



Эдуард Алькаев

СЛАДКИЕ БЛЮДА И
НАПИТКИ



Вкусные секреты от Алькаева

ГОТОВИМ БЫСТРО
И ВКУСНО

Эдуард Николаевич Алькаев

Сладкие блюда и напитки

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=639275

Э.Н. Алькаев. *Сладкие блюда и напитки: Центрполиграф, Полюс;*
Москва; 2001

ISBN 5-227-01181-8, 5-93052-021-6

Аннотация

Известный кулинар Эдуард Алькаев приводит в своей книге рецепты и способы приготовления сладких блюд и напитков, всевозможных киселей, компотов, желе, кремов, масс, суфле, пудингов, чаев, кофе, коктейлей и прочих десертных блюд, которыми обычно завершают обед, завтрак или ужин. Сладкие блюда и напитки, приготовленные по советам признанного мастера, придутся по вкусу и взрослым и детям, к тому же приятны на вкус, полезны и питательны.

Содержание

Вступление	6
Сладкие блюда	13
Кисели	17
Кисель из сухофруктов с сухарями	17
Кисель из сушеных яблок	17
Кисель из сушеной черники	17
Кисель из шиповника	18
Кисель из пареной калины	18
Кисель из повидла, джема или варенья	19
Кисель из абрикосов или кураги	19
Кисель из алычи	20
Кисель из вишни	20
Кисель из клюквы	21
Кисель из клюквы густой	21
Кисель из крыжовника	22
Кисель лимонный	22
Кисель из моркови	23
Кисель из ревеня с молоком или взбитыми сливками	23
Кисель из свекольного отвара со сметаной	24
Кисель смородиновый	24
Кисель из тыквы	25
Кисель из черники	25

Кисель из яблок	26
Кисель из яблок густой с сиропом	26
Кисель «цветной»	27
Кисель квасной	27
Кисель шоколадный	28
Кисель из какао	28
Кисель молочный	29
Кисель из черного хлеба	29
Компоты	31
Компот из смеси свежих плодов	31
Компот из консервированных фруктов	31
Компот из замороженных фруктов и ягод	32
Компот «Богатырь»	32
Компот из чернослива, изюма, кураги	33
Компот из сушеных груш	34
Компот из свежих абрикосов или из слив	34
Компот из бананов	34
Компот из винограда	35
Компот из вишни или черешни	35
Компот из дыни	36
Компот из земляники (малины)	36
Компот из клубники	36
Компот из крыжовника	37
Компот из свежих персиков	37
Компот из тыквы с клюквой	37
Компот из свежих яблок	38

Компот из яблок с вином	38
Компот из яблок и калины	39
Компот из свежих яблок и мандаринов	39
Компот из свежих яблок и слив	40
Компот из помидоров	40
Компот из ревеня	41
Компот из свеклы	41
Компот с манной крупой	41
Желе, муссы, самбуки	43
Желе с консервированными фруктами	43
Желе из ягод	43
Желе из апельсинового сока	44
Желе из свежих вишен с красным или токайским вином	44
Желе с вишней и крыжовником	45
Желе из груш с вином	45
Конец ознакомительного фрагмента.	47

Эдуард Алькаев

Сладкие блюда и напитки

Вступление

Сладкие блюда и напитки обыкновенно завершают обед, ужин или завтрак. Это кисели, компоты, муссы, желе, самбуки, пудинги, чай, кофе и т. п. «Еда, – утверждал И. П. Павлов, – начатая с удовольствием вследствие потребности в еде, должна и закончиться им же, несмотря на удовлетворение потребности, причем объектом этого удовольствия является вещество, почти не требующее на себя пищеварительной работы... – сахар».

Сладкие блюда не только вкусны, но и весьма питательны. Большинство их содержит значительное количество Сахаров. Некоторые сладкие блюда, как, например, сливочное мороженое, крем и т. п., богаты жирами, а такие блюда, как творожный пудинг, воздушный пирог, – белками. Кроме того, ряд сладких блюд содержит также витамины, минеральные соли, необходимые организму человека.

Сладкие блюда и напитки являются важным источником легкоусвояемого сахара. Без углеводов, которые в нем содержатся, человеку просто не обойтись. Однако следует помнить, что собственно за счет сахара должна покрываться

примерно 1/3 всей потребности в них, а остальная часть – за счет круп, картофеля, муки, фруктов, ягод. Как известно, сахарный песок тормозит выделение желудочного сока и активизирует выделение поджелудочного. Поэтому сладкие блюда нужно подавать после сытного обеда, не раньше чем минут через 5 – 10. Роль сладких блюд в питании человека определяется не столько их калорийностью, сколько высокими вкусовыми качествами. Однако не следует забывать, что в наше время резко сниженных физических нагрузок избыточное поступление в организм Сахаров приводит к тучности и ожирению. Очень важно обращать внимание на то, чтобы в состав десертных блюд входило больше свежих фруктов, ягод, плодов, которые являются носителями витаминов, минеральных солей и других органических веществ.

Особенно ценятся свежие плоды, так как в них содержатся легко усваиваемые сахара – глюкоза и фруктоза. Кроме того, в них имеются фруктовые кислоты (яблочная, лимонная, винная), соединения железа, витамины и ферменты. Легко усваиваемыми сахарами – глюкозой и фруктозой – богаты виноград, яблоки, вишни, сливы, абрикосы, персики и др.

Плоды и ягоды являются одним из ценнейших источников минеральных веществ (калия, натрия, кальция, железа, фосфора, хлора, магния и др.). Важными элементами для нашего питания являются кальций и железо. Кальций в значительном количестве содержится в некоторых плодах, осо-

бенно в ягодах – землянике, малине. Железом наиболее богаты лесная земляника, черника и виноград. Калия больше всего содержится в косточковых плодах, а магния – в ежевике, малине, землянике.

Исключительное значение в питании приобретают плоды и ягоды благодаря содержанию в них витаминов А, В, С, Р; особенно они богаты витамином С. Больше всего витамина С в плодах шиповника, незрелых грецких орехах, черной смородине, лимонах, апельсинах. Плоды рябины, абрикоса, шиповника богаты провитамином А – каротином. Физиологическое действие этого вещества такое же, как и витамина А, так как в организме человека каротин переходит в витамин А. Витамины группы В содержатся в апельсинах, яблоках и грушах; в лимонах, грейпфрутах, черной смородине имеется витамин Р.

Большое значение для сохранения витаминной ценности сладких блюд из свежих плодов и ягод имеет правильная холодная обработка фруктов. Не следует хранить длительное время очищенные и особенно нарезанные плоды, надо следить за тем, чтобы плоды и ягоды не соприкасались с железной или медной посудой и т. п.

При изготовлении киселей, муссов, желе сок из свежих ягод следует отжимать и вводить в блюдо в конце его приготовления.

Органические кислоты, содержащиеся в плодах, в сочетании с сахарами плодов придают им приятный, кисловатый

вкус. Наиболее распространенными кислотами являются яблочная, винная и лимонная, которые называют фруктовыми кислотами.

В кулинарной практике для предохранения от потемнения очищенных от кожицы и нарезанных яблок, айвы, груш или других плодов их либо обрабатывают паром, либо опускают в подкисленную холодную воду. При этом разрушаются ферменты, вызывающие окисление дубильных веществ.

Свежие плоды непосредственно употребляют в пищу только в зрелом состоянии. Поэтому большое значение имеет широкое использование консервированных фруктов (сушеных, быстрозамороженных и т. п.).

Сушеные фрукты очень питательны и вкусны. Затрата труда и времени на их кулинарную обработку значительно ниже по сравнению с обработкой сырых продуктов. Из сушеных фруктов готовят компоты, кисели, желе, муссы, а также начинки для пудингов и сладких пирогов.

Замороженные плоды и ягоды по своим вкусовым достоинствам, питательности, содержанию витаминов почти не отличаются от свежих. В то же время они выгодно отличаются от фруктовых компотов (консервов) тем, что не подвергаются стерилизации, т. е. нагреванию при температуре выше 100°C , вследствие чего в них лучше сохраняются вкусовые качества и питательные свойства свежих плодов. Замороженные плоды могут употребляться после размораживания как десерт, а также в качестве полуфабриката для приго-

товления компотов, фруктовых салатов, мороженого и других сладких блюд.

Для придания аромата, запаха, вкуса при изготовлении сладких блюд применяют ваниль, ванилин, эссенции: ромовые, коньячные, лимонные и т. д. Ванилин, также как и ваниль, добавляют в сладкие блюда только после тепловой обработки, иначе исчезает аромат. Для желирования сладких блюд используют агар (морские водоросли) и желатин. Их перед употреблением промывают, замачивают в большом количестве холодной кипяченой воды, а после набухания излишки ее сливают. На 1 часть желатина берут, как правило, 8 весовых частей воды.

Для приготовления многих сладких блюд применяют также взбитые сливки и куриные яйца. Это в свою очередь делает обязательным соблюдение ряда кулинарных и гигиенических правил. Прежде всего необходимо внимательно следить за сроком годности этих продуктов. Одним несвежим яйцом можно испортить большое количество продуктов. Для приготовления взбитых белков их осторожно отделяют от желтка и взбивают охлажденными. После качественного взбивания они должны увеличиться в объеме в 7 – 8 раз.

Молоко используется в разных видах для приготовления кремов, мороженого, молочных сладких напитков и т. п.

Для приготовления крупяных, мучных и других сладких блюд, а также молочных киселей молоко вводится в натуральном виде, а также сгущенное и сухое.

Сливки в большинстве случаев вводятся взбитыми. Непосредственно перед использованием сливки процеживают в неокисляющуюся посуду и охлаждают. Чем меньше жира содержат сливки, тем сильнее следует охлаждать их перед взбиванием. Взбивание нужно производить в холодном помещении. Сливки взбивают до тех пор, пока объем их не увеличится в 2 – 2,5 раза.

Для приготовления сладких блюд в основном используют сахарный песок. Во многие блюда сахар вводят в виде сиропа или пудры. Чтобы получить сироп, сахар растворяют в воде, нагревают до кипения, удаляют образующуюся пену и процеживают.

Посуда, в которой подаются сладкие блюда и напитки, должна быть абсолютно чистой и соответствовать помещению в нее изделию. Для горячих сладких блюд посуду нужно подогреть, а для холодных – охладить.

В качестве украшений используют кремы, глазури, пасты, цукаты и т. п. Это делает сладкие блюда особенно привлекательными на вид.

Сладкие блюда очень часто не всегда правильно замещают словом десерт. Следует отметить, что между этими близкими по значению терминами все же существуют различия. К десертам относятся только фрукты, ягоды, их соки, фруктово-ягодное желе, муссы, то есть только легкие освежающие сладкие блюда. Сладкие же тяжелые блюда – пирожные, кексы, шарлотки, кисели и т. п. – к десертам не относятся. Из

горячих напитков к десертам по-прежнему относятся чай и кофе, тонизирующие общее состояние, ускоряющие процесс пищеварения и снимающие ощущение тяжести после обеда.

Сладкие блюда

В кулинарии все сладкие блюда подразделяют на несколько основных групп:

1. Компоты.
2. Желированные блюда – кисели, желе, муссы, самбуки, кремы.
3. Горячие сладкие блюда – мучные, крупяные и т. д.
4. Мороженое и парфе.
5. Соусы, сиропы.

Кроме прочего, существуют разнообразные сладкие блюда, которые по составу входящих в них компонентов и способу приготовления трудно отнести к какому-либо определенному виду сладких блюд. Некоторые сладкие блюда (например, самбуки) готовят из других сладких блюд либо используют в качестве украшения (кремы, глазури, цукаты и прочие).

К самым распространенным сладким блюдам относятся компоты, кисели, муссы, самбуки, желе, кремы, мороженое.

Компоты. Для приготовления компота отбирают неповрежденные свежие фрукты, промывают, очищают их и в зависимости от величины нарезают на дольки или варят целыми до мягкости. При варке компота из сухофруктов их предварительно тщательно промывают, а затем заливают холодной водой и варят до мягкости, добавив сахарный песок по

вкусу. Замороженные фрукты сначала размораживают при комнатной температуре, а затем варят компот, как из свежих фруктов.

Кисели. Старинное русское блюдо, по наличию витаминов не уступающее апельсиновому соку. Кисели готовят из свежих, консервированных ягод и фруктов, из ягодных и консервированных соков, сиропов, пюре, молока. Они могут быть густой, полужидкой и жидкой консистенции, что зависит от количества добавляемого крахмала. Для приготовления киселей из фруктов и ягод сначала готовят сок или пюре, а из мезги – отвар. В отвар добавляют сахарный песок, нагревают его затем до кипения, снимают с огня, заваривают крахмал, вливая его при быстром размешивании, и нагревают кисель до появления мелких пузырьков. Картофельный крахмал разводят четырехкратным количеством отжато-го сока или воды. В кисель, только что снятый с плиты, добавляют сырой ягодный сок. Готовый кисель разливают в порционную посуду (креманки, вазочки, стаканы, формочки) и посыпают сахарной пудрой для предупреждения пленки. Готовые кисели должны иметь густую консистенцию без комков. Цвет и запах их должны соответствовать используемым продуктам; в яблочный и молочный кисели можно добавлять ванилин.

Желе. Фруктовые желе обычно готовят из соков, которые уваривают с сахаром, с добавлением в них желатина. Однако блюда, приготовленные с желатином, не подлежат хране-

нию. Вот почему многие хозяйки вместо добавления желатина просто увеличивают уваривание сахара и срок варки, что позволяет хранить желе в стеклянной посуде на холоде.

Этим желе можно желировать целые, а также нарезанные дольками фрукты, ягоды. Можно сделать при помощи формы желированную «рубашку» для взбитых сливок, можно также разлить желе в маленькие формочки и подать как самостоятельное блюдо со сливками или с сиропом.

Все виды непрозрачных (нефруктовых) желе, приготовляемых с использованием молока, яиц, манной крупы или муки на желатине, с добавлением сахара, пряностей и ароматизаторов, называются *блманже*.

Муссы. Желирующим веществом для муссов служит желатин или манная крупа, а сиропы для них готовятся так же, как и для желе. При взбивании объем смеси увеличивается в два-три раза. После взбивания мусс разливают в формочки или на протвешки. Подают мусс с сиропом, ликером, вином, свежими ягодами, взбитыми сливками.

Самбуки. В самбуках желирующими веществами служат желатин и пектин, который содержится в яблоках и абрикосах. Для самбука яблоки моют очищают, вырезают сердцевину и нарезают на дольки. Абрикосы разрезают пополам и удаляют косточки. Таким образом подготовленные яблоки и абрикосы помещают на противень, посыпают сахаром, подливают немного воды и запекают в жарочном шкафу. Остывшие готовые фрукты протирают через сито, добавляют в них

сахарный песок, охлажденный яичный белок и взбивают до увеличения в объеме в 1,5 – 2 раза. Затем тонкой струйкой вливают замоченный в воде и растопленный на плите желатин, быстро перемешивают, разливают в подготовленные формы и охлаждают. При подаче к столу самбук поливают сиропом, отдельно подают ликер, хорошее вино.

Кремы. Кремы готовятся на разной основе: на сметане, на яичных желтках и фруктово-ягодных смесях, на сливках не менее 20%-й жирности. Сливки при этом взбивают в пышную пену, прибавляют к ним яично-молочную смесь с растворенным в ней сахаром и желатином, а также различные вкусовые и ароматические добавки. Крем охлаждают в формах, а перед подачей выкладывают на десертные тарелки, в креманки, вазочки.

Мороженое – одно из самых известных и любимых сладких блюд. Как правило, его готовят следующим образом: яйца, тщательно растертые с сахаром, соединяют с горячим кипяченым молоком и, непрерывно помешивая, нагревают до загустения, вводят различные добавки и охлаждают.

Парфе является одним из видов мороженого – это сливки, взбитые с сахаром с добавлением ванилина и охлажденные.

Кисели

Кисель из сухофруктов с сухарями

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.

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

Кисель из сушеных яблок

Яблоки замочить на 3 – 4 часа, затем варить в этой же воде. Вначале довести до кипения и варить 30 минут при слабом нагреве. Отвар слить, яблоки протереть, положить в отвар, добавить сахар и довести до кипения, заварить разведенным в охлажденном отваре крахмалом.

Состав: яблоки – 200 г, сахар – 5 ст. ложек, крахмал – 3 ст. ложки, вода – 2 л.

Кисель из сушеной черники

Чернику перебрать, промыть теплой водой, положить в

посуду, залить холодной водой и варить до полного размягчения. Ягоды размять, отвар процедить через марлю, сложенную в несколько слоев, чтобы в кисель не попали мелкие зерна черники. В отвар добавить сахар, лимонную кислоту или сок клюквы, довести до кипения, влить разведенный крахмал и заварить кисель.

Состав: черника сушеная – 250 г, сахар – 250 г, крахмал – 100 г, вода – 2,2 л, лимонная кислота.

Кисель из шиповника

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.

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

Кисель из пареной калины

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.

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

Кисель из повидла, джема или варенья

Повидло, джем или варенье поместить в посуду, развести горячей водой, тщательно размешать, проварить 6 минут, процедить через сито и одновременно слегка протереть. Приготовленный сироп вновь нагреть, всыпать сахарный песок, влить крахмал, быстро размешать и довести до кипения.

Затем кисель разлить в посуду, посыпать сахаром и охладить.

Состав: повидло, джем или варенье – 150 г, сахарный песок – 40 г, крахмал – 35 г.

Кисель из абрикосов или кураги

Абрикосы промыть в теплой воде, удалить из них косточки, поместить в кастрюлю, залить горячей водой и кипятить 6 минут. Курагу промыть в теплой воде и варить до готовности. Сваренные абрикосы или курагу вместе с отваром протереть через сито, добавить сахарный песок, нагреть до кипения, влить крахмал и нагревать до появления пузырьков.

Готовый кисель разлить в порционную посуду, посыпать

сахаром и охладить.

Состав: абрикосы – 200 г или курага – 150 г, сахарный песок – 150 г, крахмал – 50 г.

Кисель из алычи

Плоды залить горячей водой, варить до полного разваривания, протереть, понемногу вливая отвар. Затем добавить сахар, довести смесь до кипения, влить разведенный охлажденным отваром крахмал. Кисель довести до кипения и охладить.

Состав: вода – 800 г, алыча – 100 г, сахар – 4 ст. ложки, картофельный крахмал – 3 ч. ложки.

Кисель из вишни

Вишни перебрать, промыть в холодной воде, поместить в неокисляющую 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, помешивая, добавить охлажденный сок и разлить в порционную посуду, посыпать сахаром и охладить.

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

Кисель из клюквы

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.

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

Кисель из клюквы густой

Кисель готовят так же, как описано выше, но с большим количеством крахмала. Готовый кисель разлить в порцион-

ную посуду, посыпать сахаром и охладить.

Подать такой кисель с молоком или сливками.

Состав: клюква – 200 г, сахарный песок – 200 г, крахмал – 50 г, молоко или сливки.

Кисель из крыжовника

Из 3 стаканов воды и сахара сварить сироп, всыпать в него ягоды и варить до разваривания. Помешивая жидкость, влить в нее разведенный холодной водой крахмал, довести до кипения, снять с плиты. Разлить кисель по мелким тарелкам, посыпать сахаром, охладить. Подавать с молоком.

Состав: вода – 1 л, крыжовник – 300 г, крахмал – 3 ст. ложки, сахар, молоко.

Кисель лимонный

Воду вскипятить с сахаром, добавить цедру и лимонный сок, еще раз вскипятить, процедить. Снова поставить на огонь и непрерывно размешивая, влить тонкой струйкой смесь из крахмала и 200 мл чуть теплой воды. Как только запузырится и загустеет, снять с огня, охладить, подать со сливками или молоком.

Состав: вода – 800 мл, сахар – 1 стакан, цедра 1 лимона, сок 1,5 лимонов, крахмал – 0,4 стакана.

Кисель из моркови

Морковь очистить, натереть на крупной терке, залить кипятком и варить до мягкости. Затем добавить сахар, клюквенный или лимонный сок, разведенный холодной водой крахмал, довести до кипения, вылить на блюдо и посыпать сахаром. Подать охлажденным с молоком.

Состав: морковь – 300 г, вода – 0,5 л, сахар – 1 стакан, лимонный или клюквенный сок – 1 ст. ложка, крахмал – 2 ст. ложки.

Кисель из ревеня с молоком или взбитыми сливками

Ревень очистить, промыть, нарезать кусочками, положить в кипящую воду, всыпать сахар, корицу и довести до готовности. Добавить крахмал, разведенный холодной водой, и прокипятить. Готовый кисель разлить в стаканы, посыпать сахаром и охладить. Подать с холодным молоком или сливками.

Состав: ревень – 500 г, сахар – 1 стакан, крахмал – 2 ст. ложки, корица, молоко или сливки.

Кисель из свекольного отвара со сметаной

У свеклы срезать корневые побеги, ботву. Корнеплоды промыть, залить горячей водой, добавить немного лимонной кислоты и отварить. Отвар процедить, довести до кипения. Частью охлажденного отвара развести картофельный крахмал и помешивая, влить его в горячий отвар. Довести до кипения и снять с плиты. Разлить кисель в стаканы и охладить. Затем, не размешивая его, добавить сметану или подать ее отдельно.

Состав: свекольный отвар – 1 л, крахмал – 50 г, лимонная кислота – 2 г, сметана – 200 г.

Кисель смородиновый

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 та-

ким же способом, дать еще раз закипеть. В готовый горячий кисель можно добавить ягодное пюре, хорошо все вымешать и разлить по стаканам.

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

Кисель из тыквы

Очистить тыкву и натереть ее на мелкой терке. Развести холодным молоком крахмал и влить в горячее молоко. Довести до кипения, не переставая помешивать. Добавить ванилин, сахарный песок, соль, тертую тыкву, размешать и прогреть.

Подать с ягодным соком (красной смородины или малины).

Состав: тыква – 1,1 кг, молоко – 1 л, сахарный песок – 150 г, крахмал – 100 г, ванилин, фруктовый сок – 200 г.

Кисель из черники

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.

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

Кисель из яблок

Свежие яблоки тщательно промыть, нарезать на тонкие ломтики, поместить в посуду, залить горячей водой и варить 15 – 20 минут. Сушеные яблоки после промывания замочить в горячей воде на 2 часа, после чего варить 30 минут. Когда яблоки разварятся, отвар слить через частое сито, а яблоки протереть. Пюре соединить с отваром, всыпать сахарный песок, добавить лимонную кислоту, размешать деревянной веселкой и довести до кипения, влить крахмал, нагреть до появления пузырьков.

Затем разлить кисель в порционную посуду и охладить.

Состав: свежие яблоки – 300 г или сушеные – 100 г, сахарный песок – 120 г, крахмал – 40 г, лимонная кислота – 1 г.

Кисель из яблок густой с сиропом

Кисель приготовить так же, как описано в предыдущем рецепте, но с большим количеством крахмала. Кисель, проварив 2 – 3 минуты, разлить в порционную посуду и охладить.

Для приготовления сиропа клюкву, клубнику или малину перебрать, тщательно промыть, размять деревянным пестиком, отжать сок, после чего мезгу залить горячей водой и прокипятить. Готовый отвар процедить через сито. Растворить в нем сахарный песок, довести до кипения, ввести отжатый сок и охладить.

Подать кисель с сиропом.

Состав: свежие яблоки – 300 г, сахарный песок – 120 г, крахмал – 80; **для сиропа:** клюква или клубника – 30 г или малина – 40 г, сахарный песок – 50 г, лимон – 1 шт.

Кисель «цветной»

Из клюквы и черешни сварить густые кисели, как указано в предыдущих рецептах. Разлить в формочки клюквенный кисель, когда он застынет, долить в эти же формочки кисель из черешни, когда застынет и этот, опустить формочку в горячую воду на 10 секунд и быстро переложить кисель на тарелку.

Отдельно можно подать молоко или сливки.

Состав: клюква – 100 г, черешня – 100 г, сахарный песок – 100 г, крахмал – 100 г, молоко – 1 л.

Кисель квасной

Вскипятить квас, добавив сахар, немного корицы, при же-

лании – лимонной цедры. Крахмал развести в 200 мл холодного кваса и влить тонкой стрункой в кипящий квас. Непрерывно помешивая, вскипятить еще раз, снять с огня, перелить в подходящее глубокое фарфоровое блюдо, предварительно смоченное холодной кипяченой водой и посыпанное сахарным песком, остудить и подать. Этот кисель можно варить и не сладким, а лишь перед подачей посыпать сахарным песком.

Состав: домашний хлебный квас – 1 л, сахар – 1 стакан, немного корицы, крахмал – 3 ст. ложки.

Кисель шоколадный

В какао-порошок всыпать сахарный песок, добавить горячую воду и вымешать так, чтобы состав получился однородным. Потом влить молоко, тщательно размешать, добавить готовый крахмал и довести до кипения.

Подавать с вареньем или джемом.

Состав: какао-порошок – 50 г, сахарный песок – 80 г, крахмал – 45 г, молоко – 1 л, варенье или джем – 100 г.

Кисель из какао

Порошок какао смешать с сахаром, разбавить стаканом кипящего молока. В стакане холодного молока развести крахмал. В кастрюле вскипятить остальное молоко и ка-

као, добавить ванилин, добавить разведенный картофельный крахмал, размешать, прогреть и снять с огня. Кисель разлить в порционную посуду, посыпать сахаром. Подавать со сливками или ванильным соусом.

Состав: молоко – 1 л, картофельный крахмал – 3 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки, какао – 2 ст. ложки, ванилин – 1 щепотка.

Кисель молочный

В приготовленную кастрюлю влить 3 стакана молока, прокипятить и добавить сахар. Крахмал развести в стакане холодного молока или кипяченой воды, влить в кипящее молоко и, помешивая, прокипятить в течение 5 минут на тихом огне. Для аромата в кисель добавить ванилин или миндальную эссенцию или снятую мелкой теркой цедру с лимона или апельсина. Все это перемешать и разлить в креманки или чашки. Когда кисель застынет, его можно выложить на десертные тарелки.

Состав: молоко – 4 стакана, сахарный песок – 100 г, крахмал – 60 г, ванилин, цедра лимона или апельсина.

Кисель из черного хлеба

Ржаные сухари залить кипятком, немного проварить и протереть через сито. В полученную массу всыпать сахар,

положить предварительно замоченные сухофрукты и варить до мягкости сухофруктов. Затем добавить разведенный холодной водой крахмал, довести до кипения, вылить на блюдо, посыпать сахаром и охладить. Подать с молоком.

Состав: ржаные сухари – 200 г, вода – 1 л, сухофрукты – 100 г, сахар – 4 ст. ложки, крахмал – 1,5 ст. ложки.

Компоты

Компот из смеси свежих плодов

Очищенные яблоки и груши нарезать дольками, предварительно удалив сердцевину; у абрикосов и черешен удалить косточки. Промытые фрукты залить двумя стаканами воды и варить с сахаром минут 10 – 15, в смесь добавить лимонную кислоту для предохранения очищенных плодов от потемнения.

Для улучшения вкуса в готовый компот добавить виноградное вино.

Состав: яблоки – 100 г, груши – 100 г, абрикосы – 100 г, черешня – 100 г, сахар – 1 стакан, лимонная кислота – 1 г, виноградное вино – 2 ст. ложки, вода – 3 стакана.

Компот из консервированных фруктов

Консервированные фрукты (яблоки, груши, персики, черешня и т. д.) перед подачей на стол разложить в вазочки (причем крупные фрукты необходимо разрезать на дольки), после чего залить сиропом. Для улучшения вкуса компота рекомендуется сироп из консервированных фруктов предварительно слить в кастрюлю, добавить по вкусу сахарный пе-

сок и, если требуется, лимонный сок или лимонную кислоту, все это прокипятить и охладить. В горячий сироп для аромата можно добавить лимонную или апельсиновую цедру, а в охлажденный – немного вина или ликера.

Готовые компоты можно смешивать.

Компот из замороженных фруктов и ягод

Замороженные фрукты или ягоды (слива, вишня, клубника, малина и т. п.) могут быть использованы для приготовления компота так же, как и свежие. Замороженные фрукты сполоснуть охлажденной кипяченой водой, уложить в вазочки попеременно с ягодами и залить предварительно сваренным и охлажденным сиропом. Для приготовления сиропа сахарный песок развести 1,5 – 2 стаканами воды и дать ему прокипеть.

Для улучшения вкуса в сироп рекомендуется добавлять немного вина (портвейн, мускат), ликера или коньяка.

Состав: замороженные фрукты – 500 г, сахарный песок для сиропа – 0,7 стакана, вино.

Компот «Богатырь»

Яблоки, груши, персики освободить от косточек, сердцевин, нарезать дольками и поставить варить в сиропе с ви-

ном (см. рецепт «Компот из яблок с вином») до готовности. Сливы, абрикосы, черешню, вишню обработать, но не варить. Малину, красную, черную смородину перебрать и промыть холодной водой. Срезать с арбуза макушку по окружности, удалить ложкой мякоть, оставляя 1 см на стенках. Мякоть нарезать кубиками (без зерен).

В пустой арбуз аккуратно заложить мякоть арбуза, сливы, абрикосы, смородину, малину и залить охлажденным компотом из яблок, груш, персиков.

При подаче арбуз поставить на стол, закрыть макушкой, рядом положить половник для разлива компота.

Состав: яблоки – 150 г, груши – 150 г, персики – 100 г, малина – 75 г, красная смородина – 50 г, черная смородина – 40 г, слива – 40 г, абрикосы – 100 г, черешня – 50 г, вишня – 50 г, сахарный песок для сиропа – 200 г, мадера – 50 г, вода – 700 г, арбуз – 1 шт.

Компот из чернослива, изюма, кураги

Чернослив, изюм, курагу промыть 2–3 раза в теплой воде. В кастрюлю всыпать сахарный песок, залить его 3 стаканами горячей воды, положить чернослив и варить 15 минут при медленном кипении. После этого положить курагу, изюм и варить еще 5 минут.

Если чернослив слишком сухой, рекомендуется предварительно замочить его в теплой воде.

Состав: курага – 50 г, чернослив – 100 г, изюм – 50 г, сахарный песок – 0,5 стакана.

Компот из сушеных груш

Сушеные груши перебрать, удалить посторонние примеси, тщательно промыть в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Промытые груши залить горячей водой, нагреть до кипения, всыпать сахар, добавить лимонную кислоту и варить до готовности.

Состав: сушеные груши – 200 г, сахар – 0,5 стакана, лимонная кислота – 2 – 3 щепотки, вода – 1 л.

Компот из свежих абрикосов или из слив

Абрикосы или сливы промыть в холодной воде, сделать на них продольные надрезы и вынуть косточки. В кастрюлю всыпать сахарный песок, влить 4 стакана горячей воды, размешать, положить фрукты и вскипятить.

Состав: абрикосы или сливы – 500 г, сахарный песок – 0,7 стакана.

Компот из бананов

Целые спелые бананы очистить от кожуры, нарезать лом-

тиками. В закипающую воду положить сахарный песок, хорошо размешать, когда вода закипит, опустить нарезанные бананы и варить 10 – 15 минут.

Состав: бананы – 500 г, вода – 700 г, сахар – ный песок – 120 г.

Компот из винограда

Сахар залить водой, раствор довести до кипения. Промытый виноград положить в кипящий раствор и варить одну минуту. Кастриюлю с компотом снять с огня, закрыть крышкой, компот оставить охладиться. В готовый охлажденный компот добавить несколько капель лимонного сока.

Состав: сахар – 2 – 3 ст. ложки, вода – 1,5 стакана, крупный виноград – 600 г, немного лимонного сока.

Компот из вишни или черешни

Сахар залить водой, довести до кипения с добавлением лимонной кислоты. Ягоды погрузить в кипящий раствор и снять кастрюлю с компотом с огня, закрыть крышкой и дать настояться.

Состав: сахар – 150 г, вода – 600 мл, ягоды – 300 г, немного лимонной кислоты.

Компот из дыни

Дыню очистить и нарезать на ломтики. Затем гофрированным ножом разделить на ромбовидные кусочки, уложить их в вазу и залить горячим сахарным сиропом с добавлением лимонного сока. Компот подать охлажденным.

Состав: дыня – 1 кг, вода – 400 г, сахар – 100 г, сок 1 лимона.

Компот из земляники (малины)

Ягоды перебрать, промыть, засыпать сахаром (половина нормы) и оставить, пока сахар почти полностью не растворится. Из остального сахара и воды сварить сироп, охладить его и залить приготовленные ягоды.

Состав: земляника или малина – 500 г, вода – 2 стакана, сахар – 200 г.

Компот из клубники

Сварить густой сироп, снять с огня, ароматизировать его ванилином и охладить. Перебрать и промыть клубнику. Если ягоды крупные, разрезать их пополам, уложить в вазу для компота и залить сиропом.

По желанию компот можно подать со сметаной.

Состав: клубника – 1 кг, сахар – 250 г, вода – 2 стакана, ванилин.

Компот из крыжовника

Очищенный, не совсем зрелый крыжовник вскипятить в воде и откинуть на решето. Приготовить сироп, положить в него остывший крыжовник, вскипятить опять, добавить ванилин, вылить на блюдо и остудить.

Состав: крыжовник – 4 – 5 стаканов, сироп, ванилин.

Компот из свежих персиков

Персики опустить в кипящую воду. Через 2 — 3 минуты вынуть их из воды, снять кожицу, разрезать пополам и удалить косточки. В кастрюлю всыпать сахарный песок, залить его четырьмя стаканами горячей воды, размешать, положить персики и довести до кипения.

После этого снять с огня и положить ванилин.

Состав: персики – 500 г, сахарный песок – 0,7 стакана, ванилин.

Компот из тыквы с клюквой

Клюкву перебрать, размять, залить водой и вскипятить. Затем процедить, добавить в отвар сахар и мед. Горячей

жидкостью залить натертую на крупной терке тыкву и дать ей пропитаться сиропом. Компот подать со взбитыми сливками.

Состав: тыква – 600 г, клюква – 100 г, вода – 600 г, сахар – 80 г, мед – 40 г.

Компот из свежих яблок

Очищенные яблоки разрезать каждое на 6 – 8 частей и удалить сердцевину. Чтобы очищенные яблоки не потемнели, положить их в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. В кастрюлю всыпать сахарный песок, влить 4 стакана горячей воды, положить нарезанные яблоки и при медленном кипении варить 10 – 15 минут (в зависимости от сорта яблок), пока они не станут мягкими. В готовый компот положить цедру лимона, апельсина или корицу. Если компот готовится из спелых антоновских яблок, то кипятить их не нужно – достаточно довести до кипения.

Состав: яблоки – 500 г, сахарный песок – 0,7 стакана, лимонная кислота, цедра или корица.

Компот из яблок с вином

Сладкие яблоки очистить, разрезать на четвертинки, удалить сердцевину с семенами. В кипящую воду засыпать сахар, влить белое вино и лимонный сок и сварить сироп. Опу-

стить в него яблоки и варить на умеренном огне до мягкости, вынуть их шумовкой и положить в вазу. В сироп добавить лимонную цедру и корицу и варить до загустения, затем процедить и залить им яблоки.

Состав: яблоки – 1 кг, вода – 3 стакана, белое вино – 2 стакана, сахар – 2,5 стакана, лимон – 1 шт., корица.

Компот из яблок и калины

Промытые ягоды калины и измельченные кусочками яблоки варить в приготовленном сахарном сиропе 8 минут. Подать в охлажденном виде.

Состав: яблоки – 400 г, калина – 200 г, сахар – 300 г, вода – 2 л.

Компот из свежих яблок и мандаринов

Мандарины очистить, разделить на дольки и положить на тарелку. С кожуры мандарина срезать белую мякоть, а верхний слой (цедру) мелко нарезать в виде соломки, прокипятить в стакане воды, откинуть на сито. В кастрюлю всыпать сахарный песок, залить его четырьмя стаканами воды, размешать, положить цедру очищенные и нарезанные яблоки и при медленном кипении варить 10 минут, пока яблоки не станут мягкими.

Остывшие яблоки и дольки мандаринов уложить в вазоч-

ки и залить сиропом.

Состав: яблоки – 250 г, мандарины – 4 шт., сахарный песок – 0,7 стакана.

Компот из свежих яблок и слив

В кастрюлю всыпать сахарный песок, залить его четырьмя стаканами горячей воды, размешать, положить очищенные и нарезанные яблоки и варить при медленном кипении 10 минут, пока они не станут мягкими. В кипящий компот добавить сливы, промытые и очищенные от косточек, снова вскипятить и охладить.

Состав: яблоки – 300 г, сливы – 200 г, сахарный песок – 0,7 стакана.

Компот из помидоров

Небольшие твердые зеленые или красные помидоры ошпарить, сполоснуть холодной водой и сразу же снять кожу. Айву натереть на терке, положить в кипящую воду вместе с сахаром и имбирем, проварить. В горячий сироп опустить помидоры, обварить, шумовкой переложить в порционную посуду, залить сиропом. Подавать холодным, можно со взбитыми сливками.

Состав: помидоры – 500 г, айва – 100 г, сахар – 150 г, вода – 2 стакана, имбирь.

Компот из ревеня

Ревень очистить от верхнего слоя (волокна), сполоснуть в воде и нарезать на небольшие куски. Из сахара и воды сварить сироп, в кипящий сироп положить нарезанный ревень и корицу, прокипятить 2 – 3 минуты и охладить.

Состав: ревень – 300 г, корица, сахар – 0,5 стакана, вода – 1,5 стакана.

Компот из свеклы

Очищенную свеклу нарезать ломтиками, залить кипящей водой и варить до готовности. В конце варки добавить сахар и лимонную кислоту довести до кипения, охладить в течение 10 – 12 часов. Если ломтики свеклы и отвар при варке побуреют, следует сразу же добавить лимонную кислоту или ягодный уксус.

Состав: свекла – 200 г, сахар – 120 г, вода – 900 мл, лимонная кислота или ягодный уксус.

Компот с манной крупой

Ягоды засыпать сахаром (половина нормы) и оставить почти до полного его растворения, из остального сахара и воды сварить сироп. В кипящий сироп всыпать манную крупу и

при слабом кипении варить, помешивая, 10 – 15 минут. Затем положить ягоды с сахаром, еще раз довести до кипения и охладить.

Состав: манная крупа – 30 г, малина и клубника (земляника) – 500 г, сахар – 120 г, вода – 2,5 л.

Желе, муссы, самбуки

Желе с консервированными фруктами

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

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

Желе из ягод

Из ягод выдавить сок, добавить сахар, белое столовое вино, лимонный сок, довести до кипения, положить желатин, растворенный в теплом вине, хорошо перемешать, разлить в формы и поставить в холодное место.

Состав: сок ягодный – 2 стакана, сахар – 2 стакана, белое столовое вино – 2 стакана, лимон – 1 шт., желатин – 30 г.

Желе из апельсинового сока

Желатин замочить в холодной воде. Апельсиновый сок, воду, сахарный песок, цедру лимона, лимонный сок смешать, поставить на огонь и довести до кипения, затем добавить желатин, тщательно размешать, чтобы желатин полностью растворился. Для аромата можно добавить маленькую рюмочку ликера.

Процедить через плотную ткань, остудить и разлить, как указано выше.

Состав: апельсиновый сок – 150 г, вода – 150 г, сахарный песок – 150 г, лимонный сок, желатин – 15 г, цедра половины лимона.

Желе из свежих вишен с красным или токайским вином

Зрелые вишен очистить от косточек, истолочь штук 10, залить вишни и вынутые и истолченные косточки 1,5 стакана воды, вскипятить, процедить, положить сахар, прокипятить, влить стакан токайского вина, немного лимонного процеженного сока и распущенного в кипяченой воде желатина. Остудить и разлить по формам.

Состав: свежие вишни – 400 г, красное или токайское вино – 1 стакан, сахар – 300 г, лимон – 0,5 шт., желатин – 2

ст. ложки, вода – 1,5 стакана.

Желе с вишней и крыжовником

Из вишни удалить косточки, с крыжовника снять остатки соцветий. Воду вскипятить с сахаром, половиной сиропа залить вишню, другой половиной – крыжовник. Дать настояться. Затем вместе с ягодами каждый сироп отдельно прогреть. Набухший в холодной воде желатин также разделить на две части. Одну часть добавить в вишневый сироп, другую – в сироп с крыжовником. Чтобы придать цвет сиропу с крыжовником, добавить к нему сок из листьев вишни или шпината или настойку их на спирту. В высокие стеклянные стаканы налить сироп с крыжовником и поставить в холодильник. Когда желе застынет, полить его вишневым сиропом и снова охладить. При подаче желе гарнировать взбитыми сливками.

***Состав:** вода – 0,5 л, вишня – 150 г, крыжовник – 150 г, желатин – 25 г, сахар.*

Желе из груш с вином

Груши очистить от кожицы, нарезать кусочками, залить водой, всыпать сахар и варить до готовности, следя за тем, чтобы они не разварились. Затем вынуть и уложить в большую форму или в вазочки. Сироп процедить и измерить ста-

каном. Добавить в него белое вино и желатин, растворенный в части сиропа. Залить груши сиропом и поставить на холод. Застывшее желе подать с сиропом или со сметаной.

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.