και Νήσων
- 17/09/2016 "Pizza Maker Level 2" Ιταλική Ακαδημία Πίτσας
- 22/01/2015 Βασικές τεχνικές μοριακής γαστρονομίας από το κέντρο δια βίου μάθησης από το praxis εισηγητής Αλέξανδρος Χαραλαμπίοπουλος
- 12/1/2015- 2/3/2015: Πρόγραμμα Επαγγελματικής Κατάρτισης Εκπαίδευσης Ενηλίκων – PRAXIS (Κε.Δε.Βι.Μ.2)
- 26/01/2012 σεμινάριο εκπαιδευτικού ομίλου "Le Monde" με θέμα: «Συνδυασμός παραδοσιακού φαγητού- ελληνικού κρασιού».
- 03/2010 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «Διεθνής Κουζίνα (Βραζιλιάνικη- Μεξικάνικη- Καραϊβικής- Νότιας Αφρικής)» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 02/2010 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «Διεθνής Κουζίνα (Ουγγαρέζικη- Πολωνέζικη- Ρώσικη)» με Chef την Λίλιαν Στελλέα. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 01/2010 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «Διεθνής Κουζίνα Αγγλική- Γαλλική- Γερμανική- Ιταλική- Ισπανική)» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 15/10/2009 Σεμινάριο με θέμα: «Αρωματικά αλάτια-λάδια» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 03/2009 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «Διεθνής Κουζίνα (Ινδική- Περσική-Κινέζικη-Ταυλανδέζικη)» με Chef τον Χρήστο Μαντζούκο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 12/2008 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «Μεζέδες και Φαγητά Κατσαρόλας» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".

- 11/2008 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «Ζύμες – Πίττες, Πίτσες – Φοκάτσες» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 31/01/2008 Σεμινάριο με θέμα: «*Finger food – Καναπεδάκι*» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 02/2008 Κύκλος σεμιναρίων με θέμα: «*Παστά – Καπνιστά – Λουκάνικα – Τουρσιά*» με Chef τον Αντώνιο Καβαλιέρο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love".
- 11/2006 Συμμετοχή στο «Φεστιβάλ Γαστρονομίας» «Επαγγελματίες Μάγειρες- Ζεστά Πιάτα- Πουλερικά». (ακολούθησε η έκδοση ομώνυμου βιβλίου όπου συμπεριλαμβάνεται η συμμετοχή)
- 04/10/2005 «Ατομικό Γλυκό εστιατορίου» με Chef τον Βασιλείου Κωνσταντίνο. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love"
- 18/04/2005 «*Ιαπωνική κουζίνα*». Εισηγητής ο Chef Χρήστος Μαρτζούκος. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love"
- 30/03/2005 «*Γευσιγνωσία οίνου & παρουσίαση οινοποιείου, με γευσιγνωσία κρασιών του οινοποιείου - Κτήμα κυρ' Γιάννη*». Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 21/03/2005 «*Παρασκευή & παρουσίαση Γαλλικού Μενού*». Εισηγητής ο Chef Jean Yves Carattoni. Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 17/12/2004 «*Σιτηρά & άλευρα*». Εισηγητής κ. Μποζίκης Δημήτριος, τεχνολόγος τροφίμων της εταιρίας "Μύλοι Λούλη". Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 10/02/2005 «*Εορταστικά μενού*». εισηγητής ο Chef Αντώνης Καβαλιέρος. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love"
- 09/12/2004 «*Γαλλικά Τυριά*» Sopexa. Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 02/12/2004 «*Ασιατική Κουζίνα*». εισηγητής ο Chef Michael Yi Cuo. Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 20/10/2004 «*Παρασκευές ψωμιού*». Εισηγήτρια η κα. Εύη Βουτσινά. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love"
- 09-10/2004 «*Εργαστήριο carving, σε φρούτα & λαχανικά*». Εισηγητής ο Chef Γεώργιος Γεωργόπουλος. Κέντρο σεμιναρίων γαστρονομίας "Chef in Love"

- 05/2004 «Παράδοση & σύγχρονη έκφραση». Εισηγητής ο κ. Αλ. Γιώτης & ο σεφ κ. Φωτιάδης. Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 08/05/2004 «Κουζίνα της Πόλης». Εισηγητές οι σεφ κ. Κ. Δεβελιόγλου & κ. Α. Φώσκολος. Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"
- 04/2004 «Ποιοτικά χαρακτηριστικά γαλλικού μοσχαρίσιου κρέατος. Επίδειξη γαλλικής κοπής & αξιοποίησης». Εισηγητής ο κ. Jean Morant
- 15/03/2004 «Παρασκευές με σουσαμέλαιο». Εισηγητής ο κ. Κατσάνης. Πρόγραμμα επιμόρφωσης σπουδαστών και αποφοίτων "Le Monde"

Εισηγήσεις

- ❖ 18/6/2018: Σεμινάριο με θέμα την παιδική διατροφή - IEK Praxis
- ❖ 14/5/2018: Σεμινάριο με θέμα: «Γλυκά Χωρίς Γλουτένη και Ζάχαρη», σε συνεργασία με τον Pastry Chef Οδυσσέα Μάτσια - IEK Praxis
- ❖ 30/4/2018 Σεμινάριο με θέμα: «Δημιουργίες με αυγοτάραχο Τρικαλινός» - IEK Praxis
- ❖ 26/1/2017 Σεμινάριο με θέμα: «Γλυκά Χωρίς Γλουτένη και Ζάχαρη», σε συνεργασία με τους Pastry Chef Οδυσσέα Μάτσια και Νικόλαο Πασχάλη- IEK Praxis
- ❖ 30/5/2014, 2/6/2014, 6/6/2014 Σεμινάριο με θέμα: «Φαγητό και παιδί, η παρουσίαση του πιάτου ως τρόπος προσέγγισης των "δύσκολων" γεύσεων»- IEK Praxis
- ❖ 14/11/2015, 1/12/2015 Πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης με τίτλο: «Αρωματικά Λάδια, Ξύδια και Αλάτια» - IEK Praxis
- ❖ 8/6/2015 Πρόγραμμα επαγγελματικής κατάρτισης με τίτλο: «Pasta: γνωρίζοντας τα φρέσκα ζυμαρικά» - IEK Praxis

Ασχολίες & ενδιαφέροντα:

Μαγειρική Φωτογραφία, Μουσική, Κινηματογράφος, Η/Υ.

« Ο οποιοσδήποτε μπορεί να σας κάνει να απολαύσετε την πρώτη μπουκιά ενός πιάτου, αλλά μόνο ένας πραγματικός Chef μπορεί να σας κάνει να απολαύσετε την τελευταία»

Francois Minot