

## Fresh Vegetables / Φρέσκα Λαχανικά

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Αβοκάντο	Avocado		
Αγγουράκια κιλού	Small cucumbers		
Αγγούρια	Cucumber		
Αϊσπερκ	Iceberg		
Αλμύρα	Almyra herbs		
Άνηθος	Dill		
Αντίδια	Endives		
Δυόσμος	Bunched Mint		
Εστραγκόν	Estragon		
Καρότα	Carrots		
Κολοκυθάκια	Small courgettes		
Κολοκύθα	Pumpkin		
Κολοκύθια Στρογγυλά	Round Courgettes		
Κολοκύθια Χοντρά	Thick Courgettes		
Κουνουπίδι	Cauliflower		
Κρεμμύδια Κόκκινα	Red Onions		
Κρεμμύδια Λευκά	White Onions		
Λάχανο	Cabbage		
Λάχανο κόκκινο	Red Cabbage		
Λεμόνια	Lemons		
Λεμονόχορτο	Lemongrass		
Λόλα Green	Lolla Green Lettuce		
Λόλα Rosa	Lolla Roso Lettuce		
Μαϊντανό	Parsley		
Μανιτάρια Porto Bello	Portabello Mushrooms		
Μανιτάρια Ασπρα	White Mushrooms		
Μανιτάρια Πλευρώτους	Oyster Mushroom Pleurotus		
Μαρούλια	Lettuce		
Μελιτζάνες	Aubergine		
Μελιτζάνες τσακώνικες	Aubergine Tsakonias		
Μπρόκολο	Broccoli		
Ντομάτες Σαλάτα	Tomatoes For Salad		
Ντομάτες Σάλτσα	Tomatoes for Sauce		
Ντοματίνια Βελανίδια	Small oval tomatoes		
Ντοματίνια στρογγυλά	small cherry tomatoes		

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Πατατάκια Φούρνου	Small Oven Potatoes		
Πατάτες Αιγύπτου	Potatoes From Egypt		
Πατάτες Ελληνικές	Potatoes From Greece		
Πατάτες Κύπρου	Potatoes From Cyprus		
Πατζάρια	Beetroot		
Πιπεριές Chili	Chilli Peppers		
Πιπεριές Καυτερές	Spicy Green Peppers		
Πιπεριές Κέρατα	Long Light Green Sweet Peppers		
Πιπεριές Κίτρινες	Yellow Peppers		
Πιπεριές Κόκκινες	Red Peppers		
Πιπεριές Πορτοκαλί	Orange Peppers		
Πιπεριές Πράσινες	Green Peppers		
Πιπεριές Φλωρίνης	Red Peppers Florinis		
Πράσσα	Leeks		
Ραδίκια Γλυκά	Chicory Sweet		
Ραδίκια Πικρά	Chicory Bitter		
Ραντίτσιο	Radichio		
Ρέβες	Turnips		
Ρόκα	Rocket Salad		
Σαλάτα	Butter/Boston Lettuce		
Σέλερυ	Celery		
Σέλινο	Small Celery		
Σελινόριζα	Celeriac/celery root		
Σέσκουλα	Chard		
Σκόρδα	Garlic		
Σπανάκι	Spinach		
Σπαράγγια Λευκά	White Asparagus		
Σπαράγγια Πράσινα	Green Asparagus		
Σταμναγκάθι	Spiny Chicory		
Σχοινόπρασο (Τσάιβς)	Chives		
Τζιτζερ	Ginger		
Φασολάκια Μπαρμπούνια	Green beans		
Φασολάκια Τσαουλιά	Green Beans Stringless		
Φοινόκιο	Fennel		

## Fresh Fruits / Φρέσκα Φρούτα

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Πορτοκάλια Φαγητού	Oranges		
Πορτοκάλια Χυμού	Juicing Oranges		
Καρπούζια	Watermelon		
Πεπόνια	Melon		
Μανταρίνια Ένκορ	Encore Mandarines		
Αχλάδια Κρυστάλια	Pears		
Αχλάδια Φετέλ	Fetel Pears		
Ανάνας	Pineapple		
Μπανάνες Dole	Bananas Dole		
Μπανάνες Chiquita	Bananas Chiquita		
Μπανάνες mini	Mini Bananas		
Μάγκο	Mango		
Μάγκο Extra	Mango Extra		
Μήλα Golden	Golden Apples		
Νεκταρίνια	Nectarines		
Κεράσια	Cherries		
Μήλα Ζαγοράς	Red Apples		
Μούσμουλα	Loquat		
Μήλα Fuji	Fuji Apples		
Μήλα Jona-gold	Jona Gold Apples		
Μήλα Pink Lady	Pink Lady Apples		
Μήλα Πράσινα	Green Apples		
Ροδάκινα	Peaches		
Φράουλες	Strawberries		
Ροδια	Pomegranate		
Μπλούμερι	Blueberry		
Μπλακμπερι	Blackberry		
Φραγκοστάφυλο	Blackcurrant		
Σταφύλι Φράουλα	Red Grapes		
Σταφύλι Σταφίδα	Seedless Grapes		
Κυδώνια	Quince/cydonia		
Γκρέυπφρουτ Κίτρινο	Yellow Grapefruit		
Γκρέυπφρουτ Ροζ	Red Grapefruit		
Βανίλιες Μαύρες	Black Vanilla Fruit		
Βανίλιες Κίτρινες	Yellow Vanilla Fruit		
Λάιμς	Limes		
Σύκα	Figs		
Ακτινίδιο	Kiwi		

## Exotic Fruits / Εξωτικά Φρούτα

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Παπάγια	Papaya		
Πεπίνο	Pepino Melon		
Μανγκοστίν	Mangosteen		
Καραμπόλα	Star Fruit/Carambola		
Λίτσις	lychees		
Μάγκο Extra	Mango extra		
Ανανάς	Pineapple		
Καρύδα	Coconut		
Σύκα	Figs		
Ακτινίδιο	Kiwi		

## Traditional Spices / Παραδοσιακά Μπαχαρικά

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Κόκκινο πιπέρι Γλυκό	Red Pepper Sweet		
Κόκκινο πιπέρι Καυτερό	Hot Red pepper		
Μπαχάρι	Guinea allspice		
Κύμινο	Cumin		
Κάρυ	Curry		
Πιπέρι μαύρο	Black Pepper		
Ρίγανη	Oreganon		
Κανέλλα	Cinnamon		
Αλάτι Μπλε	Blue Salt		
Αλάτι Μαύρο	Black Salt		
Αλάτι κόκκινο	Red Salt		
Αλάτι Ημαλαίων	Himalaya Salt		

## Παραδοσιακά Όσπρια/Pulses and Grains

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Φακές	Lentils		
Φασόλια	Beans		
Γίγαντες	Big beans		
Φάβα	Fava Beans		
Μαυρομάτικα	Black-eyed beans		
Φασόλια Καστορίας	Kastoria Beans		
Φασόλια μικρά	Small Beans		
Κουκιά	Broad beans		
Κόκκινες Φακές	Red Lentils		
Ρύζι	Rice		
Ρύζι κίτρινο	Yellow rice		
Ρίζι μπασμάτι	Basmati rice		
Ρεβύθια	Garbanzo		

## Ελιές/Olives

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Καλαμών	Olives kalamata		
Μαύρες	Black olives		
Πράσινες	Green Olives		
Θρούμπες	Throuba Olives		
Θρούμπες Ανάλατες	Throuba Olives no Salt		
Λιαστή Ντομάτα	Dried tomatoes		

## Λάδια/Oil

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Ελαιόλαδο	Olive Oil- Extra Virgin		
Ηλιέλαιο	Sunflower Oil		
Αραβοσιτέλαιο	Maize oil		

## Αποξηραμένα Φρούτα/dried fruits

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Ακτινίδιο	Kiwi		
Μπλάκμπερι	Blackberry		
Κράνμπερι	Cranberry		
Ιπποφαές	Hippofae		
Αλόη	Aloe		
Φράουλα	Strawberries		
Δαμάσκηνα	Plums		
Γκότζι μπέρι	Gotzi Berry		
Βερύκοκα	Apricots		
Ανανά	Pine-Apple		
Πεπόνι	Melon		
Μάγκο	Mangos		

## Ξηροί Καρποί/dried pistachios

Ελληνική ονομασία	Αγγλική ονομασία	Μονάδα Μέτρησης	Παρατηρήσεις
Αιγίνης άψητο	Pistachios Aegina Island raw		
Αιγίνης Ψημμένο	Pistachios roasted		
Κάσσιους	Cashews		
Στραγάλια λευκά	roasted Chickpeas		
Στραγάλια κίτρινα	Yellow roasted Chickpeas		
Αιγίνης ψύχα	Pistachios without shell		
Φουντούκια	Hazel nuts		
Καρυδόψυχα	Walnuts		
Πίνατς	Peanuts		