

Φανταστική συνταγή για φύλλο για πίτες με τη μέθοδο του ήλιου. Μια μέθοδος όπου το φύλλο κόβεται ακτινωτά, γίνεται επάλειψη με λιπαρή ουσία και τοποθετείται το ένα πάνω στο άλλο. Έτσι δημιουργούνται στρώσεις και γίνεται πολύ ωραίο και τραγανό. Είναι ιδανικό για κάθε πίτα!

Τι θα χρειαστείτε

300 γρ. αλεύρι κίτρινο για πίτες και ψωμί

300 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις + λίγο ακόμα για το άνοιγμα του φύλλου

2 κ.σ. ξύδι ή ρακή

4 κ.σ. ελαιόλαδο

1 κ.γλ. αλάτι

300 ml νερό ή όσο πάρει

Για την επάλειψη: 2-3 κουταλιές της σούπας φυτίνη ή μαργαρίνη ή βούτυρο

2-3 κ.γλ. ελαιόλαδο (προαιρετικά μαζί με το βούτυρο ή τη μαργαρίνη, κάνει το φύλλο ακόμα πιο τραγανό)

Φύλλο με την ακτινωτή μέθοδο του ήλιου

Εκτέλεση συνταγής

Ανακατεύουμε το αλάτι στο αλεύρι, προσθέτουμε το ξύδι και το ελαιόλαδο και σταδιακά το νερό.

Ζυμώνουμε μέχρι να έχουμε ένα ωραίο ζυμάρι που να μην κολλάει.

Το κάνουμε μπάλα, το σκεπάζουμε με πετσέτα και το αφήνουμε να ξεκουραστεί για μισή ώρα.

Χωρίζουμε τη ζύμη στα δύο. Το ένα κομμάτι ελαφρώς μεγαλύτερο από το άλλο, για να πάει στο κάτω μέρος της πίτας.

Πασπαλίζουμε τον πάγκο μας με λίγο αλεύρι (ή νισεστέ/κορν φλάουρ).

Ανοίγουμε το φύλλο σε δίσκο με τη βοήθεια του πλάστη. Το μέγεθος μπορεί να είναι σαν ένα μεγάλο πιάτο ή ακόμα και μέχρι τη διάσταση του ταψιού, αλλά δεν είναι απαραίτητο.

Αναμιγνύουμε τη φυτίνη ή τη μαλακή μαργαρίνη με το ελαιόλαδο (γίνεται και με σκέτη μαργαρίνη ή σκέτο βούτυρο ή σκέτη φυτίνη, επίσης πολύ ωραίο).

Με τη βοήθεια ενός πινέλου αλείφουμε όλη την επιφάνεια του φύλλου.

Χωρίζουμε το φύλλο με ένα μαχαίρι σε 8 τουλάχιστον ακτίνες, αφήνοντας έναν κύκλο (δίσκο) άκοπο στο κέντρο του φύλλου. Μπορείτε να χωρίσετε σε 12 ή ακόμα και 16 ακτίνες.

Γυρίζουμε κάθε ακτίνα προς το κέντρο και την ακουμπάμε πάνω στον κεντρικό δίσκο. Μπορούμε να τεντώσουμε λίγο το φύλλο να γίνει στρογγυλό και να καλύψει ακριβώς τον δίσκο.

Επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία με όλες τις ακτίνες. Στο τέλος έχουμε μια μπάλα, έναν δίσκο ζύμης με πολλές στρώσεις φύλλων.

Τυλίγουμε με μεμβράνη και τοποθετούμε στο ψυγείο. Εγώ το αφήνω περίπου 1-2 ώρες, να σταθεί και να παγώσει η λιπαρή ουσία. Αυτό βοηθάει και στο άνοιγμα αλλά και στη φυλλοποίηση κατά το ψήσιμο. Μπορείτε να το αφήσετε και όλο το βράδυ και να ετοιμάσετε την πίτα την επόμενη μέρα.

Ετοιμάζουμε τη γέμιση της προτίμησής μας.

Ανοίγουμε το κάτω φύλλο με τον πλάστη, πασπαλίζοντας την επιφάνεια του πάγκου και του φύλλου με λίγο αλεύρι (ή νισεστέ). Το μέγεθος του φύλλου να είναι λίγο μεγαλύτερο από το μέγεθος του ταψιού.

Ρολάρουμε το φύλλο τυλίγοντας το στον πλάστη και το μεταφέρουμε στο ταψί.

Τοποθετούμε τη γέμιση της επιλογής μας.

Με τον ίδιο τρόπο ανοίγουμε και το επάνω φύλλο. Το μεταφέρουμε και αυτό στο ταψί, σκεπάζοντας τη γέμιση.

Ενώνουμε τις άκρες στρίβοντας προς τα μέσα σε κόθρο.

Αλείφουμε την πίτα με ελαιόλαδο ή, αν έχει περισσέψει, με το υπόλοιπο μίγμα που βάλουμε στα φύλλα.

Χαράσουμε την επιφάνεια της πίτας με κοφτερό μαχαίρι.

Ψήνουμε ανάλογα με τη γέμιση, από 50 λεπτά έως και μιάμιση ώρα, μέχρι να πάρει ωραίο χρώμα το φύλλο.

Όταν βγει η πίτα, τη ραντίζουμε με τα δάχτυλά μας με λίγες σταγόνες νερό και τη σκεπάζουμε 10 λεπτά με πετσέτα.

Την ξεσκεπάζουμε, κόβουμε τα κομμάτια και απολαμβάνουμε!

Αν σας άρεσε αυτή η συνταγή δείτε και [Τραγανό χωριάτικο φύλλο σε στρώσεις](#)

Φύλλο με την ακτινωτή μέθοδο του ήλιου

Βήμα προς Βήμα

- 1 Ανακατεύουμε το αλάτι στο αλεύρι, προσθέτουμε το ξύδι και το ελαιόλαδο και σταδιακά το νερό.
- 2 Ζυμώνουμε μέχρι να έχουμε ένα ωραίο ζυμάρι που να μην κολλάει. Το κάνουμε μπάλα, το σκεπάζουμε με πετσέτα και το αφήνουμε να ξεκουραστεί για μισή ώρα.
- 3 Χωρίζουμε τη ζύμη στα δύο. Το ένα κομμάτι ελαφρώς μεγαλύτερο από το άλλο, για να πάει στο κάτω μέρος της πίτας.
- 4 Πασπαλίζουμε τον πάγκο μας με λίγο αλεύρι (ή νισεστέ/κορν φλάουρ). Ανοίγουμε το φύλλο σε δίσκο με τη βοήθεια του πλάστη. Το μέγεθος μπορεί να είναι σαν ένα μεγάλο πιάτο ή ακόμα και μέχρι τη διάσταση του ταψιού, αλλά δεν είναι απαραίτητο.
- 5 Χωρίζουμε το φύλλο με ένα μαχαίρι σε 8 τουλάχιστον ακτίνες, αφήνοντας έναν κύκλο (δίσκο) άκοπο στο κέντρο του φύλλου.
- 6 Αναμιγνύουμε τη μαλακή μαργαρίνη με το ελαιόλαδο (γίνεται και με σκέτη μαργαρίνη ή σκέτο βούτυρο επίσης πολύ ωραίο).
- 7 Με τη βοήθεια ενός πινέλου αλείφουμε όλη την επιφάνεια του φύλλου.
- 8 Γυρίζουμε κάθε ακτίνα προς το κέντρο και την ακουμπάμε πάνω στον κεντρικό δίσκο. Μπορούμε να τεντώσουμε λίγο το φύλλο να γίνει στρογγυλό και να καλύψει ακριβώς τον δίσκο.
- 9 Επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία με όλες τις ακτίνες. Στο τέλος έχουμε μια μπάλα, έναν δίσκο ζύμης με πολλές στρώσεις φύλλων.
- 10 Τυλίγουμε με μεμβράνη και τοποθετούμε στο ψυγείο. Εγώ το αφήνω περίπου 2 ώρες, να σταθεί και να παγώσει η λιπαρή ουσία. Αυτό βοηθάει και στο άνοιγμα αλλά και στη φυλλοποίηση κατά το ψήσιμο.
- 11 Ετοιμάζουμε τη γέμιση της προτίμησής μας.
- 12 Ανοίγουμε το κάτω φύλλο με τον πλάστη, πασπαλίζοντας την επιφάνεια του πάγκου και του φύλλου με λίγο αλεύρι (ή νισεστέ). Το μέγεθος του φύλλου να είναι λίγο μεγαλύτερο από το μέγεθος του ταψιού.
- 13 Ρολάρουμε το φύλλο τυλίγοντας το στον πλάστη και το μεταφέρουμε στο ταψί.

14 Τοποθετούμε τη γέμιση της επιλογής μας.

15 Με τον ίδιο τρόπο ανοίγουμε και το επάνω φύλλο. Το μεταφέρουμε και αυτό στο ταψί, σκεπάζοντας τη γέμιση.

16 Ενώνουμε τις άκρες στρίβοντας προς τα μέσα σε κόθρο.

17 Αλείφουμε την πίτα με ελαιόλαδο ή, αν έχει περισσέψει, με το υπόλοιπο μίγμα που βάλουμε στα φύλλα.

18 Χαράσσουμε την επιφάνεια της πίτας με κοφτερό μαχαίρι.

19 Ψήνουμε ανάλογα με τη γέμιση, από 50 λεπτά έως και μιάμιση ώρα, μέχρι να πάρει ωραίο χρώμα το φύλλο.

20 Όταν βγει η πίτα, τη ραντίζουμε με τα δάχτυλά μας με λίγες σταγόνες νερό και τη σκεπάζουμε 10 λεπτά με πετσέτα.

21 Την ξεσκεπάζουμε, κόβουμε τα κομμάτια και απολαμβάνουμε! Αν σας άρεσε αυτή η συνταγή δείτε και Τραγανό χωριάτικο φύλλο σε στρώσεις