



# Сладкие блюда

Выполнила: Шашева Анна, 622





# Горячие и холодные десерты











# Калорийность десертов

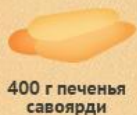
Данные на 100 г. продукта:		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>блины</u>	+	10	5	34	219
<u>бублик</u>	+	70	1	16	336
<u>Вафли с фруктовыми начинками</u>	+	3	3	80	342
<u>Десерт "Бонжур"</u>	+	4	19	64	430
<u>Джем черносмородиновый</u>	+	0	0	68	259
<u>Драже фруктовое</u>	+	4	10	73	384
<u>Киви</u>	+	1	1	8	47
<u>клубничный щербет</u>	+	7	14	69	419
<u>Мед</u>	+	1	0	80	314
<u>мороженое крем-брюле</u>	+	3	3	32	138
<u>мороженое Марс</u>	+	4	18	68	453
<u>Пирожное "картошка"</u>	+	6	15	36	310
<u>Пирожное бисквитное с фруктовой начинкой</u>	+	7	21	60	378
<u>Пирожное слоеное с кремом</u>	+	5	38	46	555
<u>Пирожное слоеное с яблоком</u>	+	5	38	58	456
<u>торт бисквитно-кремовый с фруктовой начинкой</u>	+	3	17	52	337
<u>Торт миндальный</u>	+	6	35	46	535
<u>торт шоколадный</u>	+	4	39	54	569
<u>Фруктовый салат</u>	+	11	6	37	110
<u>Чизкейк</u>	+	5	22	25	321
<u>щербет</u>	+	6	20	64	446



# Как приготовить тирамису

РЕЦЕПТЫ В ИНФОГРАФИКЕ

Сложность: Количество порций: x6 Активное время приготовления: **60 мин** Пассивное время приготовления: **8 часов**



шаг 1



Отделить белки от желтков. Белки убрать в холодильник.

**Совет:** Перепелиные яйца используются потому, что в сыром виде они безопаснее, чем куриные.

шаг 2



Желтки очень хорошо взбить с половиной сахарной пудры, так чтобы масса увеличилась вдвое. Добавить в смесь маскарпоне и тщательно перемешать.

шаг 3



Взбить в тугую пену белки с оставшейся сахарной пудрой. Соединить их с желтково-сырной массой.

шаг 4



Кофе смешать с ромом и добавить ликер.

**Совет:** В классическом рецепте в кофе добавляется десертное вино Марсала (полстакана) и пара столовых ложек рома.

шаг 5



Очень быстро обмакивать в кофе печенье и выкладывать на дно плоской посуды с высокими бортиками. Выложить на печенье половину крема.

шаг 6



Выложить еще слой печенья, пропитанного кофе с ромом, затем - оставшийся крем. На ночь поставить в холодильник.

**Совет:** Можно сразу посыпать сверху какао, тогда после ночи в холодильнике у десерта образуется «хрустящая» корочка, а можно - перед подачей на стол.

**Совет:** Тирамису должен быть не просто влажным, а почти жидким, но при этом стараться держать форму. Такая консистенция отличает его от многочисленных магазинных имитаций.



РАСПЕЧАТАЙ И ПОВЕСЬ!



Сложность: Количество порций: x5 Активное время приготовления: **55 минут** Пассивное время приготовления: **2 часа 40 минут**



Источник: mmenu.com



**шаг 1**



Приготовление коржа. Взбить яйца с сахаром. Растопить масло, немного охладить, добавить к яйцам. Положить в тесто разрыхлитель. Перемешать.

**шаг 2**



Добавить муку, вымесить тесто. Выпекать в разъемной форме при температуре 180 С в течение 40 минут. Дать остыть. Одновременно с началом выпекания, нужно на 30 минут замочить желатин в половине стакана холодной воды.

**шаг 3**



Приготовление начинки. Желатин нагреть до полного растворения. Ввести его в йогурт, туда же добавить пудру.

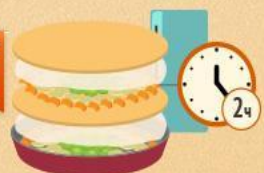
**Совет:** Пудру можно заменить стевии, но имейте в виду, что он гораздо слаще сахара.

**шаг 4**



Фрукты очистить, киви и бананы нарезать круглыми ломтиками, мандарины разобрать на дольки. Корж разрезать вдоль на две половины.

**шаг 5**



Торт собирать на блюде с разъемной формой. Сначала выложить в центр дольки киви и бананов, по краю мандарины. Выложить на фрукты часть йогурта, потом корж. Сверху фрукты, крем и второй корж. Залить остатками крема, так, чтобы его было много и по бокам тоже. Поставить торт на 2 часа в холодильник.

**шаг 6**



Достать торт из холодильника, перевернуть его на другую тарелку так, чтобы фрукты оказались сверху, снять разъемную форму.

**Совет:** Для сборки можно использовать глубокую форму, чтобы легко извлечь торт, ее нужно обернуть горячим полотенцем на пару минут.





**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**