

BONNIER FAKTA

ELISABETH JOHANSSON
FOTO HELÉN PE

LAKRITS

INNEHÅLL



LAKRITSFAKTA: INTRESSANT LÄSNING OM VÄRLDENS BÄSTA OCH GODASTE ROT

Förord 6 ■ Lakrits 8 ■ Förädlade produkter av
lakrits 11 ■ Lakritsresan till Kalabrien 12 ■ Odlas
själv 16 ■ Lakrits – den hälsosamma roten 18
Välgörande huskurer med lakrits 21

RECEPT: LAKRITS I ALLTIFRÅN PRALINER, GLASS OCH BULLAR TILL CHOKLAD- MOUSSE, FISKSOPPA OCH SNAPS

Godis 24 ■ Glass 46 ■ Bakat 62 ■ Desserter 82
Mat 98 ■ Dryck 126

PROVA, SMAKA, MERA FAKTA: BRA TIPS OCH GODA RÅD

Vin och annan dryck till lakrits 132 ■ Lakrits-
provning 135 ■ Lakritsgodisets historia 137
Lakritsfestivaler 139 ■ Inköpsställen 141
Register 142 ■ Tack 144

Saltlakritspraliner

■ Använd gärna formar i hårdplast.

30–40 PRALINER

Pralinskal

400 g mörk choklad, 56–70 %, eller mjölkchoklad

Tryffel­fyllning

100 g mörk choklad, 70 %

100 g mjölkchoklad

1 dl vispgrädde

2 msk glykos eller flytande honung

3 tsk saltlakritspulver, alternativt ½ msk lakritsgranulat och ½ tsk salmiaksalt

20 g rumstempererat smör

Hacka och temperera chokladen (se sidan 36). Putsa ur formarna med en bomullstuss. Värm formarna försiktigt med en

värmepistol eller fön och håll i chokladen. Knacka formarna i bordet några gånger. Låt formarna stå i 30–60 sekunder och vänd dem sedan upp och ner så att överbliven choklad kan rinna av på ett bakplåtspapper. Låt skalen stelna i rumstemperatur, eller i kylan i cirka 10 minuter.

Hacka all choklad till fyllningen och lägg den i en bunke. Koka upp grädde, glykos och saltlakritspulver. Häll blandningen i bunken och rör om tills chokladen har smält. Tillsätt smöret och mixa med en stavmixer till en jämn tryffel. Fyll upp tryffeln i en engångspritspåse. Låt vila i ett par timmar.

Fyll skalen, stryk tempererad choklad ovanpå och låt pralinerna stå i sval rumstemperatur i minst 6 timmar. Vänd upp och ner på formarna och knacka dem försiktigt i bordet tills pralinerna lossnar.

Lakrits- och sesambräck

■ Gott till glass. Eller bara som det är!

30–40 BITAR

40 g smör

1 ½ dl strösocker

1 tsk lakritsgranulat

1 dl sesamfrö

ev. ett par droppar svart hushållsfärg

Smält smöret på låg värme i en tjockbottnad kastrull. Häll i sockret, höj värmen något och låt sockret smälta. Tillsätt lakritsgranulat, sesamfrön och eventuellt hushållsfärg. Rör om.

Häll ut massan på en bakmatta av silikon eller på en plåt med bakplåtspapper. Lägg en bakmatta eller ett bakplåtspapper över och kavla hastigt ut till en tunn platta. Avlägsna skyddet på toppen och låt kallna. Bryt i bitar.



Saltlakritsglass med lakritscurd och svarta hallon

■ Krossa gärna några chokladcookies och strö över glassen för att få lite crunch. All curd går kanske inte åt vid serveringstillfället, men det kan vara lite knepigt att göra en mindre sats. Blir det över kan curden serveras till pannkakor eller väfflor tillsammans med vaniljglass och hallon. Mums!

CA 1 LITER, 6–8 PORTIONER

Lakritscurd

½ msk lakritsgranulat eller

1 msk lakritspulver

½ dl vatten

½ dl strösocker

50 g smör

2 ägg

2 dl strösocker

ev. lite svart hushållsfärg

Saltlakritsglass

1 vaniljstång

4 dl mjölk, 3%

3 dl vispgrädde

1 msk saltlakritspulver

1 msk lakritsgranulat eller

lakritspulver

6 äggulor

2 dl strösocker

färska bär att servera till, t.ex. svarta

hallon, björnbär eller blåbär

Blanda lakritsgranulat och vatten i en rostfri kastrull. Koka upp och rör om. Lägg i ½ deciliter socker tillsammans med smöret och låt det smälta under omrörning. Ta av från plattan. Vispa ihop ägg samt 2 deciliter socker och rör ner detta i kastrullen. Värm under kraftig vispning upp blandningen till 85 grader, eller tills curden börjar tjockna. Låt curden svalna helt i kallvattenbad och rör eventuellt ner lite svart hushållsfärg. Låt stå i kylskåp.

Dela vaniljstången på längden, skrapa ur fröna och lägg dem och stången i en tjockbottnad kastrull tillsammans med mjölk, grädde, saltlakritspulver och lakritsgranulat. Koka upp under omrörning och dra sedan av kastrullen från plattan.

Vispa äggulor och socker till ett luftigt skum i en bunke. Plocka upp vaniljstången och häll sedan ner den varma gräddmjölken i bunken. Vispa ihop till en jämn smet och häll tillbaka i kastrullen. Värm under omrörning upp smeten till 85 grader, eller tills den börjar tjockna.

Sila ner smeten i en bunke och kyl den i ett kallvattenbad. Täck bunken med plastfolie och låt den stå i kylan i några timmar. Kör sedan massan i glassmaskin tills den fått en tjock och krämig konsistens (20–30 minuter).

Lägg glassmassan i en form och rippla den samtidigt med hälften av curden. Täck med plastfolie och frys i minst 1 timme.

Servera tillsammans med färska bär och resten av curden i en skål bredvid.



Choklad- och lakritstårta

■ En riktigt smarrig chokladtårta med en fin lakritsbrytning. Servera gärna färska bär, lättvispad grädde eller vaniljglass till.

8 BITAR

Chokladbotten

3 ägg

3 dl strösocker

2 tsk vaniljsocker

2 dl vetemjöl

1 dl kakao

2 tsk bakpulver

1 dl mjölk, 3%

smör och ströbröd till formen

Choklad- och lakritsfyllning

150 g mörk choklad, 56–64%

1 ½ dl vispgrädde

3 tsk lakritspulver eller 2 tsk

lakritsgranulat

1 ½ msk glykos eller ljus sirap

45 g rumstempererat smör

Ganacheglasyr

200 g mörk choklad, 64–70%

2 dl vispgrädde

40 g rumstempererat smör

Garnering

macarons (se sidan 64), alternativt

Oreo cookies

färska körsbär, hallon eller björnbär
ev. lakritspulver eller lakritsgranulat

Sätt ugnen på 175 grader. Smörj och bröa en form, 19–20 cm i diameter och med minst 7 cm hög kant.

Vispa ägg, socker och vaniljsocker vitt och fluffigt i en bunke. Blanda vetemjöl, kakao och bakpulver i en separat bunke. Värm mjölken till strax under kokpunkten och häll ner den i de uppvispade äggen. Vänd ner de torra ingredienserna och blanda alltsammans till en jämn smet.

Fördela smeten jämnt i formen och grädda i cirka 50 minuter, eller tills kakan är genomgräddad. Låt den stå i formen i några minuter och vänd sedan upp den på ett fat. Låt kakan svalna under formen och dela den sedan i 3 bottenar med en småtandad kniv.

Hacka chokladen till fyllningen och lägg den i en bunke. Koka upp grädde, lakritspulver och glykos. Vispa tills lakritsen har lösts upp. Häll grädden över chokladen, rör om tills all choklad har smält och låt blandningen svalna till cirka 45 grader. Tillsätt smöret och blanda ihop, gärna med stavmixer. Lägg ihop tårtan med fyllningen mellan bottenarna.

Hacka chokladen till glasynen och lägg den i en bunke. Koka upp grädden, häll den över chokladen och rör om tills all choklad har smält. Tillsätt smöret lite i taget och vispa eller mixa tills allt har smält. Låt glasynen svalna en aning och täck sedan tårtan med den. Låt glasynen stelna lite i kylan. Dekorera tårtan och pudra eventuellt över lite lakritspulver.



Lakritsmaränger

■ Det är något visst med lakritsmaränger. Det supersöta möter lakrits ... Svårt att beskriva – måste provas!

CA 20 MARÄNGER

150 g äggvita (ca 4)

2 ¼ dl strösocker

2–3 tsk lakritsgranulat, lakritspulver
eller saltlakritspulver

½–1 msk lakritssirap (se sidan 60)

ev. lite svart hushållsfärg

extra lakritsgranulat, lakritspulver eller
saltlakritspulver att strö över

Sätt ugnen på 130 grader. Blanda äggvita och socker i en rostfri bunke.

Sätt bunken i ett vattenbad och värm blandningen till 55–60 grader under vispning. Ta bort bunken från vattenbadet och fortsätt sedan att vispa marängen med en elvisp tills den har blivit sval.

Strö över lakritsgranulat, ringla över lakritssirap och droppa eventuellt i lite hushållsfärg. Vänd runt smeten några gånger tills den har blivit fint marmorerad.

Klicka ut marängsmeten med hjälp av två skedar på en plåt med bakplåtspapper. Strö över lite lakritsgranulat och grädda i 35–40 minuter. Marängerna ska vara lite sega i mitten.

Förvaras torrt i lufttät burk med lock.



”SPRÖDA OCH SEGA
MARÄNGER SOM SMAKAR
EXTRA GOTT TILL BÅDE
GLASS OCH KAFFE.”



Vit chokladmousse med lakrits

■ En ljuvligt len mousse som smälter i munnen. Den lilla lakritskicken är dock prickig över i. Tänk bara på att moussen behöver cirka 12 timmar i kylen.

6 PORTIONER

Vit chokladmousse

100 g vit choklad

2 ½ dl vispgrädde

2 tsk lakritsgranulat eller 2 tsk lakritspulver

Minihallonmarängar

(1 plåt)

30 g äggvita

3–4 droppar pressad citronsaft

2 msk strösocker

3 ½ msk florsocker

1–1 ½ msk hallonpuré (mixade färska eller frysta och tinade hallon)

2 chokladcookies att strö över

1 dl färska hallon att garnera med
ev. lite lakritsgranulat att strö över

Hacka den vita chokladen och lägg den i en bunke. Koka upp grädde och lakritsgranulat och vispa tills pulvret har lösts upp. Låt svalna i några minuter och håll sedan ner i bunken. Rör om tills chokladen har smält. Täck bunken med plastfolie och låt stå i kylen i minst 12 timmar.

Ta fram bunken och vispa med elvisp upp den kalla gräddblandningen till en luftig mousse. Fördela moussen i små portionsglas.

Sätt ugnen på 100 grader. Vispa äggvitorna och citronsaften till marängerna skummigt. Sänk hastigheten på elvispen och vispa ner hälften av strösockret. Till sätt resten av sockret, öka hastigheten och vispa i ett par minuter. Sikta ner florsockret i marängen och vänd in det med en slickepott. Vänd ner hallonpurén.

Fyll en engångsspritspåse och spritsa ut små marängar på en plåt med bakplåtspapper. Grädda mitt i ugnen i 15–20 minuter. Håll koll på marängerna mot slutet så att de inte börjar bli bruna, för då försvinner den rosa färgen.

Krossa chokladcookiesarna grovt och fördela smulorna över moussen. Lägg på marängar och garnera med hallon samt eventuellt lite lakritsgranulat.



Fisksoppa smaksatt med mald lakritsrot och fänkålstopping

■ En varm soppa som toppas med en krispig sallad. Annorlunda och väldigt gott!

4 PORTIONER

Fänkålstopping

1 fänkål

1 tsk citronolja

½ morot

½ citron, finrivet skal och några droppar av saften

Fisksoppa

1 gul lök

smör till stekning

8 dl fiskbuljong

3 dl mellan- eller vispgrädde

1 tsk mald lakritsrot eller två hela lakritsrötter

200 g laxfilé, fjällad

200 g filé av kolja eller kummel, fjällad

150 g räkor med skal

ev. lite salt

några nypor finhackad färsk körvel att strö över

svartpeppar att strö över

Häll citronoljan i en skål. Ansa och hyvla halva fänkålen tunt (använd gärna mandolin). Skala och hyvla moroten tunt. Vänd alltsammans i oljan. Tillsätt citronskal och -saft och blanda lite försiktigt. Ställ åt sidan.

Skär resten av fänkålen i små tärningar. Skala, hacka och fräs löken tillsammans med fänkålstärningarna i lite smör i en kastrull. Häll i buljongen och låt koka i cirka 10 minuter, eller tills grönsakerna har blivit mjuka. Tillsätt grädden och den malda lakritsroten.

Skär fisken i 2 × 2 centimeter stora kuber och ånga dem i en ångkokare i 3–4 minuter eller sjud dem i ett par minuter i lite lättsaltat vatten i en kastrull. Häll av vattnet.

Lägg upp fisk och räkor i djupa tallrikar. Plocka bort lakritsrötterna om de har använts, mixa soppan med en stavmixer och smaka eventuellt av med lite salt. Häll soppan i tallrikarna och strö över körvel samt svartpeppar. Avsluta med att dekorera soppan med fänkålstoppingen.

