

Μανταρίνια Αρακαπά

Τα Μανταρίνια Αρακαπά καλλιεργούνται κυρίως στην περιοχή του χωριού Αρακαπός της επαρχίας Λεμεσού και παράγονται από την ομώνυμη ποικιλία του είδους *Citrus reticulata Blanco*. Η μανταρίνια αυτή είναι γνωστή και ως 'κυπριακή' ή 'ντόπια' και είναι φημισμένη για τα φρούτά της που φέρουν όμως μεγάλο αριθμό σπερμάτων. Ο μέτριου μεγέθους καρπός έχει χρώμα κτρινοπορτοκαλί κατά την ωρίμανση. Ο φλοιός του είναι λείος και λεπτός και αποσπάται εύκολα (Θ. Καπαρή-Ησαία, 2006).

Ιστορία: Η μανταρίνια Αρακαπά εισήχθηκε στην Κύπρο το 1870 (Παυλίδης, 1986). Σύμφωνα με τον Π. Γεννάδιο (1959), ο πρώτος που εισήγαγε τη μανταρίνια στην Κύπρο ονομάζονταν Γιουσουφ Εφέντης και έτσι τα παλαιότερα χρόνια η μανταρίνια αυτή ήταν γνωστή με το όνομά του.

Μέθοδος παραγωγής: Τα μανταρίνια Αρακαπά ωριμάζουν την περίοδο Δεκεμβρίου-Μαρτίου. Η συγκεκριμένη ποικιλία έχει προσαρμοστεί άριστα στις εδαφοκλιματικές συνθήκες της ημιορεινής περιοχής των χωριών πέριξ του Αρακαπά. Το φύλλωμα του δέντρου έχει μεγάλη ανθεκτικότητα στις χαμηλές θερμοκρασίες του χειμώνα. Χαρακτηριστικό της ποικιλίας είναι ότι παρουσιάζει σε έντονη μορφή το φαινόμενο της παρειαυτοφορίας, δηλ. τη μια χρονιά παρατηρείται υπερπαραγωγή και την επόμενη πολύ μειωμένη παραγωγή. Για την αντιμετώπιση του φαινομένου αυτού, και κατ'επίκληση την αύξηση του μεγέθους του καρπού, συστήνεται αυστηρά κλάδεμα και αραίωμα των καρπιών τη χρονιά με υπερπαραγωγή.

Γαστρονομία: Κατανάλωνται φρέσκα και επίσης χρησιμοποιούνται για φρέσκους χυμούς, μανταρινάδες, λικέρ, κ.ά.

24



Κυπριακή πατάτα κοκκινογής

Η κυπριακή πατάτα φημίζεται για την υπέρηχη γεύση και τη σφιχτή της υφή. Διακρίνεται εύκολα από το κοκκινωτό της χρώμα που αποκόπεται από το εύφορο κόκκινο χώμα των Κοκκινοχωριών όπου κυρίως καλλιεργείται. Καλλιεργείται επίσης στην περιοχή δυτικά της Λευκωσίας (Ακακι, Περιστερώνα και Αστρομερίτης). Οι κύριες καλλιεργήσιμες ποικιλίες είναι η Spunta, Marfona, Cara, Nicola, Sieglinde, Diamant, Timate, Liseta, Charlotte, Ditta, Filea, Superstar, κ.ά.

Ιστορία: Η ακριβής περίοδος και οι συνθήκες εισαγωγής της πατάτας στην Κύπρο δεν είναι τεκμηριωμένες. Οι πατάτες ήταν σημαντικό καλλιεργούμενο είδος διατροφής στο νησί προτού η Κύπρος γίνει αγγλική αποικία το 1878. Η πρώτη αναφερόμενη εισαγωγή σπόρων πατάτας είναι το 1909. Μέχρι την Ανεξαρτησία το 1960, το νησί εξήγαγε πατάτες κυρίως στη Μ. Βρετανία και Δυτική Ευρώπη.

Μέθοδος παραγωγής: Οι πατάτες καλλιεργούνται σε δυο κύριες καλλιεργητικές περιόδους. Για την ανοιξιάτικη καλλιέργεια, η φύτευση γίνεται το Νοέμβριο/Φεβρουάριο και η συγκομιδή τον Απρίλιο/Ιούνιο. Για αυτή την καλλιέργεια, ο πατατόσπορος συνήθως εισάγεται και είναι πιστοποιημένος. Ένα μέρος της ανοιξιάτικης καλλιέργειας διατηρείται ως σπόρος για τη φθινοπωρινή καλλιέργεια, η φύτευση της οποίας γίνεται τον Αύγουστο/Οκτώβριο και η συγκομιδή το Νοέμβριο/Δεκέμβριο. Τόσο η ανοιξιάτική όσο και η χειμερινή καλλιέργεια αρδεύονται. Μετά την εκρίζωση, οι κόνδυλοι συλλέγονται με το χέρι ή με ειδικές μηχανές και η συσκευασία των πατατών γίνεται στο χωράφι για να εξασφαλιστεί η φρεσκαδα τους. Συνήθως, γίνεται μειψοσπορά με σιτηρά του χειμώνα.

Γαστρονομία: Μπορεί να μαγειρευτεί με πολλούς τρόπους όπως οψήθι στο φούρνο, ψητή, βραστή, τηγανητή, γεμιστή, πουρέ, κ.λπ. Χρησιμοποιείται επίσης ως συστατικό σε διάφορα άλλα φαγητά.

25



Κολοκάσι

Το φυτό Κολοκάσι, κοινώς Κολοκάσι (*Colocasia esculentum*), είναι εδωδιόμο φυτό (λαχανικό) που ανήκει στην οικογένεια των Αρουδιών (Araceae). Καλλιεργείται για τα εδωδιμα αμυλούχα ριζώματά του.

Ιστορία: Η παλαιότερη αναφορά στο Κολοκάσι της Κύπρου ανάγεται στο 1191 μ.Χ. σύμφωνα με την οποία σεβρίσθηκε σε δέπνο για τον εορτασμό του γάμου του Ριχάρδου του Λεοντόκαρδου με τη Βερεγγάρια του Κάστρο Λεμεσού (Jeffery, 1926). Σύμφωνα με το Σακελλάριο (1890), τα καλύτερα Κολοκάσια της Κύπρου παράγονταν στη Λάηθηβ και στην Πάφο. Πριν από την τουρκική εισβολή του 1974, σημαντικές εκτάσεις καλλιεργούνταν στον Άγιο Ανδρόνικο Καρπασίας, στο Συρναχώριο και σε μικρότερο βαθμό στην Επαρχία Πάφου. Σήμερα, το Κολοκάσι καλλιεργείται κυρίως στην επαρχία Αμμοχώστου, και ιδιαίτερα στο χωριό Σιπστήρα, με μικρότερες εκτάσεις στα χωριά Φθέρνας και Λιοπέτρι.

Μέθοδος παραγωγής: Η φύτευση του Κολοκασιού αρχίζει τέλη Φεβρουαρίου (πρώιμη φύτευση) και συνεχίζεται μέχρι το Μάιο (όψιμη φύτευση) σε χωράφια με κοκκινόχωμα στα οποία έχει προηγηθεί καλλιέργεια με πλούσια λίπανση. Παράγει ένα μεγάλο κεντρικό ρίζωμα (μάπινα), πολλά πλαγά ριζώματα (πούλλες) και μη εδωδιμα φύλλα. Η παραγωγή του διατίθεται κυρίως στη ντόπια αγορά, ενώ κάποιες ποσότητες εξάγονται στη Μ. Βρετανία για την κυπριακή παοικία.

Γαστρονομία: Μαγειρεύεται με διάφορους τρόπους π.χ. γιαγιάι με ή χωρίς κρέας, ή ως καπαμάς με κρασί (πολύ γνωστός στην επαρχία Αμμοχώστου).

26



Ακαθιώτικο τυρί

Το Ακαθιώτικο τυρί παρασκευάζεται στην Ακανθού από νωπά αγνά γάλα από ζώα που έβσκον ελεύθερα σε ανοικτούς χώρους και με ποικιλία αρωματικών φυτών της περιοχής.

Ιστορία: "Τυριά πολλά εξείρετα των χωριών Ακανθούς, και Κεφαλών, και τινών χωριών της Πάφου" (Αρχιμανδρίτης Κυπριανός, 1788). Το 1890, ο Σακελλάριος αναφέρει: "Τα δε τυριά της Ακανθούς είναι τα καλύτερα της νήσου". Το Ακαθιώτικο τυρί παρασκευάζονταν κατά την περίοδο του "Πεννηνηνισμού" πριν το Πάσχα και εξόνηταν στις γειτονικές χώρες της Κύπρου. Οι βοσκoi συνήθιζαν να τοποθετούν στην κοιλάδρα του γάλακτος κλαδιά λουβιδιάς (ζισταρικά), τα φύλλα της οποίας είχαν ένα κολλώδη χυμό με πολύ λεπτή μεμβράνη. Ως αποτέλεσμα, τα ξένα σώματα στο γάλα κολλούσαν στα φύλλα του φυτού, ενώ παράλληλα το γάλα, παραρριόντως μαζί του το άρωμα της λουβιδιάς, αποκτούσε το ιδιαίτερο άρωμα του φυτού (Ιωαννίδου Μ. 2009, Ντοκιμαντέρ: Με γέφυρα τη γευστική μας παράδοση: Τα τυριά της Κύπρου).

Μέθοδος παραγωγής: Το αγινό γάλα τοποθετείτε σε καζάνι (γιαστίνι) που βράζει στα "νικιά". Προστίθεται πυτά και το πήγμα του γάλακτος ακολουθείσε το κόψιμο και ανακάτωμα του τυροπήγματος ("βλούγκου"). Ο "βλούγκος" τοποθετείτε σε ταλάρια και πιέζονταν έντονα με το χέρι. Τα ταλάρια τοποθετούνταν στο βραστό νωρό (πρώτο βράσιμο). Το τυρί αφαιρείται από τα ταλάρια και αφού τριβόταν για να ψαλίσαι, αναποδογυρίζονταν στα ταλάρια και πιέζονταν ξανά. Τα ταλάρια τοποθετούνταν ξανά στο ζεστό νωρό (δευτερο βράσιμο). Το τυρί αφαιρείται από τα ταλάρια, αλατιζόταν και επανατοποθετείτο στα ταλάρια, διαδικασία που επαναλαμβάνονταν για τις επόμενες 2-3 μέρες. Τέλος, το τυρί αφαιρείται από τα ταλάρια και αφιόνταν έξω για 3-4 νύκτες για να υγρανθεί ("νοθεκαστεί") από την υγρασία της νύκτας. Στη συνέχεια, είτε τοποθετείτο σε "φαθαρκά" (πλεγμένο καλδίμι) πάνω από "καπνιά" θάμνοο σκηνίας για να καπνιστεί, είτε εμβάπτιζονταν σε λιωμένο κερί (Οικονομίδης, 2004).

Γαστρονομία: Το Ακαθιώτικο τυρί χρησιμοποιοειτο για την παρασκευή των φουλωνών (βλέπε αρ. 5), ως μεζές ή για τρίμμα στα ζυμαρικά.

28



Λαγγόπιτες Ριζοκαρπάσου

Οι Λαγγόπιτες Ριζοκαρπάσου είναι τρυπητές πίτες οι οποίες ψήνιόνταν πάνω στην 'πλάκα' - είδος πέτρας πάχους περίπου 3 εκατοστών που είναι στρωγυλεμένη και λεία και τοποθετείται πάνω στα κάρβουνα.

Ιστορία: Σύμφωνα με τους Κυπρή και Πρωτόπαπα (1997), οι Λαγγόπιτες είναι είδος πίτσας την οποία έψιψαν πάνω σε 'πλάκα' στο Ριζοκάρπασο για τη νηστεία της γιορτής του Ιωάννη του Προδρόμου στις 29 Αυγούστου. Μέσα από τη βιβλιογραφία φαίνεται ότι Λαγγόπιτες παρασκευάζονταν και σε άλλες περιοχές της Κύπρου, ειδικά σε χωριά της Πάφου, σε διάφορες παραλλαγές.

Μέθοδος παραγωγής: Ετοιμάζεται η χαλαρή ζύμη η οποία είναι παχύρεστος χυλός από αλεύρι, νερό και προζύμι (πιθανή προσθήκη μικρής ποσότητας αλάτος). Η ζύμη σκεπάζεται και τοποθετείται σε ζεστό μέρος για να 'μπει' (να φουσκώσει). Στη συνέχεια, η πλάκα "πυρώνεται" (ζεσταίνεται καλά), στάζεται λάδι πάνω σ' αυτήν και αλείφεται για να μην κολλά. Ρίχνεται στοδιακά ο χυλός πάνω στην πλάκα για να ψηθεί. Όταν ψηθεί από τη μια πλευρά, γυρίζεται και από την άλλη μέχρι να ψηθεί (Ιωαννίδου Μ., 2007, Ντοκιμαντέρ: Με γέφυρα τη γευστική μας παράδοση).

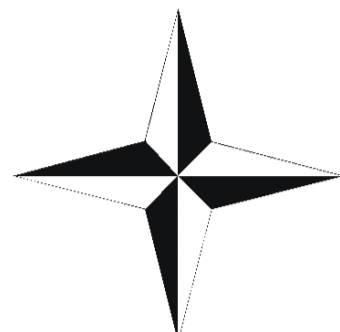
Γαστρονομία: Οι Λαγγόπιτες Ριζοκαρπάσου κατανάλωνιόνταν ζεστές ή κρύες με μέλι ή χαρουπόμελο ή/και έφημα (βλέπε αρ. 14 και 17).

Σημείωση: Δεν περιλαμβάνονται στον χάρτη οίνοι και αλκοολούχα ποτά

Γαστρονομικός Χάρτης της Κύπρου

Κλίμακα: 1:400.000

B



Υπόμνημα

- Υπεραστικός Δρόμος
- Κύριοι Ασφαλτόδρομοι
- Ποταμοί - Χείμαρροι
- - - Όριο Επαρχίας
- Κύρια Αστικά Κέντρα
- Περιφέρεια Πιτσιλιάς
- Περιφέρεια Σολέας
- Περιφέρεια Μαραθάσας

1. Καλλούμι
2. Τραχανάς
3. Κυπριακή επιτραπέζια ελιά
4. Κυπριακό εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο
5. Φλαούντα
6. Παφίτικη πίσσα
7. Παφίτικο τυρί
8. Παφίτικο λουκάνικο
9. Κουφέτα αμυγδάλου Γεροσκήπτου
10. Λουκούμι Γεροσκήπτου ("Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη"), Λουκούμι Λευκάρων, Λουκούμι Φοινιού
11. Χαλίτζια Τηλλυριάς
12. Μαζιλίτες Λυσού
13. Σύκα Τηλλυριάς
14. Χαρουπόμελο και παστέλι Ανώγυρας
15. Αρκατένα Ομόδους
16. Γλυκό αμυγδάλου
17. Σουτζούκοκς - Ππαλουζές - Κιιοφτέρκα - Έφημα - Πορτός
18. Τσομαρέλλα - Απόχτιν
19. Χιορομρένι, Ποσορητή και Λούντζα Πιτσιλιάς
20. Λουκάνικο Πιτσιλιάς
21. Φουντούκια Πιτσιλιάς
22. Ροδόσταγμα Αγρού
23. Πέστροφα Τροόδους
24. Μανταρίνια Αρακαπά
25. Κυπριακή πατάτα κοκκινογής
26. Κολοκάσι
27. Ακαθιώτικο τυρί
28. Λαγγόπιτες Ριζοκαρπάσου

