

Αποξήρανση σύκων: συκοπιταρίδες και αλλιώς

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



photo: Βαγγελιώ Κασσαπάκη

της Βαγγελιώς Κασσαπάκη

Σε όλη την Ελλάδα και κυρίως στα νησιά αποξηραίνουν τα σύκα. Είναι ένας ανέξοδος τρόπος για να διατηρηθεί το καλοκαιρινό φρούτο για όλο τον χειμώνα. Γι' αυτό εξάλλου συνηθιζόταν ανέκαθεν αφού η ζάχαρη για παρασκευή μαρμελάδας και γλυκού κόστιζε και χρησιμοποιούνταν με φειδώ (θα έχετε ακούσει ή ζήσει ιστορίες όπου το γλυκό του κουταλιού κλειδωνόταν στο ντουλάπι...). Αντίθετα η αποξήρανση ήταν εύκολη και ανέξοδη και έτσι οι σταφίδες και τα ξερά σύκα (και κάποτε και τα χαρούπια) ήταν το δεκατιανό των σχολιαρόπαιδων σε παλιότερες εποχές.

«Οι τσέπες μας κολλούσαν από τα σύκα και τις σταφίδες όλο τον χειμώνα» λέγανε σε μια κουβέντα η μάνα μου με μια γειτόνισσα προχθές που τους έλεγα πως λιάζω

σύκα για συκοπιταρίδες. Παστελαριές ή τσαπέλες, συκομαΐδες ή συκόπιτες, ρετσέλια, συκοπετίμεζα σούμα (ποτό-απόσταγμα από σύκα) και αλευριές από σύκα (κατά τις μουσταλευριές, υπάρχουν και συκαλευριές).

Ξερά σύκα αρωματισμένα με μαστίχα, με μαραθόσπορους, με ούζο, τυλιγμένα σε αμπελόφυλλα, σε καρυδόφυλλα, σε δαφνόφυλλα, φτιαγμένα με παραδοσιακές και σύγχρονες συνταγές, τα σύκα τα αγαπούμε όλοι και παντού! Μια απλή αναζήτηση στο google με ζητούμενα “συνταγές με σύκα” ή “fresh figs recipes” θα σας εκπλήξει! Εδώ, στην Κρήτη, φτιάχνουμε συκοπιταρίδες! Έτσι λέμε τα αποξηραμένα σύκα και τα αρωματίζουμε με φύλλα δάφνης και κανέλα ενώ τα πασπαλίζουμε με μπόλικο σουσάμι.

Φέτος είχαμε υπερπαραγωγή. Έχουμε φάει άφθονα φρέσκα σύκα, σκέτα ή με γραβιέρα, έχω ήδη φτιάξει [αρκετή μαρμελάδα](#), [τάρτα με σύκα](#) και έχω αποξηράνει κάμποσα και μάλιστα με δυο τρόπους: ολόκληρα και ανοιγμένα, με τον παλιό παραδοσιακό κρητικό τρόπο .

Ας δούμε τώρα πώς φτιάχνουμε στην Κρήτη τις συκοπιταρίδες:

Υλικά:

- **ώριμα σύκα**
- **σουσάμι**
- **κανέλα**
- **φύλλα δάφνης**

Επί το έργον:

Πλένουμε τα σύκα χωρίς να τα βυθίσουμε σε νερό και τα αφήνουμε να στραγγίσουν σε τρυπητό. Τα ανοίξουμε και τα απλώνουμε σε ταψιά στρωμένα με αντικολλητικό χαρτί ή βαμβακερές πετσέτες.



Η πρώτη παρτίδα, photo: Βαγγελιώ Κασσαπάκη

Σκεπάζουμε με τούλι και τα αφήνουμε στον ήλιο 3-4 μέρες, ανάλογα τις θερμοκρασίες και το αεράκι που φυσά και τα στεγνώνει. Κάθε βράδυ βάζουμε τα σύκα μέσα στο σπίτι ή τα σκεπάζουμε για να μη τα πιάνει η υγρασία της νύχτας. Τα αφήνουμε να κρυώσουν και αρχίζουμε να φτιάχνουμε τις πιταρίδες μας:



photo: Βαγγελιώ Κασσαπάκη

Απλώνουμε στο χέρι μας 3-4 ανοιγμένα σύκα ώστε να φαίνονται τα σποράκια, πασπαλίζουμε με σουσάμι και ελάχιστη κανέλα και κάνουμε άλλη μια στρώση. Επαναλαμβάνουμε άλλες δυο στρώσεις αλλά με την «καλή» πλευρά των σύκων τώρα προς τα πάνω.



photo: Βαγγελιώ Κασσαπάκη

Στρογγυλεύουμε λίγο τις άκρες που εξέχουν και τα δένουμε με βαμβακερό νήμα ή ειδικό χόρτο (δεν είχα χόρτο όταν τα μάζεψα από τον ήλιο και γι' αυτό έβγαλα μετά το φούρνισμα το νήμα και τα έδεσα - με το χόρτο που είναι πιο όμορφο).

Κατ' άλλη μέθοδο, βάζουμε σε ένα μπολ νήμα ή χόρτο (6-8 άκρες) και στρώνουμε τα σύκα πατώντας τα με το χέρι μας μέσα στο μπολ για να φορμαριστούν. Δένουμε το νήμα που εξέχει και ξεφορμάρουμε την συκοπιταρίδα. Όταν τελειώσουν, ανάβουμε το φούρνο στους 100-120 βαθμούς και τις φουρνίζουμε για μια ώρα περίπου.

Οι συκοπιταρίδες δεν πρέπει να είναι πολύ παχιές ώστε να ψηθούν μέχρι το εσωτερικό τους και να μυρίσει το σουσάμι τους. Όταν τις βγάλουμε από τον φούρνο είναι μαλακές αλλά σκληραίνουν όταν κρυώσουν και έχουν ελαστική υφή. Αφήνουμε να κρυώσουν και αποθηκεύουμε σε μεταλλικό ή γυάλινο δοχείο που κλείνει καλά βάζοντας ανάμεσά τους φύλλα δάφνης και 1-2 ξύλα κανέλας.

Μερικοί βρίσκουν αυτή τη διαδικασία κοπιαστική και έτσι την απλοποιούν ως εξής:

Όταν τελειώσουν με το λιάσιμο των σύκων, τα πασπαλίζουν με σουσάμι και κανέλα και τα φουρνίζουν χωρίς να κάνουν πιταρίδες. Όταν κρυώσουν ελαφρά τα βάζουν σε βάζο με φύλλα δάφνης ανάμεσά τους.

Όπως είπα παραπάνω, αποξήρανα μια παρτίδα σύκα και με έναν άλλο τρόπο που βασίστηκε σε μέθοδο που είχα διαβάσει κάπου (δεν θυμάμαι πού ακριβώς), σύμφωνα με την οποία πρέπει να τα ζεματίσουμε πρώτα σε διάλυμα ξινού. Επειδή όμως εδώ στην Κρήτη θεωρούμε σχεδόν απαραίτητο το φούρνισμα, έκανα πάλι τα δικά μου:

- **σύκα**
- **1 κουταλάκι ξινό**
- **φύλλα δάφνης**
- **ξύλα κανέλας**

Διαλέγουμε ώριμα, γερά σύκα και τα πλένουμε χωρίς να τα ανοίξουμε. Τα ζεματίσουμε σε νερό που βράζει και μέσα στο οποίο έχουμε διαλύσει 1 κουταλάκι ξινό για 30 δευτερόλεπτα ως 1 λεπτό, ανάλογα με το μέγεθος και το πάχος της φλούδας, και τα βγάζουμε σε σουρωτήρι.

Όταν στραγγίξουν, τα απλώνουμε σε ταψί στρωμένο με αντικολλητικό χαρτί, τα σκεπάζουμε με τούλι και τα βγάζουμε στον ήλιο. Τα ολόκληρα σύκα χρειάζονται λιάσιμο τουλάχιστον μια εβδομάδα. Τα γυρίζουμε καθημερινά από όλες τις πλευρές. Τις πρώτες μέρες αφήνουν ένα υγρό σαν μέλι αλλά μετά στεγνώνουν. Όταν αφυδατωθούν και αποκτήσουν ένα ανοικτό καφέ χρώμα, τα αποσύρουμε από τον ήλιο.



photo: Βαγγελιώ Κασσαπάκη

Εγώ σ' αυτή τη φάση τα ξαναζεμάτισα για 1 λεπτό και, αφού τα στράγγιξα σε σουρωτήρι, τα φούρνισα για 1 ώρα στους 120 βαθμούς. Όταν μισοκρύωσαν, τα πάτησα λίγο να αποκτήσουν το γνωστό σχήμα που έχουν τα ξερά σύκα του εμπορίου και τα έβαλα σε γυάλινο βάζο με φύλλα δάφνης και ξύλα κανέλας ανάμεσά τους. Έκλεισα το βάζο όταν είχαν κρυώσει τελείως για να μην «ιδρώσουν».

Παρατηρήσεις:

- Παλιότερα δεν έπλεναν καθόλου τα σύκα. Τα άνοιγαν και τα άπλωναν πάνω σε ξύλινους πάγκους ή καλαμωτές και το βράδυ τα σκέπαζαν για να μη τα πιάνει η υγρασία. Στις μέρες μας αυτά δεν τα ρισκάρουμε...
- Μπορούμε να αρωματίσουμε τις συκοπιταρίδες μας με μαστίχα ή αμπερόριζα. Δεν παραλείπουμε όμως τη δάφνη γιατί, εκτός του ότι τα αρωματίζει, αποτρέπει την εμφάνιση εντόμων.
- Το φούρνισμα αποστειρώνει τα σύκα μας και παλιότερα γινόταν σε ξυλόφουρνους. Μετά από το ψήσιμο των ψωμιών φούρνιζαν τα σύκα για να

πάρουν την τελευταία πυρά του φούρνου.

- Λένε ότι είναι καλύτερα τα μαύρα σύκα για λιάσιμο. Εμένα μου φαίνονται εξίσου καλά και τα άσπρα. Ίσως θέλουν λίγο περισσότερο φούρνισμα.
- Σε άλλες περιοχές προσθέτουν ξηρούς καρπούς στα ξερά σύκα. Εγώ δεν το κάνω σ' αυτή τη φάση. Τον χειμώνα, μπορούμε να ζεστάνουμε λίγο τα σύκα μας (ιδιαίτερα τα ολόκληρα) να τα ανοίξουμε και να τα γεμίσουμε με καρύδι. Ειδικά αν τα βουτήξουμε και σε σοκολάτα θα έχουμε πεντανόστιμα κερασματούκια.
- Υπέροχες πληροφορίες για τα σύκα και το δικό της τρόπο αποξήρανσης θα βρείτε στο πολύ αγαπημένο [blog της Όλγας](#).

*Για επιπλέον φωτογραφίες από τα στάδια της ετοιμασίας δείτε το blog της Βαγγελιώς Κασσαπάκη, [Γαστρονομικός περίπλους](#)

Πηγή: bostanistas.gr