



**ΕΘΝΙΚΟ ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ
ΑΨΛΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ
ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ**

ΔΕΛΤΙΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟΥ ΑΨΛΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ

1. Σύντομη παρουσίαση του στοιχείου Ψλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς

α. Με ποιο όνομα αναγνωρίζεται το στοιχείο από τους φορείς του:

Η τέχνη της παρασκευής του τυριού Μελίπαστο στη Λήμνο

β. Άλλη/-ες ονομασία/ες: Η τέχνη της παρασκευής του Μελίχλωρου στη Λήμνο

γ. Σύντομη Περιγραφή: Το μελίπαστο/μελίχλωρο είναι ένα παραδοσιακό τυρί που παρασκευάζεται στο νησί της Λήμνου. Παράγεται από αιγοπρόβειο γάλα. Παραδοσιακά, η ωρίμανση και η διατήρησή του γίνονται εκτός ψυγείου. Στην πρώτη φάση της ωρίμανσης έχει υφή μεταξύ ημίσκληρου και σκληρού και καθώς προχωράει η ωρίμανση σκληραίνει περισσότερο. Είναι άμεσα συνδεδεμένο με τη γαστρονομική παράδοση της Λήμνου.

δ. Πεδίο ΑΠΚ:

- ☒ προφορικές παραδόσεις και εκφράσεις
- ☐ επιτελεστικές τέχνες
- ☐ κοινωνικές πρακτικές-τελετουργίες-εορταστικές εκδηλώσεις
- ☒ γνώσεις και πρακτικές που αφορούν τη φύση και το σύμπαν
- ☒ τεχνογνωσία που συνδέεται με την παραδοσιακή χειροτεχνία
- ☐ άλλο

ε. Περιοχή όπου απαντάται το στοιχείο: Νήσος Λήμνος, Νομός Λέσβου, Περιφέρεια Β. Αιγαίου

στ. Λέξεις-κλειδιά:

Μελίχλωρο, Μελίπαστο, τυρί, χλωρό τυρί, σκληρό, παραδοσιακό τυρί, Λήμνος, αιγοπρόβειο γάλα, γαστρονομία

2. Ταυτότητα του φορέα του στοιχείου ΑΠΚ

α. Ποιος/-οι είναι φορέας/-είς του στοιχείου;

Οι φορείς της παραγωγής του μελίπαστου/μελίχλωρου τυριού είναι τόσο οι μικροί παραγωγοί (επαγγελματίες κτηνοτρόφοι, αλλά και όσοι διαθέτουν μικρό αριθμό ζώων) της Λήμνου, οι οποίοι παρασκευάζουν τυρί σε μικρές ποσότητες για οικιακή κατανάλωση, όσο και τα παραδοσιακά τυροκομεία του νησιού.

Η παραδοσιακή γνώση για την παρασκευή του τυριού χάνεται στον χρόνο. Η αναγκαία αυτάρκεια του κεχαγιά (αγροτο-κτηνοτρόφου) της Λήμνου που διέμενε επί μήνες στη μάντρα του αποκομμένος, αλλά και ευρύτερα των κατοίκων ενός νησιού απομονωμένου, με περιορισμένη πρόσβαση σε μεγάλα αστικά κέντρα, υποχρέωναν κάθε νοικοκυριό να κατέχει τη γνώση της τυροκομίας, ώστε και να καλύπτει τις διατροφικές του ανάγκες αλλά και να μπορεί να αξιοποιεί με τον καλύτερο τρόπο το γάλα κατά τους καλοκαιρινούς μήνες. Η γνώση αυτή διατηρείται ζωντανή και σήμερα, ιδιαίτερα στις κτηνοτροφικές εκμεταλλεύσεις, αλλά και ευρύτερα στο νησί. Στις μέρες μας, το μελίπαστο/μελίχλωρο παρασκευάζεται κάτω από συνθήκες που τηρούν βασικούς κανόνες ασφάλειας και υγιεινής του προϊόντος και αυξάνουν το χρόνο ζωής του (συσκευασία σε κενό αέρα), με σεβασμό πάντα στην παράδοση.

β. Έδρα/τόπος

Όνομα: "ΑΝΕΜΟΕΣΣΑ"

Όμιλος Προστασίας Περιβάλλοντος και Αρχιτεκτονικής Κληρονομιάς Νήσου ΛΗΜΝΟΥ

Διεύθυνση: Τ.Θ. 103, Μύρινα ΛΗΜΝΟΥ, ΤΚ 81400

Τηλ.: +30 22540 27539

e-mail: info@anemoessa.net

γ. Περαιτέρω πληροφορίες για το στοιχείο:

Αρμόδιο/-α πρόσωπο/-α: Ειρήνη Λυρατζάκη

Μεσογειακό Ινστιτούτο για τη Φύση και τον Άνθρωπο

Ιδιότητα: **Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρία που επικεντρώνεται στις πολιτιστικές αξίες των υγροτόπων, στα τοπία, στις ιερές φυσικές περιοχές και στις πολιτισμικές πρακτικές**

Διεύθυνση: Βουκουρεστίου 23 Αθήνα, ΤΚ 10671

Τηλ.: +30 210 3600711

e-mail: ilyratzaki@med-ina.org

3. Αναλυτική περιγραφή του στοιχείου ΑΠΚ, όπως απαντάται σήμερα

Το τυρί μελίπαστο ή μελίχλωρο είναι ένα τυρί που παρασκευάζεται τόσο από μικρούς παραγωγούς (συνήθως κτηνοτρόφους) για προσωπική χρήση, όσο και από παραδοσιακά τυροκομεία. Αποτελεί ένα από παραδοσιακά τυριά της Λήμνου, μαζί με το χλωρό και τη σαλαμούρα (καλαθάκι).

Βασικό συστατικό της διατροφής των κατοίκων της Λήμνου, το μελίπαστο συνεχίζει μια βαθιά ριζωμένη παράδοση, συνδεδεμένη με τη διατροφική ταυτότητα των κατοίκων της Λήμνου και ειδικά με αυτή των κεχαγιάδων, των αγροτο-κτηνοτρόφων του νησιού. Οι κεχαγιάδες της Λήμνου είναι πάνω από όλα κτηνοτρόφοι, οι οποίοι όμως συνδυάζουν την κτηνοτροφία με την αγροτική καλλιέργεια, φαινόμενο όχι συχνό στον ελλαδικό χώρο. Καλλιεργούν και παράγουν τα προϊόντα που τους είναι απαραίτητα για την επιβίωση τόσο των οικογενειών τους όσο και του κοπαδιού τους (π.χ. ζωοτροφές) και πολλοί από αυτούς εμπορεύονται τα παραγόμενα προϊόντα.

Παραδοσιακά, η τυροκόμηση γίνονταν στις μάντρες, σύνθετα αγροτο-κτηνοτροφικά συγκροτήματα που εξυπηρετούσαν και εξακολουθούν να εξυπηρετούν τις ανάγκες των κεχαγιάδων και των κοπαδιών τους και γύρω από τις οποίες είναι οργανωμένη ολόκληρη η αγροτο-κτηνοτροφική παραγωγή του νησιού. Σε πείσμα των καιρών, κάποιοι κεχαγιάδες εξακολουθούν να συντηρούν τις παραδοσιακές μάντρες τους, ενώ άλλοι χρησιμοποιούν σύγχρονα υλικά για την κατασκευή τους. Οι μάντρες διαθέτουν τουλάχιστον χώρο για την προστασία και το άρμεγμα των ζώων και συνήθως και κάποιον υποτυπώδη χώρο για τη διαβίωση των κεχαγιάδων, ενώ μπορεί να διαθέτουν και άνετους χώρους διαβίωσης, αποθήκες, αλώνι, αλμεκτήρια, κλπ.

Ο τρόπος παρασκευής του μελίπαστου/μελίχλωρου, με τον παραδοσιακό τρόπο στις μάντρες ή σε μικρά νοικοκυριά, όπως καταγράφηκε από την έρευνα που πραγματοποιήθηκε για τον σκοπό αυτό (Μεσογειακό Ινστιτούτο για τη Φύση και τον Άνθρωπο, Ιούνιος 2019), ακολουθεί τα παρακάτω στάδια:

Το γάλα αμέσως μετά το άρμεγμα μεταφέρεται άμεσα στο χώρο παρασκευής (μάντρα, οικία). Ακολουθεί το σούρωμα μέσω ενός ειδικού, αραιού σε ύφανση, υφάσματος που ονομάζεται *τσαντίλα*, σε καζάνι, όπου θα γίνει η τυροκόμηση. Το γάλα, πλέον, είναι έτοιμο για πήξη. Εφόσον η πήξη του γάλακτος γίνει σύντομα μετά το άρμεγμα των ζώων δεν χρειάζεται ζέσταμα, μια που η ιδανική θερμοκρασία για να πήξει είναι γύρω στους 32-35 βαθμούς Κελσίου. Αν καμιά φορά η εξωτερική θερμοκρασία είναι υψηλότερη κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, απαιτείται να μεσολαβήσει λίγη ώρα για να κρυώσει. Σε αυτό το στάδιο προστίθεται μικρή ποσότητα γιαουρτιού ως καλλιέργεια, η οποία βοηθά στην καλή στράγγιση και στην ωρίμανση του τυριού. Η πρακτική αυτή εφαρμόζεται κατά κανόνα από τα μικρά τυροκομεία, στα οποία είναι υποχρεωτική η εφαρμογή της παστερίωσης, αλλά και από κάποιους μικρότερους παραγωγούς. Στη συνέχεια, μπαίνει η πυτιά, ο πηκτικός παράγοντας, που άλλοτε φτιαχνόταν από τον ίδιο τον παραγωγό (συμβαίνει πλέον πολύ σπάνια) από τα στομάχια μικρών μηρυκαστικών (αρνιών, κασικιών). Σήμερα χρησιμοποιείται πυτιά του εμπορίου. Εκτός από τη ζωική πυτιά, παραδοσιακή ή εμπορίου, όπως έχει αναφερθεί από μαρτυρίες (συνεντεύξεις, Μεσογειακό Ινστιτούτο για τη Φύση και τον Άνθρωπο, Ιούνιος 2019) σε σπάνιες περιπτώσεις χρησιμοποιείται και «φυτική πυτιά». Πρόκειται για ένζυμα που βρίσκονται σε

κάποια φυτά, όπως η τσουκνίδα και η άγρια αγγινάρα-γαϊδουράγκαθο, και μπορούν να πήξουν το γάλα.

Μετά από μία περίπου ώρα, αφού το γάλα έχει πήξει, το πηγμένο γάλα (γυαλί) σπάζεται με ξύλινη κουτάλα ή με μεταλλικά κατάλληλα εργαλεία, ανάλογα με την ποσότητα του γάλακτος που τυροκομείται, είτε ακόμη και με το χέρι σε όσο πιο μικρά κομμάτια γίνεται (περίπου σαν τραχανάς). Το τυρόγαλο διαχωρίζεται και αφαιρείται με τη βοήθεια συνήθως ενός κυπέλλου (στο παρελθόν με μια μικρή μεταλλική κατασρόλα), ενώ το τυρόπηγμα μπαίνει σε καλούπια για αποστράγγιση, τα οποία τοποθετούνται πάνω σε ξύλινη ή ανοξείδωτη σήμερα τυροτράπεζα που λέγεται τυροκόμος. Τα καλούπια αυτά, το ονομαζόμενα τυροβόλια, ή τυρβόλια* στην τοπική διάλεκτο, φτιάχνονταν από βούρλα, ενώ στις μέρες μας είναι κυρίως πλαστικά (ειδικά στα τυροκομεία). Στη συνέχεια, το τυρί βγαίνει από τα τυρβόλια, γυρίζεται ανάποδα, αλατίζεται με χοντρό τυροκομικό αλάτι (κάθε παραγωγός χρησιμοποιεί διαφορετική ποσότητα) και επανατοποθετείται στο τυρβόλι. Αυτό μπορεί να επαναληφθεί έως και 2-3 φορές την πρώτη μέρα, καθώς και τις επόμενες, για να αποκτήσει το τυρί ομοιόμορφο σχήμα. Από τη δεύτερη μέρα τοποθετείται στα ξηραντήρια, τα λεγόμενα καφάσια, ξύλινα, ή και μεταλλικά στις μέρες μας, ράφια προστατευμένα με σίτες (στο παρελθόν με ξύλινους πήχεις πυκνά τοποθετημένους), τα οποία επιτρέπουν στον αέρα να εισέλθει στο ξηραντήριο και να ξηράνει το τυρί. Τοποθετούνται σε χώρο με αέρα, βορεινό, σκιερό (μακριά από τις ακτίνες του ήλιου). Εκεί μένουν για μια περίοδο 4-7 ημερών, για τις πρώτες δυο-τρεις μέρες τουλάχιστον μέσα στα τυρβόλια, ενώ για τις υπόλοιπες εκτός. Τα τυριά ελέγχονται από τον τυροκόμο για το πότε είναι έτοιμα, ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες, τον αέρα και το επιπέδο υγρασίας. Στο παρελθόν, μετά το ξηραντήριο, και πριν οι τυροκόμοι φυλάξουν οριστικά το τυρί τους ή το πουλήσουν, έπλεναν τα τυριά στη θάλασσα, γεγονός που αποτελούσε ευκαιρία για κοινωνική συναναστροφή και, κατά συνέπεια, ενδυνάμωση της κοινωνικής συνοχής. Πολλές γυναίκες, συνοδευόμενες συχνά από τα παιδιά τους, μετέφεραν τα τυριά στη θάλασσα, τα μούλιαζαν μέσα στα καλαθάκια τους και κατόπιν τα έπλεναν. Σήμερα ακόμη, κάποιοι τα ξεπλένουν με θαλασσινό νερό, δίνοντάς τους μια ξεχωριστή γεύση. Μετά το στέγνωμα το τυρί είναι έτοιμο για κατανάλωση. Σήμερα, σχεδόν σε όλες τις περιπτώσεις παραγωγής, τα τυριά συσκευάζονται και διατηρούνται στο ψυγείο.

Μελίπαστο/μελίχλωρο παρασκευάζουν για να καλύψουν τις ανάγκες του ευρύτερου οικογενειακού και φιλικού τους κύκλου τόσο οι αγροτο-κτηνοτρόφοι όσο και αρκετοί ντόπιοι που διαθέτουν μικρό αριθμό ζώων και παρασκευάζουν το δικό τους τυρί, συνεχίζοντας την οικογενειακή παράδοση της τυροκόμησης στο νησί από τους προγόνους τους. Τα τελευταία 50 περίπου έτη λειτουργεί ένας αριθμός τυροκομείων σε διάφορα σημεία του νησιού, τα οποία όμως στην πλειοψηφία τους ακολουθούν με μικρές παραλλαγές τον παραδοσιακό τρόπο τυροκόμησης.

Στο παρελθόν, οι κεχαγιάδες ξεκινούσαν την παρασκευή του μελίπαστου/μελίχλωρου στο τέλος του Μάη και σταματούσαν συνήθως όταν σταματά και το άρμεγμα των ζώων. Η περίοδος αυτή ευνοούσε την παρασκευή του συγκεκριμένου τυριού τόσο εξαιτίας της περιεκτικότητας του γάλακτος σε λίπος και πρωτεΐνη (τέλος της γαλακτοφορίας των ζώων), όσο και εξαιτίας των συγκεκριμένων καιρικών συνθηκών - υψηλές θερμοκρασίες και ΒΑ άνεμοι- που βοηθούν ώστε το μελίπαστο/μελίχλωρο να αποκτήσει τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του, επειδή το στέγνωμα των τυριών γίνεται σε εξωτερικό χώρο, βορεινό, στεγασμένο και σκιερό. Σήμερα, το τυρί μπορεί να

παρασκευασθεί σε όλη τη γαλακτική περίοδο, καθότι είναι δυνατόν οι συνθήκες παραγωγής του, και κυρίως η ξήρανση, να γίνει με ελεγχόμενες συνθήκες, σε κατάλληλα διαμορφωμένους χώρους εντός του τυροκομείου, διατηρώντας τις παραδοσιακό τρόπο παρασκευής.

4. Χώρος/εγκαταστάσεις και εξοπλισμός που συνδέονται με την επιτέλεση/ άσκηση του στοιχείου ΑΠΚ

Το μελίπαστο/μελίχλωρο παράγεται από τους μικρούς παραγωγούς ως επί το πλείστον στις παραδοσιακές μάντρες τους, ενώ από επαγγελματίες τυροκόμους, σε τυροκομεία, περισσότερο ή λιγότερο οργανωμένα. Παράλληλα, πολλά νοικοκυριά τυροκομούν μικρές ποσότητες γάλακτος, για να καλύψουν τις ετήσιες ανάγκες τους στην κουζίνα του σπιτιού τους ή σε μικρούς χώρους διαμορφωμένους για το σκοπό αυτό.

Ο χώρος στον οποίο γίνεται η τυροκόμηση αποτελείται από (α) το καζάνι στο οποίο τοποθετείται το γάλα, (β) τον τυροκόμο, την επιφάνεια (ξύλινη ή μεταλλική) στην οποία τοποθετούνται τα καλούπια του τυριού (τα τυρβόλια), για να γίνει η κυρίως αποστράγγιση κατά τις πρώτες ώρες μετά την παρασκευή τους, και (γ) τα ξηραντήρια, τα ονομαζόμενα και καφάσια.

Τα καφάσια παραδοσιακά βρίσκονται σε εξωτερικό χώρο, προστατευμένο από τον ήλιο και σε σημείο όπου φυσάει άνεμος που βοηθάει στην αποξήρανση. Κάποια από τα τυροκομεία χρησιμοποιούν ακόμη τα παραδοσιακά καφάσια, μερικές φορές φτιαγμένα από σύγχρονα υλικά. Τα σύγχρονα ξηραντήρια είναι ουσιαστικά μεγάλοι κλωβοί, μεταλλικής κυρίως κατασκευής, που προστατεύονται με σίτες, οι οποίοι βρίσκονται σε εξωτερικό χώρο μακριά από τις ακτίνες του ήλιου. Άλλα τυροκομεία χρησιμοποιούν ανεμιστήρες σε εσωτερικό χώρο για να στεγνώνουν τα τυριά, γεγονός που τους επιτρέπει να παράγουν μελίχλωρο όλο το χρονικό διάστημα που υπάρχει διαθέσιμο γάλα, ακόμη και τον χειμώνα. Όσα τυροκομεία χρησιμοποιούν ανεμιστήρες για την ξήρανση την κάνουν σε κατάλληλα διαμορφωμένους χώρους εντός του τυροκομείου.

Η κυριότερη διαφορά στην παρασκευή του μελίπαστου/μελίχλωρου στα επαγγελματικά τυροκομεία έναντι των παραδοσιακών, είναι ότι στα επαγγελματικά τυροκομεία το γάλα πριν από την παρασκευή του τυριού υποχρεωτικά παστεριώνεται, με τη χρήση μηχανημάτων παστερίωσης. Πάντως, τόσο οι επαγγελματίες τυροκόμοι όσο και οι μικρότεροι παραγωγοί, συντηρούν πλέον το τυρί μέσα σε συσκευασίες κενού αέρος (συσκευασίες vacuum). Έτσι, το τυρί μπορεί να διατηρηθεί μαλακό στο ψυγείο για πολλούς μήνες, σε αντίθεση με το παρελθόν όταν παρέμενε μαλακό για περιορισμένο χρονικό διάστημα και μετά μπορούσε να καταναλωθεί μόνο τριμμένο («ξερό»).

*Τυρβόλια: Τα τυρβόλια, τα καλαθάκια μέσα στα οποία στράγγιζε και στέγνωνε παραδοσιακά το μελίπαστο/μελίχλωρο, είναι φτιαγμένα από βούρλα. Τα βούρλα πρέπει να συλλεγούν το καλοκαίρι, από σημεία που δεν έχουν πλέον νερό, όπως από ρυάκια που έχουν στεγνώσει, ή από χέρσα κτήματα. Στη Λήμνο φύονται 3-4 είδη βούρλου, όμως ένα μόνο από αυτά είναι κατάλληλο για τα τυρβόλια, μια που όσο και να ξηρανθεί

παραμένει συμπαγές στο εσωτερικό του. Προσοχή χρειάζεται και το πλέξιμό τους, ώστε τα βούρλα να μην τσακίσουν και επιτρέψουν την εισαγωγή υγρασίας στο εσωτερικό τους, κάτι που θα μειώσει τη διάρκεια ζωής τους. Το μέγεθος της βάσης του τυρβολιού δεν ξεπερνάει συνήθως το μέγεθος της παλάμης του τεχνίτη και το ύψος του παραδοσιακά έφτανε το ύψος του αντίχειρα του τεχνίτη. Τα τυρβόλια διαφοροποιούνται ελαφρά μεταξύ τους, ανάλογα με την τεχνική που χρησιμοποιείται, η οποία εξαρτάται από το χωριό καταγωγής του τεχνίτη, και την πρώτη ύλη. Στις μέρες μας, ειδικά στα τυροκομεία, χρησιμοποιούνται τα πλαστικά τυρβόλια. Κάποιοι υποστηρίζουν ότι τα πλεκτά τυρβόλια από βούρλα προσδίδουν ξεχωριστή γεύση στο τυρί. Οι παραγωγοί που εξακολουθούν να χρησιμοποιούν τα παραδοσιακά τυρβόλια από βούρλα, πριν από τη χρήση τους, τα ζεματίζουν και τα πλένουν πολύ προσεκτικά. Οι άνθρωποι-φορείς της γνώσης κατασκευής των ντόπιων παραδοσιακών τυρβολιών είναι πλέον λίγοι, είναι όμως παρήγορο ότι υπάρχουν ανάμεσά τους νέοι άνθρωποι που συνεχίζουν την παράδοση.

5. Προϊόντα ή εν γένει υλικά αντικείμενα που προκύπτουν ως αποτέλεσμα της επιτέλεσης/άσκησης του στοιχείου ΑΠΚ

Το μελίπαστο/μελίχλωρο είναι ένα τυρί με ημίσκληρη αρχικά υφή που σκληραίνει ωριμάζοντας. Τρώγεται χλωρό, σκέτο με παραδοσιακό τσίπουρο και με φρούτα εποχικά, ιδιαίτερα με σταφύλι ή πεπόνι, ή ακόμη με συνοδεία ψωμιού, γίνεται σαγανάκι, ή χοντρο-τρίβεται στην ώριμή του μορφή συνοδεύοντας θαυμάσια τα παραδοσιακά ζυμαρικά. Επίσης, τηγανίζεται με αυγά ή λουκάνικα. Ως βασικό στοιχείο της Λημνιακής διατροφής και γαστρονομίας, αποτελεί τμήμα της πολιτιστικής κληρονομιάς του νησιού.

Το μελίπαστο/μελίχλωρο σαγανάκι είναι ένα πιάτο-σήμα κατατεθέν της Λήμνου. Σερβίρεται σε όλα τα ενημερωμένα γαστρονομικά εστιατόρια του νησιού και μαγειρεύεται σε όλα τα σπίτια, αποτελώντας έναν μεζέ που δεν λείπει από το τραπέζι. Χρησιμοποιείται, επίσης όπως είδαμε, τριμμένο τόσο στα παραδοσιακά ζυμαρικά της Λήμνου, τα φλωμάρια και τα αυτούδια, αλλά και στον τραχανά. Πλέον, χρησιμοποιείται και σε ευρύτερο πλαίσιο από αυτό των παραδοσιακών συνταγών, όπως με ντάκο, καρπούζι και μούστο.

6. Ιστορικά στοιχεία για το στοιχείο ΑΠΚ

Η ιστορία του μελίπαστου/μελίχλωρου χάνεται πίσω στο χρόνο. Τα ονόματά του είναι ενδεικτικά των χαρακτηριστικών του. Οι πιο παλιοί αναφέρονται σε αυτό σχεδόν αποκλειστικά με τον όρο *μελίπαστο*, ή με τον όρο *ξερό*, επειδή μετά από την παρέλευση αρκετών ημερών έχανε τη μαλακή του υφή. Το πρώτο συνθετικό και των δύο όρων (μέλι) εικάζεται είτε ότι σχετίζεται με το χρώμα του μελιού που αποκτά το τυρί όταν πλέον είναι ώριμο ή χαρακτηρίζει τη γλυκιά γεύση της πάστας του τυριού (ενδεχομένως σε σχέση με το έτερο παραδοσιακό τυρί, το καλαθάκι, που είναι πιο αλμυρό). Επίσης, ίσως ο όρος να σχετίζεται με το αλάτι (παραφθορά από το αλίπαστο-μελίπαστο) μια που το τυρί αλατίζεται ελαφρώς ή ακόμη φέρει επιρροή από την Ποντιακή διάλεκτο, όπου το

συνθετικό μέλι- χρησιμοποιείται για να εκφράσει ποσοτική αποδυνάμωση, άρα μελίπαστο σημαίνει ελαφρώς παστό. Οι νεότεροι αναφέρονται σε αυτό περισσότερο με τον όρο μελίχλωρο, με το οποίο είναι και πιο γνωστό πλέον, μια που ο συγκεκριμένος όρος είναι αυτός που χρησιμοποιείται και εμπορικά. Εικάζεται ότι ο όρος χλωρό καθιερώθηκε και με αφορμή τις τεχνολογικές εξελίξεις των τελευταίων δεκαετιών, όταν το τυρί μπορούσε πλέον να διατηρηθεί για περισσότερο χρόνο μαλακό, φυλασσόμενο σε ψυγείο και τα τελευταία χρόνια ακόμη περισσότερο μέσα σε συσκευασία κενού αέρος.

Στο παρελθόν κρατούσαν έναν αριθμό τυριών σε κάθε νοικοκυριό (20-30 τεμάχια), αλατισμένα περισσότερο (δύο φορές) για να συντηρούνται καλύτερα, τα οποία τα διατηρούσαν σε κοφινίδες με καπάκι και μάλιστα κάποιοι τοποθετούσαν ξερά φύκια για να διατηρήσουν την υγρασία τους. Επίσης, τα συντηρούσαν σε βαμβακερούς τρουβάδες (σάκους). Τα έπλεναν συχνά γιατί μετά από λίγο καιρό έπιαναν μούχλα.

Ήταν για χρόνια σημαντικό τμήμα της διατροφής των ντόπιων, και μαζί με το ψωμί ή το παξιμάδι που το συνόδευαν αποτελούσε ένα από τα γεύματα των κεχαγιάδων. Κυρίως το μελίπαστο/μελίχλωρο, αλλά και δευτερευόντως το καλαθάκι, αποτελούσαν μέσα συναλλαγής στα πλαίσια της ανταλλακτικής οικονομίας για αιώνες. Το ενοίκιο που δινόταν από τους κεχαγιάδες στους μεγαλοϊδιοκτήτες γης μετρούνταν και σε αριθμό τυριών (κυρίως ξερών). Επίσης, ήταν το μέσο για να αντισταθμιστούν κάποιες κοινωνικές υποχρεώσεις, καθώς και για να ευχαριστήσουν ανθρώπους με τους οποίους υπήρχε μια καλή κοινωνική σχέση. Αποτελούσε δηλαδή ένα αγαθό με υψηλή κοινωνική αξία.

Κατά το παρελθόν, όταν δεν υπήρχαν ψυγεία για τη συντήρηση και περαιτέρω εκμετάλλευση του φρέσκου γάλακτος, έφτιαχναν μελίπαστο/μελίχλωρο με το γάλα που διέθεταν, σε όποια αναλογία πρόβειου/γίδινου ήταν διαθέσιμη, ενώ προς το τέλος της περιόδου αρμέγματος, το έφτιαχναν μόνο με κατσικίσιο γάλα. Το μελίπαστο/μελίχλωρο έδινε δηλαδή τη δυνατότητα στους κεχαγιάδες να εκμεταλλευτούν με τον καλύτερο τρόπο το διαθέσιμο γάλα με τα συγκεκριμένα ποιοτικά χαρακτηριστικά της καλοκαιρινής περιόδου (υψηλή λιποπεριεκτικότητα και υψηλά επίπεδα πρωτεΐνης) τα οποία δεν ευνοούν την παρασκευή όλων των γαλακτοκομικών προϊόντων, καθιστώντας έτσι το μελίχλωρο ένα προϊόν και με ιδιαίτερη οικονομική αξία.

Πρέπει να σημειωθεί ότι παρ' ότι κάποιοι κτηνοτρόφοι εξακολουθούν να παράγουν ξερό τυρί (εκτός συσκευασίας κενού αέρα και χωρίς συντήρηση στο ψυγείο) για οικιακή χρήση, σε επίπεδο τυροκομείων και εμπορίου η πιο μαλακή εκδοχή του τυριού το έχει υποσκελίσει, με αποτέλεσμα το ξερό τυρί να αρχίζει σιγά σιγά να χάνεται.

7. Η σημασία του στοιχείου σήμερα

α. Ποια είναι η σημασία του στοιχείου για τα μέλη της κοινότητας/τους φορείς του;

Τόσο οι μικροί παρασκευαστές/ κτηνοτρόφοι όσο και οι επαγγελματίες τυροκόμοι κατέχουν την παραδοσιακή γνώση για την παρασκευή του μελίπαστου/μελίχλωρου, η οποία αποτελεί τμήμα του πολιτιστικού πλούτου του νησιού και σημαντικό στοιχείο της

ταυτότητάς τους. Οι κάτοικοι της Λήμνου, θεωρούν το τυρί αυτό τμήμα της πολιτιστικής τους κληρονομιάς. Ακόμη και σήμερα οι φημισμένοι για την παρασκευή του κεχαγιάδες είναι πολύ περήφανοι για την τέχνη τους και για την ποιότητα τυριού που παράγουν στον χώρο της μάντρας τους.

Το μελίχλωρο/μελίπαστο χρησιμοποιείται ακόμη ως μέσο συναλλαγής, συνήθως αντί χρηματικού αντιτίμου ως ενοίκιο της γης, και είναι ένα από τα καλύτερα δώρα που μπορεί να προσφέρει κανείς. Η υψηλή οικονομική και συμβολική αξία του αποτυπώνεται έκδηλα κατά τη διάρκεια μεγάλων θρησκευτικών εορτών, όπου το τυρί προσφέρεται στην εκκλησία αντί για τον καθιερωμένο άρτο (κυρίως του Προφήτη Ηλία, της Αγίας Παρασκευής, στα εννιάμερα της Παναγίας, και τον Δεκαπενταύγουστο).

Στις μέρες μας, οι παραγωγοί προσβλέπουν στην περίοδο που μπορούν να φτιάξουν καλής ποιότητας μελίπαστο, καθώς η τιμή του είναι αρκετά καλή και με την πώλησή του μπορούν να βελτιώσουν ή να ενισχύσουν το εισόδημά τους. Θεωρείται ανώτερο από το πιο γνωστό καλαθάκι, το οποίο ωριμάζει και διατηρείται στην άλμη (γι' αυτό και λεγόταν *σαλαμούρα*) και διαθέτει κάποια από τα χαρακτηριστικά στοιχεία της φέτας.

β. Ποια είναι η σημασία του στοιχείου για τη σύγχρονη ελληνική κοινωνία;

Το μελίπαστο, βασικό συστατικό του διατροφικού πολιτισμού του νησιού και εκφραστή του *genius loci* της Λήμνου, αποτελεί πρότυπο αξιοποίησης των πόρων σύμφωνα με τις αρχές της βιωσιμότητας. Η διαχρονικότητα της παραδοσιακής τέχνης της παρασκευής του μελίπαστου, που συνδέεται άρρηκτα με τον κεχαγιά και τη μάντρα του, άρα και με ολόκληρη την κοινωνία της Λήμνου και την οργάνωσή της, διδάσκει την αξιοποίηση με τον καλύτερο τρόπο των διαθέσιμων ποσοτήτων και της ποιότητας γάλακτος στη διάρκεια του έτους. Σε μια χώρα με σημαντικές επενδύσεις στον πρωτογενή τομέα, μπορεί να αποτελέσει παράδειγμα όχι μόνο ορθής πρακτικής αλλά και ζωντανό παράδειγμα ανάδειξης της σημασίας της ΑΠΚ στην ανάπτυξη προϊόντων με υψηλή αναγνωρισιμότητα και αξία.

Επιπλέον, η ανάδειξη της γαστρονομικής παράδοσης ως στοιχείου της ΑΠΚ θα οδηγήσει σε περαιτέρω αύξηση της κατανάλωσης, άρα και σε στήριξη της τοπικής οικονομίας και κατ' επέκταση σε ενίσχυση της κοινωνικής συνοχής, η οποία μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για την παραμονή των νέων στη Λήμνο, και να συμβάλει στην αποτροπή της γενικότερης τάσης ερημοποίησης της ελληνικής επαρχίας. Το μελίπαστο/μελίχλωρο μπορεί πλέον κανείς να το γευθεί σε αρκετά εστιατόρια εκτός της Λήμνου και της Β. Ελλάδας, όπου ήταν ήδη γνωστό. Στο διαδίκτυο, επίσης, κυκλοφορεί μεγάλος αριθμός πολιτιστικών και γαστρονομικών αφιερωμάτων για τη Λήμνο, καθώς και συνταγές με μελίπαστο/μελίχλωρο, με αποτέλεσμα οι κάτοικοι ιδιαίτερα της Αθήνας και της Β. Ελλάδας να έχουν τη δυνατότητα να το ανακαλύψουν και να το προμηθευτούν από ενημερωμένα παντοπωλεία.

γ. Συμμετείχε και πώς η κοινότητα στην προετοιμασία της εγγραφής του στοιχείου στο Εθνικό Ευρετήριο Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς;

Η προετοιμασία του δελτίου στοιχείου για την εγγραφή της τέχνης παρασκευής του μελίπαστου/μελίχλωρου στο Εθνικό Ευρετήριο Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς είναι το αποτέλεσμα μιας συστηματικής δουλειάς δέκα και πλέον ετών, με στόχο την ανάδειξη και στήριξη του πρωτογενούς τομέα της Λήμνου, από τον Όμιλο Προστασίας Περιβάλλοντος και Αρχιτεκτονικής Κληρονομιάς «Ανεμόεσσα», με την υποστήριξη του Μεσογειακού Ινστιτούτου για τη Φύση και τον Άνθρωπο και καθηγητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών. Στο διάστημα αυτό έχει οικοδομηθεί μια σχέση εμπιστοσύνης με πολλούς παραγωγούς/κτηνοτρόφους του νησιού και έχει υπάρξει σημαντική συνεργασία με τους τοπικούς φορείς (Δήμος και Αναπτυξιακή Εταιρεία Λήμνου, Τμήμα Αγροτικής Ανάπτυξης ΠΕ Λήμνου, αγροτικοί συνεταιρισμοί, κ.ά., βλ. και σημείο 8.γ). Ως αποτέλεσμα, πολλοί κάτοικοι της Λήμνου –κτηνοτρόφοι, επαγγελματίες τυροκόμοι, αλλά και ερασιτέχνες παραγωγοί– προθυμοποιήθηκαν να μοιραστούν μαζί μας γνώσεις και πληροφορίες σχετικά με την ιστορία, τον τρόπο παρασκευής και χρήσης του μελίπαστου/μελίχλωρου (βλ. στοιχεία συνεντεύξεων στο Παράρτημα Α), όταν ανακοινώθηκε η πρωτοβουλία σύνταξης του δελτίου μέσω τοπικών ραδιοφωνικών σταθμών, αλλά και μέσω σχετικής δημοσίευσης Δελτίου Τύπου στα ηλεκτρονικά μέσα της Λήμνου. Παράλληλα, οι ανοιχτές εκδηλώσεις στη Λήμνο το καλοκαίρι του 2019 και η εκπαιδευτική εκδρομή παραγωγών του νησιού στη Β. Ελλάδα τον Ιούνιο του 2019, που πραγματοποιήθηκαν στο πλαίσιο του διεθνούς προγράμματος Terra Lemnia, αποτέλεσαν σημεία γόνιμου διαλόγου και ενεργού συμμετοχής της τοπικής κοινότητας στη διαδικασία εγγραφής του στοιχείου στο Εθνικό Ευρετήριο ΑΠΚ, όπως αυτή αποτυπώνεται στο ανά χείρας δελτίο.

8. Διαφύλαξη/ανάδειξη του στοιχείου

α. Πώς μεταδίδεται το στοιχείο στις νεότερες γενιές σήμερα;

Αρκετοί νέοι σήμερα συνεχίζουν την παράδοση και ακολουθούν τα βήματα των παλαιότερων γενεών ασχολούμενοι και αυτοί με τη γεωργία και την κτηνοτροφία. Η παραδοσιακή γνώση της παρασκευής του μελίπαστου/μελίχλωρου περνάει με αυτόν τον τρόπο από τις παλαιότερες στις νεότερες γενιές, όχι ως αποτέλεσμα θεσμοθετημένης διαδικασίας μαθητείας αλλά με βιωματικό τρόπο, συνήθως με την παρατήρηση. Οι νέοι παρακολουθούν τη διαδικασία της τυροκόμησης από τους μεγαλύτερους και έμπειρους τυροκόμους και γίνονται έτσι και αυτοί κάτοχοι της γνώσης.

Κατά το παρελθόν, τα παιδιά των οικογενειών που διατηρούσαν κοπάδια μάθαιναν αναγκαστικά να τυροκομούν και τα έσοδα από αυτή τους τη δραστηριότητα συμπλήρωναν το εισόδημα της οικογένειας. Ειδικά επειδή το μελίπαστο/μελίχλωρο αποτελούσε μέσο οικονομικής συναλλαγής, ενώ και το ενοίκιο της μάντρας και των βοσκοτόπων μετριόταν σε τεμάχια τυριών, η εκμάθηση της τυροκόμησης από τα παιδιά ήταν υποχρεωτική. Τα παιδιά παρακολουθούσαν δίπλα στους γονείς τους τον τρόπο τυροκόμησης και σταδιακά εισάγονταν και τα ίδια στην παραγωγική διαδικασία.

Παραδοσιακά, η εκμάθηση της τυροκόμησης γίνεται από άντρα σε γυναίκα και το αντίθετο και όχι μεταξύ ατόμων του ίδιου φύλου. Συνήθως δεν μάθαιναν να τυροκομούν όλα τα παιδιά των κεχαγιάδων.

β. Μέτρα διαφύλαξης/ανάδειξης του στοιχείου που έχουν ληφθεί στο παρελθόν ή που εφαρμόζονται σήμερα (σε τοπική, περιφερειακή ή ευρύτερη κλίμακα)

Η παραδοσιακή γνώση της παρασκευής του μελίπαστου/μελίχλωρου είναι και σήμερα ζωντανή και μεταφέρεται από τη μια γενιά στην άλλη μέσω της προφορικής παράδοσης. Στη μεγαλύτερη έκταση του νησιού, παρατηρείται μέχρι τις μέρες μας η διατήρηση αυτής της παράδοσης και η παρασκευή του τυριού από μεγάλη μερίδα των κατοίκων, ακόμη και μέσα σε σύγχρονες κουζίνες. Επειδή σήμερα αρκετά παραδοσιακά τυροκομεία ασχολούνται με την παραγωγή του μελίπαστου/μελίχλωρου, ο τρόπος παραγωγής του είναι πλέον καταγεγραμμένος/καθιερωμένος. Σε τοπικό επίπεδο εδώ και μερικά χρόνια διοργανώνεται το Lemnos Philema, ένα φεστιβάλ γαστρονομίας, όπου το μελίπαστο/μελίχλωρο παρουσιάζεται και προωθείται μαζί με πολλά άλλα παραδοσιακά προϊόντα της Λήμνου.

Επίσης, το μελίπαστο/μελίχλωρο, μαζί με άλλα παραδοσιακά προϊόντα της Λήμνου παρουσιάστηκαν σε εκθέσεις όπως η EXPOTRUF στην Αθήνα.

γ. Μέτρα διαφύλαξης/ανάδειξης που προτείνεται να εφαρμοστούν στο μέλλον (σε τοπική, περιφερειακή ή ευρύτερη κλίμακα)

Όπως ήδη αναφέρθηκε, η παραδοσιακή γνώση της παρασκευής του μελίπαστου/μελίχλωρου είναι ζωντανή και στις μέρες μας. Η ένταξη της τέχνης παρασκευής του μελίπαστου/μελίχλωρου στο Εθνικό Ευρετήριο Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Ελλάδας θα δράσει επικουρικά ώστε να γίνει ευρύτερα γνωστό το μελίπαστο/μελίχλωρο, υποστηρίζοντας ταυτόχρονα την τοπική οικονομία και βοηθώντας ώστε να μείνει καταγεγραμμένη η παραδοσιακή γνώση της παρασκευής του, ενισχύοντας την πολιτιστική ταυτότητα του νησιού της Λήμνου.

Για την ανάδειξη των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του παραδοσιακού τυριού Μελίχλωρου/Μελίπαστου Λήμνου, αντιπροσωπευτικού της τοπικής παραγωγής, έχουν αναληφθεί πρωτοβουλίες από τους τοπικούς φορείς (Περιφέρεια Βορείου Αιγαίου, Ανεμόεσσα) και με τη συμβολή του Εργαστηρίου Γαλακτοκομίας του Τμήματος Επιστήμης Τροφίμων και Διατροφής του Ανθρώπου του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών. Η πιο σημαντική αφορά την προετοιμασία του απαραίτητου φακέλου που προβλέπει ο Κανονισμός 2081/92 της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την υποβολή της αίτησης κατοχύρωσης του τυριού Μελίχλωρο/Μελίπαστο Λήμνου ως προϊόντος Π.Ο.Π.

Η υλοποίηση αυτού του έργου μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη νέας δυναμικής τόσο στην κτηνοτροφία όσο και στη μεταποίηση. Πιο συγκεκριμένα αναμένεται να συμβάλει στην:

- Ανάδειξη της τοπικής πρωτογενούς παραγωγής, μέσω της πιστοποίησης της παραγωγής ενός προϊόντος που χαρακτηρίζεται από μακρά παράδοση και ιστορία και είναι άμεσα συνδεδεμένο με τη διατροφική κουλτούρα των κατοίκων της Λήμνου.
- Διατήρηση των συνθηκών και τεχνικών παραγωγής σε υψηλά ποιοτικά επίπεδα με σεβασμό στην παραδοσιακή τεχνολογία.
- Ενίσχυση της αγροτικής οικονομίας της περιοχής, και ειδικότερα των παραγωγών παραδοσιακών προϊόντων του νησιού και των φορέων εμπορίας του προϊόντος.
- Διατήρηση και προστασία του φυσικού και ανθρωπογενούς περιβάλλοντος.

9. Βασική Βιβλιογραφία

- Βαγιακάκος, Δ. (1954), Χλωρός-μέλιν -χλωρόν-μελίχλωρος και τινά σύνθετα, Αθηνά 58: 98-118.
- Γεωργακοπούλου, Α. (1996), *Η οικονομικότητα και οι διαχειριστικές πρακτικές της αιγοπροβατοτροφίας της Λήμνου*, Διπλωματική Εργασία, Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Τμήμα Περιβάλλοντος, Μυτιλήνη.
- Γιαννέλης, Ρ. (2015), *Και πάλι ξαναπρέπου σου σκλάβο να 'ξαγοράσεις: Εξαρτημένες μορφές εργασίας σε ένα νησί του Αιγαίου*, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, URL: <https://www.academia.edu/16366622/>
- Γιαννέλης, Ρ. (2018), *Οι μάνδρες της Λήμνου*, URL: <https://www.academia.edu/37503253>
- Ζυγούρης, Ν. Π. (1952), *Η βιομηχανία του γάλακτος*, Εν Αθήναις: Κεντρικό Ταμείο Γεωργίας Κτηνοτροφίας και Δασών.
- Καζόλης, Χ. (2006), *Ανθρώπων έργα: Ξεχασμένα επαγγέλματα και δραστηριότητες σ' ένα νησί του ελληνικού αρχιπελάγους*, Terra Lemnia.
- Καραπαναγόπουλος, Α. (1987), *Η Λήμνος το ιερό νησί του Ηφαίστου*, Αθήνα, εκδόσεις Δωδώνη.
- Κοντονάτσιου, Δ. Χ. (1989), *Η διάλεκτος της Λήμνου*, Εθνογλωσσική προσέγγιση, Διδακτορική διατριβή. Θεσσαλονίκη.
- Liddell, H. G. & Scott, R. χ.χ. *Μέγα Λεξικόν της Ελληνικής Γλώσσης*.
- Μασούρας, Θ. (2019), *Σημειώσεις γαλακτοκομίας-τυροκομίας*, Εκπαιδευτικό σεμινάριο Κτηνοτροφίας και Τυροκομίας στο πλαίσιο του προγράμματος Terra Lemnia, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, URL: https://terra-lemnia.net/wp-content/uploads/2019/04/TERRA-LEMNIA_%CE%9A%CE%A4%CE%97%CE%9D%CE%9F%CE%A4%CE%A1%CE%9F%CE%A6%CE%99%CE%91-%CE%A4%CE%A5%CE%A1%CE%9F%CE%9A%CE%9F%CE%9C%CE%99%CE%91_%CE%A3%CE%97%CE%9C%CE%95%CE%99%CE%A9%CE%A3%CE%95%CE%99%CE%A3.pdf.
- Μπακάλης, Χ. (2007), *Οργάνωση του αστικού χώρου (19ος-20ός αιώνας)-Κοινωνικός Μετασχηματισμός, Μεταναστευτικά δίκτυα και αστικοί «αντικατοπτρισμοί»*, Διδακτορική Διατριβή, Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Μυτιλήνη.
- Μπελίτσος, Θ. (1999), *Συλλογή λαογραφικού υλικού από τη Λήμνο*, Συμβολή στη μελέτη του Λημνιακού γλωσσικού ιδιώματος, Έκδοση υπουργείου Αιγαίου και Ομοσπονδίας Λημνιακών συλλόγων.

Νανοπούλου, Η., Πολυζωίδης, Α. (2011), *Λήμνος: Σύγχρονα προβατοστάσια και παραδοσιακές μάντρες. Μια πρόταση ανάπτυξης πρότυπων κτηνοτροφικών εγκαταστάσεων σε ένα τοπίο ιδιαίτερης πολιτιστικής αξίας*, ANEMOEΣΣΑ-Όμιλος Προστασίας Περιβάλλοντος και Αρχιτεκτονικής Κληρονομιάς Νήσου Λήμνου, Λήμνος, URL: https://terra-lemnia.net/wp-content/uploads/2019/07/ANEMOEΣΣA_LEMNOS_PROVATOSTASIA.pdf.

Παξιμαδάς, Σπ. (2014), *Λεξικό. Λημνίων ντοπιολαλιά. Ορθογραφικό, ερμηνευτικό και ετυμολογικό των ιδιωματισμών*, Αθήνα.

Σηφουνάκης, Ν. (1993), *Μια άγνωστη αρχιτεκτονική. Οι μάντρες στη Λήμνο και στα άλλα νησιά του βορειοανατολικού Αιγαίου*, Αθήνα, εκδόσεις Καστανιώτη.

Χατζηθεοδωρίδης, Φ. Χ. (1998), *Πολυδραστηριότητα και ειδικά ποιοτικά προϊόντα στα πλαίσια ολοκληρωμένης ανάπτυξης της νήσου Λήμνου*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Αιγαίου.

Dimopoulos, T., Dimitropoulos, G. and Georgiadis N. (2018), *The land use systems of Lemnos Island*, MedINA, TERRA LEMNIA PROJECT, <https://terra-lemnia.net/wp-content/uploads/2019/04/Terra-Lemnia-1.1.1-Land-Use-Systems-of-Lemnos-Dec-2018.pdf>.

Dodouras, S., (2012), "Characteristic Greek landscapes: Lemnos, NE Aegean". In: T. Papayannis and Howard, P., (eds), *Reclaiming the Greek landscape*, MedINA, Athens, Greece, pp. 166-184.

10. Συμπληρωματικά Τεκμήρια

α. Κείμενα (πηγές, αρχειακά τεκμήρια κτλ.)

Κοραής, Α. (1832), *Άτακτα*, τόμος 4ος, μέρος πρώτον.

Μέγας, Γ. Α. (1940), «Η λαϊκή οικοδομία της Λήμνου», *Επετηρίς Λαογραφικού Αρχείου* 2 (1940), 3 – 29.

Πεντζίκης, Ν. Γ. (1965), «Περί Λήμνου».

β. Χάρτες

Παράρτημα Β

γ. Οπτικά και ακουστικά τεκμήρια (σχέδια, φωτογραφίες, αρχεία ήχου, βίντεο κτλ.)

Φωτογραφίες: Παράρτημα Γ

Βίντεο (διαθέσιμο στο YouTube): [Το μελίπαστο/μελίχλωρο τυρί της Λήμνου..](#)

Συντελεστές: Αρχισυνταξία: Ειρήνη Λυρατζάκη. Μιλούν: Γιώργος-Ραφαήλ Γιαννέλης, Μαριάνθη Γιαννέλη, Γιώργος Καμάμης, Νάσος Καραγιαννάκης, Γρηγόρης Κεφάλας, Σταύρος Λαντούρης . Συνεντεύξεις: Θεόφιλος Μασούρας, Ειρήνη Λυρατζάκη. Αφήγηση: Αλεξία Ζαφειροπούλου. Εικονοληψία - Ηχοληψία: Παντελής Πραβλής. Αερολήψεις: Μπάμπης Παπαποστόλου. Μοντάζ - Μίξη ήχου: Μπάμπης Παπαποστόλου.

δ. Διαδικτυακές πηγές (υπερσύνδεσμοι)

Βασιλοπούλου, Μ. (2018), Τα μυστικά της Λήμνου, Γαστρονόμος – Καθημερινή, 10/07/2018, URL: <https://www.kathimerini.gr/973344/gallery/gastronomos/gastronomia/ta-mystika-ths-lhmnou>.

Γιαννέλης (2018) *Traditional Hand made Lemnian "tyrivolia"* by Rafail Giannelis, URL: <https://www.youtube.com/watch?v=mA3bdVW0Lrw&fbclid=IwAR0-O0fh2ohjgfPIF1H9rDg9aLAYNfVI0GBcHQF5fghrKMLI0Q7vvHC8k2U>

Καραλώλος, Χ. (2018) Πυτιά: Φυσική (Ζωική), Φυτική, Μικροβιολογική ή FPC; URL: <http://www.dairynews.gr/2018/12/31/%CF%80%CF%85%CF%84%CE%B9%CE%AC-%CF%86%CF%85%CF%83%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%B6%CF%89%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CF%86%CF%85%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%BC%CE%B9%CE%BA%CF%81%CE%BF%CE%B2%CE%B9%CE%BF%CE%BB/>

Μαρινάκη, Κ. (2018), 3 + 2 στάσεις στα μονοπάτια των παραδόσεων της Λήμνου!, Live to travel and taste, URL: <https://livetotravelandtaste.com/2019/07/07/6491/>

11. Στοιχεία συντάκτη του Δελτίου

α. Όνομα Συντάκτη/-ών

1. Ειρήνη Λυρατζάκη

2. Θεόφιλος Μασούρας

β. Ιδιότητα Συντάκτη/-ών

1. Κοινωνική Ανθρωπολόγος

2. Αναπληρωτής Καθηγητής Γαλακτοκομίας, τμήμα Επιστήμης Τροφίμων & Διατροφής του Ανθρώπου, Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

γ. Τόπος και Ημερομηνία Σύνταξης του Δελτίου

Αθήνα, Αύγουστος 2019

δ. Συντελεστές

Έρευνα και κείμενα δελτίου: Γιώργος Δημητρόπουλος, Όλγα Ματζάρη, Ήβη Νανοπούλου
Επιμέλεια κειμένων: Όλγα Ματζάρη

Φωτογραφίες: Χρήστος Καζόλης, Ειρήνη Λυρατζάκη, Παντελής Πραβλής,

12. Τελευταία συμπλήρωση/επικαιροποίηση του Δελτίου: 18 Μαρτίου 2020