

LAPSKAUS

Spezzatino di manzo norvegese

Lapskaus è uno spezzatino con carne di manzo e patate in forma di zuppa. A volte vengono utilizzati carne di maiale o prosciutto oppure può essere utile per “riciclare” degli avanzi. Gli altri ingredienti tipici sono le verdure (come carote, cipolle, porri, sedano, e rape) e le spezie, come il pepe, zenzero, e le erbe aromatiche.

Lapskaus è molto diffuso nel Nord Europa e probabilmente è legato (storicamente ed etimologicamente) al *lobscouse*, spezzatino cucinato dai marinai, in particolare quelli di Liverpool. Simili sono il Danishlabskovs o il Labskaus Tedesco/Olandese.

Il piatto figura anche nella cucina norvegese-americana. Fino al 1980, l'Ottava Avenue di Brooklyn (in particolare il tratto tra la 50ª e la 60ª strada) era conosciuta come "Lapskaus Boulevard" in riferimento alla elevata popolazione norvegese-americana nella zona.

Sembra che ognuno abbia la sua versione di lapskaus, persino la Guardia Reale ha la sua: il Gardelapskaus; nel corso degli anni però sono state “canonizzate” alcune varianti:

Brun lapskaus

Questa versione presenta un sugo bruno molto ristretto tanto che si può utilizzare la forchetta al posto del cucchiaio.

Lys lapskaus

Una salsa cremosa (tipo besciamella) viene usata per dare a questo lapskaus una consistenza cremosa liscia. Si aggiungono carne di maiale o salsiccia per dare più sapore.

Soup lapskaus

Questa zuppa utilizza il brodo come base base. Può essere utilizzato qualunque tipo di carne, tuttavia è molto comune utilizzare carni salate come maiale o prosciutto in salamoia per avere un gusto più definito.



(immagine tratta da www.food.com)

Ingredienti:

- 1 kg. di polpa di manzo
 - 1,5 l. di brodo
-
- 500 g. di carote
 - 1 piccola rapa
 - 500 gr. di patate
 - 1 cipolla tritata finemente
 - sale
 - pepe
-

Preparazione:

- Tagliare il manzo in grossi pezzi, coprire con acqua e cuocere per un'ora
 - Lavare e pelare le verdure e le patate, e tagliarle in pezzi delle stesse dimensioni.
 - Portare a bollore il brodo di manzo. Aggiungere le carote e la rapa e cuocere per 15 minuti.
 - Unire le patate e cuocere per un altro quarto d'ora.
 - Aggiungere la carne e le cipolle quindi aggiustare di sale e pepe.
 - Continuare a cuocere fino a quando il liquido si sia addensato e la carne, le verdure e le patate siano tutti teneri ma non troppo.
 - Mescolare di tanto in tanto durante la cottura, facendo attenzione a non far bruciare il liquido.
-