

Кокос: крепкий орешек

Кокосовый пирог

На 14 (примерно) порций. 225 г сахара, 150 г кокосовой стружки, 100 г манной крупы, 1 коробочка кардамона, 75 г орехов кешью, 100 г сушеных фиников, 1 чайная ложка пекарного порошка, 1 чайная ложка молотой корицы, 1 щепотка соли, 50 г изюма, 75 г мелко рубленного цуката из апельсиновой корки, немного масла, 2 яйца.

Растворить сахар в 200 мл легко кипящей воды. Добавить кокосовую стружку, варить на слабом огне 2–3 минуты и затем оставить охлаждаться.

Манную крупу в сухой сковороде, помешивая, обжарить до желто-золотистого цвета, затем снять с плиты. Семена кардамона высыпать из коробочки и растолочь в ступке. Орехи кешью мелко порубить. Мелко порубить финики, вынув из них косточки.

В манную крупу подмешать сначала пекарный порошок, корицу, кардамон и соль, а затем финики, изюм и цедру. Все это хорошенько перемешать с кокосовой массой.

Разогреть духовку до 180 градусов. Коробчатую форму (длиной 28 см) густо смазать маслом.

Отделить белок яиц от желтка. Не слишком крепко сбить белок, взбить желток, то и другое подмешать к тесту, выложить тесто в форму, разгладить. Выпекать примерно час на нижней полке.

Пирог можно выпекать и в разъемной форме, поставив ее в середину духовки. Подавать, посыпав сахарной пудрой.

ного не наберется) плескавшееся внутри молоко (пить его лучше после того, как оно побывает в холодильнике). Затем, вооружившись молотком, обстукивают кокос (обернув его целлофаном) по кругу — рано или поздно он разломится на две части. Теперь можно вынуть белую сердцевину и очистить ее от кожуры. Кусочки этой ароматной мякоти можно просто жевать, а можно, превратив в стружку, использовать в разнообразных кулинарных целях: добавлять в мороженое, йогурты, салаты, выпечку...

Впрочем, и кокосовое молоко, и кокосовую стружку можно добыть проще — из банок и пакетиков.

Ну, орешек — это для рифмы с известным фильмом. Кокос орешком назвать трудно: это скорее орешнице, самый крупный отпрыск ореховой семьи. Чтобы познакомиться с ним, нет нужды отправляться на острова теплых морей и ждать, когда он упадет на нас с пальмы: кокос теперь спокойно дождается покупателя на прилавках наших маркетов и супермаркетов.

Он действительно очень крепок. Чтобы добраться до его содержимого, придется потрудиться. Сначала пробивают (хоть отверткой, хоть штопором) два отверстия в углублениях на зауженном конце плода, выливают в стакан (пол-

Капуста с кокосовой стружкой

На 6 порций. Половина кочана белокочанной или савойской капусты (1 кг), соль, 1 чайная ложка куркумы, 1 чайная ложка черного перца горошком, полторы чайные ложки семян черной горчицы, 1 см имбирного корня, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, 100 г кокосовой стружки, лимонный сок (по вкусу).

Кочан разделить в длину на четыре части, удалить кочерыжку, постругать или порезать капусту поперек на тонкие полоски. С 1 чайной ложкой соли, куркумой и примерно 100 мл воды сварить в кастрюле до готовности.

Грубо истолочь горошек перца и семена горчицы. Очистить имбирь, снять кожицу с чеснока и лукавицы, всё порезать на очень маленькие кубики и хорошенько смешать с горчицей, перцем и кокосовой стружкой.

Этой смесью посыпать капусту, перемешать и продолжать готовить ее, не закрывая крышкой и постоянно помешивая, до тех пор, пока не испарится вся жидкость.

Тот, кто любит блюда поострее, может добавить мелко порубленный стручок красного перца чили, удалив из него зерна. А если зерна не удалять, получится совсем остро. В качестве гарнира подойдет ароматный рис «Басмат».

Чтобы приготовить блюдо в гораздо меньшем объеме воды, рекомендуется взять кастрюлю с покрытием.

Картофель с карри

На 6 порций. 750 г картофеля (лучше не рассыпчатого), 1 луковица, 1 небольшой стручок зеленого перца чили (по вкусу), 1 см имбирного корня, 1 столовая ложка сливочного или растительного масла, 1 чайная ложка семян черной горчицы, соль, 2 чайные ложки порошка карри, половина чайной ложки куркумы, 2 лавровых листа, порошок перца чили на кончике ножа, 300 мл неподслащенного кокосового молока, лимонный сок (по вкусу).

Картофель очистить и порезать на кубики величиной примерно 2 на 2 см.

Снять кожицу с лукавицы, стручок чили надрезать и удалить из него зерна, очистить имбирь. Порезать всё на очень мелкие кубики.

Разогреть в кастрюле сливочное или растительное масло, потушить в нем кубики лука и семена горчицы. Добавить сначала кубики картофеля, чайную ложку соли и примерно 250 мл воды, а затем подмешать все остальные ингредиенты (за исключением кокосового молока) и тушить на среднем огне до готовности.

Влить кокосовое молоко, довести до кипения и приправить блюдо лимонным соком и солью.

К этому блюду стоит приготовить салат из петрушки с кокосом по нижеследующему рецепту.

Тушёные огурцы в кокосовом молоке

На 6 порций. Овощи: 2 огурца среднего размера, 1 небольшая луковица, 2 столовые ложки растительного масла, 2 лавровых листа, четверть чайной ложки порошка чили или 1 небольшой стручок красного перца чили, 1 чайная ложка порошка карри, 1–2 чайные ложки соли или 2 полные чайные ложки овощного бульона в порошке. Соус: 2 столовые ложки кокосовых стружек, 2 чайные ложки рисовых зерен, полторы чайные ложки семян черной горчицы, 200 мл кокосового молока, 2 зубчика чеснока, полторы чайные ложки сахара, соль.

Очистить огурцы, разрезать пополам вдоль, чайной ложкой вычистить зерна. Половинки огурцов порезать на дольки толщиной 1 см.

Снять кожицу с лукавицы, порезать на кубики и недолго тушить в масле в кастрюле. Добавить дольки огурцов вместе с остальными ингредиентами и тушить, прикрыв крышкой, на среднем огне до готовности.

Для соуса кокосовую стружку и рисовые зерна обжарить, постоянно помешивая, до золотисто-коричневого цвета, сразу же высыпать на тарелку и оставить остывать.

Кокосовую стружку, рисовые зерна и семена горчицы мелко растолочь в ступке. Эту массу замешать в кокосовое молоко. С чеснока снять кожицу, очень мелко порубить и подмешать туда же.

Все это добавить к огуречной смеси и тушить еще 5 минут на слабом огне. Приправить солью и сахаром.

В качестве гарнира подойдет рис «Басмат». Вкус блюда будет более ярко выражен, если вместо соли взять 2 чайные ложки овощного бульона в порошке.

Это блюдо будет столь же вкусным, если приготовить его не с огурцами, а с тыквой.



Салат из петрушки с кокосом

На 4–6 порций. 1 большой пучок гладкой петрушки, 2 больших спелых томата, 1 небольшая луковица, 100 г кокосовой стружки, соль, свежемолотый черный перец, сок половины лимона.

Петрушку вымыть, стряхнуть капли воды, отщипнуть листочки и мелко их порезать.

Томаты вымыть, разделить пополам, удалить зерна. Мякоть порезать на маленькие кубики. Снять с лукавицы кожицу, порезать на мелкие кубики. Хорошенько перемешать петрушку, кокосовую стружку и кубики лука, приправить солью, перцем и лимонным соком. Добавить томатные кубики, перемешать.

Молочный рис

На 4–6 порций. 200 г риса «Басмат», 1 столовая ложка сливочного масла, соль, 100 мл кокосового молока, 125 сахара, 100 г кокосовой стружки, корица на кончике ножа, мускат на кончике ножа, еще немного масла

Рис вымыть, выложить в сито, дать стечь каплям воды, в 0,5 л воды с маслом и полтора чайными ложками соли на среднем огне довести в кастрюле до кипения и затем, убавив огонь, оставить рис набухать, пока почти вся жидкость не впитается в него, а часть не испарится. Влить кокосовое молоко и продолжить варить рис на слабом огне, постоянно помешивая, пока в него не впитается и молоко.

Тем временем для наполнителя вложить в кастрюльку сахар, влить 3 столовые ложки воды, вскипятить, карамелизировать сахар до светло-коричневого цвета. Сразу же замесить его в 150 мл воды и, помешивая, растворить.

Добавить кокосовую стружку, корицу и мускат и варить на слабом огне, пока не возникнет кокосово-карамельная смесь.

Смазать небольшую миску маслом, выложить в нее треть молочного риса, поверх распределить 2 столовые ложки кокосовой карамели, заполнить оставшимся рисом и всё слегка прижать. Опрокинуть молочный рис на сервировочную тарелку. Подавать, посыпав оставшейся кокосовой карамелью.