

Σύκο - συκαλάκι "Δώ ρας Θρασυβούλου"

Συντάκτης: Δώρα Θρασυβούλου

Παραδοσιακή **υγιεινή** συνταγή (γλυκό του κουταλιού): **Σύκο ή συκαλάκι**



Υλικά

1 κιλό σύκα (30 κομμάτια)
1 κιλό ζάχαρη
3 φλιτζάνια τσαγιού νερό
30 αμύγδαλα ξεφλουδισμένα

30 γαρύφαλλα
χυμό από 2 λεμόνια και 2 κουταλιές της σούπας χυμό λεμονιού ακόμη

Εκτέλεση

Πλένουμε καλά τα σύκα να φύγει το γάλα που θα έχουν βγάλει.

Αν μαζέψουμε μόνοι μας τα σύκα, καλό είναι να φοράμε γάντια, γιατί η επαφή με το γάλα

Σύκο - συκαλάκι "Δώ ρας Θρασυβούλου"

Συντάκτης: Δώρα Θρασυβούλου

της συκιάς, δημιουργεί πολύ έντονη φαγούρα.

Πλένουμε καλά τα σύκα, (καλύτερα χρησιμοποιώντας γάντια), για να φύγει το γάλα που θα έχουν βγάλει.

Κόβουμε λίγο το κοτσάνι και αφαιρούμε το σκούρο σκληρό σημάδι από την κάτω μεριά και αφαιρούμε αν τυχόν έχει σποράκια.

Τα τρυπάμε με οδοντογλυφίδα σε 3 - 4 μεριές.

Τα βάζουμε σε μια κατσαρόλα και τοποθετούμε στο πάνω μέρος ένα πιάτο ώστε όταν ρίξουμε το νερό να τα καλύπτει.

Τα βράζουμε για 5 -10 λεπτά μέχρι να τρυπιούνται.

Τα ξεπλένουμε και τα σουρώνουμε ξανά μετά τα βάζουμε σε νερό με το χυμό 2 λεμονιών και τα αφήνουμε 3 ώρες για να σφίξουν.

Τα σουρώνουμε και βάζουμε από ένα αμύγδαλο σε κάθε σύκο και ένα γαρίφαλο.

Βάζουμε τη ζάχαρη με το νερό να βράσει όταν λιώσει η ζάχαρη ρίχνουμε τα σύκα.

Βράζουμε για 15 λεπτά ξαφρίζοντας, το αποσύρουμε από την φωτιά και τα αφήνουμε έτσι σκεπασμένο όλη νύχτα, το πρωί ρίχνουμε τις 2 κουταλιές χυμό λεμονιού και τα ξαναβράζουμε έως δέσει το γλυκό.

Σύκο - συκαλάκι "Δώ ρας Θρασυβούλου"

Συντάκτης: Δώρα Θρασυβούλου

Όταν κρυώσει το βάζουμε σε αποστειρωμένο βάζο.

Καλή Επιτυχία.