

Кулинарная энциклопедия

том 17



Л (Лакса – Лобио)

Кулинарная энциклопедия (ИД «Комсомольская правда»)

**Кулинарная энциклопедия.
Том 17. Л (Лакса – Лобио)**

«ИД Комсомольская правда»

2016

Кулинарная энциклопедия. Том 17. Л (Лакса – Лобио) / «ИД Комсомольская правда», 2016 — (Кулинарная энциклопедия (ИД «Комсомольская правда»))

ISBN 978-5-4470-0104-9

В семнадцатом томе: все о лимонах, лисичках и ледяной рыбе; как сделать домашнюю яичную лапшу; рецепты лечо, лангета и паштета из ливера; что такое лакса, лардоны и ледяное вино; чем интересны кухни Латинской Америки, Латвии и Литвы; рецепт любимого в СССР "Ленинградского" торта; чем лангуст отличается от лангустина; какой австрийский десерт называют "линцскими глазами" и многое другое.

ISBN 978-5-4470-0104-9

, 2016

© ИД Комсомольская правда, 2016

Содержание

Лакса	6
Лакса с креветками	7
Лам ми	9
Ламанцы	11
Ламбик	12
Ламинария	13
Ламингтон	14
Лангет	16
Лангош	18
Лангош с сыром	19
Лангош с вареньем	21
Лангр	23
Лангуст	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Кулинарная энциклопедия. Том 17. Л (Лакса – Лобио)

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Татьяна Горелкина, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2016

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

Лакса

Блюдо малайзийской кухни, острый рыбный суп с лапшой. В каждом штате страны лаксу готовят по своему собственному рецепту. В городах Малайзии есть даже специальные рестораны, которые специализируются только на лаксе. В 2011 году одна из разновидностей лаксы – асам лакса – вошла в список 50 самых вкусных блюд мира, заняв 7 место.

Лакса с креветками

На 6 порций

Время приготовления: 1 час

700 г серых тигровых креветок

4–5 см корня имбиря

6 листьев кафрского лайма

3 луковицы шалота

2 зубчика чеснока

2 ст. л. растительного масла

0,5 ч. л. молотой куркумы

2 ст. л. зелёной пасты карри

3 стакана кокосового молока

250 г стручкового зелёного горошка

5–6 помидоров

0,5 пучка кинзы

350 г яичной лапши

Калорийность: 86 ккал

• У креветок удалить головы и панцири, панцири сохранить. Сделать надрез со стороны спинки и удалить кишечную вену. Имбирь очистить, нарезать ломтиками.

• В кастрюлю сложить панцири креветок, имбирь, листья лайма, залить водой так, чтобы она лишь покрывала содержимое. Поместить на огонь, довести до кипения. Уменьшить огонь, варить 7–8 минут. Процедить.

• Лук-шалот и чеснок очистить, мелко порубить. В сотейнике разогреть растительное масло, выложить лук, обжаривать 3 минуты на среднем огне. Добавить чеснок и куркуму, жарить 2 минуты. Положить пасту карри, жарить ещё 2 минуты.

• В сотейник влить кокосовое молоко и бульон из креветок, довести до кипения, проварить на слабом огне 12–15 минут.

• Стручки зелёного горошка тонко нарезать. С помидоров снять кожицу, удалить семена, мелко нарезать. Кинзу мелко порубить.

• В сотейник с кокосовым молоком выложить креветки и горошек. Варить 2–3 минуты, затем добавить помидоры, варить ещё 2 минуты.

• Лапшу отварить. Разложить в тарелки, залить креветочно-овощным бульоном. Украстить кинзой, подавать к столу.



Лам ми

Блюдо малайзийской кухни, острый суп с лапшой и омлетом. Как и во многие другие блюда малайзийской кухни, в него добавляют столько жгучих специй, что европейцу бывает трудно одолеть тарелку этого супа. Поэтому туристам рекомендуют, заказывая себе лам ми, уточнять, чтобы приготовили его неострым.

На 6 порций

Время приготовления: 40 мин

3 ст. л. растительного масла
150 г голов и хвостов креветок
2 л куриного бульона
1 ст. л. соевого соуса
3 щепотки молотого белого перца
1 ст. л. кукурузного крахмала
2 яйца
3 луковицы шалота
4 зубчика чеснока
200 г отваренной свинины
5–6 перцев чили
1 ч. л. креветочной пасты
4 лайма
600 г отваренной яичной лапши
100 г отваренных бобовых ростков
200 г очищенных и отваренных креветок

Калорийность: 78 ккал

- В кастрюле разогреть растительное масло, выложить хвосты и головы креветок, обжарить до появления специфического креветочного аромата. Влить куриный бульон, довести его до кипения, затем убавить огонь до слабого и варить 30 минут. Добавить в бульон соевый соус и перец, перемешать. Бульон процедить, вернуть в кастрюлю, держать на слабом огне.

- Отдельно смешать крахмал, 2 ст. ложки воды, влить в бульон, перемешать, чтобы не было комков, затем снять бульон с огня.

- Яйца сварить вкрутую, охладить и очистить. Разрезать пополам.

- Лук-шалот и чеснок очистить, мелко нарезать, обжарить на растительном масле. Свинину нарезать тонкими ломтиками.

- Перец чили мелко нарезать, поместить в ступку, добавить креветочную пасту, растолочь в однородную массу. Выжать сок из лаймов, добавить в приготовленную смесь, хорошо перемешать.

- В порционные глубокие тарелки выложить отваренную лапшу, бобовые ростки, яйца, свинину, лук и чеснок, креветки. Залить бульоном. Соус подать отдельно.



Ламанцы

Одно из трёх основных блюд традиционного православного рождественского стола, небольшие хрустящие хлебцы, которые подаются с соусом из мёда и мака. Ими угощают гостей в рождественский сочельник наряду с кутьёй и узваром. Это постное блюдо готовят без использования молока, масла и яиц.

На 10 порций

Время приготовления: 40 мин

400 г пшеничной муки
1 ст. л. растительного масла
7 ст. л. кваса
2 стакана мака
0,5 стакана гречишного мёда
горсть молотого миндаля
щепотка соли

Калорийность: 431 ккал

- Муку просеять в миску, добавить растительное масло и квас, замесить крутое тесто.
- Готовое тесто тонко раскатать, выложить на противень, разрезать на небольшие квадратики, отправить в духовку. Когда тесто подрумянится и подсохнет, достать и разломать по надрезам.
- Мак залить кипятком, слить воду. Промыть в холодной воде, выложить в ступку, растереть в светлую массу. Добавить мёд, измельчённый миндаль, 1 стакан кипятка, перемешать.
- Маковую массу перелить в миску или пиалу, поместить в неё ламанцы, подавать к столу.



Ламбик

Вид бельгийского пива из ячменного солода, непророщенных зёрен пшеницы и хмеля. Производится с 1556 года в двух областях страны.

После сбраживания суслу его фильтруют, процеживают, разливают по бочкам, где неделю происходит брожение, а затем напиток выдерживается в бочках в течение нескольких лет.

У ламбика сухой, слегка кисловатый вкус. Крепость в зависимости от сорта составляет 4–7°.



Выделяют несколько типов ламбика:

- **чистый** – выдержка около 3 лет, в продаже встречается редко, обычно используется в качестве основы для приготовления других сортов ламбика;
- **хёйзе** – выдержка от 1 года до 3 лет, смесь годовичного ламбика с более «взрослыми» сортами, иногда в него добавляют сахар, из-за чего напиток приобретает лёгкую газацию;
- **оуде хёйзе** – старый ламбик, до 10 лет выдержки;
- **фаро** – выдержка от 1 года до 5 лет, смесь ламбика с другими сортами более лёгкого и молодого пива (необязательно ламбика), также в него добавляют сахар и некоторые травы;
- **крик** – ламбик с добавлением в процессе пивоварения свежей вишни (см. *Крик*);
- **фруктовый** – ламбик с добавлением в процессе пивоварения свежих фруктов, например, малины, земляники, чёрной смородины, винограда и др. Фруктовый ламбик – один из самых популярных и известных во всем мире бельгийских пивных продуктов.

Ламинария

см. Морская капуста.

Ламингтон

Австралийское бисквитное пирожное с шоколадной глазурью и кокосовой стружкой. Обычно ламингтон готовят из цельного бисквита, но иногда используют два его слоя, промазывая их джемом или взбитыми сливками.

Согласно легенде, своим появлением десерт обязан барону Ламингтону, бывшему губернатором австралийского штата Квинсленд в период с 1896 по 1901 год. Кто-то из слуг, работавших на кухне у барона, случайно уронил кусок бисквита в шоколад. Поскольку Ламингтон не любил испачканных в шоколаде пальцев, он приказал обвалить бисквит в кокосовой стружке.

В Австралии и Новой Зеландии купить ламингтон можно повсеместно в булочных, пекарнях, супермаркетах. Это блюдо прочно укоренилось в австралийской кухне, став одним из знаковых.

На 8–9 шт.

Время приготовления: 1 час 15 мин + охлаждение

4 яйца
125 г сахара
1 ч. л. ванильной эссенции
125 г пшеничной муки
25 г сливочного масла

Для начинки и глазури

100 г густого ягодного джема
300 г тёмного шоколада
4 ст. л. молока
4 ст. л. сахарной пудры
200 г кокосовой стружки

Калорийность: 417 ккал

• В металлическую ёмкость разбить яйца, добавить сахар и эссенцию, взбить венчиком. Поместить миску на водяную баню, взбивать 3–5 минут, пока масса не увеличится в три раза. Снять с водяной бани. Продолжать взбивать миксером на высокой скорости ещё 4–5 минут, пока масса не остынет и не загустеет. Аккуратно всыпать муку, помешивая, чтобы взбитая масса не опала. В конце медленно влить растопленное масло, перемешать.

• Дно формы выстелить бумагой для выпечки. Выложить тесто, разровнять, поместить в разогретую до 180 °С духовку на 20 минут. Достать и остудить.

• С помощью ножа извлечь бисквит из формы. Нарезать его на квадратные кусочки, каждый из которых разрезать пополам. Одну половинку смазать джемом, накрыть вторым кусочком бисквита. Убрать в холодильник на 1 час.

• Приготовить глазурь: шоколад растопить на водяной бане, помешивая, добавить молоко и сахарную пудру. Кокосовую стружку высыпать на плоскую тарелку.

• Каждый ламингтон опустить в шоколадную глазурь, затем обвалить в кокосовой стружке. Выложить пирожные на блюдо, убрать на 1 час в холодильник.



Лангет

(от фр. *languette* – язычок)

Тонкий кусок говяжьей вырезки, обжаренный в масле. Куски говядины нарезают поперёк волокон ломтиками, толщина которых составляет не более 1,5–2 см. В результате вытянутые «лоскуты» мяса действительно напоминают формой язык.

До определённого времени лангет считался исключительно ресторанным кушаньем, но постепенно он занял достойное место среди прочих блюд ежедневного меню домохозяек, поскольку приготовить его не составляло особого труда.

Полагают, что в России лангет появился в XIX веке, во времена поклонения всему французскому, как и многие другие популярные блюда с непривычными для русского уха названиями.

На 5 порций

Время приготовления: 12 мин

600 г говяжьей вырезки

30 г топлёного сала или масла

соль и перец по вкусу

Калорийность: 221 ккал

- Мясо нарезать тонкими ломтиками поперёк волокон по диагонали, отбить. Посыпать каждый ломтик солью и перцем.
- На сковороде растопить сало или масло, выложить куски говядины, обжарить до готовности с обеих сторон (по 2–3 минуты).
- Выложить лангет на блюдо, подавать с жареным картофелем или овощами.



Лангош

(от венг. *lángos* – пламенный)

Венгерский фастфуд, лепёшка из дрожжевой муки, которую подают со сметаной, чесночным соусом, сыром и другими добавками, иногда сладкими. Жарят лангош в кипящем масле, возможно, отсюда и его название.

Традиционно это блюдо подавалось на всевозможных ярмарках, причём было популярно не только в Венгрии, но и в Словакии, Австрии, Сербии, Румынии. Проследить историю лангоша непросто, полагают, что рецепт попал к венграм во времена турецкого ига, другие источники утверждают, что подобными лепёшками лакомились ещё в Древнем Риме.

Лангош с сыром

На 6–8 шт.

Время приготовления: 45 мин

1 кг пшеничной муки

11 г сухих дрожжей

щепотка соли

600 мл газированной минеральной воды

1 головка чеснока

150 мл холодной кипячёной воды

200 г твёрдого сыра

растительное масло для фритюра

150 г сметаны 25 % жирности или томатного соуса

Калорийность: 389 ккал

- В миску насыпать муку, сухие дрожжи, соль, добавить минеральную воду. Замесить тесто.
- Накрыть тесто салфеткой, убрать в тёплое место на 30 минут. Когда оно увеличится в объёме в 2–3 раза, обмять его.
- Отщипнуть от теста кусок для одной лепёшки. Скатать его в шар, затем раскатать в небольшую толстую лепёшку. После чего растянуть лепёшку руками так, чтобы в центре она была тоньше, чем по краям. То же самое проделать с остальным тестом.
- Приготовить соус. Чеснок очистить, измельчить. Залить холодной водой, посолить, перемешать. Сыр натереть.
- В казане сильно разогреть растительное масло. Опустить лангош в кипящее масло так, чтобы лепёшка не касалась дна, а свободно плавала в масле. Обжарить до румяной корочки с обеих сторон.
- Готовый лангош выложить на бумажное полотенце, чтобы удалить остатки масла. Смазать сметаной или томатным соусом, полить чесночным соусом, посыпать тёртым сыром.



Лангош с вареньем

На 4–6 шт.

Время приготовления: 25 мин + расстойка

20 г свежих дрожжей
200 мл молока
щепотка сахара
500 г пшеничной муки
100 г сметаны
1 ч. л. соли
растительное масло для фритюра
200 г варенья для подачи

Калорийность: 358 ккал

- Дрожжи растворить в 100 мл тёплого молока, добавив щепотку сахара. Оставить в тепле до появления пены.
- Просеять муку, влить в неё молоко с дрожжами и оставшееся тёплое молоко, сметану и соль. Замесить мягкое тесто, при необходимости добавив немного тёплой воды. Оставить в тепле для расстойки на 1 час.
- Разделить тесто на куски, сформировать шарики и раскатать в лепёшки. Обжаривать по одной в большом количестве масла с обеих сторон до золотистого цвета. Обсушить на бумажных полотенцах.
- Подать лангош к столу горячим, дополнив вареньем.



Лангр

Мягкий французский сыр, покрытый сморщенной промытой корочкой. Головка сыра обычно небольшого размера, 16–20 см в диаметре и 5–7 см в высоту. В центре головки имеется характерная впадина, которую называют «фонтан». По традиции в «фонтан» следует налить виноградную водку и дать ей впитаться в сырную мякоть. Лангр отличается довольно резким запахом, а вкус его напоминает копчёный бекон.

Исторической родиной сыра является французский регион Верхняя Марна, расположенный на плоскогорье Лангр. Сыр здесь начали производить в XVII–XVIII веках, используя для этого молоко трёх пород коров. По мере роста популярности сыра о нём стали упоминать в печатных источниках.

Повышенный коммерческий интерес к сыру привёл к интересной практике, когда продавцы скупали молодой лангр у фермеров и оставляли его созревать у себя с намерением продать в дальнейшем за более высокую цену.



Лангуст

Представитель десятиногих ракообразных. Внешне лангуст напоминает омара, с той лишь разницей, что у него отсутствуют клешни. Насчитывается более 100 видов лангустов, обитают они преимущественно в водах Тихого океана, у берегов Японии, Австралии, Новой Зеландии, Америки и Европы. Для комфортной жизни этих ракообразных необходимы тёплые воды.

Лангусты могут достигать весьма внушительных размеров, вес некоторых особей превышает 3 кг, а длина их составляет более 50 см. Несмотря на обилие видов, в кулинарии используются лишь несколько: зелёный, коричневый, красный бретонский, атлантический розовый и флоридский лангуст. Чаще всего на прилавках магазинов можно встретить коричневых.

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.