

Λαλούδες και αχινοί

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



«Λαλούδες. Όποτε ακούω αυτή τη λέξη οι κόρες των ματιών μου διαστέλλονται, η όσφρηση συνθέτει αυτομάτως μυρωδιά και οι σιελογόνοι αδένες ξυπνάνε ακαριαία. Αυτό το υπέροχο κίτρινο άνθος του κολοκυθιού, γεμιστό με ρύζι και δυόσμο πάντα θα μου θυμίζει την αγάπη της γιαγιάς μου που μαγείρευε κάθε χρόνο κατά παραγγελία αυτό το φαγητό την πρώτη μέρα των διακοπών στο χωριό. Λαλούδες σημαίνουν αγάπη κι η αγάπη έχει άρωμα καλοκαιριού.

Σαν το άρωμα των λευκόσαρκων ζουμερων ροδάκινων που τρως στη θάλασσα, ξεπλυμένα στην αλμύρα. Και τα αντζούρια με το χοντρό αλάτι, τα μεσημέρια στην ταράτσα του σπιτιού της καλύτερης σου φίλης, δίπλα ακριβώς από την παραφορτωμένη συκιά. Η επιδρομή στο δροσερό καρπούζι με φέτα και δυόσμο όταν γυρνάς ξελιγωμένος από το μεσημεριανό μπάνιο στη θάλασσα.

Κι όταν κάπου σε κάποια γειτονιά της Αθήνας μυρίσω νυχτολούλουδο θυμάμαι όλα εκείνα τα βράδια στο χωριό γύρω από το τραπέζι με τα φρέσκα αμπελοφάσουλα, τα παξιμάδια λαδιού και το σπιτικό κρασί του παππού, τσουγκρίζοντας κι ευγνωμονώντας για ακόμα μία χρονιά.»

Δανάη

«Ξυπνάς και τρέχεις προς την αυλή, εκεί που τα φύλλα βουκαμβίλιας έχουν γεμίσει τις πλάκες Καρύστου. Το πρωινό είναι έτοιμο, σπιτικές μαρμελάδες της γιαγιάς και φρέσκο χωριάτικο ψωμί που αχνίζει είναι εκεί. Εσύ το μόνο που θέλεις είναι να βάλεις το μαγιό σου και να τρέξεις στη θάλασσα. Ξυπόλυτος από το πρωί περπατάς μέσα στα χωράφια για να κόψεις δρόμο και να φτάσεις όσο πιο γρήγορα μπορείς. Φρέσκος μάραθος, δενδρολίβανο και φασκόμηλο μοσχοβολάει παντού. Βουτιές από τα βράχια και με ένα μαχαίρι μαζεύεις αχινούς, σαλιγκάρια της θάλασσας και πεταλίδες βάζοντάς τα σε ένα καλάθι. Βγαίνεις από τη θάλασσα και ανοίγεις κάμποσους αχινούς. Παίρνεις ψωμί και βουτάς μέσα στα αυγά του, όλη η γεύση της θάλασσας βρίσκεται στον ουρανίσκο σου. Γυρνάς σπίτι με τα πόδια σημαδεμένα και μαύρες πατούσες. Είναι απόγευμα, έχουν φάει όλοι, η γιαγιά έχει πάντα την πόρτα του σπιτιού της ανοιχτή και πάντα φαγητό να σε περιμένει. Σουτζουκάκια με πιλάφι, σαλάτα χωριάτικη με ξινομυζήθρα Αντίπαρου και γλυστρίδα από τον κήπο, είναι μια εικόνα που δεν θα ξεχάσω ποτέ.»

Μάρκο

Σαίτια

Υλικά για τη ζύμη

500gr αλεύρι για όλες τις χρήσεις

1 κ.γ. κοφτό, αλάτι

1 αυγό

360ml χλιαρό νερό

λίγο ελαιόλαδο

Υλικά για τη γέμιση

250gr φέτα

250gr μαστέλο

δυόσμος φρέσκος

κανέλα

πιπέρι

Εκτέλεση

Σε ένα μπολ, βάζεις όλα τα υλικά της ζύμης εκτός από το ελαιόλαδο και ανακατεύεις μέχρι να πάρεις μια ζύμη μέτρια σε πυκνότητα. Στο τέλος προσθέτεις λίγο ελαιόλαδο μέχρι η ζύμη να μην κολλάει στα χέρια.

Σε ένα άλλο μπολ τρίβεις τα τυριά στο χοντρό μέρος του τρίφτη. Ψιλοκόβεις τον δυόσμο, προσθέτεις πιπέρι και κανέλα ανάλογα με τα γούστα σου και ανακατεύεις καλά. Μην απορείς για την κανέλα. Πραγματικά κάνει τη διαφορά.

Σε μια αλευρωμένη επιφάνεια ανοίγεις τα φύλλα σου, με διάμετρο περίπου 15εκ. και πάχος 2-3mm. Τοποθετείς τη γέμιση στη μισή επιφάνεια του φύλλου και την

σκεπάζεις με το υπόλοιπο φύλλο δημιουργώντας μισοφέγγαρο. Πατάς τη ζύμη από τη μια άκρη ως την άλλη με ένα πηρούνι για να κλείσει καλά.

Βάζεις ελαιόλαδο να κάψει σε ένα τηγάνι -όπως θα έκανες για πατάτες τηγανιτές- και μόλις κάψει τοποθετείς ένα ένα τα σαίτια γυρίζοντας πλευρές μέχρι να ροδοκοκκινίσουν. Η κάθε πλευρά θέλει περίπου 1,5 λεπτό για να ψηθεί.

*Αν θέλεις μπορείς να αντικαταστήσεις το μαστέλο με ρεγκάτο, αλλά το μαστέλο έρχεται πιο κοντά σε γεύση και υφή με το φρέσκο τυρί που χρησιμοποιούσε η γιαγιά στο χωριό όταν ήμασταν μικρά.

Επίσης η διάμετρος του φύλλου είναι ενδεικτική. Αν θέλεις μπορείς να κάνεις τα σαίτια σε μικρότερο μέγεθος.

Από τον [Μαϊντανό](#)

Πηγή: kalyterizoi.gr