

Φυτούρα | Παραδοσιακό Street Food της Ζακύνθου



Η φυτούρα είναι παραδοσιακό γλυκάκι της Ζακύνθου! Μοιάζει λίγο με σιμιγδαλένιο Χαλβά μιας και φτιάχνεται με χονδρό Σιμιγδάλι. Τη φτιάχνουν στα πανηγύρια αλλά μπορείς να την βρείς το καλοκαίρι στα ζαχαροπλαστιά και στα μαγαζάκια με τα παραδοσιακά προϊόντα στην παραλιακή οδό της πόλης της Ζακύνθου.

Τα υλικά είναι τα εξής:

- 500 γρ. σιμιγδάλι χονδρό Αφοί Κεραμάρη MANNA
- 2 λίτρα νερό
- 1 κουταλάκι αλάτι (εμείς χρησιμοποιούμε ορυκτό αλάτι Ιμαλαΐων SALTIC)
- Λάδι για τηγάνισμα (ηλιέλαιο ή ελαιόλαδο)
- Ζάχαρη κρυσταλλική
- Κανέλα (εμείς πέρνουμε από το Μπαχάρ στην Ευριπίδου)

Εκτέλεση

Βάζεις το νερό στην κατσαρόλα μαζί με το σιμιγδάλι σε μέτρια προς δυνατή φωτιά. Ανακατεύεις με ξύλινη κουτάλα συνεχώς. Προσθέτεις το αλάτι και όταν αρχίσει να βράζει χαμηλώνεις τη φωτιά και ανακατεύεις συνεχώς για αν μην κολλήσει το σιμιγδάλι. Όταν πήξει πολύ και γίνει σαν μέλι και σαν πουρές το βγάζεις από τη φωτιά.

Αλοιφείς ένα παραλληλόγραμμο με λάδι ταψάκι και ρίχνεις μέσα το μίγμα. Το απλώνεις να έχει παντού το ίδιο πάχος και σκεπάζεις με πετσέτα. Αφήνεις να ξεκουραστεί για 8-10 ώρες.

Όταν δέσει το μίγμα το κόβεις σε κομμάτια. Βάζεις λάδι σε τηγάνι και όταν ζεσταθεί βγάζεις

κομμάτια με σπάτουλα και τα τηγανίζεις για 2 περίπου λεπτά από την κάθε πλευρά. Όταν ροδίσουν και από τις 2 φορές τα βγάζεις, αν θες τα αφήνεις γι αλίγο σε χαρτί να απορροφήσει το πολύ λάδι και στη συνέχεια σερβίρεις και πασπαλίζεις με κρυσταλλική ζάχαρη και κανέλα!

Καλή όρεξη!!

Δείτε το βίντεο της Συνταγής εδώ:
