

Лакрица



Lakritsi – так по-фински именуется солодка, а приготовленные из нее сладости называются лакричными. Они бывают дражированными, солёными, лакрица-«стевия», комбинированными.

Корень солодки, так же как и млечный сок растения содержит огромное число витаминов и полезных для человеческого организма биологически активных природных соединений.

Солодка используется в лечебных целях при заболеваниях верхних дыхательных путей, гастритах и язвах, аллергических дерматитах и сахарном диабете. Официальная медицина не против применения таких конфет для лечения и профилактики гриппа и простуды.

Из китайских травников можно узнать, что солодка не хуже женьшеня обеспечивает долголетие. Упоминание о солодке также в египетских папирусах, солодка была найдена даже в гробнице Тутанхамона (1347–1339 до н. э).

Теофраст (369–285 до н. э.), ученик Аристотеля и основатель ботаники, описал способность корня солодки утолять жажду. Войска Александра Македонского (356–323 до н. э.) выдерживали длительные походы частично совсем без воды благодаря солодке. А у римских легионеров солодка была постоянной составной частью ежедневного рациона. Французские и турецкие солдаты, уже во время Первой мировой войны, носили с собой лакрицу.

Кустарник солодки (*Glycyrrhiza glabra*), цветущий сине-лиловыми цветами, достигает высоты одного-двух метров. Разветвлённые корни толщиной в палец, отростки которых могут достигать длины до восьми метров, выкапывают поздней осенью.

Затем их моют, чистят, сушат, натирают на тёрке и варят в воде. В результате получается чёрная густая жидкость, которую до того, как она остынет, выливают в формы-блоки.

На следующей стадии производства блоки лакрицы сначала измельчаются и растворяются в горячей воде. Для получения вкус, типичный для различных сортов лакрицы, содержание экстракта солодки должно быть не менее трёх процентов.

В зависимости от желаемого продукта к сырой лакрице добавляют такие ингредиенты, как сахар, глюкозный сироп, пшеничную муку, модифицированный крахмал или желатин, поваренную соль и различные ароматизаторы.

Консистенция лакрицы и её способность принимать форму изменяются с помощью добавления крахмала или желирующего вещества.

Лакричные конфеты полезные и вкусные. Однако врачи предупреждают, что солодка повышает артериальное давление. И, как и всякое другое лекарственное растение, хороша только в умеренных дозах. Также спорным является вопрос об употреблении лакрицы во время беременности.

Не нужно путать лакрицу и **салмиак**.