

Τεύχος #9, Σεπτέμβριος 2024

μίσερ

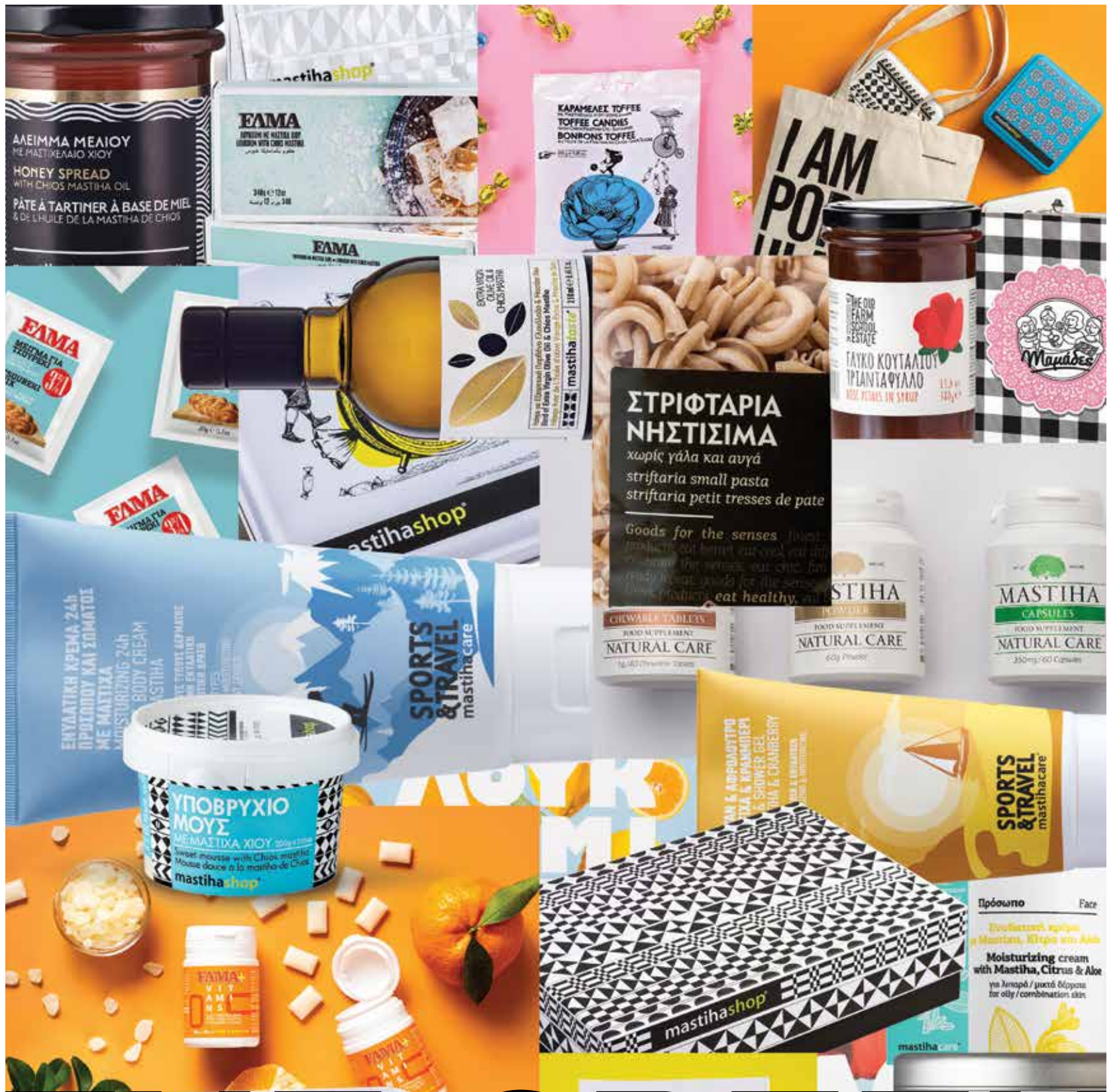
SWEET & SOUR MAGAZINE by STELIOS PARLIAROS



μαστίχα

Θηλυκό: αρωματική φυσική ρητίνη που εξάγεται από το μαστιχόδεντρο.
Καλλιεργείται παραδοσιακά στη Χίο και παράγεται μόνο εκεί.

ATHENS voice



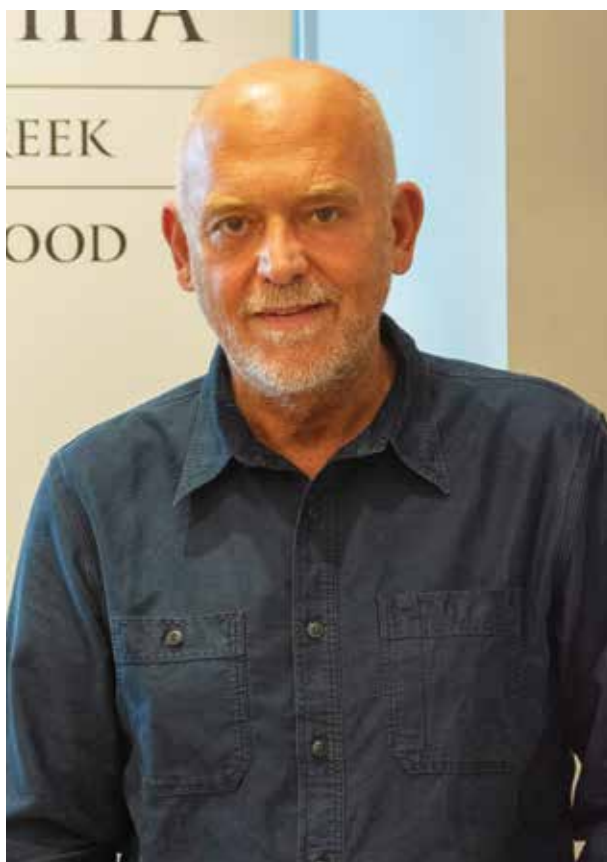
THE GREEK SUPERFOOD

Η ΜΑΣΤΙΧΑ ΧΙΟΥ στο Μίξερ

Είναι κάποια υλικά στη μαγειρική και τη ζαχαροπλαστική που σε συναρπάζουν. Θες η μοναδικότητά τους, θες το σπάνιο άρωμά τους και η ακόμη πιο σπάνια γεύση τους, έχουν κάτι το μαγικό που σε κάνουν να τα αναζητάς. Σου ξυπνούν μνήμες και συναισθήματα. Για εμένα είναι η μαστίχα. Λόγω της Κωνσταντινούπολης, είχα εξοικειωθεί μαζί της από πολύ μικρός. Οι Τούρκοι τη χρησιμοποιούσαν πολύ στα φαγητά και τα γλυκά τους. Στο σάμαλι, τις κρέμες, αλλά ειδικότερα στα τσουρέκια. Πολίτικο τσουρέκι χωρίς μαστίχα γίνεται; Δεν γίνεται!

Άκουγα για τη μαστίχα, τη γεύομαι στα πολιτικά πιάτα, αλλά δεν ήξερα τίποτα για αυτή. Ούτε πώς μοιάζει, ούτε πού και πώς παράγεται. Με γοήτευε όμως. Είχε κάτι το απροσδιόριστο, το παράξενο, το οικείο. Ερχόμενος στην Ελλάδα, στα 23 μου άνοιξα το πρώτο μου ζαχαροπλαστείο και την έκανα πρωταγωνίστρια στα γλυκά μου. Δεν μου έφτανε όμως αυτό. Ήθελα να μάθω γι' αυτή όσα περισσότερα μπορούσα. Ποια είναι η ιστορία αυτού του μαγικού ελληνικού προϊόντος που, από όλο τον κόσμο, παράγεται μόνο στο νότιο μέρος της Χίου;

Ναι στη Χίο! Κάτι που ανακάλυψα σε ένα ταξίδι περίπου πριν 40 χρόνια στο αρχοντικό νησί του Βορείου Αιγαίου. Πήγα και είδα τα μαστιχοδένδρα. Τη συλλογή και το καθάρισμα της μαστίχας, της φυσικής ρητίνης που βγαίνει από τον κορμό και τα κλαδιά του σκίνου. Έμαθα τα πάντα για αυτή. Κοντά της λάτρεψα και τη Χίο, τον ευλογημένο αυτόν τόπο που σε κάθε γωνιά του κρύβεται μια ιστορία και φανερώνεται μια πα-



ράδοση. Για παράδειγμα, αγαπώ πολύ και τον Κάμπο με τα προϊόντα του, όπως το μανταρίνι. Εδώ και πολλά χρόνια προμηθεύομαι μανταρίνι και ποτό μανταρινιού από τη Χίο. Μάλιστα, η μαστίχα «συνεργάζεται» τέλεια μαζί τους και παντρεύονται, θα το έχετε δει στις συνταγές μου.

Και επειδή καλά λένε ότι γυρνάς εκεί που αγαπάς, φέτος επισκέφτηκα ξανά τη Χίο μου – μπορώ πια να τη φωνάζω δική μου. Εμπνεύστηκα ξανά από αυτή και από τα όσα μου διηγήθηκε ο Γιάννης Μανδάλας. Σε αυτό το *Μίξερ* του Σεπτεμβρίου δημιουργώ αλμυρές και γλυκές γεύσεις με βάση τη μαστίχα – το ξακουστό υλικό στα πέρατα του κόσμου, και όχι άδικα.

Από το θρυλικό υποβρύχιο μέχρι την πασίγνωστη ελληνική τσίχλα του 1970, η μαστίχα Χίου μαζί με το ελαιόλαδο είναι το νούμερο ένα προϊόν της ελληνικής γης που με τον έναν ή τον άλλο τρόπο δίνει πάντα το «παρών» στο τραπέζι μας.

Ελάτε λοιπόν μαζί μου σε αυτό το ταξίδι στο Βόρειο Αιγαίο. Θα θυμηθούμε τις παραδόσεις και τα παραδοσιακά επαγγέλματα των χωριών, θα περιηγηθούμε νοητά στα γραφικά σοκάκια των Μαστιχοχωριών και θα μάθουμε τα μυστικά της μαστίχας που είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την ιστορία της Χίου. Μια ιστορία που μένει πάντα σφραγισμένη στα ημίσκληρα κομμάτια της μαστίχας.

Στέλιος Παρλιάρος

ΜΕ ΤΗΝ ΕΥΓΕΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

mastishop®
THE GREEK SUPERFOOD

Μίξερ Περιοδική Γαστρονομική Έκδοση: Chef - Δημιουργικός υπεύθυνος: Στέλιος Παρλιάρος | Αρχισυντάκτρια: Μαρία-Ιωάννα Σιγαλού | Διόρθωση: Φανή Κουλουντζου | Art Director: Νικόλας Φαράκλας | Φωτογραφίες: Άλκης Καλούδης | Κυκλοφορεί κάθε μήνα με την **ATHENS VOICE** | Ιδιοκτησία - έκδοση: Athens Voice Ανώνυμη Εκδοτική Εταιρεία, Χαρ. Τρικούπη 22, Αθήνα, 106 79, τηλ.210 3617360, email: info@athensvoice.gr | Εκδότης - Διευθυντής: Φώτης Γεωργελάς | Διευθύντρια σύνταξης: Αγγελική Μπιρμπίλη | Διεύθυνση διαφήμισης: Λουίζα Ναθαναήλ τηλ. 210 3617530, email: louiza@athensvoice.gr



Μια φορά και έναν καιρό...

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ

ΜΑΣΤΙΧΑΣ

**ΤΟ ΠΟΛΥΤΙΜΟ ΔΑΚΡΥ ΤΟΥ ΜΑΣΤΙΧΟΔΕΝΔΡΟΥ
ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑ ΩΣ ΤΙΣ ΜΕΡΕΣ ΜΑΣ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ
ΩΣ ΤΡΟΦΙΜΟ ΚΑΙ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ**

Η μαστίχα της Χίου είναι η ρητινώδης έκκριση του μαστιχοδέντρου ή αλλιώς Σκίνος της Χίου (*Pistacia Lentiscus var. Chia*). Πρόκειται για φυσική, αρωματική ρητίνη που παράγουν τα μαστιχοδένδρα. Η συγκομιδή της γίνεται με τη δημιουργία «πληγών» (κέντημα) στον κορμό και τα κλαδιά του σκίνου. Αυτές οι επιφανειακές τομές που σχηματίζουν οι παραγωγοί με αιχμηρά εργαλεία, ενεργοποιούν την παραγωγή της μαστίχας, καθώς απελευθερώνεται η υγρή ρητίνη που κυλάει σε σχήμα δακρύων.

Η ιστορία της μαστίχας είναι πολύ παλαιά και μπορεί να αναχθεί στην κλασική εποχή. Πολλοί αρχαίοι συγγραφείς, όπως ο Πλίνιος, ο Θεόφραστος, ο Διοσκουρίδης και ο Γαληνός, αναφέρουν τη μαστίχα για τις θεραπευτικές της ιδιότητες. Η πρώτη όμως επίσημη

αναφορά ανήκει στον Ηρόδοτο, η οποία έγινε κατά τον 5ο αιώνα π.Χ. Από τα αρχαία χρόνια, Έλληνες γιατροί όπως ο Ιπποκράτης αποκαλύπτουν τα μυστικά της μαστίχας. Στην αρχαία Ελλάδα είναι γνωστή για τις ιατροφαρμακευτικές της ιδιότητες: τη χρησιμοποιούν για την αποτροπή των πεπτικών προβλημάτων, των κρυωμάτων και των στοματικών παθήσεων. Είναι τόσο δημοφιλής που περνάει τα σύνορα και ταξιδεύει στην Καληχδόνα, την Αίγυπτο και την Αραβία, ως σπάνιο δώρο της ελληνικής φύσης. Οι Αιγύπτιοι τη χρησιμοποιούν για την ταρίχευση των νεκρών, ενώ οι Ρωμαίοι και οι Τούρκοι φτιάχνουν οδοντογλυφίδες από ξύλο σκίνου για να καθαρίζουν και να λευκαίνουν τα δόντια τους, αλλά και για να αρωματίζουν την αναπνοή τους, μια συνήθεια που διατηρείται και στον Μεσαίωνα.

ΡΩΜΑΪΚΗ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΒΥΖΑΝΤΙΟ

Στη Ρώμη, ο αυτοκράτορας Ηλιογάβαλος αναμειγνύει πρώτος μαστίχα με κρασί και δημιουργεί το γνωστό «μαστίχιον οίνον», ενώ στην Κωνσταντινούπολη η μαστίχα είναι ένα από τα ελάχιστα εξαγωγίμα προϊόντα πολυτελείας της περιοχής και η εξαγωγή της εισφέρει στα αυτοκρατορικά ταμεία 120.000 χρυσά νομίσματα.

ΜΑΣΤΙΧΑ ΧΙΟΥ

Η μαστίχα από τον 10ο αιώνα και μετά γίνεται διάσημη από τους περιηγητές που επισκέφθηκαν τη Χίο, όπου αρχίζει να συσχετίζεται άμεσα με την ιστορία του νησιού. Από το λιμάνι της εξαγονταν τα μονοπωλιακά της προϊόντα, όπως μαστίχα, μεταξωτά, κρασί, αλάτι, και εισάγονταν σιτηρά. Το 992 αποτελεί επίσης έτος ορόσημο για την οικονομική ζωή της Χίου, όπως και όλης της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, και για τον λόγο ότι παραχωρήθηκαν για πρώτη φορά εμπορικά προνόμια στις ιταλικές πόλεις. Με τον όρο αυτό, εννοούμε συμβάσεις μεταξύ της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας και άλλων κρατών, κυρίως ιταλικών πόλεων κρατών, στις οποίες παρέχονταν εμπορικές διευκολύνσεις από την πρώτη προς τις δεύτερες, έναντι ορισμένης αντιπαροχής από αυτές (ναυτική συνδρομή, ποικιλόμορφη πολεμική βοήθεια κ.λπ.). Εραστές της μαστίχας και σκληροί ανταγωνιστές ήταν οι ιταλικές πόλεις κράτη όπως το Αμόλφι, η Βενετία, η Πίζα και η Γένουα, όπου ιδρύθηκαν εμπορικοί σταθμοί και διεξήχθησαν σημαντικές «συναλλαγές επί της μαστίχας». Το 1155 εγκαταστάθηκαν στη Χίο οι πρώτοι Γενουάτες, που άρχιζαν να ανταγωνίζονται με επιτυχία τους εγκαταστημένους στο νησί εμπόρους και κυρίως τους Βενετούς, με «μήλο της έριδας» πάντα τη μαστίχα. Το 1346-1566 η Γενοβέζικη Κυριαρχία συστηματοποιεί το εμπόριό της στη Χίο. Έτσι, η μαστίχα Χίου ταξιδεύει και γίνεται γνωστή σε δεκάδες τόπους της Ανατολής και της Δύσης.

ΟΙ ΤΟΥΡΚΟΙ ΔΕΝ ΠΕΙΡΑΞΑΝ ΤΑ ΜΑΣΤΙΧΟΧΩΡΙΑ

Το 1566 οι Τούρκοι καταλαμβάνουν τη Χίο. Ωστόσο, επί Τουρκοκρατίας οι μαστιχοπαραγωγοί έχουν πολλά προνόμια. Η Χίος ήταν χωρισμένη σε δύο μέρη και τα Μαστιχοχώρια έχουν δική τους ξεχωριστή διοίκηση από το υπόλοιπο νησί. Ο μόνος φόρος εκτός από τον κεφαλικό (χαράτσι) που πλήρωναν οι κάτοικοι αυτών των χωριών ήταν 20.000 οκάδες μαστίχη. Όμως, η αγοραπωλησία της μαστίχας από ιδιώτες ήταν απαγορευμένη και οι ποινές εναντίον των πωλητών, αγοραστών κ.λπ. ήταν πολύ αυστηρές. Άλλο προνόμιο που είχαν τα Μαστιχοχώρια ήταν ότι επιτρεπόταν να χτυπούν τις καμπάνες των εκκλησιών. Στην καταστροφή της Χίου, το 1822, οι Τούρκοι δεν πείραξαν τα Μαστιχοχώρια, αλλά όταν ο Κανάρης έκαψε την τουρκική ναυαρχίδα και πολλοί Τούρκοι αξιωματικοί σκοτώθηκαν, τότε κατάστρεψαν τα πάντα παρά την αντίθετη διαταγή.

ΝΕΟΤΕΡΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ

Κατά τη διάρκεια του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου, η μαστίχα πέρασε την πρώτη σοβαρή κρίση και έτσι οι παραγωγοί αναγκάστηκαν να αναστείλουν την καλλιέργειά της. Το 1929, εκδίδεται νόμος που περιορίζει το κέντρος της μαστίχας σε τρεις μήνες (15 Ιουλίου - 15 Οκτωβρίου) και επιτρέπει τη φύτευση των σκίνων μόνο μετά από ειδική άδεια του Νομάρχη. Τα προβλήματα εξακολουθούσαν και την περίοδο 1930-1937 γίνονταν αλληπάλληλες συσκέψεις και συζητήσεις προς εξεύρεση λύσεων και προοπτικών. Εκείνα τα χρόνια, κυριαρχούσε στα Μαστιχοχώρια η ηγετική φυσιογνωμία ενός γιατρού - αγρότη - συνδικαλιστή, του Γεωργίου Σταγκούλη (1901-1978), που σηματοδότησε μια νέα πορεία για

τη μαστίχα, τα συμφέροντα των παραγωγών και το κοινωνικοοικονομικό γίνεσθαι του τόπου, ως πρόεδρος της Ένωσης Μαστιχοπαραγωγών Χίου που ιδρύθηκε το 1938. Μάλιστα, την ίδια χρονιά η πολιτεία έφερε τον αναγκαστικό Νόμο 1390, με τον οποίο ιδρύονται 20 αναγκαστικοί Συνεταιρισμοί Μαστιχοπαραγωγών στα 24 Μαστιχοχώρια που εκπροσωπούσαν από την Ένωση.

ΜΑΣΤΙΧΑ ΚΑΙ ΧΙΩΤΙΚΗ ΠΑΡΑΔΟΣΗ

Με τον λαϊκό θρύλο να λέει πως η μαστίχα είναι το αιώνιο δάκρυ του Αγίου Ισιδώρου, η μαστίχα της Χίου, εκτός από τη βαθιά ιστορία της, έχει καταφέρει να διατηρήσει μια άσβεστη παρουσία στη λαϊκή παράδοση. Σύμφωνα με την παράδοση, ο Άγιος Ισιδώρος κυνηγημένος από τους Ρωμαίους επειδή ήταν Χριστιανός, τράπηκε σε φυγή κοντά στα Μεσάτα. Εκείνη τη στιγμή εμφανίστηκε ένας άσπρος ίππος με τον οποίο έφτασε ως τα νότια χωριά της Χίου. Εκεί έσκυψε κάτω από ένα δέντρο μέχρι που ξεψύχησε από τα βαθιά τραύματά του. Το δέντρο, όμως, βλέποντάς τον αδύναμο και τραυματισμένο, λυπήθηκε τόσο πολύ που έκλαψε και τα δάκρυά του μετατράπηκαν στα πρώτα ψήγματα της μαστίχας.

Η ΠΟΡΤΗ ΤΗΣ ΜΑΣΤΙΧΑΣ

Κάθε παραγωγή πρέπει να συνοδεύεται από γλέντι και γιορτή. Έτσι, κάθε χρόνο η Χίος ετοιμάζει ένα φεστιβάλ αφιερωμένο στη μαστίχα, το δώρο της φύσης που γεμίζει την χιώτικη ψυχή. Η γιορτή της μαστίχας γίνεται κάθε χρόνο τον Αύγουστο σε ένα από τα Μαστιχοχώρια της Χίου και έχει ως στόχο την ανάδειξη των Μαστιχοχωριών και της μαστίχας σε μια περίοδο που συγκεντρώνονται τόσο οι ντόπιοι και οι ομογενείς όσο και ξένοι τουρίστες, θυμούμενοι τις παραδόσεις και μαθαίνοντας την ιστορία του τόπου και τα μυστικά του σπάνιου αυτού υλικού.

Η ΜΑΣΤΙΧΑ ΣΗΜΕΡΑ

Χιλιάδες χρόνια μετά την αποκάλυψη του μυστικού της, η μαστίχα συνεχίζει το ταξίδι της σε όλο τον κόσμο, ξεκινώντας πάντα από τη Χίο και συγκεκριμένα από τα 24 χωριά της. Το 1997 χαρακτηρίστηκε ως Προϊόν Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης (Π.Ο.Π.), βάσει του υπ' αριθμ. 123/1997 Κανονισμού (L0224/24-1-97) της Ευρωπαϊκής Ένωσης και έχει καταχωρηθεί στον σχετικό Κοινοτικό Κατάλογο των Προϊόντων Π.Ο.Π. Σήμερα, η πιο ευρεία χρήση της είναι ως τσίχλα ή άρωμα για τη ζαχαροπλαστική, ενώ γνωστό είναι και το λικέρ μαστίχας. Χρησιμοποιείται ακόμη ως μπαχαρικό σε τρόφιμα και γλυκίσματα, αλλά απαιτείται προσοχή και φειδώ στη χρήση της καθώς αν υπερβάλλουμε στην ποσότητα το παρασκεύασμα θα αποκτήσει πικρή γεύση - κάτι που θέλουμε να αποφύγουμε. Το μαστιχέλαιο χρησιμοποιείται επίσης στην επιπλοποιία και στην κατασκευή μουσικών οργάνων. Σημαντική είναι η χρήση της στην ιατρική, φαρμακευτική, ορθοδοντική, αρωματοποιία κ.λπ.

Ας εξερευνήσουμε τη μαστίχα μέσα από τη δική μας ματιά.





Το ταξίδι μου στη νότια Χίο

ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΤΗΣ ΜΑΣΤΙΧΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

Του Στέλιου Παρλιάρου

Κάθε καλοκαίρι οι παραγωγοί μαστίχας προετοιμάζουν κατάλληλα τα μαστιχόδεντρα, χαράζοντάς τα λίγο λίγο, μέχρι τη στιγμή που το πολύτιμο δάκρυ της Χίου ξεκινά να κάνει την εμφάνισή του. Πώς να μη γοητευτείς από αυτό το θαύμα της φύσης στο οποίο ο άνθρωπος συμβάλλει ταπεινά με τις γνώσεις του για να βοηθήσει τη Γη να «γεννήσει» κάτι τόσο πολύτιμο; Συλλεγμένη μέσα από μια επίπονη και χρονοβόρα διαδικασία που αρχίζει περίπου στα μέσα του καλοκαιριού, η μαστίχα ευδοκμεί αποκλειστικά στα νότια της Χίου και ειδικότερα γύρω από το γνωστό σύμπλεγμα των Μαστιχοχωρίων, στο μοναδικό σημείο της Μεσογείου όπου καλλιεργείται ο σκίνος της ποικιλίας *Pistacia lentiscus* var. *Chia*, από τον οποίο παράγεται η μαστίχα. Άγιος Γεώργιος, Αρμόλια, Βαβύλοι, Βέσσα, Πυργί, Μεστά είναι κάποια από τα 24 χωριά, χαρακτηρισμένα ως παραδοσιακοί ή διατηρητέοι οικισμοί, στα οποία γίνεται η τελετουργία της μαστίχας.



1 2

3



4

1. Περιήγηση στα Μεσά Χίου.

2. Συμμετέχοντας στο κέντημα της μαστίχας.

4. Η ΕΛΜΑ (Ελληνική Μαστίχα) είναι η πρώτη ελληνική τσίχλα με μαστίχα Χίου και παραμένει αυθεντική όπως όταν κυκλοφόρησε για πρώτη φορά, το 1958.

9. Το Μαστιχόδενδρο ή Σκίνος της Χίου που φύεται μόνο στο νότιο τμήμα του νησιού, στα 24 Μαστιχοχώρια.

3./ 6./ 8./ 13./ 15. Ξεναγηση στο Μουσείο Μαστίχας Χίου στα Μαστιχοχώρια, που αναδεικνύει την παραγωγική ιστορία της καλλιέργειας και την επεξεργασίας της μαστίχας, την οποία εντάσσει στο πολιτιστικό τοπίο της Χίου.

5./ 7./ 10./ 12./ 14. Ξεναγηση στο Κέντρο Ένωσης Μαστίχας που ιδρύθηκε το 2017 στην Καλλιμασιά της Χίου.

11. Συζητώντας με τον Γιάννη Μανδάλα, Διευθύνοντα Σύμβουλο της Mediterra mastihashop AE, θυγατρική εταιρεία της Ένωσης Μαστιχοπαραγωγών Χίου.



5



6 7





8 9



10



11 12



13



14 15



ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΑ ΜΑΣΤΙΧΟΧΩΡΙΑ

Η αγάπη μου για τη μαστίχα ξεκινάει από τα παιδικά μου χρόνια στην Κωνσταντινούπολη, όταν το άρωμά της στα τσουρέκια και τα άλλα πολιτικά γλυκά με σαγηνεύε. Μέσα στα χρόνια είχα φυσικά επισκεφτεί τη Χίο για διακοπές. Η σχέση μου όμως με αυτό το στολίδι του Βορείου Αιγαίου και το μοναδικό υλικό που παράγει, επισφραγίστηκε όταν το mastihasop άνοιξε στην Αθήνα. Με Βρήκαν και μου ζήτησαν να ετοιμάσω τα γλυκά των εγκαίνιων. Μα τι χαρά! Άραγε να ήξεραν πόσο αγαπώ αυτό το υλικό; Δεν ξέρω. Εμένα με ένοιαζε που θα δημιουργούσα κάτι τόσο ξεχωριστό με τη μαστίχα. Από τότε αναπτύξαμε μια πολύ καλή συνεργασία. Δουλέψαμε κάποια προϊόντα από κοινού, αντιπροσώπευσα την εταιρεία σε μια μεγάλη εκδήλωση στην Κωνσταντινούπολη –ως πρέσβης της μαστίχας–, κάναμε μαζί και τα εγκαίνια του mastihasop στη Χίο. Έτσι άρχισα να επισκέπτομαι συχνά πυκνά τη Χίο – αφορμή έψαχνα.

Δημιουργώντας το *Μίξερ* Σεπτεμβρίου σκέφτηκα ότι θα ήταν πολύ καλή ιδέα στις σελίδες αυτού του συλλεκτικού περιοδικού να ξεδιπλωθεί η μοναδικότητα της πολύτιμης ρητίνης που έχει κάνει το νησί γνωστό σε όλον τον κόσμο. Και ο καλύτερος τρόπος; Ένα οδοιπορικό στη νότια Χίο έπειτα από πρόσκληση του Συνεταιρισμού της Μαστίχας που είναι ο ιδρυτικός μέτοχος των mastihasop.

Η μικρή βιοτεχνία που κάποτε αντίκρισα, σήμερα έχει αναπτυχθεί πάρα πολύ. Από το 2002 που ιδρύθηκε η Mediterra, θυγατρική εταιρεία της Ένωσης Μαστιχοπαραγωγών Χίου, την οποία ανέλαβε ο Γιάννης Μανδάλας δημιουργώντας και το πρώτο mastihasop, δεσμεύθηκε να μετατρέψει τη μαστίχα από τοπικό προϊόν σε εθνικό και στη συνέχεια παγκόσμιο: να εμπλουτίζει και να εκσυγχρονίζει τις χρήσεις της, να εξελίξει το success story, να στηρίζει την έρευνα και την καινοτομία. Και τα κατάφεραν. Εκφράζοντας το ζωντανό και διηνεκές αμάλγαμα πολιτισμών και λαών, τα mastihasop γοητεύουν νέους πιστούς και τους ταξιδεύουν νοερά στην Ανατολή, φέρνοντας στις αποσκευές τους σειρές απολαυστικών συνταγών σε συνδυασμό με αρώματα, εικόνες και μουσικές της Μεσογείου. Μια ματιά στη δουλειά τους αρκεί να σε πείσει γι' αυτό.

Περιηγηθήκαμε στα μαστιχόδεντρα και είδα την παραγωγή από πρώτο χέρι. Ήταν μέσα Ιουλίου, εποχή που για τους περισσότερους σημαίνει διακοπές, αλλά για τους ανθρώπους της μαστίχας που κόπιαζαν πάνω από τα δέντρα σήμαινε επίπονη δουλειά, φροντίδα και αγάπη για να καταφέρουν τα μαστιχόδεντρα να τους χαρίσουν τα

πολύτιμα δώρα τους. Είναι η εποχή που γίνεται το «κέντημα», ίσως η πιο σημαντική διαδικασία στην παραγωγή της μαστίχας. Μου λένε πως θέλει ιδιαίτερη προσοχή, έτσι αυτό το κομμάτι συνήθως επιλέγουν να το κάνουν οι ίδιοι οι παραγωγοί.

Με τα «κεντητήρια», μικρά σιδερένια εργαλεία, χαράζουν τον φλοιό του δέντρου, συνήθως νωρίς το πρωί και όχι παραπάνω από μια φορά την εβδομάδα – είναι σημαντικό να σέβεται τη φύση, καθώς σε σέβεται και αυτή, πιστεύουν. Από εκείνες τις χαραγματιές αργότερα θα τρέξει το ρετσίνι του μαστιχόδεντρου ή αλλιώς του «πληγωμένου» δέντρου. Πριν από αυτό έχουν προηγηθεί αρκετές εργασίες, όπως το όργωμα του εδάφους και το κλάδεμα των δέντρων τους χειμωνιάτικους μήνες, καθώς και το κυκλικό καθάρισμα του χώρου γύρω από το δέντρο. Εκεί βλέπω τους εργάτες να τοποθετούν το ασπρόχωμα, δημιουργώντας κατακαλόκαιρο ένα «χιονισμένο» τοπίο – πόσα παράδοξα μπορεί να σου χαρίσει η φύση, σκέφτομαι. Επίσης, εκεί αργότερα, θα πέσει το «δάκρυ» του δέντρου και θα μείνει στο έδαφος για αρκετές μέρες ώστε να στερεοποιηθεί. Μετά ξεκινά η απαιτητική διαδικασία συλλογής και καθαρισμού της μαστίχας που καταλήγει στον διαχωρισμό του πολύτιμου προϊόντος και την κατοπινή επεξεργασία του. Αυτό γίνεται μετά τον Δεκαπενταύγουστο και επαναλαμβάνεται τον Σεπτέμβριο. Την επόμενη φορά, γιατί σίγουρα θα υπάρξει, δεσμεύτηκα να επιστρέψω για να δω βήμα βήμα και αυτή τη διαδικασία.

Εκτός από τα χωράφια, επισκέφτηκα το υπερσύγχρονο Κέντρο Έρευνας Μαστίχας, το οποίο εγκαινιάστηκε πέρυσι στην Καλλιμασιά της Χίου. Σημείο αναφοράς για τη Χίο και τη νησιωτική Ελλάδα, αλλά και έργο ιδιαίτερης σημασίας και συμβολισμών αφού σε αυτό συμπυκνώνονται οι


μελλοντικές προσδοκίες για τη μαστίχα. Είναι το σημείο συνάντησης της ερευνητικής και ακαδημαϊκής κοινότητας, όπου εργάζονται από κοινού και μεθοδικά για να παράγουν ποιοτικά και εγκεκριμένα φάρμακα με στόχο να αναδείξουν τις θεραπευτικές και ευεργετικές ιδιότητες της μαστίχας σε διάφορους τομείς της υγείας.

Επόμενη στάση, το Μουσείο Μαστίχας Χίου, ένα από τα ωραιότερα μουσεία στην Ελλάδα. Άνοιξε τις πόρτες του το 2016 σε οικόπεδο που παραχωρήθηκε από την Ένωση Μαστιχοπαραγωγών Χίου και ανήκει στο δίκτυο θεματικών και τεχνολογικών μουσείων του Πολιτιστικού Ιδρύματος Ομίλου Πειραιώς. Πλησιάζοντας στο Πυργί διακρίνεις ψηλά το κτίριο του Μουσείου που ξεχωρίζει με τη μοντέρνα αρχιτεκτονική του, την ίδια στιγμή όμως είναι πλήρως ενταγμένο στο τοπίο. Στον υπαίθριο χώρο θα δεις βότανα που υπάρχουν στη χιακή φύση: λεβάντα, θυμάρι, ρίγανη, θρούμπη, δεντρολίβανο, και βέβαια εδώ είναι και ο μαστιχώνας του μουσείου ο οποίος προϋπήρχε και τώρα λειτουργεί ως υπαίθρια έκθεση. Όσο για τον μέσα χώρο, εκεί θα δεις και θα ακούσεις θησαυρούς που θα σε αφήσω να ανακαλύψεις η ίδια/ο ίδιος όταν πας. Όπως μου είπε ο κ. Μανδάλας, το μεγάλο στοίχημα για αυτές τις δύο εμβληματικές μονάδες που φαίνεται πως θα ορίσουν τα επόμενα 20 χρόνια της μαστίχας, το Ερευνητικό Κέντρο και το Μουσείο, είναι να «παράξουν» το πιο ακριβό προϊόν του κόσμου: τη γνώση.

Το οδοιπορικό μου στη νότια Χίο ήταν ένα ταξίδι που με έφερε πιο κοντά στις παραδόσεις και την ιστορία της Ελλάδας. Ένα ταξίδι που μου ξύπνησε αναμνήσεις απ' όταν δοκίμαζα μικρός τη μαστίχα στα πολιτικά πιάτα, και που με έκανε να θαυμάσω και να αγαπήσω για ακόμη μία φορά τη χώρα μας, να δώσω την υπόσχεση ότι θα ξαναπάω.





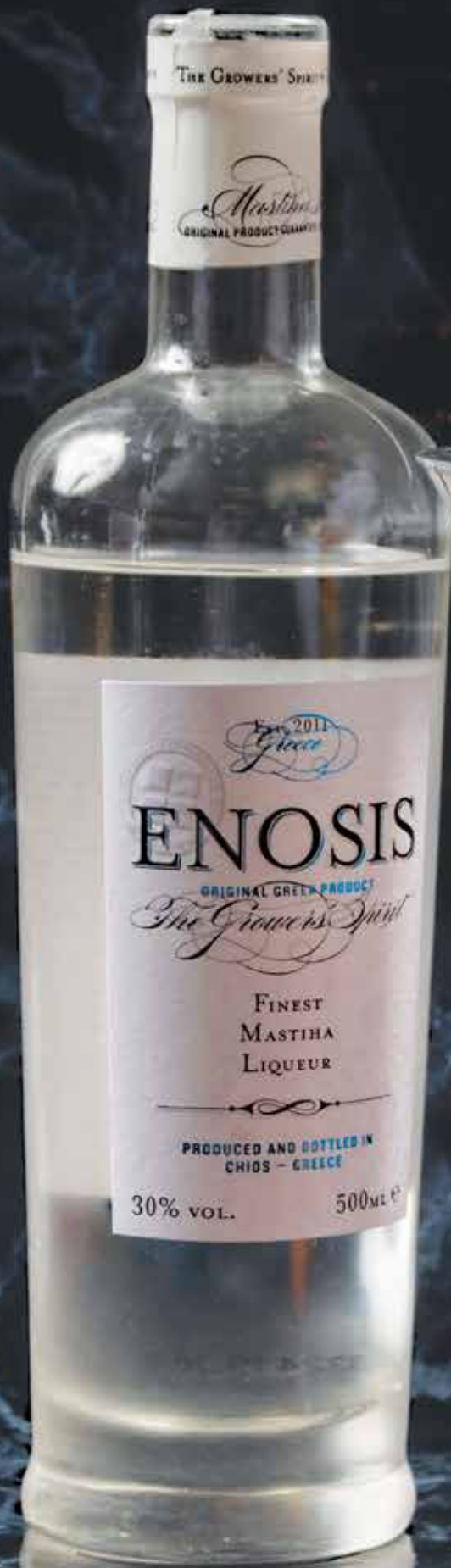
A large, leafy tree stands in a grassy field under a clear sky. The tree has a thick, gnarled trunk and a dense canopy of green leaves. The ground is covered in green grass and some small purple flowers. The background shows a clear blue sky and a distant horizon line.

**«ΕΝΑΣ ΧΙΩΤΙΚΟΣ ΜΥΘΟΣ
ΛΕΕΙ ΠΩΣ ΟΤΑΝ ΕΡΧΕΣΑΙ
ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΣΤΗ ΧΙΟ
ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΕΠΙΣΤΡΕΨΕΙΣ.
ΤΟΝ ΕΠΙΒΕΒΑΙΩΝΩ!»**

ΣΥΝΤΑΓΕΣ

ΣΤΗΝ ΚΟΥΖΙΝΑ

με τον Λεφίο & Άρωμα μασίχας



DRY MARTINI ΜΕ ΜΑΣΤΙΧΑ *και μανταρίνι*

Χρόνος προετοιμασίας: 3 λεπτά



Χρόνος αναμονής: 3-4 ώρες

ΥΛΙΚΑ

60 ml τζιν

20 ml λικέρ μαστίχα ENOSIS

1 φέτα από μανταρίνι

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Τοποθετούμε τα ποτήρια στην κατάψυξη. Σε ένα shaker με πάγο βάζουμε το τζιν και το λικέρ μαστίχα και χτυπάμε πολύ καλά. Σουρώνουμε και αδειάζουμε στα παγωμένα ποτήρια. Σερβίρουμε με τη φέτα από μανταρίνι.

ΠΡΑΣΙΝΗ ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΑΒΟΚΑΝΤΟ, ΠΙΠΕΡΙΕΣ, ΝΤΟΜΑΤΙΝΙΑ και ντρέσινγκ μαστίχας

Χρόνος προετοιμασίας: 10-15 λεπτά



ΜΕΡΙΔΕΣ

Χρόνος αναμονής: 10 λεπτά

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΛΑΤΑ

1 σαλάτα πράσινη (γαλλική) βιολογικής καλλιέργειας
1 πιπεριά πράσινη βιολογικής καλλιέργειας
½ πιπεριά κόκκινη βιολογικής καλλιέργειας
½ πιπεριά κίτρινη βιολογικής καλλιέργειας
12 ντοματίνια βιολογικής καλλιέργειας κομμένα στη μέση
1 αβοκάντο
χυμό από ½ λεμόνι

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΡΕΣΙΝΓΚ

60 γρ. ελαιόλαδο
χυμό από ½ λεμόνι
3 δάκρυα μαστίχας
αλάτι
πιπέρι

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

ΣΑΛΑΤΑ

Πλένουμε καλά τη σαλάτα, τη στραγγίζουμε και την κόβουμε σε κομμάτια με το χέρι. Πλένουμε και καθαρίζουμε από τα σπόρια τις πιπεριές, και τις κόβουμε σε λωρίδες. Στη συνέχεια, ρίχνουμε σε ένα μπολ τον χυμό λεμονιού και εκεί κόβουμε το αβοκάντο έτσι ώστε να μη μαυρίσει. Βάζουμε όλα τα υλικά σε ένα μεγάλο μπολ και ανακατεύουμε απαλά με τα χέρια μας. Μεταφέρουμε το μείγμα της σαλάτας σε πιατέλα και προσθέτουμε τα ντοματίνια. Σερβίρουμε με το ντρέσινγκ.

ΝΤΡΕΣΙΝΓΚ

Σε ένα μικρό τηγάνι βάζουμε το ελαιόλαδο με τα δάκρυα μαστίχας και το τοποθετούμε σε χαμηλή φωτιά έως ότου να λιώσουν τα δάκρυα της μαστίχας. Αποσύρουμε από τη φωτιά, αφήνουμε να πέσει η θερμοκρασία, προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά και ανακατεύουμε.





ΜΠΑΡΕΣ ΒΡΟΜΗΣ

με μαστίχα

Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά

900gr
ΒΑΡΟΣ

Χρόνος ψησίματος: 20 λεπτά

ΥΛΙΚΑ

125 γρ. Βούτυρο
250 γρ. Βρόμη
170 γρ. Ξηροί καρποί καβουρδισμένοι
60 γρ. σουσάμι
125 γρ. μέλι
125 γρ. μαύρη ζάχαρη
125 γρ. Ξερά φρούτα
½ κ.γ. τριμμένη μαστίχα

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Σε ένα μπολ ανακατεύουμε όλα τα στερεά υλικά, εκτός από τη μαύρη ζάχαρη. Σε μία κατσαρόλα βάζουμε το βούτυρο, το μέλι, τη μαύρη ζάχαρη και την τοποθετούμε στη φωτιά. Πριν βράσει, αποσύρουμε και αδειάζουμε στα στερεά υλικά. Στη συνέχεια ανακατεύουμε πάρα πολύ καλά με μια μαρίζ έτσι ώστε το μείγμα των υγρών να καλύψει το μείγμα των στερεών. Γεμίζουμε μακρόστενες ή στρογγυλές φόρμες της αρεσκείας μας. Πιέζουμε πολύ καλά και ψήνουμε στους 160°C για 20 λεπτά.

ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΑΝΘΟΤΥΡΟ

και μαστίχα

Χρόνος προετοιμασίας: 15 λεπτά



Χρόνος αναμονής: 1 βράδυ

ΥΛΙΚΑ

- 600 γρ. κρέμα γάλακτος (35% λιπαρά)
- 100 γρ. γάλα φρέσκο
- 3 φύλλα ζελατίνης (15 γρ.)
- 300 γρ. ανθότυρο
- 5 σταγόνες μαστιχέλαιο ή 1/2 κ.γ. τριμμένη μαστίχα
- φρεσκοκομμένο πιπέρι
- φρεσκοτριμμένο αλάτι
- μαρμελάδα ντομάτας

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Στο μπλέντερ τοποθετούμε το ανθότυρο με το γάλα και χτυπάμε έως ότου να δημιουργηθεί μια λεία κρέμα. Προσθέτουμε την κρέμα γάλακτος, το αλάτι, το πιπέρι και το μαστιχέλαιο ή την τριμμένη μαστίχα. Στη συνέχεια μαλακώνουμε τα φύλλα ζελατίνης σε κρύο νερό και σε ένα μικρό κατσαρολάκι ζεσταίνουμε ελάχιστο νερό και λιώνουμε σε αυτό τα φύλλα ζελατίνης. Προσθέτουμε λίγο από το μείγμα του τυριού, ανακατεύουμε γρήγορα και καλά, και αδειάζουμε στο υπόλοιπο μείγμα. Ομογενοποιούμε πολύ καλά με μια μαρίζ και γεμίζουμε ατομικά μεταλλικά φορμάκια τα οποία αφήνουμε στο ψυγείο για ένα βράδυ. Τέλος βουτάμε κάθε φορμάκι σε καυτό νερό και αναποδογυρίζουμε σε ένα πιάτο. Σερβίρουμε με τη μαρμελάδα ντομάτας. Αν η μαρμελάδα είναι σφιχτή την αραιώνουμε με λίγο νερό.





ΤΑΡΤΑ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ ΜΕ ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΜΑΝΤΑΡΙΝΙ και μαστίχα

Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα



Χρόνος ψησίματος: 40 λεπτά

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΖΥΜΗ

250 γρ. αλεύρι
125 γρ. βούτυρο τεμαχισμένο σε κύβους
1 κ.σ. ζάχαρη κρυσταλλική, κατά προτίμηση λεπτή
50 γρ. λικέρ μαστίχας

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

125 γρ. βούτυρο
125 γρ. ζάχαρη άχνη
125 γρ. αμύγδαλο αποφλοιωμένο ή σκόνη
2 μεγάλα ή 3 μικρά αυγά
25 γρ. αλεύρι
30 γρ. λικέρ μαστίχας
300 γρ. μαρμελάδα μανταρίνι

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

ΖΥΜΗ

Στον κάδο του μίξερ βάζουμε το βούτυρο, τη ζάχαρη, το αλεύρι και το λικέρ και φτιάχνουμε μια σφιχτή ζύμη, την οποία τυλίγουμε σε μεμβράνη και την αφήνουμε στο ψυγείο για 10 λεπτά. Στη συνέχεια τοποθετούμε τη ζύμη ανάμεσα σε δύο λαδόκολλες και την ανοίγουμε σε δίσκο διαμέτρου 30 εκ. και πάχους 3 χιλ. Ξεκollάμε την πάνω λαδόκολλα και τοποθετούμε τον δίσκο (μαζί με την κάτω λαδόκολλα) σε μια λαμαρίνα φούρνου.

ΓΕΜΙΣΗ

Βάζουμε τα αμύγδαλα και τη ζάχαρη στο μπλέντερ, και τα αλέθουμε μέχρι να γίνουν σκόνη. Στον κάδο του μίξερ χτυπάμε το βούτυρο με την άχνη και το αμύγδαλο μέχρι να φουσκώσουν και να δημιουργηθεί μια λευκή κρέμα. Έπειτα ρίχνουμε σταδιακά τα αυγά και το λικέρ. Κατεβάζουμε από το μίξερ και προσθέτουμε το αλεύρι ανακατεύοντας με μια μαρίζ. Αφήνουμε το μείγμα στο ψυγείο ώστε να ξεκουραστεί για 2 ώρες.

ΣΥΝΘΕΣΗ

Απλώνουμε την κρέμα στη ζύμη αφήνοντας περιφερειακά 5 εκ. κενό και πάνω της τη μαρμελάδα μανταρίνι. Έπειτα διπλώνουμε την ακάλυπτη ζύμη προς τα μέσα δημιουργώντας ένα στεφάνι. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C για 40 λεπτά. Αφήνουμε να κρυώσει και πασπαλίζουμε την περιφέρεια με λίγη ζάχαρη άχνη. Προαιρετικά προσθέτουμε στο κέντρο λίγη επιπλέον μαρμελάδα μανταρίνι και σερβίρουμε.

ΜΟΥΣ μαστιχας



Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά

ΜΕΡΙΔΕΣ

Χρόνος αναμονής: 1 ώρα

ΥΛΙΚΑ

250 γρ. κρέμα γάλακτος 35% λιπαρά
 1 φύλλο ζελατίνης (5 γρ.)
 80 γρ. λευκή ζάχαρη
 200 γρ. γιαούρτι πλήρες
 6-8 σταγόνες μαστιχέλαιο ή ½ κ.γ. τριμμένη μαστίχα
 1 ασπράδι αυγού

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Μαλακώνουμε το φύλλο ζελατίνης σε κρύο νερό. Ζεσταίνουμε τα 50 γρ. από τα 250 γρ. κρέμα γάλακτος με τα 60 γρ. ζάχαρης και μέσα σ' αυτή λιώνουμε το φύλλο ζελατίνης, αφού πρώτα το έχουμε στραγγίσει από το νερό. Ανακατεύουμε καλά, προσθέτουμε την υπόλοιπη κρέμα γάλακτος (200 γρ.) και αφήνουμε ελαφρώς να πήξει το μείγμα. Στη συνέχεια ενσωματώνουμε και το γιαούρτι, ανακατεύοντας απαλά με μια μαρίζ. Προσθέτουμε και το μαστιχέλαιο ή την τριμμένη μαστίχα. Στον κάδο του μίξερ, σε μεσαία ταχύτητα, χτυπάμε το ασπράδι με τα υπόλοιπα 20 γρ. ζάχαρης σε μαρέγκα και την ενσωματώνουμε στο πρώτο μείγμα. Τέλος γεμίζουμε ατομικά μπολ και προαιρετικά σερβίρουμε με μαρμελάδα μανταρίνι.



ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΜΑΝΤΑΠΙΝΙ

Chia tangerine marmalade

marmelade de mandarine de Chia

Good for the senses

fun food





ΜΠΙΣΚΟΤΑ με μαστίχα

Χρόνος προετοιμασίας: 40 λεπτά

1,100 γρ
ΒΑΡΟΣ

Χρόνος ψησίματος: 20 λεπτά

ΥΛΙΚΑ

250 γρ. βούτυρο
250 γρ. καστανή ζάχαρη
75 γρ. λευκή ζάχαρη
1 αυγό
1 πρέζα αλάτι
80 γρ. γάλα
500 γρ. αλεύρι
5 γρ. τριμμένη μαστίχα από mastihashop

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Χτυπάμε ελαφρώς το βούτυρο με τις ζάχαρες, προσθέτουμε το γάλα, το αυγό, τη μαστίχα, το αλάτι και τελευταίο το αλεύρι, και ετοιμάζουμε μια ζύμη. Αφήνουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί για περίπου μισή ώρα. Τέλος φτιάχνουμε μπισκότα στα σχήματα που θέλουμε (το πάχος τους να μην είναι πάνω από μισό εκατοστό) και ψήνουμε στους 160-170°C για 20 λεπτά.

ΓΛΥΚΟ ΜΑΡΕΓΚΑΣ ΜΕ ΜΑΣΤΙΧΑ

και φρούτα του δάσους

Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα



Χρόνος ψησίματος: 15-20 λεπτά

ΥΛΙΚΑ

150 γρ. ασπράδι αυγού
 300 γρ. λευκή ζάχαρη
 400 γρ. φρέσκο τυρί κρέμα
 300 γρ. κρέμα γάλακτος 35% λιπαρά
 50 γρ. ζάχαρη άχνη
 8 σταγόνες μαστιχέλαιο ή 1/2 κ.γ. τριμμένη μαστίχα
 μαρμελάδα φράουλα
 250 γρ. φρούτα του δάσους

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

Ανακατεύουμε τη ζάχαρη με το ασπράδι και τα χτυπάμε σε μπεν μαρί στους 60°C, μέχρι το μείγμα να είναι καυτό. Μεταφέρουμε στο μίξερ και χτυπάμε έως ότου η μαρέγκα να δέσει και να γίνει αρκετά σφιχτή. Σε αντικολλητικό χαρτί που έχουμε τοποθετήσει στη λαμαρίνα του φούρνου δημιουργούμε με τη μαρέγκα δύο δίσκους 24 εκ. και πάχους 2 εκ. Εάν έχουμε χαμηλό τσέρκι στην ίδια διάμετρο το χρησιμοποιούμε ως οδηγό βρέχοντας τα τοιχώματά του εσωτερικά με νερό. Φτιάχνουμε τον πρώτο δίσκο, ξεφορμάρουμε και στη συνέχεια φτιάχνουμε τον δεύτερο. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 15-20 λεπτά έως ότου η μαρέγκα να πάρει ένα ανοιχτό χρυσαφί χρώμα. Έπειτα βγάζουμε από τον φούρνο και αφήνουμε να κρυώσει. Με πολλή προσοχή, γυρίζουμε ανάποδα τους δίσκους μαρέγκας σε μια πιατέλα. Στον κάδο του μίξερ χτυπάμε το τυρί κρέμα με τη ζάχαρη άχνη. Προσθέτουμε τμηματικά την κρέμα γάλακτος και το μαστιχέλαιο και χτυπάμε έως ότου να σφίξει. Απλώνουμε στον ένα δίσκο την κρέμα και από πάνω με πολλή προσοχή απλώνουμε τη μαρμελάδα και σκορπίζουμε τα φρούτα. Στη συνέχεια τοποθετούμε και τον δεύτερο δίσκο και πασπαλίζουμε με ζάχαρη άχνη.



ΜΕΛΑΔΑ ΦΡΑΟΥΛΑ

strawberry jam

confiture fraise

the senses fresh Greek products
celebrate the season's best
foods for the summer
fun food
healthy, easy
cook, eat, different



mashop

mastika



ΡΕΒΑΝΙ

με κρέμα μαστίχας

Χρόνος προετοιμασίας: 30 λεπτά



Χρόνος ψσίματος: 30 λεπτά

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟ ΡΕΒΑΝΙ

180 γρ. Βούτυρο
220 γρ. ζάχαρη
3 ασπράδια αυγού
5 κρόκους αυγού
350 γρ. σιμιγδάλι ψιλό

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΙΡΟΠΙ

1.500 γρ. νερό
1.200 γρ. ζάχαρη

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΡΕΜΑ ΜΑΣΤΙΧΑΣ

650 γρ. κρέμα γάλακτος
170 γρ. λευκή σοκολάτα
σε μικρά κομμάτια
3 σταγόνες μαστιχέλαιο
ή 1/2 κ.γ. τριμμένη μαστίχα

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

ΡΕΒΑΝΙ

Βάζουμε στο μίξερ το βούτυρο και το χτυπάμε μέχρι να μαλακώσει. Μετά προσθέτουμε τη ζάχαρη, τους κρόκους αυγού και στο τέλος το σιμιγδάλι. Τοποθετούμε το μείγμα σε ένα μπολ. Στη συνέχεια κάνουμε μαρέγκα τα ασπράδια αυγού και τα ενσωματώνουμε στο μείγμα μας. Βουτυρώνουμε ένα ταψί διαστάσεων 22x22 εκ., στο οποίο αδειάζουμε το μείγμα και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 160°C για 20-30 περίπου λεπτά.

ΣΙΡΟΠΙ

Ρίχνουμε σε μια κατσαρόλα το νερό και τη ζάχαρη και αφήνουμε να πάρει μια βράση. Όταν βγάλουμε το ρεβανί από τον φούρνο ρίχνουμε το ζεστό σιρόπι και αφήνουμε το γλυκό να κρυώσει για αρκετές ώρες. Στραγγίζουμε από το σιρόπι και αναποδογυρίζουμε το ρεβανί σε μια πιατέλα.

ΚΡΕΜΑ ΜΑΣΤΙΧΑΣ

Σε μια κατσαρόλα βράζουμε 250 γρ. κρέμα γάλακτος και το μαστιχέλαιο. Στη συνέχεια αδειάζουμε στα κομμάτια λευκή σοκολάτας και ομογενοποιούμε πολύ καλά. Ρίχνουμε και τα υπόλοιπα 400 γρ. κρέμα γάλακτος. Αφήνουμε ένα βράδυ στο ψυγείο. Τέλος χτυπάμε μέχρι να πάρει τη μορφή μαλακής σαντιγίς και γαρνίρουμε το γλυκό.

ΤΟΥΡΤΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

με μαστίχα

Χρόνος προετοιμασίας: 1 ώρα



Χρόνος αναμονής: 3 ώρες

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΒΑΣΗ

360 γρ. βούτυρο
200 γρ. σοκολάτα 55%
380 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
170 γρ. αλεύρι κοσκινισμένο
5 αυγά

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΜΙΣΗ

200 γρ. κουβερτούρα 70%
3-4 σταγόνες μαστιχέλαιο ή ½ κ.γ. τριμμένη μαστίχα από mastihashop
300 γρ. κρέμα γάλακτος 35% λιπαρά χτυπημένη σε παχύρρευστη μορφή
50 γρ. γλυκόζη
50 γρ. ζάχαρη
50 γρ. νερό
κακάο για πασπάλισμα

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

ΒΑΣΗ

Λιώνουμε τη σοκολάτα με το βούτυρο και τη διατηρούμε πάνω από τους 50°C. Στη συνέχεια ανακατεύουμε τη ζάχαρη με τα αυγά (δεν τα χτυπάμε). Ενσωματώνουμε στη λιωμένη σοκολάτα και έπειτα ρίχνουμε το αλεύρι. Αδειάζουμε το μείγμα σε ένα ταψί βουτυρωμένο και αλευρωμένο ή σε ένα τσέρκι διαμέτρου 24 εκ., και ψήνουμε στους 160°C για 25 λεπτά.

ΓΕΜΙΣΗ

Λιώνουμε την κουβερτούρα σε μπεν μαρί και σε μια άλλη κατσαρόλα βάζουμε το νερό, τη ζάχαρη, τη γλυκόζη. Μόλις πάρει βράση, την αδειάζουμε στη σοκολάτα, ανακατεύουμε πολύ καλά και όταν η θερμοκρασία φτάσει τους 50°C ενσωματώνουμε την παχύρρευστη κρέμα γάλακτος. Τέλος ανακατεύουμε απαλά και προσθέτουμε το μαστιχέλαιο.

ΣΥΝΘΕΣΗ

Σε ένα τσέρκι διαμέτρου 24εκ. και ύψους 5 εκ. βάζουμε τη βάση και αδειάζουμε σε αυτή όλη την κρέμα. Στη συνέχεια τοποθετούμε στο ψυγείο για περίπου 3 ώρες. Αποσύρουμε την τούρτα από το ψυγείο, αφαιρούμε το τσέρκι, πασπαλίζουμε με κακάο και σερβίρουμε.





ΤΑ ΟΦΕΛΗ της μαστίχας

Η ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΜΟΝΑΔΙΚΟΥ ΑΥΤΟΥ ΥΛΙΚΟΥ ΤΕΚΜΗΡΙΩΝΕΤΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ

Είναι γλυκιά, είναι διαχρονική, είναι νσιώτισσα, είναι η μαστίχα Χίου. Το ξεχωριστό αυτό προϊόν χάρισε τη γεύση του σε τσίχλες, σε λουκουμάκια και εμφανίστηκε ως λικέρ δίνοντας μια άλλη νότα σε μερικά από τα πιο δημοφιλή κοκτέιλ. Η μαστίχα Χίου εκτός από τον γλυκό της χαρακτήρα είναι γνωστή για τις ιδιότητες και τα οφέλη της, καθώς μπορεί να γίνει ένας πολύ σημαντικός σύμμαχος για την υγεία. Ας δούμε τι «θαύματα» μπορεί να κάνει!

ΓΙΑ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΟΥ ΔΕΡΜΑΤΟΣ

Το αιθέριο έλαιο της μαστίχας ή αλλιώς μαστιχέλαιο χρησιμοποιείται συχνά ως συστατικό σε φάρμακα και προϊόντα περιποίησης, λόγω της αντιμικροβιακής και αντιμυκητιακής δράσης του. Πρόκειται για ένα αγνό και ανόθευτο απόσταγμα, το οποίο είναι ιδανικό για βαθύ καθαρισμό προσώπου, προσδίδοντας φυσική λάμψη και ενυδάτωση. Το μαστιχέλαιο μπορεί να ενταχθεί εύκολα στην καθημερινή μας ρουτίνα, αρκεί να προσθέσουμε μερικές σταγόνες στο φαγητό, τον καφέ ή το τσάι μας.

ΓΙΑ ΤΗ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

Έρευνες έχουν δείξει ότι η μάσηση της μαστίχας Χίου μπορεί να γίνει ένας από τους πιο εύκολους και απλούς τρόπους για να βελτιωθεί η υγεία των δοντιών. Χάρη στην ιδιαίτερη γεύση της ως τσίχλα, αλλά και στη σχετικά σκληρή υφή της, η μαστίχα Χίου προκαλεί μεγαλύτερη διέγερση σάλιου, αυξάνοντας έτσι την αίσθηση φρεσκάδας και καθαρότητας. Δώστε τέλος στην τερηδόνα, την ουλίτιδα και άλλες σχετικές παθήσεις αγοράζοντας τη σωστή τσίχλα.

Extra info: Είναι η κατάλληλη για όσους αντιμετωπίζετε προβλήματα ξηροστομίας.

ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΠΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

Αυτή η αρωματική φυσική ρητίνη που προέρχεται από τα μαστιχόδεντρα, υποστηρίζεται από την επιστημονική κοινότητα ότι συμβάλλει ενεργά στην αντιμετώπιση πεπτικών προβλημάτων, με την αντιμικροβιακή και αντιφλεγμονώδη δράση της να είναι ιδιαίτερα σημαντική. Καούρες, σπαστική κολίτιδα και έντονοι πόνοι στο στομάχι είναι μόλις μερικές από τις πιο συνηθισμένες καταστάσεις που αντιμετωπίζουν καθημερινά όλο και περισσότεροι άνθρωποι. Η μαστίχα Χίου επιλέγονταν ήδη από την αρχαιότητα ως φάρμακο για την καταπολέμηση γαστρεντερικών διαταραχών, συνεχίζοντας μέχρι σήμερα να χαρίζει τις καταπραυντικές της ιδιότητες. Πρόσφατες μελέτες ακαδημαϊκών απέδειξαν ότι μια μικρή ποσότητα μαστίχας είναι ικανή να καταπολεμήσει σε μεγάλο βαθμό το πεπτικό έλκος, με τα αποτελέσματα να είναι αρκετά άμεσα.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΜΑΛΛΙΩΝ

Πλέον πολλά από τα προϊόντα περιποίησης και ομορφιάς χρησιμοποιούν ως βασικό συστατικό τη μαστίχα, ακόμα και σαμπουάν για τα μαλλιά. Για όσους και όσες θέλετε να δώσετε μια πιο λεία και λαμπερή υφή στις ξηρές άκρες των μαλλιών, η μαστίχα είναι αυτό που χρειάζεστε.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΟΥΛΩΣΗ ΤΡΑΥΜΑΤΩΝ

Σε επιδέσμους, έμπλαστρα, ακόμα και επιθέματα, η μαστίχα Χίου κάνει τη διαφορά. Χάρη στις επουλωτικές και συγκολλητικές της ιδιότητες βοηθάει στην άμεση επούλωση πληγών, καθαρίζοντας και αναπλάθοντας το δέρμα, προσφέροντας στο σώμα τη φροντίδα που του αξίζει. Να σημειωθεί ότι δεν προκαλεί ανεπιθύμητες παρενέργειες, όπως δερματίτιδα, κάτι που συμβαίνει συχνά με τα κοινά επουλωτικά.

ΣΑΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΣΑΣ

Φτιάξτε τη δική σας συνταγή με πρωταγωνιστή τη μαστίχα, φωτογραφίστε τη και στείλτε τη στην επίσημη σελίδα του Instagram [@mixer_steliosparliaros](#).

Η πιο ευφάνταστη, δημιουργική και «ονειροπόλα», θα δημοσιευτεί στο [@mixer_steliosparliaros](#) με το όνομα του account σας.

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΒΗΜΑΤΑ

Κάντε follow στο Instagram την [@athensvoice](#), το [@mixer_steliosparliaros](#) και το [@mastihashop_greece](#)
Καλά μαγειρέματα και καλή επιτυχία!



ΕΛΕΝΗ ΨΥΧΟΥΛΗ ΣΤΕΛΙΟΣ ΠΑΡΛΙΑΡΟΣ

PODCAST MIXER

Στο PODCAST της AthensVoice, ο Στέλιος και η Ελένη βάζουν στο «μίξερ» όλα όσα αφορούν τη γλυκιά και την αλμυρή κουζίνα και μοιράζονται με τους ακροατές όλα όσα τους έμαθε η ζωή στον πλανήτη της νοστιμιάς.

Ιστορίες, συνταγές, συμβουλές, σκεύη και γκάτζετ, ιδέες για το πιο όμορφο art de la table, έξυπνα κόλπα που κάνουν τη ζωή στην κουζίνα πιο εύκολη, όλα τα μυστικά των υλικών και των συνταγών, σε μια μαγειρική κουβέντα που λύνει κάθε απορία.

Για να γίνεις άσος της πιο νόστιμης, σπιτικής κουζίνας!



μίξερ