



6+

Марина Лакомкина

# Тонкий армянский лаваш

Рецепты от шеф-повара

Марина Лакомкина

**Тонкий армянский  
лаваш. Рецепты от повара**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

**Лакомкина М. А.**

Тонкий армянский лаваш. Рецепты от повара /  
М. А. Лакомкина — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Традиционный тонкий лаваш - является древним мучным изделием, традиционным хлебом жителей на Кавказе. В этой книге речь пойдёт о истории его появления, пробежимся по интересным фактам, а также разберём вкуснейшие рецепты на его основе.

© Лакомкина М. А., 2019

© ЛитРес: Самиздат, 2019

Это древнее мучное кушанье – традиционный хлеб жителей на Кавказе, в Иране и Афганистане – так же, как и в других районах Передней Азии. Но все-таки его родиной считается Армения, и этот факт многократно подтверждён историками и археологами. Поэтому с конца 2014 года специальный комитет Юнеско включил тонкий лаваш в список нематериального культурного наследия от этой горной страны.

История лаваша очень длинна, но известно, что началась она, конечно, с изобретения ручных ступок и мельниц для приготовления муки из зерна. Пользуясь этим инструментом, древние шумеры, вавилоняне, персы и евреи начали выпекать из вязкой каши лепешки, похожие на современный пресный хлеб.

Рецепт теста для лаваша очень прост. В его состав входит всего три ингредиента – вода, пшеничная мука и соль. Существуют варианты, когда в новое блюдо при замешивании добавляется закваска – небольшой кусочек теста от предыдущей выпечки. Сейчас кулинары экспериментируют с разными добавками к лавашу, подбирая их по сочетанию вкусов, и появились варианты приготовления лаваше с яйцами и дрожжами – но это уже не традиционный армянский лаваш.

Существуют определенные требования к тому, как должен выглядеть правильно испеченный лаваш. Это – плоская, очень тонкая овальная лепешка (2-3 миллиметра толщиной). Ее раскатывают до метра в длину и до 40 сантиметров в ширину, но размер, как правило, определяется печью, в которой она будет выпекаться. Под действием температуры на тесте появляются зажаристые пузырьки, которые считаются характерной приметой правильно приготовленного хлеба.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.