



## RESUMEN

Presentación de CARDET  
Actualizaciones del proyecto  
Foco en los co-creadores de Chipre

campo de la inclusión social y la igualdad. Ha realizado investigaciones, organizado eventos e impartido formación y psicoeducación a diversas partes interesadas.

## Presentación de

CARDET es una organización no gubernamental independiente y sin ánimo de lucro con sede en Chipre. CARDET es una de las principales instituciones de investigación y desarrollo de la región euromediterránea. Nuestro equipo se esfuerza por ofrecer servicios de máxima calidad en beneficio de la sociedad. Colaboramos con organizaciones locales e internacionales, organismos públicos y privados, y a través de diversas disciplinas en el diseño de soluciones para el desafío local y global.

CARDET tiene una larga experiencia en el aprendizaje digital y ha realizado más de 100 proyectos centrados en la educación de adultos a nivel nacional y europeo. Hemos desarrollado e implementado proyectos educativos y hemos realizado evaluaciones a gran escala de programas educativos en todo el mundo.

Dr. Charalambos Vrasidas es el Director Ejecutivo de CARDET. Cuenta con más de 25 años de experiencia global en investigación, educación, inclusión social, aprendizaje electrónico, alfabetización, innovación y gestión de proyectos. Es un experto mundial en el diseño del aprendizaje electrónico, la gamificación, comunidades de práctica en línea y la enseñanza y aprendizaje innovadores.

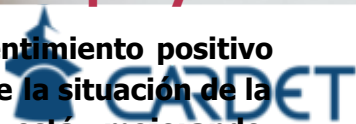
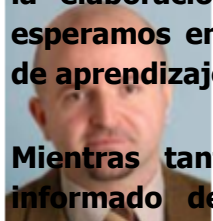
Charis Shiakallis es el gestor del proyecto europeo y representante de CARDET en el proyecto TRACEUS. Tiene experiencia en el

## Actualizaciones del proyecto

En el consorcio hay un sentimiento positivo porque es verano y porque la situación de la **pandemia del Covid-19 está mejorando**. Nuestro proyecto también avanza a un ritmo muy satisfactorio. Estamos en las últimas fases de reclutamiento de los co-creadores del proyecto, y las reacciones que hemos recibido hasta ahora han sido especialmente positivas. Nuestros co-creadores parecen estar muy animados y dispuestos a compartir su talento culinario.

Todos los socios participan activamente en la elaboración del material didáctico que esperamos empezar a subir a la plataforma de aprendizaje electrónico en breve.

Mientras tanto, puede seguirnos y estar informado de las últimas novedades del proyecto en nuestras redes sociales, donde a menudo subimos concursos y deliciosas recetas tradicionales. Encontrará los enlaces en este correo electrónico.



## Foco en la co-creadora chipriota

Anthoulla era una niña cuando su padre trajo a casa una tradicional enciclopedia de cocina, escrita por un famoso chef.

Conozcan a nuestra co-creadora chipriota, Anthoulla Charalambous.



Anthoulla es un ama de casa jubilada. Es la primera vez que participa en un proyecto de este tipo y se siente feliz de formar parte de este desafío.

En el pasado, Anthoulla solía cocinar para grandes reuniones familiares de 20 o 30 personas. Actualmente cocina para sus hijos y para ella, transmitiendo sus recetas y la comida tradicional de Chipre a sus hijos, especialmente a su hijo. Cabe destacar que su hijo está deseando adquirir estos conocimientos.

Desde que falleció su marido, pasa muchas horas sola durante el día y considera que este proyecto es una oportunidad para socializar y transmitir sus conocimientos a los demás.

Anthoulla se describe a sí misma como una entusiasta de la cocina a la que le encanta comer y cocinar platos elaborados con diferentes variedades de carne. Cocina sobre todo platos y dulces tradicionales chipriotas, siendo algunos de sus favoritos la "Makaronia tou fournou" (pasta al horno), la "koupepia" (hojas de parra rellenas), la "mousakka", la "pourekia", la "daktyla" y la "kattimerka".

Recuerda perfectamente que circulaba por el barrio y que las amas de casa copiaban impacientemente las recetas para sus familias y amigos.

Siendo una cocinera experimentada, rara vez utiliza libros de recetas, porque recuerda la mayoría de ellas de memoria. Aun así, señala que seguir las medidas exactas de las recetas es esencial cuando se preparan pasteles y dulces.

## Como hacer koupepia (hojas de parra rellenas)



### Ingredientes

- 50 hojas de parra frescas o en salmuera
- 500g (1.10 lbs) carne picada
- ¼ taza de aceite de oliva
- 3 cebollas, finamente picadas
- ½ taza de perejil, finamente picado
- 3 - 4 cuch. de menta seca
- 2-3 hojas de menta

### Preparación

- fresca
- 2 tazas de tomates maduros
- ½ taza de concentrado de tomate
- Y una taza de agua
- 1 ½ taza de arroz de grano corto
- Sal
- Caldo vegetal
- Pimienta negra recién molida
- ¼

