

Μιλφέϊν

Απόλαυση... χιλίων καρατίων!



Το μιλφέιγ είναι το γλυκό που δε λείπει από κανένα ζαχαροπλαστείο και βρίσκεται σταθερά στις πρώτες θέσεις των πωλήσεων. Ανακαλύψτε τα μυστικά για την τέλεια δημιουργία του, εμπνευστείτε από τις διεθνείς τάσεις και τις συνταγές που δημιούργησαν αποκλειστικά για το "Z+G" οι διακεκριμένοι ζαχαροπλάστες Τάσος Ζησόπουλος και Χριστόδουλος Καραμολόγκος και εντυπωσιάστε τους πελάτες σας!

Κείμενο **Ελένη Μανίκα**
Φωτογραφίες **Δημήτρης Τσίτσος**

ΤΑ ΧΙΛΙΑ ΦΥΛΛΑ ΤΡΑΓΑΝΗΣ ΣΦΟΛΙΑΤΑΣ και η πλούσια γέμιση κρέμας το έχουν τοποθετήσει στο πάνθεον των πιο αγαπημένων γλυκών παγκοσμίως. Το μιλφέιγ (millefeuille) αποτελεί το βασιλιά των γλυκών με κρέμα και είναι ένας πειρασμός στον οποίο κανείς δε μπορεί να αντισταθεί είτε πρόκειται για την κλασική εκδοχή είτε για την πιο προχωρημένη πρόταση της haute patisserie. Με γαλλική καταγωγή, οι πρώτες αναφορές για αυτό συναντάται σε ένα βιβλίο ζαχαροπλαστικής του 1651 (!) ενώ μεταγενέστεροι ερευνητές κάνουν λόγο για ένα γλυκό με αρχαίες ρίζες.

Μπορεί να φαίνεται... απλό στη σύλληψη και την εκτέλεσή του ως συνταγή, μόνο τέτοιο όμως δεν είναι με τρανότερη απόδειξη το γεγονός ότι στην αγορά υπάρχουν από εξαιρετικά μιλφέιγ μέχρι... πολύ κακά. Όπως κάθε γλυκιά δημιουργία, έτσι και το μιλφέιγ κρύβει μυστικά που χρειάζονται από πλευράς του επαγγελματία ζαχαροπλάστη -εκτός από το ταλέντο-, γνώσεις και τεχνική. Στις σελίδες που ακολουθούν θα βρείτε πολύτιμες πληροφορίες και συμβουλές που κάνουν τη διαφορά και θα σας δώσουν την ευκαιρία να φρεσκάρете τις γνώσεις σας ή να διευκρινήσετε τα σκοτεινά σημεία της υπόθεσης... μιλφέιγ.

Τα βασικά ουσιαστικά

Η τέλεια φυλλοποίηση παίζει τεράστιο ρόλο στην επιτυχία του γλυκού γιατί από αυτή εξαρτάται η τραγανότητα των φύλλων της σφολιάτας.

Για τους επαγγελματίες εκείνους που προτιμούν να δημιουργούν τα πάντα μόνοι τους πρέπει οπωσδήποτε να τονίσουμε ότι δεν είναι όλα τα αλεύρια δια και ότι είναι απαραίτητη η χρήση αλεύριου για σφολιάτα καλής ποιότητας. Το επόμενο συστατικό που χαρακτηρίζει την ποιοτική γέυση του μιλφέιγ είναι το βούτυρο. Για να πετύχουμε σωστή φυλλοποίηση απαιτείται οι θερμοκρασίες του βουτύρου και της ζύμης να είναι παραπλήσιες. Στο σημείο αυτό πρέπει οπωσδήποτε να διευκρινίσουμε ότι δεν πρέπει να συγχέουμε το μιλφέιγ βουτύρου με το μιλφέιγ μαργαρίνης.

Η ζύμη της σφολιάτας βουτύρου γάλακτος (82%)

Αφού παρασκευάσουμε τη βασική ζύμη της σφολιάτας, την απλώνουμε σε ορθογώνια παραλληλόγραμμα κομμάτια (τα οποία λέγονται και πατόν), τη σκεπάζουμε με μεμβράνη για να μην κάνει πέτσα η σφολιάτα και τη βάζουμε μέσα



στο ψυγείο για να ξεκουραστεί. Έπειτα είναι το μυστικό. Την επόμενη μέρα μπορούμε να ενσωματώσουμε το βούτυρο στη ζύμη με τη γνωστή διαδικασία των αλεπάλληλων διπλωμάτων που λέγονται και «βόλτες».

Σε γενικές γραμμές, η σφολιάτα χρειάζεται πέντε με έξι βόλτες. Κάποιοι κάνουν μία διπλή και τέσσερις μονές βόλτες, άλλοι δύο διπλές και μία μονή, όπου αυτή η τελευταία έκρηξη βόλτα είναι στο άπλωμα.

Στην περίπτωση που θέλουμε να αποθηκεύσουμε στην κατάψυξη τη σφολιάτα μας, της αφήνουμε για ένα βράδυ στο ψυγείο να «ξεκουραστεί», την ανοίγουμε σε φύλλα, τοποθετούμε εναλλάξ φύλλο-λαδόκολλα και σκεπάζουμε προσεκτικά το σύνολο με μεμβράνη.

Η ζύμη της σφολιάτας μαργαρίνης

Για τη σφολιάτα μαργαρίνης, αν μάλιστα πρόκειται για μια πολύ καλής ποιότητας μαργαρίνη, η διαδικασία μπορεί να είναι ίδια, απλά δε χρειάζεται μεγάλος χρόνος ξεκούρασης ανάμεσα από τη μία βόλτα στην άλλη, γιατί η μαργαρίνη δε δημιουργεί προβλήματα στη φλλοποίηση όπως το βούτυρο.

Το ψήσιμο της σφολιάτας

Μιλώντας πάντα για τη σφολιάτα βουτύρου μπορούμε ένα φύλλο σφολιάτας είτε προέρχεται από την κατάψυξη είτε από το ψυγείο, αφού έχει ξεκουραστεί να το βάλουμε κατευθείαν στο φούρνο. Αν και όλοι το γνωρίζουν, πριν βάλουμε τη σφολιάτα στο φούρνο την τρυπάμε πάρα πολύ καλά.

Αν θέλουμε τη σφολιάτα μας να βγει επίπε-



δη και τραγανή πρέπει αφού τη βάλουμε στο φούρνο, φουσκώσει και σταθεροποιηθεί καλά, να τη βγάλουμε για ελάχιστα δευτερόλεπτα και να την πατήσουμε με μια επίπεδη λαμαρίνα. Με τον τρόπο αυτό η σφολιάτα «ελαφρώς «ξεφουσκώνει» και γίνεται επίπεδη. Ξαναβάζουμε στο φούρνο και συνεχίζουμε το ψήσιμο, όπου θα ξαναφουσκώσει με αλλά ελάχιστα και ομοιόμορφα.

Όταν η σφολιάτα ψηθεί, τότε θα πρέπει αναγωγαστικά να τοποθετηθεί σε μια οσία ώστε να αποβάλλει τη θερμοκρασία της για να γίνει τραγανή σιγά-σιγά. Εάν την αφήσουμε στη λαμαρίνα η σφολιάτα από κάτω δεν θα είναι το ίδιο τραγανή γιατί η υγρασία δε θα μπορεί να φύγει από τη λαμαρίνα.

Πολύτιμα tips από τον pastry chef Τάσο Ζησόπουλο

> Στο εξωτερικό κάποιοι προσθέτουν αβγά στη σφολιάτα αλλά δεν το επικροτώ γιατί αυτό δίνει πολύ μικρή διάρκεια ζωής στο φύλλο.



> Για το βούτυρο, μπορούμε να κάνουμε το trik που κάνουν στη Γαλλία. Παιρνουν το βούτυρο σε πλάκα, το χτυπάνε με τον πλάστη μετατρέποντάς το σε μαλακό αλλά κρύο βούτυρο.

> Πρέπει να έχουμε πάντα στο μυαλό μας ότι χρησιμοποιούμε ζωική σαντιγή διότι η φυτική έχει μεγάλο βαθμό υγρασίας και αποδομεί την κρέμα.



> Μετά το ψήσιμο της σφολιάτας, πρέπει να την αναποδογυρίσουμε αφαιρώντας το αλικονέ καρτί ώστε να μην κρατήσει υγρασία.

> Πολλοί τυλιγούν με μεμβράνη τη σφολιάτα, χωρίς προηγουμένως να την ξεκουράσουν και την καταψύχουν απευθείας. Είναι μεγάλο λάθος γιατί η σφολιάτα βγαίνει κοδραρισμένη.

> Η σφολιάτα είναι γλυκό ημέρας κάτι που σημαίνει ότι ή ετοιμάζεις τα μιλφείν που θα πουλήσεις την ίδια μέρα.



> Για τη σωστή συντήρηση της σφολιάτας, ώστε να μην κάνει την ποιότητά της, πρέπει να κάνουμε πρόβλεψη της 2-3 εβδομάδες και όχι να την κρατάμε 3 μήνες στην κατάψυξη!

> Κατά τη γνώμη μου πρέπει να βάλουμε κάποια όρια στη χρήση της σαντιγής. Δηλαδή μια καλή πατισερί δε θεωρεί σωστό να την αφρατεύεις με περισσότερο από 20-25% σαντιγή.

>> Χίλια φύλλα, χίλιες τάσεις



> Με σοκολάτα...

Όταν η κρέμα πατισερί συνάντησε τη... σοκολάτα, το αποτέλεσμα ήταν το σοκολατένιο μιλφείν, ένα trend που έχει πλέον γίνει κλασικά πρόταση!



> Πιο πειραγμένο από ποτέ!

Ποιος είπε ότι το μιλφείν είναι μόνο ορθογώνιο; η τάση το θέλει να γίνεται τούρτα, μπόμπα, κορμός και γενικότερα να αλλάζει σχήμα, μέγεθος και ύψος!



> Να το φας στο... ποτήρι

Το γλυκό με την τραγανή σφολιάτα και η κρέμα πατισερί μπορεί άνετα να μπει σε ποτήρι και γιατί όχι, ακόμα και να γυρίσει τα πάνω... κάτω!

Παραλλαγές στις σφολιάτες

Μία άλλη σφολιάτα η οποία δε συνηθίζεται στην Ελλάδα είναι η «ανάποδη» σφολιάτα που την προτιμούν περισσότερο στο εξωτερικό και σε εστιατόρια à la carte. Έχει το πλεονέκτημα ότι είναι τραγανή, λιάνει πολύ καλά στο στόμα, μαζεύει λιγότερο στο ψήσιμο και διατηρείται περισσότερο στην κατάψυξη. Γίνεται με λίγο διαφορετικό τρόπο: ενώ στην παραδοσιακή σφολιάτα θα ζυμώνουμε τη ζύμη και θα ενσωματώσουμε το βούτυρο, εδώ ζυμώνουμε το βούτυρο (που

Από την άλλη, σε ελάχιστες χώρες πλέον στην Ευρώπη χρησιμοποιείται στη δημιουργία μιλφέιγ το μείγμα της πατισερί με κιγιέ. Η ευρωπαϊκή κρέμα κρύας πατισερί που μπαίνει στα μιλφέιγ δεν περιλαμβάνει... κιγιέ. Η διαφοροποίησή της για τη δημιουργία μιας μεγάλης ποικιλίας γεύσεων μπορεί να γίνει με πολλούς τρόπους, οι οποίοι ουσιαστικά είναι η έμπρακτη απόδειξη του ταλέντου και των γνώσεων κάθε επαγγελματία. Υπάρχουν ζαχαρολάστες που κάνουν μια κρέμα πάρα πολύ ελαφριά, την αρωματίζουν

με ζύμα πορτοκάλι-λεμόνι και τη βάζουν αυτούσια γιατί δε θέλουν να επιβαρύνουν το μιλφέιγ με υγρασία. Άλλοι επαγγελματίες την αφρατεύουν με σαντιγί. Υπάρχει η κρεμ λεζέρ, η οποία δεν έχει τόσο πολλή υγρασία και μπορεί να αρωματιστεί και με αλκοόλ για πιο σπριτζά γεύση. Τέλος, στα σύγχρονα ζαχαροπλαστεία χρησιμοποιείται ευρέως η κρέμα μουσελίν, η οποία χαρακτηρίζεται από πολλούς και ως κρέμα-πασπαρτού γιατί δίνει τη δυνατότητα να δημιουργήσει κανείς ιδιαίτερες γεύσεις. ■



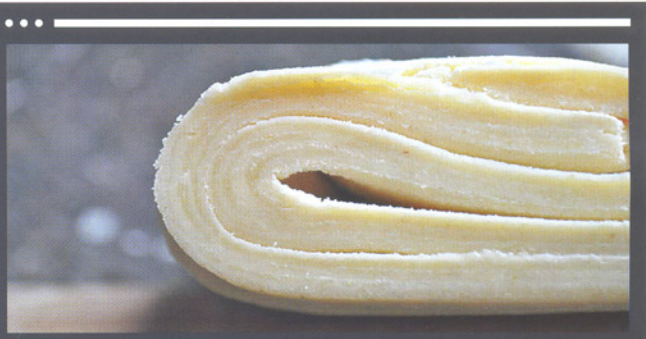
είναι ειδικό με 14% υγρασία) με το αλεύρι και κάνουνε ένα μείγμα βούτυρο-αλεύρι. Μετά ετοιμάζουμε μια δεύτερη ζύμη με τον κλασικό τρόπο, προσθέτοντας αλεύρι, αλάτι, φρέσκο βούτυρο, νερό και λίγο ξίδι (το οποίο γενικά μπορούμε να χρησιμοποιούμε σε όλες τις σφολιάτες γιατί τις κάνει αφράτες). Αφού λοιπόν φτιάξουμε και τη δεύτερη ζύμη, κάνουμε βόλτες τη μία ζύμη με την άλλη.

Όσον αφορά το μιλφέιγ με φύλλα σοκολάτας, μέσα στο αλεύρι της ζύμης της σφολιάτας προσθέτουμε λίγο κακάο. Σε αυτήν την περίπτωση απαιτείται μεγάλη εμπειρία στο ψήσιμο γιατί το κακάο μπορεί να ξεγελάσει στο χρώμα.

Η κρέμα

Στην Ελλάδα, το παλιό, πατροπαράδοτο μιλφέιγ μαργαρίνης γίνονταν με ζεστή κρέμα πατισερί και κιγιέ και σε κάποια μέρη της Ελλάδας γίνεται ακόμα με τον ίδιο τρόπο.

Βασικές συνταγές σφολιάτας



Σφολιάτα (με μαργαρίνη)

Υλικά

για Α' μείγμα

Άλευρι (σκληρό για σφολιάτα)	1000 γρ.
Αλάτι	10 γρ.
Ζάχαρη	10γρ.
Βούτυρο (φρέσκο Ολλανδίας)	150 γρ.
Νερό κρύο	500 γρ.

για Β' μείγμα

Μαργαρίνη (σκληρά, ειδική για σφολιάτα)	1000 γρ.
---	----------

Εκτέλεση

Αφού ζυμώνουμε το Α' μείγμα, ξεκουράζουμε τη ζύμη και στη συνέχεια προσθέτουμε σε αυτό το Β' μείγμα για να κάνουμε βόλτες. Χρειάζεται μεγάλη προσοχή στον χρόνο ξεκούρασης της ζύμης, την οποία και σκεπάζουμε πάντα με μεμβράνη, προκειμένου να αποφύγουμε τη δημιουργία ανεπιθύμητης κρούστας.

Τη φέρνουμε κατά προτίμηση 5 βόλτες και την αφήνουμε να ξεκουραστεί.

Σφολιάτα (με βούτυρο)

Υλικά

για Α' μείγμα

Άλευρι (σκληρό για σφολιάτα)	1000 γρ.
Αλάτι	15 γρ.
Ζάχαρη	8 γρ.
Βούτυρο (φρέσκο Ολλανδίας)	200 γρ.
Νερό (κρύο)	450 γρ.

για Β' μείγμα

Βούτυρο για σφολιάτας (σε πλάκες)

Εκτέλεση

Αφού ζυμώνουμε το Α' μείγμα ξεκουράζουμε τη ζύμη, αφού την έχουμε σκεπάσει με μεμβράνη από την προηγούμενη μέρα. Προσθέτουμε το βούτυρο για τις βόλτες προσέχοντας το χρόνο ξεκούρασης ανάμεσα σε καθεμία. Σκεπάζουμε πάλι με μεμβράνη, για αποφυγή δημιουργίας κρούστας. Αφήνουμε τη ζύμη να ξεκουραστεί τουλάχιστον για 12 ώρες και μετά την αποθηκεύουμε στο ψυγείο (μέχρι για 3 μέρες) ή στην κατάψυξη (μέχρι 3 εβδομάδες).



Τάσος Ζησόπουλος
Executive pastry chef
NJV ATHENS PLAZA

Με γαλλική ζαχαροπλαστική παιδεία, ο Τάσος Ζησόπουλος βρίσκεται στη θέση του executive pastry chef του ξενοδοχείου NJV Athens Plaza. Παράλληλα, διδάσκει τη ζαχαροπλαστική τέχνη στον εκπαιδευτικό Όμιλο Le Monde ενώ είναι τεχνικός σύμβουλος αρτοποιίας - ζαχαροπλαστικής και συγγραφέας.

Μιλφέιγ με κρέμα μουσελίν πραλίνας & ζελέ πάσιον - μάνγκο

Υλικά

Φύλλα σοφολιάτς	2 τμχ.
για κρέμα ζαχαροπλαστικής	
Γάλα	800 γρ.
Βούτυρο (κλαριφιέ)	100 γρ.
Βούτυρο (φρέσκο Ολλανδίας)	200 γρ.
Κρέμα γάλακτος (35%)	200 γρ.
Ζάχαρη	100 γρ.
Κρόκοι	4 τμχ.
Αβγά	2 τμχ.
Κορν φλάουερ	90 γρ.
Σαντιγί (35%)	200 γρ. άγλυκη
Πάστα πραλίνα φουντουκιού	250 γρ.
Σύσμα λεμονιού	
Βανίλια (στικς)	
για ζελέ (coulis)	
Μάνγκο πουρέ	350 γρ.
Πάσιον πουρέ	100 γρ.
Χυμός λάιμ	50 γρ.
Ζάχαρη κρυσταλλική	100 γρ.
Φύλλα ζελατίνης	2τμχ.

Εκτέλεση

για κρέμα ζαχαροπλαστικής

Παρασκευάζουμε την κρέμα ζαχαροπλαστικής και έξω από τη φωτιά προσθέτουμε το βούτυρο κλαριφιέ. Αφήνουμε να κρνώσει. Σε μίξερ με σύρμα ενσωματώνουμε το φρέσκο βούτυρο και την πάστα πραλίνα φουντουκιού. Αφρατεύουμε και προσθέτουμε 1.000 γρ. κρέμα ζαχαροπλαστικής. Κάτω από το μίξερ προσθέτουμε τη σαντιγί.

για ζελέ (coulis)

Παρασκευάζουμε το ζελέ, το καταψύχουμε ανάλογα με το σχήμα της τούρτας και το χρησιμοποιούμε παγωμένο.

Μοντάζ

Καραμελώνουμε το φύλλο στο φούρνο. Τοποθετούμε την σοφολιάτα σε ένα πιάτο προσθέτοντας διαδοχικά στρώσεις κρέμας και coulis. Κλείνουμε με το τελευταίο φύλλο και διακοσμούμε.





Μιλφέιγ φράουλα με κρέμα μουσελίν λευκής σοκολάτας

Συνταγές-εκτέλεση **Τάσος Ζασιόπουλος**

Υλικά

Φύλλα σφολιάτας	2 τμχ.
για την κρέμα ζαχαροπλαστικής	
Γάλα	800 γρ.
Κρέμα γάλακτος (35%)	200 γρ.
Ζάχαρη κρυσταλλική	50 γρ.
Λευκή σοκολάτα (ψιλοκομμένη)	150 γρ.
Βούτυρο (κλαριφιέ)	100 γρ.
Βούτυρο (φρέσκο Ολλανδίας)	200 γρ.
Σαντιγί άγλυκη (35%)	250 γρ.
Κρόκοι	4τμχ.
Κορν φλάουερ	80 γρ.
Σύσμα πορτοκαλιού	
Βανίλια (στικς)	
για το ζελέ (coulis)	
Φράουλα πουρέ	480 γρ.

Χυμός λεμονιού	20 γρ.
Ζάχαρη (κρυσταλλική)	80 γρ.
Φύλλα ζελατίνης	2 τμχ.

Εκτέλεση

για την κρέμα ζαχαροπλαστικής

Παρασκευάζουμε την κρέμα ζαχαροπλαστικής και κάτω από τη φωτιά προσθέτουμε το βούτυρο και την λευκή σοκολάτα μέχρι να ομογενοποιηθούν. Στη συνέχεια αφήνουμε να κρυώσει. Αφού κρυώσει η κρέμα σε ένα μίξερ με σύρμα, προσθέτουμε το βούτυρο Ολλανδίας και αφρατεύουμε. Προσθέτουμε 1.000 γρ. κρέμα ζαχαροπλαστικής και στη συνέχεια χτυπάμε στη γρήγορη ταχύτητα και αφρατεύ-

ουμε. Κάτω από το μίξερ προσθέτουμε την άγλυκη σαντιγί και ομογενοποιούμε.

για το ζελέ (coulis)

Παρασκευάζουμε το coulis και το ψύχουμε ανάλογα με το σχήμα της τούρτας και το χρησιμοποιούμε παγωμένο.

Μοντάζ

Τοποθετούμε ένα από τα φύλλα σφολιάτας σε ένα πιάτο και αρχίζουμε να προσθέτουμε κατά σειρά κρέμα ζαχαροπλαστικής, λίγη κρέμα coulis παγωμένη και ξανά κρέμα ζαχαροπλαστικής. Κλείνουμε με το άλλο φύλλο σφολιάτας. Διακοσμούμε με φράουλες και άγνη ζάχαρη.





Χριστόδουλος Καραμολέγκος

Επικεφαλής ζαχαρολάστρος
«Χαράς Γεύσεις»

Ειδικεύεται στις δημιουργίες με κρέμα. Διετέλεσε προϊστάμενος ζαχαροπλαστικής στο Lindian Village της Ρόδου, ενώ έχει εργαστεί ως ζαχαροπλάστης σε πολύ γνωστά ελληνικά ξενοδοχεία, όπως το «Grande Bretagne», το «Divani Apollon Palace Καβούρι» και το «Μακεδονία Παλάς».

Μιλφέιγ με καραμελωμένη σφολιάτα & μουσελίν λευκής σοκολάτας

Υλικά

Φύλλο σφολιάτας 3 τμχ.

για τη μουσελίν λευκής σοκολάτας

Γάλα 1.000 γρ.
Αβγά 4 τμχ.
Ζάχαρη 250 γρ.
Νισοστέ 80 γρ.
Σαντιγί (μισοχτυπημένο) 500 γρ.
Βανίλια (στικ) 1 τμχ.
Λευκή σοκολάτα 250 γρ.

Εκτέλεση

για τη μουσελίν λευκής σοκολάτας

Βάζουμε το γάλα με τη ζάχαρη και το στικ βανίλιας σε κατσαρόλακι στη φωτιά. Μόλις το γάλα πάρει βράση αφαιρούμε τη βανίλια και προσθέτουμε σταδιακά (αφού τα έχουμε φέρι στην ίδια θερμοκρασία) το νισοστέ και τα αβγά. Ανακατεύουμε πολύ καλά μέχρι να πάρουν μια βράση. Αφού κρυώσει η κρέμα,

την αφρατεύουμε με τη σαντιγί και προσθέτουμε σταδιακά τη σοκολάτα ανακατεύοντας συνεχώς το μείγμα.

Μοντάζ

Κόβουμε τη σφολιάτα σε ορθογώνιο σχήμα και μοντάρουμε το μιλφέιγ. Τέλος, αφού κλείσουμε με το τελευταίο φύλλο σφολιάτας, πασπαλίζουμε με άχνη ζάχαρη και διακοσμούμε με φρέσκα φρούτα.

