

ДЕСЕРТЫ

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ
И МАЛЫШЕЙ

Пальчики
оближешь!



Агафья Тихоновна Звонарева
Десерты для взрослых и
малышей. Пальчики оближешь!
Серия «Советы бабушки Агафьи»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=17806985

*Звонарева А. Т. Десерты для взрослых и малышей. Пальчики оближешь!: ЗАО «Издательство
Центрполиграф»; Москва; 2015
ISBN 978-5-227-06026-6*

Аннотация

Бабушка Агафья научит вас готовить самые разнообразные десерты: желе и суфле, кисели и парфе, кремы и соусы, низкокалорийные десерты для худеющих гурманов, выпечка, специальные десерты для детишек разных возрастов и даже безопасные лакомства для диабетиков. А также непривычные десертные супы и напитки...

Пользуясь нашей книгой, вы приготовите йогуртовый торт и шоколадную колбасу, фруктово-овощной смузи и лед из тропических фруктов, арбузные леденцы и снежки из яблок, суп из чернослива и пикантные сливы в коньяке, желе из васильков и много разных вкусов. Пальчики оближешь!

Содержание

Предисловие	5
Десерты к завтраку	6
Пудинги	6
Желе, суфле	8
Различные сладкие блюда	12
Десерты к обеду	14
Пудинги	14
Кисели	17
Фруктовые сладкие блюда	19
Сладкий полдник	22
Особые супы	22
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Агафья Звонарева
Десерты для взрослых и
малышей. Пальчики оближешь!

© ЗАО «Издательство Центрполиграф», 2015

© Художественное оформление, ЗАО «Издательство Центрполиграф», 2015

Предисловие

Десерт – это блюдо, завершающее трапезу. Десерты могут быть разными по консистенции, компонентам, вкусу, размеру порций, но одно их свойство никогда не меняется – они всегда сладкие.

Десерты подают по-разному: они могут быть порционными, холодными или горячими, всевозможная сладкая выпечка, муссы, торты, а также большой выбор фруктов и шоколада.

Для приготовления идеальных десертов прекрасно подходят разные виды шоколада. Рекомендуется использовать качественный шоколад и растапливать его на водяной бане. Это позволяет сохранить правильную консистенцию и натуральный вкус шоколада, не дает ему подгореть или разложиться на составляющие на слишком сильном огне.

Фрукты считаются неотъемлемой частью десерта. Они и сами по себе могут быть десертом или входить в состав сладкого блюда как в сыром виде, так и после тепловой обработки.

Десерт из очищенных фруктов рекомендуется подавать после насыщенной сытной трапезы, состоящей из большого количества блюд. Для приготовления десертов, требующих выпечки, необходимы опыт и терпение.

В десертах часто используются разные виды орехов, миндаль и кедровые орешки. Иногда требуются каленые орехи, иногда – свежие с их естественной натуральной текстурой. Орехи рекомендуется хранить в прохладном месте в герметичной посуде, без доступа воздуха. Но лучше всего покупать орехи в нужном количестве непосредственно перед приготовлением определенного блюда или выпечки – так орехи всегда будут свежими. Несвежие орехи могут придать блюду или мучному изделию горьковатый вкус.

Яйца также являются одним из основных компонентов многих десертов. Перед тем как взбивать белки, будьте внимательны: даже капля желтка не должна попасть в посуду с белками, иначе взбить их будет нелегко. Емкость для взбивания следует тщательно вымыть и высушить. Сахар нужно добавлять постепенно, после того как белки взбиты наполовину. Взбитые белки готовы, когда пена становится устойчивой и однородной.

Творожная масса или сыр – основные компоненты многих десертов. Иногда требуются специально предназначенные для выпечки нежные сыры. Рекомендуется протирать влажные творожные сыры через марлю.

Десерт должен сочетаться с атмосферой и характером застолья.

Особое внимание следует обратить на ограничения при употреблении десертов, которые есть при некоторых заболеваниях. Это, прежде всего, больные сахарным диабетом и аллергией.

Десерты к завтраку

Пудинги

Вишневый пудинг

Состав: вишня – 500 г, пахта – 1 л, манная крупа – 1 стакан, сливочное масло – 1 ст. ложка, яйца – 2 шт., ванильный сахар – 1 пакетик, цедра лимона.

Сварить на пахте манную кашу, добавить цедру лимона, ванильный сахар и сахар по вкусу. Снять с огня, добавить желток, а когда каша слегка остынет, и взбитый белок. Форму смазать маслом и на три четверти заполнить кашей. На кашу выложить половину подготовленной вишни, на вишню снова кашу, потом снова вишню и последний слой – каша. Вишню слегка посыпать сахаром. На поверхность пудинга положить кусочки сливочного масла и поставить пудинг ненадолго в духовку.

Пудинг из кабачков и яблок

Состав: кабачки – 250 г, яблоки – 1–2 шт., молоко – 0,25 стакана, масло сливочное – 3 ст. ложки, яичные белки и желтки – по 2 шт., манная крупа – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, сметана – 0,5 стакана.

Кабачки очистить, нашинковать и тушить с молоком и 10 г масла до полуготовности; затем добавить нашинкованные яблоки и сахар и тушить еще 5 минут, после чего всыпать манную крупу, подержать кастрюлю закрытой на краю плиты 5–10 минут, после этого добавить желток и взбитый белок, вымешать, выложить в формочку, смазанную маслом, и запечь. Подавать к столу со сметаной.

Пудинг лимонный

Состав: пшеничная мука – 1 неполный стакан, сливочное масло – 150 г, молотые сухари – 2 стакана, сахар – 0,7 стакана, лимонный сок – 2 ст. ложки, цедра половины лимона, яйца – 6 шт., соль.

Яичные желтки растереть с сахаром, белки взбить до пенистой консистенции. Размягченное сливочное масло, молотые сухари, предварительно поджаренную муку и соль смешать с желтками. Добавить лимонный сок и измельченную цедру. В смесь ввести белки. Все тщательно перемешать, выложить в смазанную маслом форму и довести до готовности на водяной бане.

Пудинг с морковью, яблоками и сливой

Состав: манная крупа – 1,5 стакана, молоко – 1–1,2 л, яблоки – 2 шт., слива – 5–6 шт., морковь – 1–2 шт., масло – 2 ст. ложки, сахар – 5 ст. ложек, молотые сухари – 0,5 ст. ложки, фруктово-ягодный сироп – 1 стакан, яйцо – 1 шт.

Морковь натереть на терке и припустить до готовности с добавлением воды и масла. За 15–20 минут до готовности добавить сахар, очищенные от сердцевины и кожицы мелко

нарезанные яблоки и свежие сливы без косточек и довести яблоки и сливы до готовности. В кипящее молоко или молоко, разбавленное водой, помешивая, всыпать манную крупу и заварить жидкую кашу. Кашу проварить на слабом огне до загустения, снять с плиты; добавить подготовленную морковь с яблоками и сливой, растертый с сахаром яичный желток, соль, хорошо размешать. Добавить взбитый в густую пену яичный белок и осторожно промешать. Массу выложить на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень, сверху посыпать сахаром. Запечь в хорошо нагретой духовке. При подаче разрезать на порции и полить фруктово-ягодным сиропом.

Пудинг из ревеня

***Состав:** ревеня – 400 г, сахар – 200 г, ванилин или корица, яйца – 6 шт., толченые сухари – 0,5 стакана.*

Очищенный, нарезанный кусочками ревеня сварить, добавив половину нормы сахара, специи и помешивая. Массу охладить, добавить яичные желтки и сухари. Яичные белки взбить, добавить остальной сахар. Белки ввести в массу ревеня, вылить все в форму, смазанную жиром и обсыпанную сухарями, и выпечь в духовке в течение 20 минут. Подавать пудинг горячим или холодным с молоком или ванильным соусом.

Манная пудинг со сливой

***Состав:** припущенные и нарезанные сливы (без косточек) – 500 г, молоко – 1 л, манная крупа – 150 г, сахар – 80 г, яйцо – 1 шт., немного масла.*

Из манки, масла и сахара сварить на молоке крутую манную кашу. Взбить ее, добавить яйцо и сливы, подогреть. Горячую массу положить в форму, сполоснутую холодной водой. Когда остынет, выложить на блюдо. Подавать со сливовым соком или киселем.

Желе, суфле

Желе с консервированными фруктами

Состав: сироп фруктовый – 1 стакан, кипяченая вода – 1,5 стакана, фрукты – 500 г, желатин – 15 г, лимонная кислота – 1 щепотка.

Желатин замочить в воде до набухания, влить в кипяченую воду, подогреть, добавить лимонную кислоту и фруктовый сироп. Затем залить этой смесью уложенные в форму фрукты и охладить.

Желе из облепихи

Состав: облепиха – 1 стакан, сахар – 0,6 стакана, желатин – 2 ст. ложки, вода – 4 стакана.

Свежую облепиху протереть через сито, мезгу вместе с косточками залить водой, добавить сахар и проварить 5–7 минут, после чего отвар процедить, ввести в него набухший желатин, довести до кипения, соединить с мякотью облепихи, размешать, разлить в формочки и охладить.

Желе из дыни

Состав: дыня – 500 г, сахар – 1,5 стакана, лимонный сок – 1 ст. ложка, желатин – 2 ст. ложки, вода – 2,5 стакана.

Спелую дыню очистить от кожуры и зерен, отжать из нее сок. Сварить на воде сахарный сироп, ввести в него набухший желатин и довести смесь до кипения, после чего смешать сироп с отжатым соком дыни и лимона и снова довести смесь до кипения, после чего разлить в порционную посуду и поставить в холодное место для застывания желе.

Желе молочное

Состав: молоко – 1,25 стакана, сахар – 0,5 стакана, желатин – 2 ч. ложки, ванилин, плоды – 200 г.

Молоко подогреть и растворить в нем сахар и заранее замоченный желатин, довести до кипения, добавить ванилин и разлить по вазочкам, в которые заранее положены плоды или ягоды (дольки персиков, слива или вишня без косточек).

Желе молочное со свежими ягодами

Состав: ягоды – 1,5 стакана, молоко – 3 стакана, сахар – 0,7 стакана, желатин – 2 ст. ложки.

Перебранные, промытые ягоды засыпать сахаром и оставить на 1–2 часа в холодном месте. В горячем кипяченом молоке растворить сахар, ввести набухший желатин и довести до кипения. Смесью охладить до комнатной температуры.

Образовавшийся от ягод сок слить, а сами ягоды разложить в порционную посуду, залить их молочным желе и быстро охладить. При подаче желе полить соком от ягод или подать его отдельно.

Желе сливочное с клубничным вареньем

Состав: сливки – 3 стакана, варенье – 0,6 стакана, желатин – 2 ст. ложки, молоко – 1 стакан.

Варенье смешать с холодными пастеризованными сливками. В смесь ввести растворенный в горячем молоке желатин и нагреть ее до 60–70 °С, вновь тщательно размешать, разлить в порционную посуду и охладить. Сливочное желе можно подать к праздничному столу. Для этого горячее желе залить в фигурные формочки, после застывания формочки на несколько секунд опустить в горячую воду, выложить желе на большое плоское блюдо и украсить с помощью кондитерского мешка взбитыми сливками. Отдельно к сливочному желе можно подать клубнику.

Желе из сметаны

Состав: сметана – 2 стакана, сахар – 100 г, ванилин или корица – 1 щепотка, желатин – 20 г.

Желатин залить холодной водой и дать набухнуть, затем прогреть на водяной бане до растворения. Сметану, сахар, вкусовые добавки и желатин смешать, вылить в формочки, промытые холодной водой, или в стеклянную посуду, охладить. Подать с сиропом и фруктами из компота.

Желе шоколадное

Состав: яйца – 8 шт., сахарная пудра – 200 г, молоко – 1 л, какао-порошок – 50 г, желатин – 25 г, ванилин – 2 порошка.

Желтки растереть добела с сахарной пудрой. Добавить молоко и какао, разведенное холодным молоком. Смесь поставить на слабый огонь и мешать, пока она не закипит и не загустеет. Снять с огня и не переставая размешивать, добавить желатин, предварительно замоченный в холодной воде. Когда смесь остынет, ввести взбитые в пену белки и ванилин, размешать, вылить в форму и поставить в холодное место для застывания.

Желе яично-молочное

Состав: яичные желтки – 4 шт., молоко – 300 г, сахар – 120 г, желатин – 30 г, ванильный сахар.

Растертые с сахаром желтки постепенно развести теплым кипяченым молоком, затем на водяной бане, непрерывно помешивая, довести до слабого загустения. После этого нагревание прекратить, ввести растворенный в молоке желатин, ванильный сахар, смесь тщательно размешать, разлить в порционную посуду и охладить до полного застывания.

Крем-желе ванильное

Состав: молоко – 0,5 л, яйца – 4 шт., мука – 1 ст. ложка, сахар – 150 г, желатин – 30 г, миндаль или лесные орехи, цукаты.

Из молока, желтков, муки и сахара приготовить ванильный крем. Снять с огня, добавить желатин, предварительно замоченный в холодной воде, и мешать до охлаждения. Затем ввести взбитые в пену белки, поджаренный и истолченный миндаль или лесные орехи и мелко нарезанные цукаты. Крем выложить в форму и дать ему застыть.

Бланманже сливочное

Состав: сладкий миндаль – 100–200 г, сливки негустые или молоко – 3,5 стакана, ваниль – 0,25 стакана, желатин – 40 г, сахар – 200 г.

Миндаль обварить, очистить, истолочь в ступке, подлив туда 2–3 столовые ложки сливок, развести тремя стаканами горячих кипяченых сливок, вскипятить, процедить, всыпать сахар, вскипятить, влить желатин, процедить горячим в форму и охладить. Из оставшегося истолченного миндаля можно испечь лепешечки, с прибавлением сахара.

Сладкий миндаль можно заменить 0,25 стакана горького миндаля.

Суфле из сметаны

Состав: мука – 2 ст. ложки, сметана – 2 стакана, яйца – 5 шт., сахарный песок – 1,5 стакана.

Вскипятить муку с густой сметаной, хорошо размешивая. Когда загустеет, остудить, прибавить 5 желтков, растертых с сахарным песком, 2 капли лимонного сока и 5 взбитых белков, выложить на противень или металлическое блюдо, смазанное маслом, и запечь. Подать на том же блюде. Отдельно подать сливки и корицу.

Суфле из манной крупы

Состав: молоко – 3 стакана, сахар – 1 стакан, манная крупа – 3 ст. ложки, сливочное масло – 2 ст. ложки, яйца – 5 шт., лимонная цедра.

Растворить сахар в горячем молоке, поставить кастрюлю с молоком на огонь и постепенно всыпать манную крупу, непрерывно мешая смесь до ее сгущения (10 минут). Затем охладить, положить сливочное масло, натертую лимонную цедру и, размешивая, ввести по одному желтки и по ложке взбитые в крепкую пену белки. Смесь выложить в смазанную маслом форму и выпекать в сильно нагретой духовке в течение 30 минут.

Готовое суфле опрокинуть на блюдо и полить сиропом или вишневым вареньем.

Суфле лимонно-творожное

Состав: творог – 250 г, сахарная пудра – 2 ст. ложки, лимонный сироп – 2 ч. ложки, изюм – 50 г.

В миксер положить творог, сахарную пудру, влить лимонный сироп и взбивать в течение 2 минут. Готовое суфле выложить в бокалы и украсить изюмом или другими ягодами.

Суфле морковно-яблочное паровое

Состав: морковь – 2 шт., яблоки – 1–2 шт., сливочное масло – 3 ст. ложки, яйцо – 1 шт., сахарный песок – 1 ст. ложка, манная крупа – 1 ст. ложка, молоко – 0,5 стакана.

Морковь нарезать небольшими кусочками и тушить с молоком до готовности. Яблоки очистить и вместе с морковью пропустить через мясорубку, затем соединить с манной кру-

пой, сахаром и сырым желтком, добавить растопленное сливочное масло и взбитый белок. Все это слегка вымешать, выложить в формочку, смазанную маслом, и запечь в духовке до золотистого цвета.

Суфле из свежих ягод

***Состав:** яичные белки – 15 шт., сахар, земляника или малина – 2 стакана, сливочное масло – 1 ст. ложка, сахарная пудра – 1 ст. ложка.*

Ягоды перебрать, промыть и протереть. Добавив в ягодное пюре сахар, варить его до загустения, после чего, не охлаждая, соединить со взбитыми белками. Порционную сковороду или форму смазать сливочным маслом, горкой уложить приготовленную массу и запечь ее в духовке. При подаче суфле посыпать сахарной пудрой.

Различные сладкие блюда

Сметана с сахаром

Состав: сметана – 200 г, сахарный песок – 50 г, ягоды, булочки.

В посуду влить сметану, добавить сахарный песок, поставить посуду на холод (лед или холодная вода) и взбить до образования стойкой пены. Взбитая сметана должна увеличиться в объеме вдвое. Готовую сметану подать на стол в креманках или стаканах. Отдельно подать сдобные булочки или ягоды.

Взбитые сливки с шоколадом

Состав: сливки 10 %-й жирности – 300 г, сахарная пудра – 50 г, шоколад – 100 г, ванилин.

Охлажденные сливки взбить, добавить сахарную пудру, перемешать. Подать в креманках, сверху посыпать тертым шоколадом.

Сливки с сахаром

Состав: сливки 20 %-й жирности – 250 г, сахарный песок – 75 г, ваниль, свежие ягоды, бисквит, мороженое.

В посуду налить сливки, поставить на холод, взбить до консистенции густой сметаны, добавить сахарный песок, ваниль и перемешать. При подаче на стол к сливкам можно подать свежие ягоды, бисквит, мороженое.

Сливки с фруктами

Состав: яблоки, груши и другие фрукты – 500 г, сливки 10 %-й жирности – 200 г, тертая цедра лимона – 5 г, сахарная пудра – 25 г.

Фруктам из компота дать обсохнуть. Сливки с сахарной пудрой и лимонной цедрой взбить до консистенции густой сметаны. При подаче к столу фрукты попеременно со сливками выложить в креманки.

Кефир со сливами и медом

Состав: кефир – 1 л, сливы без косточек – 300 г, мед – 100 г, печенье – 100 г.

Из промытых слив вынуть косточки, залить медом и поставить на 1–2 часа в холодильник. При подаче на стол в кефир положить сливы и полученный медовый сироп. К столу можно подать печенье или сухарики.

Омлет с яблоками и морковью

Состав: яйца – 6 шт., молоко – 1 стакан, сливочное масло – 2 ст. ложки, корица (на кончике ножа), яблоки – 1 шт., морковь – 1 шт.

Яблоки очистить, нарезать ломтиками и слегка потушить 2–3 минуты с небольшим количеством сливочного масла. Яйца взбить, постепенно добавляя молоко, в конце взбивания ввести соль и корицу, перемешать. В смазанную сливочным маслом форму положить ломтики яблок, на них – натертую сырую морковь и залить приготовленной яично-молочной смесью. Запечь в духовом шкафу в течение 15–20 минут. Подавать горячим.

Десертный шоколад

Состав: шоколад – 50 г, какао-порошок – 50 г, сахарная пудра – 0,75 стакана, яйца – 4 шт., коньяк – 2 ст. ложки, сливочное масло – 7 ст. ложек.

Молочный шоколад, порошок какао и 150 г воды поместить в миску и растопить на водяной бане. Снять с огня и добавить сахарную пудру. Яичные желтки взбить и по одному влить в шоколад, добавить коньяк и расплавленное сливочное масло. Смесью хорошо перемешать. Яичные белки взбить до образования воздушной пены и влить их в шоколад. Формочки слегка смазать маслом и разлить по ним шоколад. Поставить на ночь в холодильник. Осторожно опрокинуть застывший шоколад на блюдо и подать со взбитыми сливками.

Десерты к обеду

Пудинги

Тыквенно-яблочный пудинг

Состав: тыква – 200 г, яблоки – 2 шт., молоко – 0,5 стакана, крупа манная – 1 ст. ложка (с верхом), сахарный песок – 2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 4 ст. ложки.

Тыкву очистить, нашинковать и тушить в молоке до полуготовности; добавить нашинкованные яблоки и тушить до готовности тыквы, после чего всыпать манную крупу, вымешать и варить еще 5 минут. Охладить, ввести сахар, желток и взбитый белок, осторожно перемешать, выложить на смазанную маслом сковороду и запечь. Полить маслом и подать к столу.

Сладкий пудинг из фасоли

Состав: белая фасоль – 200 г, яйца – 3 шт., сахарный песок – 3 ст. ложки, масло или маргарин – 100 г, сладкие сухари или манная крупа – 2 ст. ложки, мускатный орех или цедра лимона, толченые орехи – 1 ст. ложка.

Фасоль замочить на ночь, сварить, процедить, взбить в однородную массу с помощью миксера или провернуть через мясорубку. Отделить белки от желтков. Размягченное масло смешать с сахаром, добавить яичные желтки, перемешать с фасолью, манной крупой или сухарями, тертой цедрой или мускатным орехом, толчеными орехами и взбитыми яичными белками. Форму смазать жиром, посыпать сухарями, выложить в нее приготовленную массу и запечь в духовке в течение 30 минут. Готовый пудинг подать горячим или холодным с фруктовым или ягодным соком, соусом.

Пудинг из белого хлеба с яблоками и творогом

Состав: пшеничный хлеб – 200 г или молотые сухари – 150 г, творог – 250 г, сахар – 3 ст. ложки, яблоки – 3–5 шт., яйца – 2 шт., масло – 1 ст. ложка, панировочные сухари – 1 ст. ложка.

Протертый творог смешать с тертым пшеничным хлебом или молотыми сухарями, яичными желтками, очищенными и нашинкованными яблоками, добавить взбитые яичные белки и осторожно перемешать. Массу выложить в смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями форму, поставить ее на водяную баню и варить 40–50 минут. Можно выпечь пудинг в духовке.

Пудинг рисовый с яблоками

Состав: рис – 1 стакан, сахар (при варке риса) – 0,5 стакана, молоко – 2 стакана, сливочное масло – 1 ст. ложка, соль – 0,25 ч. ложки, яблоки (лучше антоновские) – 4 шт.,

изюм – 0,5 стакана, молотая корица – 0,5 ч. ложки, молотые сухари – 1 ст. ложка, яйцо – 1 шт.

Подготовленный рис положить в кипящее молоко, предварительно добавив в него масло, соль, сахар. Варить до готовности риса. В готовый рис добавить изюм, очищенные мелко нарезанные с удаленной сердцевинкой яблоки, всыпать сахар, корицу и хорошо перемешать. В подготовленную форму для пудинга поочередно слоями положить рис и яблоки. Смазать яйцом, полить растопленным сливочным маслом, посыпать сухарями и выпечь.

Пудинг с джемом

Состав: мука – 230 г, сливочное масло – 120 г, сахарная пудра – 120 г, яблоки – 500 г, яйца – 2 шт., сливовый джем – 70 г, молоко – 0,5 стакана, абрикосовый джем – 60 г, вода – 2 ст. ложки, соль.

Яблоки промыть, очистить, удалить сердцевину и нарезать тонкими ломтиками. Просеянную муку и соль смешать с сахарной пудрой, яйцами, молоком и сливочным маслом. Полученная смесь должна иметь консистенцию сметаны.

Форму смазать жиром, дно покрыть сливовым джемом, затем положить слой яблок, а сверху – подготовленную смесь. Выпекать при температуре 175 °С около часа. Перед подачей выложить в тарелку и полить горячим абрикосовым джемом, смешанным с кипяченой водой.

Шоколадный пудинг

Состав: молоко – 0,5 л, шоколад – 100 г, белый хлеб – 200 г, ванилин – 1 щепотка, соль, сахар – 100 г, яйца – 3 шт., апельсиновая или лимонная цедра, масло.

Кусочки шоколада растворить в кипящем молоке, добавить сахар, мелко нарезанный мякиш белого хлеба, ванилин, яичные желтки. Все хорошо вымесить. Добавить взбитые белки, соль, натертую цедру апельсина или лимона. Массу осторожно перемешать, вылить в смазанную жиром форму и выпечь в духовке.

Подавать с жареным или отварным картофелем.

Пудинг с орехами

Состав: сливочное масло – 100 г, мука – 200 г, молоко – 500 г, молотые жареные ядра грецкого ореха – 150 г, абрикосовый джем – 300 г, ром – 50 г, яйца – 8 шт., корица – 1 г, сахар – 250 г, соль.

Молоко, масло, щепотку соли хорошо перемешать, поставить на огонь и довести до кипения. Непрерывно помешивая кипящее молоко, засыпать в него муку. Массу охладить немножко и добавить к ней яичные желтки, растертые со 100 г сахара. Яичные белки взбить в крепкую пену с 70 г сахара, перемешать с молотым орехом и ввести в приготовленную ранее массу.

Форму смазать маслом, наполнить пудинговой массой, поставить в горячую духовку и запекать.

Абрикосовый джем вымесить с оставшимся сахаром, корицей, ромом и подать к пудингу.

Точно так же можно приготовить пудинг из лесного ореха.

Пудинг яичный паровой

Состав: яйца – 4 шт., сахарный песок – 150 г, ванилин или цедра лимонная (апельсиновая) – 1 щепотка, мука – 1,5 стакана, масло – 2 ст. ложки.

Желтки растереть с сахаром, добавить 4 столовые ложки теплой воды растопленное масло, пряности и просеянную муку, ввести взбитые белки, выложить массу в смазанную жиром форму, варить на пару до готовности. Когда введенная в массу деревянная щепочка (спичка) останется сухой и пудинг отойдет от краев формы, он будет готов. Опрокинуть форму с пудингом на тарелку. Подавать с горячим фруктовым соусом (из яблок, малины или сливы).

Кисели

Кисель из сухофруктов с сухарями

Состав: пшеничный хлеб – 200 г, сухофрукты – 100 г, сахар – 100 г, картофельный крахмал – 55 г, вода – 600 г.

Подсушенный хлеб залить водой, добавить замоченные сухофрукты и варить до размягчения, затем отвар процедить, добавить в него растворенный в воде крахмал и вновь довести до кипения.

Кисель из шиповника

Состав: сушеные плоды шиповника – 40 г, сахарный песок – 120 г, крахмал – 45 г, лимонная кислота.

Сушеные плоды шиповника перебрать, промыть в холодной воде, поместить в кастрюлю, залить горячей водой, закрыть крышкой, оставить на 1,5 часа для набухания, после чего варить в этой же воде до размягчения 10–15 минут. Готовый отвар процедить, добавить сахарный песок, лимонную кислоту, довести до кипения, ввести разведенный крахмал, быстро размешать и вновь довести до кипения.

Кисель разлить в порционную посуду и охладить.

Кисель из пареной калины

Состав: калина – 150 г, сахар – 100 г, крахмал – 40 г.

Калину положить в глиняный горшочек или кастрюлю, добавить немного воды, плотно закрыть крышкой и парить в духовом шкафу 2–3 часа. После этого калину протереть через сито, развести горячей водой, добавить сахар, довести до кипения и ввести разведенный крахмал.

Кисель из черники

Состав: черника – 150 г, сахарный песок – 120 г, крахмал – 45 г, лимонная кислота – 1 г.

Чернику перебрать, промыть, поместить в кастрюлю, залить горячей водой и варить до полного размягчения. Отвар процедить, размять, снова залить горячей водой и процедить. В отвар всыпать сахарный песок, добавить лимонную кислоту, нагреть его до кипения, снять с огня, влить разведенный крахмал, быстро размешать, довести до кипения, снять с плиты, разлить в порционную посуду, посыпать сахаром и охладить.

Кисель из вишни

Состав: вишня – 200 г, сахарный песок – 150 г, крахмал – 50 г.

Вишни перебрать, промыть в холодной воде, поместить в неокисляющуюся посуду и размять деревянным пестиком так, чтобы косточки остались целыми. Сок слить в фарфоровую посуду, а мезгу прокипятить 5 минут. В процеженный отвар добавить сахарный песок, нагреть до кипения, снять с огня, влить крахмал, нагреть до появления пузырьков, помешивать.

вая, добавить охлажденный сок и разлить в порционную посуду, посыпать сахаром и охладить.

Кисель смородиновый

Состав: смородина – 150 г, картофельная мука – 60 г или крахмал – 60 г.

Приготовленные ягоды перебрать, промыть горячей водой, размять деревянным пестиком или ложкой, добавить полстакана кипяченой холодной воды, перемешать и протереть через сито или же отжать через марлю. Выжимки от ягод залить двумя стаканами воды, поставить на плиту и прокипятить в течение 5 минут. После кипячения процедить, в приготовленный отвар поместить сахар, довести до кипения и влить картофельную муку, предварительно разведенную в кипяченой холодной воде, или крахмал, подготовленный таким же способом, дать еще раз закипеть. В готовый горячий кисель можно добавить ягодное пюре, хорошо все вымешать и разлить по стаканам.

Кисель из клюквы

Состав: клюква – 150 г, сахарный песок – 160 г, крахмал – 50 г.

Ягоды подготовить, то есть перебрать и промыть холодной водой. Затем размять в неокисляющейся посуде деревянным пестиком, развести небольшим количеством воды и отжать. Отжатый сок слить в фарфоровую посуду, накрыть крышкой и поставить на холод. Оставшуюся массу (мезгу) поместить в кастрюлю, залить горячей водой и кипятить в течение 5 минут, после чего процедить через марлю. В приготовленный отвар добавить сахарный песок и вновь довести его до кипения, снять кастрюлю с плиты и удалить с поверхности пену. Картофельный крахмал всыпать в отдельную посуду, развести холодной водой или соком и процедить. В горячий сахарный сироп влить подготовленный крахмал, быстро размешать деревянной веселкой или кондитерским венчиком и, непрерывно помешивая, нагреть до появления пузырьков.

После заваривания крахмала в кисель влить ранее отжатый сок и посыпать его сахаром.

Фруктовые сладкие блюда

Груши в ванильном соусе

Состав: груши – 2 шт., вода – 1 стакан, сахар – 1 ч. ложка; **для соуса:** яичные желтки – 1–2 шт., сахарный песок – 1 ст. ложка, ванилин – 2–3 щепотки, молоко – 1 стакан, картофельный крахмал – 1 ч. ложка.

Разрезанные пополам груши варить в сахарном сиропе до мягкости. Сваренные груши положить в салатник, охладить, полить холодным ванильным соусом и украсить свежими, предварительно нарезанными, или консервированными плодами.

Приготовить ванильный соус. Сахарный песок хорошо растереть с яичными желтками и крахмалом. Эту массу развести горячим молоком и непрерывно помешивая, проварить соус, не доводя до кипения, до загустения. В конце варки в соус добавить ванилин.

Дыня, начиненная черешней

Состав: дыня – 1 шт., черешня – 2 стакана, сахар – 2 ст. ложки.

Маленькую дыню разрезать пополам, удалить из нее мякоть и семена. Извлеченную мякоть мелко порезать и смешать с черешней, из которой предварительно удалить косточки. Все еще раз мелко порубить, можно посыпать сахарным песком. Приготовленной массой наполнить обе половинки дыни. Перед подачей к столу охладить.

Клубника с творогом

Состав: клубника – 800 г, сахар – 0,5 стакана, творог – 300 г, молоко – 1 стакан, ванилин – 1 щепотка.

Клубнику положить в порционные тарелки, посыпать сахаром и залить взбитой массой творога, смешанного с молоком и ванилином.

Клубника в ванильном креме

Состав: молоко – 2 стакана, сахарный песок – 0,5 стакана, ванильный сахар – 0,3 стакана, яйца – 2 шт., кукурузный или картофельный крахмал – 2 ст. ложки, сахарная пудра для взбивания белковой пены – 2 ст. ложки, клубника – 2 стакана.

В 1,5 стаканах молока размешать сахар, ванильный сахар; жидкость довести до кипения. В оставшемся молоке размешать яичные желтки, кукурузный крахмал. Массу примешать в кипящее молоко, довести до кипения и снять с огня. В густую белковую пену, взбитую из яичных белков, добавить сахар; пену снова взбить и примешать к горячему крему. Вымытую клубнику, с предварительно удаленной плодоножкой, нарезать кусочками и примешать к охлажденному крему. Массу выложить в вазу или салатницу, сверху украсить тертым шоколадом, клубникой.

Подавать на стол в охлажденном виде.

Малина с белковой пеной

Состав: яичные белки – 4 шт., сахарная пудра – 1 стакан, малина – 400 г.

Из яичных белков взбить густую белковую пену, добавить в нее сахар и снова взбивать до загустения. Мытую малину, предварительно устранив у нее плодоножки, размять и при- мешать к белковой пене. Готовую пену выложить в бокалы и подать в охлажденном виде с печеньем, кексами и сухариками.

Морковь и изюм со взбитыми сливками

Состав: сливки – 1 стакан, сахарная пудра – 1 ст. ложка, тертая морковь – 50 г, изюм – 1 горсть, лимонный сок.

Охлажденные сливки взбить, добавить сахар, тертую на мелкой терке морковь, изюм и лимонный сок. Приготовленную массу выложить в вазочки, украсить изюмом и подать на стол с печеньем.

Репа тушеная, с яблоками и изюмом

Состав: репа – 150 г, сливочное масло – 20 г, яблоки – 4 шт., изюм – 2 ст. ложки.

Репу очистить, мелко нарезать и потушить в сливочном масле до полуготовности. Добавить нарезанные ломтиками свежие яблоки, изюм, сахар по вкусу и довести до готов- ности.

Яблоки жареные

Состав: яблоки – 5–6 шт., пшеничная мука – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, яйцо – 1 шт., растительное или сливочное масло – 3–3,5 ч. ложки.

Очищенные и без сердцевин яблоки нарезать каждое на 4–6 частей, обмакнуть в яйцо, запанировать в муке или сухарях и жарить в разогретом масле 10–15 минут. Обжаренные яблоки посыпать сахарной пудрой. К яблокам можно подать молоко.

Сливовый студень

Состав: слива – 400 г, желатин – 4 ч. ложки, вода (для желатина) – 250 г, сахар – 2,5 ст. ложки.

Из слив удалить косточки, сварить в подслащенной воде, затем откинуть на дуршлаг и выложить в стеклянную посуду. Желатин замочить в холодной кипяченой воде на 30–40 минут и когда разбухнет, помешивая, нагревать до полного растворения. В подготовленный желатин добавить горячий отвар из слив (0,5 л) и довести до кипения. Полученной смесью залить сливы и дать застыть. Можно подавать студень со взбитыми сливками.

Чернослив, фаршированный творогом

Состав: чернослив – 150 г, творог – 60 г, сахар – 1,5 ст. ложки, толченые ядра орехов – 30 г, ликер – 15 г.

Из чернослива вынуть косточки и нафаршировать творогом, протертым с сахарным песком. Выложить горкой на небольшую сковороду и запечь в духовке. Готовый чернослив полить ликером и посыпать измельченными орехами. Подать фаршированный чернослив горячим.

Шарики лимонно-морковные

***Состав:** тертая морковь – 1 кг, сахар – 800 г, тертая цедра или сок одного лимона, сахарная пудра для обкатки.*

Очистить морковь, натереть на мелкой терке, добавить к ней сахар, тертую цедру и лимонный сок и тушить на умеренном огне, помешивая, под крышкой примерно 15–20 минут.

Снять крышку и тушить морковь до полного испарения сока. Когда масса станет густой и клейкой, снять ее с огня и охладить. Сформовать шарики из чуть теплой массы величиной в грецкий орех и обкатать в сахарной пудре. Подсушить шарики в теплой духовке.

Закуска из чернослива с орехами и чесноком

***Состав:** чернослив – 250 г, толченые ядра орехов – 1 стакан, чеснок – 1–2 дольки, майонез – 5–6 ст. ложек, сахар – 1 ч. ложка, лимонный сок, соль по вкусу.*

Из подготовленного чернослива удалить косточки. Ядра орехов растереть с измельченным чесноком до получения однородной массы. Добавив соль, постепенно влить, растирая, лимонный сок или разведенную лимонную кислоту. Растереть массу до тех пор, пока она не станет белой. Полученной массой нафаршировать чернослив. При подаче его положить в салатник, залить майонезом, смешанным с сахарным песком, посыпать зеленью петрушки.

Сладкий полдник

Особые супы

Тюря с молоком

Состав: пшеничный хлеб – 200 г, молоко – 3–4 стакана, сахар, мед или варенье – 3–4 ч. ложки.

Хлеб разломать на кусочки, залить теплым молоком, выдержать до размягчения хлеба. Перед едой можно добавить сахарный песок либо варенье или мед.

Молочный суп с тыквой

Состав: нарезанная тыква – 400 г, вода – 2 стакана, рис – 0,5 стакана, молоко – 5 стаканов, соль.

Очищенную тыкву нарезать крупными кубиками, положить в миску и залить водой. В кастрюлю налить воду, посолить, когда закипит, всыпать перебранный рис, варить его до полуготовности. Затем влить молоко, дать закипеть и положить подготовленную тыкву. Варить еще 25–30 минут, снять с огня и дать отстояться под крышкой 5–10 минут. Подать на стол в пиалах в горячем или в холодном виде.

Суп апельсиновый с тыквой и орехами

Состав: апельсины – 2 шт., тыква – 300 г, миндальные орехи – 20 шт., мед – 2 ст. ложки, вода – 4 стакана.

Тыкву очистить и натереть на крупной терке. Орехи очистить от скорлупы, обдать кипятком, снять коричневую пленку, а ядра потолочь. Апельсины с цедрой нарезать тонкими ломтиками. Подготовленные продукты соединить, залить кипящей водой и кипятить 5 минут. Охладить и добавить мед.

Суп персиковый с ромашкой

Состав: персики – 5 шт., цветочные корзинки аптечной ромашки – 5 шт., мед – 1 ст. ложка, вода – 4 стакана.

Цветочные корзинки свежей аптечной ромашки промыть, мелко порубить, залить горячей водой, довести до кипения и дать настояться 10 минут. Отвар процедить, добавить в него мед и половинки персиков без косточек. Еще раз довести до кипения.

Суп из яблок и чернослива со свеклой

Состав: яблоки – 2 шт., свекла (маленькая) – 1 шт., чернослив – 20 шт., сахар – 1 ст. ложка, вода – 4 стакана.

Промытый чернослив залить двумя стаканами воды, проварить 3 минуты, отвар слить, из чернослива удалить косточки. Яблоки очистить от кожицы и семенного гнезда, очистки

залить водой и отварить до мягкости. В горячий процеженный яблочный отвар добавить отвар из чернослива, чернослив, нарезанные дольками яблоки, сахар, натертую на крупной терке свеклу и довести смесь до кипения.

Суп из кураги с рисом

Состав: курага – 200 г, рис – 2 ст. ложки, сахарный песок – 3 ст. ложки, сливки – 0,5 стакана, вода – 4 стакана.

Курагу перебрать, промыть, порезать, добавить сахар, залить кипятком, накрыть крышкой и настаивать 2–3 часа, после чего добавить вареный рис и сливки. Подать к столу холодным.

Яблочный суп с лапшой

Состав: яблоки (лучше антоновские) – 500 г, вода – 0,75 л, сахар, мука – 1 ст. ложка, соль – 0,25 ч. ложки, сметана – 0,5 стакана, лапша – 50 г.

Яблоки без кожицы и сердцевинки нарезать кубиками. Воду немного посолить, добавить сахар, яблоки и, доведя до кипения, заварить мукой. Отдельно сварить лапшу. При подаче в тарелку положить сваренную лапшу, налить суповую основу и заправить сметаной. Можно подавать суп и холодным.

Яблочный суп с сухарями

Состав: яблоки – 500 г, ржаные сухари – 50 г, молоко – 1 л, сливочное масло – 0,5 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, молотая корица – 1 ч. ложка, соль.

Молотые сухари растереть с сахаром, перемешать с корицей и, залив горячим молоком, довести до кипения, после чего заправить маслом, слегка посолить. Дольки яблок положить в тарелки и залить подготовленной жидкостью.

Суп из вишен с варениками

Состав: вишня – 60 г, сахарный песок – 50 г; **для вареников:** мука – 25 г, молоко или вода – 10 г, яйца – 0,2 шт., сливочное масло – 3 г, вишня – 60 г, сахарный песок – 15 г, сметана – 30 г, соль.

Вишни перебрать, помыть и поделить на две части. В одной удалить косточки, а остальные вишни размять вместе с косточками, залить холодной водой и варить 5–6 минут. Отвару дать настояться около получаса, процедить его через сито и протереть ягоды. В процеженный отвар добавить сахар, довести до кипения и охладить. Приготовить пресное тесто для вареников, раскатать его и сделать вареники с вишнями. К вишням без косточек добавить сахар. Вареники сварить в кипящей воде, охладить, положить в тарелки и залить отваром от вишен. Подать со сметаной.

Суп из вишен с рисом

Состав: вишня – 300 г, рис – 4–5 ст. ложек, сахар – 0,5 стакана.

Вишни промыть, вынуть из них косточки. Косточки залить четырьмя-пятью стаканами горячей воды, положить сахар, вскипятить и процедить. В полученный отвар засыпать рис и варить в течение 30 минут. За 5 минут до окончания варки прибавить очищенные вишни.

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.