

Ποντιακά III: φούστουρον του γαμπρού

/ Γενικά / Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Photo: shankypics@Flickr

του Δημήτρη Μπούτου

«Γαμπρέ, φούστουρον τρως;» ρωτούσε η μητέρα της νύφης τον μέλλοντα γαμπρό ενώ του προσέφερε την παραδοσιακή ποντιακή ομελέτα κατά το «Νυφόπαρμα». Κατά το έθιμο του ποντιακού γάμου, το πρωινό της μεγάλης μέρας, νυμφίος και συγγενείς έφταναν έφιπποι στο σπίτι της νύφης όπου τους περίμεναν τα καθιερωμένα κεράσματα: μια πιατέλα με κότα βραστή για τον κουμπάρο και μια πιατέλα φούστουρον για τον γαμπρό. Μετά το φαγητό οι γονείς της νύφης τον οδηγούσαν στην πόρτα του δωματίου της όπου και την παρέδιδαν.

Το φούστουρον (φούστορον ή και φούστρον) είναι στην ουσία αφράτη ομελέτα, φαγητό της ημερήσιας διατάξης στα περισσότερα σπίτια των Ποντίων. Η βασική του συνταγή, αυγά, βούτυρο και αλάτι, κατά την [κυρία Τραπεζουντίδου](#), αλλά τα υλικά πληθαίνουν ανάλογα με την πείνα όσων περιμένουν στο τραπέζι κι έτσι,

όπως σε κάθε τύπου ομελέτα, ταιριάζουν ωραία πατάτες τηγανητές, ντομάτα ή πιπεριές.

Το φούστουρον του γάμου – για 2:

- **4 αυγά**
- **3 κ.σ. καλό βούτυρο**
- **1 κεσεδάκι γιαούρτι (των 250 γρ.)**
- **ένα φρέσκο κρεμμύδι ψιλοκομμένο**
- **αλάτι και πιπέρι**
- **φέτα 200-250 γρ. τριμμένη με το χέρι**
- **μια τηγανιά πατάτες**

Πρώτα ετοιμάζουμε μια τηγανιά πατάτες, με τον τρόπο που ξέρει ο καθένας, μια μόνο συμβουλή: καυτό το λάδι πριν πέσουν στο τηγάνι για να κάνουν κρούστα τραγανή και ποτέ στιμωγμένες, να μη διαλυθούν. Μόλις τηγανιστούν τις αφήνουμε σε πιάτο στρωμένο με ένα φύλλο απορροφητικό χαρτί.

Σε άνετο, βαρύ τηγάνι (μαντεμένιο θα ήταν ό,τι καλύτερο) και σε δυνατή φωτιά ζεσταίνουμε το βούτυρο μέχρι να λιώσει και να κάψει. Στο μεταξύ, σε άνετο μπολ, σπάμε τα αυγά και τα ανακατεύουμε καλά προσθέτοντας σταδιακά το γιαούρτι. Εκεί και η φέτα και το κρεμμύδι. Μόλις το βούτυρο αρχίσει να ευωδιάζει, ρίχνουμε τις πατάτες στο μίγμα με τα αυγά και από εκεί όλα μαζί στο τηγάνι. 3-4 λεπτά υπομονής για να ψηθεί από τη μια πλευρά και να κάνει κρούστα σφιχτή.

Έρχεται η ώρα για το αναποδογύρισμα και ψήσιμο από την άλλη. Δύο οι τρόποι: είτε το γυρίζουμε με μια σπάτουλα εντός τηγανιού, με κίνδυνο να σπάσει σε κομμάτια αλλά χωρίς να χάσει το ελάχιστο σε νοστιμιά, είτε, για να χαρεί και το μάτι, καλύπτουμε το τηγάνι με ένα μεγάλο πιάτο, το αποσύρουμε από τη φωτιά, αναποδογυρίζουμε την αφράτη ομελέτα και πάλι πίσω στο τηγάνι με την άψητη μεριά από κάτω. Αν το βούτυρο έχει εξαφανιστεί από τον πάτο του τηγανιού, που συνήθως έχει, όσο η ομελέτα είναι στο πιάτο ανανεώνουμε με μία κουταλιά της σούπας μέχρι να λιώσει και τότε την ξαναρίχνουμε. Λίγη μαεστρία θέλει και το σχήμα της δεν θα χαλάσει καθόλου, θα θυμίζει καλοψημένη φριτάτα.

Απευθείας στο πιάτο και σβέλτα λίγη τριμμένη φέτα πάνω του, να μαλακώσει όσο είναι καυτό. Αλάτι και πιπέρι ο καθένας στο πιάτο.

Και τάρτες έχουμε και τηγανιές με ψάρια και μαντί από σπίτι – όλα τα ποντιακά των bostanistas συγκεντρωμένα [εδώ](#). Υγείαν και ευτυχίαν!

Πηγή: .bostanistas.gr