30 Αυγούστου 2014

Φτιάχνω μέλι από σύκα

/ Γενικά Θέματα



Παρόλο που φέτος είχαμε καλοκαιρινές βροχές και φοβήθηκα ότι τα αυγουστιάτικα σύκα μου θα χαλάσουν, βγήκαν μελωμένα και ωραία. Λιγότερα από άλλες χρονιές αλλά πολύ γλυκά και χωρίς σκουλήκια. Πολλά απ’ αυτά τα κάνω κάθε χρόνο μαρμελάδα, φτιάχνω τσάτνεϊ ή τα χρησιμοποιώ σε κουλούρια με φρέσκο σύκο. Πέρυσι και φέτος δοκίμασα να κάνω μέλι. Μη φανταστείτε τίποτε τεράστιες ποσότητες αλλά ό,τι μας απαλλάσσει απ’ τη ζάχαρη, αξίζει ο κόπος του.

Υλικά

σύκα (μαζί με τη φλούδα)
νερό
Χρησιμοποιήστε τα πολύ ώριμα σύκα, αφού βεβαιωθείτε ότι είναι καθαρά και δεν υπάρχουν σκουλήκια. Κι ακόμα, μην πετάξετε τις φλούδες των ώριμων σύκων που πιθανότατα έχετε χρησιμοποιήσει τη σάρκα τους για μαρμελάδα – είναι εξίσου χρήσιμες κι αυτές, αν προηγουμένως έχετε φροντίσει να τις πλύνετε.

Πλύνετε λοιπόν με προσοχή τα σύκα, κόψτε τα στα δυο για να ελέγξετε το εσωτερικό τους και βάλτε τα στην κατσαρόλα. Γεμίστε με μπόλικο νερό να σκεπαστούν πολύ καλά και βάλτε στη φωτιά να βράσουν. Μόλις αρχίσει το νερό να

κοχλάζει, χαμηλώστε τη φωτιά και συνεχίστε το βράσιμο ώσπου οι φλούδες να μαλακώσουν*.

Στη συνέχεια πολτοποιήστε το υλικό, σουρώστε το στη σήτα και μετά ξανά σε ένα τουλπάνι. Αφήστε το να στραγγίσει καλά και ξαναβάλτε το στη φωτιά να βράσει, ώσπου να πήξει και να γίνει σαν το ρευστό μέλι. Στην αρχή το συκόμελο θα είναι θολό μα όταν αρχίσει να δένει, γίνεται διαυγές. Βάλτε το σε αποστειρωμένα βαζάκια ή μπουκάλια και φυλάξτε το στο ντουλάπι, δεν χρειάζεται ψυγείο.

Μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε σε παγωτό, σε γιαούρτι, σε κέικ, σε τάρτες, σε βινεγκρέτ για σαλάτες. Είναι εξαιρετικό πάνω σε μυζήθρα φρέσκια.

* Δεν σας δίνω συγκεκριμένο χρόνο γιατί εξαρτάται από την ποσότητα των σύκων κι απ’ τη σκληρότητα της φλούδας τους. Όσο για την ποσότητα, χρησιμοποιήστε όσα σύκα θέλετε, άλλωστε δεν υπάρχουν άλλα υλικά παρά μόνο σύκα και νερό. (Για να έχετε όμως ένα μέτρο, να σας πω ότι τα τρία γυάλινα μπουκαλάκια της φωτογραφίας βγήκαν από 3 – 4 κιλά σύκα και φλούδες).

Χρήσιμες σημειώσεις :
α) Αν πυκνώσει πολύ το μέλι – έχει άλλωστε αυτή την τάση –, μη φοβηθείτε. Προσθέστε λίγο νερό κι αφού πάρει μια βράση ανακατώνοντας, βγάλτε το απ’ τη φωτιά.
β) αν τυχόν έχετε μικρή ποσότητα σύκων και ενδέχεται να προστεθεί κι άλλη αργότερα, βάλτε τα στην κατάψυξη πλυμένα, έτοιμα, κι όταν συγκεντρώσετε αρκετή ποσότητα, ακολουθήστε τη διαδικασία με τον ίδιο τρόπο χωρίς να τα ξεπαγώσετε.

της Αμαλίας Λογαρά
Πηγή: bostanistas.gr