



Όλα για τα...

Σορμπέ

...

Το παγωτό πολλοί αγάπησαν, τα σορμπέ όμως ακόμα... περισσότεροι. Στο αφιέρωμα που ακολουθεί θα βρείτε όλα όσα χρειάζεται να γνωρίζετε για τα μυστικά του, ώστε να δημιουργήσετε κι εσείς δροσερά σορμπέ σε φρουτένιες γεύσεις, κανονικές οάσεις για τις καυτές μέρες και νύχτες του φετινού καλοκαιριού...

**ΟΛΟΙ ΕΚΤΙΜΟΥΝ ΤΗ** δροσερή απόλαυση που προσφέρει ενώ μαζί με το κλασικό παγωτό είναι η κορυφαία επιλογή μικρών και μεγάλων για όλη τη διάρκεια του καλοκαιριού. Κι ενώ γενικότερα το παγωτό βρίσκεται εδώ και χρόνια στο στόχαστρο για διάφορες κατηγορίες καταναλωτών (βουσανές στη λακτόζη κ.ά.), το σορμπέ αντίθετα, είναι αποδεκτό από όλους. Η παρασκευή άψογου σορμπέ κρύβει πολλά μυστικά, η γνώση των οποίων όμως, εξασφαλίζει άριστο τελικό προϊόν, ανωγώριση και... ουρές έξω από το κατάστημά σας. Στο αφιέρωμα που ακολουθεί στις επόμενες φελιξίες θα βρείτε χρήσιμες πληροφορίες για να φτιάξετε κι εσείς το τέλειο σορμπέ, ώστε να κατακτήσετε ακόμα έναν τομέα δημιουργίας και να ξεχωρίσετε με ένα προϊόν που έχει πάρα πολλούς φίλους.

επρόκειτο για ένα παγωτό όπως το εναού με σήμερα, γιατί η εισαγωγή του γάλακτος των αβγών και της κρέμας γάλακτος έγινε πολύ αργότερα, κάπου στα τέλη του 1700.

## Φτιάξτε το τέλειο!

Το σορμπέ, για να είναι και να λέγεται... σορμπέ, πρέπει να φτιάχνεται μόνο με νερό, χυμό ή πούλπα φρούτων ή ακόμα και λαχανικών, και να είναι ενδεχομένως, αρωματισμένο με κάποιο μπαχαρικό. Μπορεί να γίνει δεκτική αλλά σε ελάχιστη ποσότητα η προσθήκη λίγης βότκας, λιμοντσέλο ή άλλου ποτού. Επίσης, επιτρέπεται να βάλετε λίγο ασπράδι αβγού (αλλά όχι και τον κρόκο γιατί τότε μιλάμε για... παγωτό).

Το σημαντικό είναι το υγρό κατά την διάρκεια της ψύξης να μην αναδεύεται παρά μόνο για



## Άρχαια... δροσιά

Αν και αρκετοί ερίζουν για την πατρότητά του, η ανακάλυψη του σορμπέ ανάγεται στους Κινέζους, που αποκάλυψαν στη συνέχεια το μυστικό στους Πέρσες, οι οποίοι με τη σειρά τους το μετέφεραν στους Άραβες και σε αυτούς οφείλεται η διάδοση του σορμπέ στη Σικελία. Εκεί πλέον το σορμπέ αποθεώθηκε καθώς υπήρχε αφθονία φρούτων και βεβαίαι, τα χιόνια της Αίνας. Αλλά πώς ήταν το σορμπέ εκείνης της εποχής;

Όπως ακριβώς, το παραδοσιακό, δηλαδή ένα παγωτό από νερό με γεύση χυμών ή πολτοποιημένων φρούτων αρωματισμένο με μπαχαρικά (κανέλα, κόλιανδρος, κορδάμαιο κ.ά.) και λουλούδια (γιασεμί, τριαντάφυλλο, πανσές, άνθη κουφοφυλιάς, κ.ά.). Προσοχή όμως, δεν

εξαιρετικά σύντομα διαστήματα και μόνο αν είναι απαραίτητο για να διατηρήσει την κοκκώδη υφή του (αντίθετα πολλά ψευδοσορμπέ εμφανίζονται τελείως ομογενοποιημένα και κρεμώδη). Στην ουσία, το γνήσιο σορμπέ δεν πρέπει να περιέχει ούτε λιπαρές ουσίες ούτε κρόκο αβγού.

Τέλος, η σεζόν σας δίνει την ευκαιρία να



Φτιάξτε πολλούς και διαφορετικούς κωδικούς σορμπέ αξιοποιώντας τα φρέσκα εποχιακά φρούτα...



αξιοποιήσατε το μεγαλύτερο θησαυρό της φύσης, που δεν είναι άλλος από τα νόστιμα καλοκαιρινά φρούτα. Διαλέξτε το σωστό, απλότα άρωμα, όχι άγουρα και σε καμιά περίπτωση, παραγνωμένα και με βοηθή τη φαντασία σας, ενδουσιάστε τα πλήρη!

γαρη, με τιμές ανάλογες της σακχαρόζης και άλλτε -εξαρτάται από την τιμή ισοδύναμου δεξτρώζης (DE) – ακόμα χαμηλότερες. Ακόμη, αναδεικνύει τις γεύσεις των φρούτων ακόμα και αυτών με ήπια γεύση. Επομένως, προκύπτει ένα γευστικότερο σορμπέ με καλύτερη σύστασή-

### Ζάχαρη από ζαχαροκάλαμο

Ιδιαίτερα οι Γάλλοι τζελατιέρηδες, χρησιμοποιούν στα σορμπέ τους ζάχαρη από ζαχαροκάλαμο [βρανή ή καστανή, ανάλογα με τις προτιμήσεις]. Αυτή η ζάχαρη έχει πολύ άρωμα, πιο "στραγγυλή" γεύση που συνοδεύει πολύ καλά σχεδόν όλα τα φρούτα, ιδίως δε, τα τροπικά.

### Γλυκόζη ή ζάχαρη;

Στο σορμπέ, τα στερεά εισάγονται μόνο από τη ζάχαρη, αυτήν που προστέθηκε από τον τζελατιέρη και αυτή που περιέχεται φυσικά στα φρούτα (10%), ενώ το υπόλοιπο είναι σχεδόν όλο νερό. Η γλυκόζη είναι πιο κατάλληλη για την παραγωγή αφού είναι λιγότερο γλυκιά από τα άλλα σάκαρα (20% λιγότερο από την δεξτρώζη, 40-50% λιγότερο από την σακχαρόζη (κοινή ζάχαρη) και 70% λιγότερο από την ιμβεροποιημένη ζάχαρη). Επιπλέον, μειώνει το σημείο πήξης λιγότερο από την δεξτρώζη και πολύ λιγότερο από την ιμβεροποιημένη ζά-

### Το σιρόπι ζάχαρης

Πολλοί τζελατιέρηδες προτιμούν να φτιάχνουν τα σορμπέ τους με σιρόπι ζάχαρης που ετοιμάζουν οι ίδιοι εκ των προτέρων και στο οποίο στη συνέχεια προσθέτουν τις απαραίτητες ποσότητες φρούτων. Όσον αφορά τον σταθεροποιητή, αρκετοί είναι εκείνοι που συνηθίζουν να τον προσθέτουν εξαρχής στο σιρόπι, ενώ άλλοι προτιμούν να τον προσθέτουν στο σιρόπι και στα φρούτα την στιγμή της ψύξης ή λίγο ναρτίτερα. Για αυτό το λόγο, παραδέχεται με δύο συνταγές για σιρόφι για σορμπέ: η μια περιέχει σταθεροποιητή και η άλλη όχι.

### Το ασπράδι αβγού

Οι παλιές συνταγές, ιδιαίτερα για τα σορμπέ λεμόνι και φράουλα, προέβλεπαν πάντα τη χρήση χτυπημένου ασπραδιού αβγού. Όσοι ακολουθούν αυτό το σύστημα, υποστήριξαν ότι το ασπράδι «δένει» το παγωτό αλλά αυτό δεν είναι αλήθεια. Το ασπράδι είναι κατά 90% νερό και σε χαμηλή θερμοκρασία, δεν «δένει» απολύτως τίποτα. Τώρα, αφού κατά κανόνα το σορμπέ παρασκευάζεται εν ψυχρώ, το ασπράδι όχι μόνο δεν το «δένει» αλλά αντίθετα το αραιώνει με το νερό που περιέχει.



### Σιρόπι για σορμπέ 28 γράδα με γλυκόζη

**Σιγοβράστε για 5 λεπτά:**

Νερό .....	1 κιλό.
Ζάχαρη .....	1.000 γρ.
Γλυκόζη .....	160 γρ.

**TIP:** Διατηρείται για μεγάλο διάστημα, ακόμα και σε θερμοκρασία περιβάλλοντος.

### Σιρόπι για σορμπέ 30 γράδα με γλυκόζη και σταθεροποιητή

**Σιγοβράστε:**

Νερό .....	1 κιλό
Ζάχαρη .....	1.140 γρ.
Γλυκόζη .....	175 γρ.
Σταθεροποιητής .....	12 γρ.

**TIP:** Διατηρείται για μεγάλο διάστημα, σε θερμοκρασία περιβάλλοντος

## Προσοχή στο catering!



Το σορμπέ εκτός από τις τζελατινέρες έχει ενταχθεί στα εστιατόρια και στο catering. Δυστυχώς, όμως, λόγω της άγνοιας ενός μεγάλου αριθμού επαγγελματιών προσφέρεται σε λάθος στιγμή, καθώς πολλοί λανθασμένα το σερβίρουν στο τέλος του γεύματος, κι όχι ενδιάμεσα, μεταξύ δηλαδή των διαφορετικών πιάτων. Μεγαλύτερο όμως και από αυτό το πρόβλημα είναι ότι συχνά δεν σερβίρεται καν σορμπέ αλλά ένα παγωτό με βάση το γάλα ή την κρέμα γάλακτος και μερικές φορές ακόμα και με αβγά. Δηλαδή, κάθε άλλο παρά σορμπέ! Για να γίνει ακόμα πιο κωνευτικό, προσθέστε στα συστατικά του σορμπέ σας ένα οργανικό αφέψημα τσαγιού ή μέντας.

••• ————— •••

Αν προσθέσετε αλκοόλ, χρειάζεται προσοχή, γιατί αν το σορμπέ σας γίνει πολύ αλκοολούχο, θα χάσει τη δροσιά του...

ριβάλλον (αφού το φρούτο είναι ιδιαίτερα όξινο), να λιώνει και να ενεργεί "εν ψυχρώ", και να μην περιέχει γαλακτωματοποιητές αφού το σορμπέ δεν υπάρχουν λιπαρά που πρέπει να συνδεθούν με το νερό.

Σε όλα αυτά τα χαρακτηριστικά ανταποκρίνεται ιδιαίτερα καλά, το χαρουπιάλευρο (στην πιο σύγχρονη εκδοχή του, αφού πριν από μερικά χρόνια, το χαρουπιάλευρο δεν έλιωνε καλά σε χαμηλές θερμοκρασίες). Ακόμα και σήμερα μεγάλο μέρος των σταθεροποιητών για παγωτά με φρούτα έχουν σαν βάση αυτό το προϊόν. Με σταθεροποιητή ή χωρίς, με φρέσκα εποχιακά φρούτα ή έτοιμους πουρέδες, με προσθήκη αλκοόλ ή αφεψημάτων και εν ολίγοις, με όποια συστατικά εσείς επιλέξετε, το σορμπέ έχουν τη δύναμη να εμπλουτίσουν τη γκάμα των παγωμένων προτάσεων της επιχείρησής σας και να προσφέρουν στους πελάτες σας, την άκρως απαραίτητη δροσιά! ■

## Το pH των πιο γνωστών φρούτων

•••

○ Βύσσινο .....	3,0
○ Λεμόνι .....	2,4
○ Ανανάς .....	3,5
○ Μάνγκο.....	5,0
○ Πορτοκάλι .....	3,5
○ Μήλο.....	4,2
○ Μπανάνα.....	5,0
○ Αχλάδι.....	4,4
○ Κεράσι.....	4,0
○ Ροδάκινο.....	3,5
○ Σύκο.....	5,0
○ Γκρεϊπ φρουτ.....	3,0
○ Φράουλα.....	3,5
○ Φραγκοστάφυλλο.....	3,0

Αυτό το νερό, παγώνει μέσα στο σορμπέ, δημιουργώντας πολυάριθμους μικροσκοπικούς κρυστάλλους. Ασφαλώς, το χτυπημένο ασπράδι αυξάνει τον όγκο του σορμπέ. Και μεγαλύτερος όγκος σημαίνει μεγαλύτερο κέρδος. Ένας άλλος καλός λόγος που χρησιμοποιούσαν το ασπράδι του αυγού ήταν ότι έτσι δεν πετιόταν τίποτα. Χρειάζεται προσοχή όμως, γιατί το ασπράδι φέρει ενδεχομένως σημαντικό φορτίο παθογόνων βακτηρίων όπως η σαλμονέλα. Σε ορισμένες ευρωπαϊκές χώρες δε, είναι απαγορευμένο να χρησιμοποιείται το ασπράδι σε μείγματα που δεν παστεριώνονται.

Αν ο τζελατινέρας θέλει πραγματικά να παράγει ένα σορμπέ φρούτων πιο μαλακό και αφράτο μπορεί να χρησιμοποιήσει την ιταλική μαρέγκα ή γαλακτωματοποιητές που όλες οι εταιρείες ημιεπεξεργασμένων πρώτων υλών διαθέτουν.

## Ο ρόλος του σταθεροποιητή

Πολλά σορμπέ, ιδιαίτερα αν φιτάνονται για να καταναλωθούν αμέσως μπορούν να παρασκευαστούν και χωρίς την προσθήκη σταθεροποιητή. Βέβαια, στην περίπτωση αυτή πρέπει να είμαστε σίγουροι ότι το σορμπέ μας θα πουληθούν μέσα σε λίγες ώρες.

Ο σταθεροποιητής για σορμπέ πρέπει να έχει διαφορετικά χαρακτηριστικά από τον σταθεροποιητή που προσρίζεται για τα παγωτά που περιέχουν γάλα.

Πιο συγκεκριμένα, ο σταθεροποιητής για σορμπέ πρέπει να είναι ανθεκτικός στο όξινο πε-