

ЕЛИЗАВЕТА РОМАНОВА

Сладости

БЕЗ ГАДОСТИ



НАТУРАЛЬНЫЕ
ДЕСЕРТЫ
БЕЗ КРАСИТЕЛЕЙ!





ЕЛИЗАВЕТА РОМАНОВА

Сладости

БЕЗ ГАДОСТИ

НАТУРАЛЬНЫЕ
ДЕСЕРТЫ
БЕЗ КРАСИТЕЛЕЙ!



Москва 2020

МНОГОСЛОЙНЫЕ ТОРТЫ И ПИРОЖНЫЕ

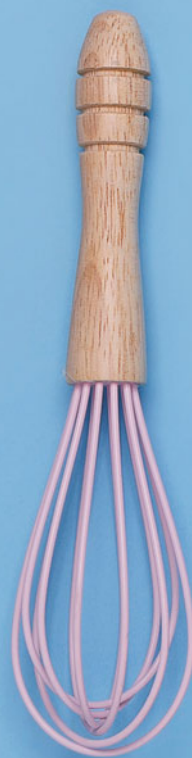
- 11 / Свекольное пюре
- 13 / Торт в «новогодней обертке»
- 15 / Красный бархат
- 19 / Шоколадные пирожные (без сахара)
- 21 / Изумрудный торт с клубникой и лаймом
- 25 / Облегченный клубничный «Эстерхази» без глютена
- 27 / Шоколадный медовик с облепиховым заварным кремом
- 31 / Творожные мини-торты с черничным кремом (без глютена и сахара)
- 33 / Постный шоколадный торт с кремом мандарин-манго

МУССОВЫЕ ТОРТЫ И СУФЛЕ

- 39 / Муссовый морковный торт (без рафинированных продуктов)
- 43 / Муссовый торт мак / клубника / лимон
- 47 / Облепиховый муссовый торт
- 51 / Легкий трехцветный творожный торт без выпечки
- 55 / «Птичье молоко» с черной смородиной
- 57 / «Павлова» с малиновым кремом
- 61 / Тыквенный муссовый торт без выпечки

КАПКЕЙКИ, ЧИЗКЕЙКИ И ТАРТЫ

- 65 / Чизкейк с манго
- 69 / Капкейки с вишневым кремом
- 71 / Мини-чизкейки «черничные ночи» (облегченные)
- 75 / Классические капкейки со светло-розовым кремом
- 77 / Постный тарт мандарин-хурма (без сахара)
- 79 / Постные лимонные тарталетки (без глютена)
- 83 / Тарталетки с чаем матча и заварным кремом
- 85 / Капкейки с черной смородиной (постные)



ПИРОГИ, КЕКСЫ И РУЛЕТЫ

Пряный тыквенный пирог	/	91
Ванильный рулет с клубничным кремом	/	95
Шоколадный пирог с творогом и ягодами	/	97
Кекс «Камуфляж»	/	101

КОНФЕТЫ, ЗЕФИР И БЕЗЕ

Розовые меренги с шоколадом	/	105
Черничные трюфели	/	109
Розовые кокосовые конфеты (постные)	/	111
Фруктовый маршмеллоу (без сахара)	/	113
Зефир из черной смородины	/	115
Апельсиновые трюфели с фундуком (без сахара, можно в пост!)	/	117
Клубничный зефир	/	119

ПРОЧИЕ ДЕСЕРТЫ БЕЗ ВЫПЕЧКИ

Шоколадный постный торт без выпечки (без сахара)	/	123
Ягодное мороженое с жимолостью	/	127
Малиновая панна-котта	/	129
Творожное суфле для самых маленьких и не только	/	131
Легкое виноградное мороженое (без сахара)	/	133
Лимонные квадратики без сахара (постные)	/	135
Черничные кешью-кейки с чаем матча (можно в пост)	/	137
Эскимо «Мохито» (можно в пост)	/	139
Заключение	/	141





ВВЕДЕНИЕ

В каждом разделе вы найдете традиционные и постные десерты, без глютена и сахара. Я старалась по максимуму использовать яркие цвета и природную сладость фруктов, ягод и даже овощей.

Однажды подруга, которая ждала ребенка, попросила меня сделать торт-сюрприз на определение пола малыша. Для создания такого торта кондитер связывается с врачом, ведущим беременность, и родители узнают пол будущего ребенка по тому, какого цвета крем будет внутри торта – голубой или розовый. Тогда я не смогла придумать, чем заменить краситель в креме, но это был первый шаг к экспериментам в создании абсолютно натуральных сладостей без гадостей.

Когда я сама ждала малыша, я стала очень критично относиться к тому, что я ем, ведь до рождения ребенок питается абсолютно тем же, чем и мама.

Затем последовали детские праздники – нашего ребенка и детей друзей. Я стала все чаще задумываться о том, как уйти от красителей в десертах таким образом, чтобы они оставались при этом цветными.

Я собрала в этой книге понятные и доступные рецепты, чтобы вы могли легко повторить их дома, используя знакомые ингредиенты: наши родные ягоды, фрукты и овощи, и порадовать своих близких яркими блюдами не только без вреда для здоровья, но даже с пользой. Во всей книге есть только пара экзотических ингредиентов, но в наше время при желании все можно найти в Интернете и заказать с доставкой на дом.

Я покажу вам, что готовить натуральные и полезные десерты не сложно. А что именно приготовить сегодня – тут выбор за вами!



СВЕКОЛЬНОЕ ПЮРЕ

Я хочу подробно описать, как готовить свекольное пюре, так как я использую его во многих десертах. Многие ягодные и фруктовые пюре вы можете купить, но свекольное пюре необходимо готовить самостоятельно.

Проще сразу сделать больше, чем необходимо для одного десерта. Во-первых, это экономит время. К тому же взбить блендером в однородную массу небольшое количество продукта практически невозможно.

Свекольное пюре отлично переносит заморозку, и я советую просто заморозить его порциями в небольших контейнерах или в формочках для льда и использовать по мере надобности.

Свекла не только богата клетчаткой, но и обладает различными полезными свойствами. А еще она имеет красивый яркий цвет, который сохраняется даже после термической обработки и не выгорает в духовке. Варьируя количество свекольного пюре, мы можем окрашивать десерты в разные оттенки от светло-розового цвета до насыщенно-красного.

Выбирайте свеклу с мякотью яркого цвета. Пюре из свеклы кормовых сортов получится буро-коричневым после запекания.

(НА 200 Г ПЮРЕ)

1 средняя свекла весом около 200 г / 1 ч. л. уксуса /
50 г сметаны или кефира

1. Свеклу положить в сотейник с водой так, чтобы вода покрыла клубни. Добавить в воду уксус. Отварить свеклу до готовности, она должна легко протыкаться кончиком ножа. Клубни можно сразу очистить и нарезать кусочками перед варкой.
2. 150 г отваренной свеклы вместе со сметаной или кефиром измельчить при помощи блендера в однородную массу.



ТОРТ В «НОВОГОДНЕЙ ОБЕРТКЕ»

Для создания яркой обертки торта здесь используется японский заварной бисквит. Это очень эластичный вид бисквита, который легко можно свернуть в любую форму. С помощью теста контрастных цветов можно создать любой рисунок на поверхности бисквита.

Я нарисовала лаконичные малиновые полосы и обтянула бисквитом классический торт. Японский заварной бисквит идеально подходит и для рулетов. Промазанный кремом, он не теряет своей эластичности и легко сворачивается в трубочку.

Ниже описан базовый рецепт бисквита для торта. Для шоколадного варианта просто замените 10–20 г муки из рецепта на какао-порошок.

ДЛЯ ЗАВАРНОГО БИСКВИТА

(НА 2 ПОЛОСЫ РАЗМЕРОМ 15 × 38 СМ):

1 яйцо С1 / 35 г сливочного масла / 35 мл воды / 60 г желтков (около 3 желтков) / 80 г белков / 50 г муки / 40 г сахара / 50 г свекольного пюре / соль на кончике ножа

1. В сотейнике с толстым дном довести до кипения воду с маслом, всыпать просеянную муку, снять с огня и сразу же интенсивно перемешать венчиком. Переложить заварную массу в миску. По частям добавить яйца и желтки, каждый раз перемешивая венчиком или силиконовой лопаткой до однородного состояния.
2. Белки взбить с сахаром до мягких пиков. Объединить треть с заварным тестом, аккуратно перемешивая силиконовой лопаткой. Затем ввести оставшиеся белки.
3. Отложить 150 г теста в другую миску и подмешать к нему свекольное пюре.
4. С помощью кондитерской лопатки разровнять белое тесто на противне, застеленном силиконовым ковриком, сверху через кондитерский мешок с прямой насадкой выложить розовое тесто со свекольным пюре, рисуя ровные полосы по диагонали.
5. Выпекать в разогретой до 170 °С духовке 8–10 минут. При легком нажатии пальцем на готовом бисквите не останется вмятины. Он также сохранит свой яркий цвет (не должен зарумяниться). Накрыть бисквит пищевой пленкой, так верхний слой слегка прилипнет и бисквит будет иметь красивое ровное покрытие.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 12 СМ:

4 яйца С1 (среднего размера) / щепотка соли / 140 г муки / 120 г сахара / 40 мл молока / 30 мл растительного масла / 1 ч. л. разрыхлителя / цедра половины апельсина / + сливочное масло и мука для формы

ДЛЯ НАЧИНКИ:

300 г сливок жирностью минимум 33% / 100 г сливочного сыра или творога жирностью 5–9% / 50 г сахарной пудры (варьируйте количество по своему вкусу) / 100 г свежемороженой клюквы + 100 г клюквы для декора

1. Взбить яйца с щепоткой соли до пышной, густой светлой массы (мягкие пики), 5–6 минут.
2. Вмешать лопаткой просеянную муку, смешанную с разрыхлителем, влить молоко и масло, добавить цедру, перемешать силиконовой лопаткой до однородности, но сохраняя пышную структуру взбитых яиц.
3. Дно двух форм для выпечки застелить пергаментом. Разделить тесто равномерно по двум формам. Выпекать при 170 °С 20–30 минут. Готовый бисквит должен слегка пружинить при легком нажатии пальцем.
4. Охладить готовые бисквиты на решетке, вынуть из формы и завернуть в пленку или поместить в пищевой контейнер с герметичной крышкой. Разрезать каждый бисквит на два коржа через 5–8 часов.
5. Для крема взбить холодные сливки с сахарной пудрой и ванилью до мягких пиков, добавить сыр комнатной температуры, еще раз взбить до устойчивых пиков. Отложить половину крема и охладить в холодильнике. Прослоить коржи торта оставшимся кремом, добавляя время от времени ягоды свежемороженой клюквы.
6. Готовый торт смазать тонким слоем охлажденного крема. Декоративный заварной бисквит нарезать на полоски высотой с прослоенный и обмазанный торт. Обернуть торт полосками заварного бисквита. Украсить свежей клюквой. Поместить торт в холодильник минимум на час перед подачей.

КРАСНЫЙ БАРХАТ

Я мечтала о безумно влажном мягком бисквите с шоколадным послевкусием и при этом благородного темно-малинового цвета. Мысли о нем не давали мне покоя. Множество раз я перепекала коржи со свеклой, экспериментируя с пропорциями и методами измельчения свеклы, и наконец остановилась на этом варианте. Ваши близкие или дети не едят свеклу?

Попробуйте приготовить для них этот торт!

Да, он не такой ядерно-красный, как классический «Красный бархат», но натуральный благородный бордовый цвет по-своему прекрасен.

Для этого торта лучше использовать не свекольное пюре, а именно тертую свеклу, так коржи получаются ярче. В готовом торте вкуса свеклы вы даже и не заметите. Саму свеклу для насыщенности цвета лучше всего запечь, чтобы цвет не вымывался из нее, как при варке.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 15 СМ:

ДЛЯ БИСКВИТА

(НА 3 КОРЖА)

200 г свеклы (1 средняя) / 2 ст. л. столового уксуса 9% / 150 г сахара /
125 г сметаны, жирностью 20% / 125 г сливочного масла /
2 яйца С1 / 1 ч. л. ванильного экстракта / 1 ст. л. какао-порошка /
250 г пшеничной муки общего назначения / 2 ч. л. разрыхлителя теста

ДЛЯ КРЕМА:

250 г творожного сыра / 100 г сливок жирностью минимум 33% /
100 г сахарной пудры / 100 г свежей черешни для декора



ВЫПЕКАЕМ БИСКВИТ:

1. Духовку разогреть до 180°C.
2. Свеклу натереть на мелкой терке, добавить к ней уксус и сметану, перемешать.
3. Взбить масло с сахаром до пышной светлой массы, 6–7 минут. По одному добавлять яйца, каждый раз перемешивая массу до однородности. Ввести ванильный экстракт, затем добавить свеклу и снова перемешать.
4. Муку венчиком смешать с какао и разрыхлителем. Соединить сухую и мокрую смеси, перемешать до однородного состояния.
5. Тесто выложить на противень 25 x 35 см, застеленный пергаментом, выпекать 20–25 минут. Готовый бисквит должен пружинить при легком нажатии пальцем.
6. Из готового пласта бисквита вырезать три круглых коржа диаметром 15 см. Обрезки бисквита подсушить, измельчить в крошку. Их можно использовать для обсыпки боков.
7. Для крема взбить холодные сливки с пудрой до мягких пиков, добавить сыр комнатной температуры, взбить до устойчивых пиков. Прослоить кремом коржи.
8. Верхний корж украсить куполами из крема, отсаживая его с помощью кондитерского мешка с круглой насадкой №10. По желанию можно присыпать края торта крошкой из остатков бисквита, слегка посыпать ею верхушку и украсить несколькими ягодами черешни.

На следующий день прослойки крем может покраситься в розовый цвет от коржей, не пугайтесь!



ШОКОЛАДНЫЕ ПИРОЖНЫЕ (без сахара)

Сочный шоколадный бисквит, не требующий пропитки, и нежный ароматный крем – из этой комбинации получаются вкуснейшие пирожные.

При этом в их составе есть овощи и нет рафинированных продуктов.

Просто песня для любителей сладкого, которые следят за своим здоровьем!

Этой раскладки достаточно, чтобы приготовить либо два высоких пирожных из 4 слоев бисквита, либо три пирожных из 3 слоев бисквита, либо небольшой торт.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 12–15 СМ

(ИЛИ 2–3 ПИРОЖНЫХ):

ДЛЯ БИСКВИТА:

170 г кабачка / 15 г какао-порошка / 100 г цельнозерновой муки /
1 ч. л. разрыхлителя / 100 г муки / 2 яйца С0 (крупных) /
60 мл растительного масла / 10 иранских фиников / щепотка соли

1. Кабачок натереть на мелкой терке, отжать руками или через марлю. Финики помыть, очистить от кожицы и косточек.
2. Смешать какао, цельнозерновую муку и разрыхлитель.
3. В блендере взбить яйца с финиками и маслом, натертый кабачок добавить к взбитой смеси, перемешать лопаткой, больше не взбивать, чтобы сохранить волокна кабачка.
4. Смешать сухую и влажную массы в миске лопаткой до однородного состояния.

5. Выложить тесто в форму, слегка смазанную маслом и припыленную мукой, и выпекать при температуре 180 °С до готовности. При легком нажатии пальцем готовый бисквит восстановит свою форму. Остудить бисквит на решетке до комнатной температуры.
6. Из готового бисквита вырезать коржи для пирожных диаметром 8 см либо нарезать бисквит горизонтально на 3–4 коржа одинаковой высоты, если выпекаете высокий корж в форме.

ДЛЯ КРЕМА:

150 г творога жирностью 9% / 100 г сливок жирностью 33% /
40 г клубничного пюре / подсластитель – по вкусу

1. Для пюре промыть клубнику и удалить хвостики. Измельчить ягоды блендером. В небольшом сотейнике довести пюре до кипения, сразу охладить. Либо использовать готовое пюре.
2. Сливки взбить до мягких пиков, добавить творог (если требуется – протереть его предварительно через сито) и клубничное пюре, еще раз взбить до устойчивых пиков.
3. Прослоить нарезанные по размеру бисквиты кремом. По желанию украсить свежими ягодами.

СОВЕТ: В крем для более насыщенного цвета можно добавить немного свекольного пюре, особенно если используете готовое клубничное пюре, оно может не иметь яркого цвета, так как долго хранится в упаковке и термически обрабатывается.

ИЗУМРУДНЫЙ ТОРТ С КЛУБНИКОЙ И ЛАЙМОМ

Шпинат не только придает красивый зеленый цвет этому тарту, но и сохраняет все свои полезные свойства даже при термической обработке.

Однако никакого вкуса шпината в готовом тарте вы не почувствуете!

Этот бисквит не требует пропитки, он достаточно влажный сам по себе. Удобнее всего использовать готовый замороженный шпинат (он уже помыт и разделен на порции). Если вы не планируете съесть торт в тот же день, то для начинки лучше не использовать свежие ягоды, а приготовить желе, как в рецепте на с. 45

4 яйца / 140 г муки / 100 г сахара / щепотка соли / 100 г свежего шпината /
1 ч. л. разрыхлителя / лимонный сок – чайная ложка / цедра одного лайма

1. Шпинат предварительно тщательно промыть от песка, удалить стебли.
2. Листья шпината обдать сначала кипятком, а затем ледяной водой, отжать от лишней влаги. К шпинату добавить 1 яйцо и лимонный сок и взбить блендером до однородной массы.
3. Оставшиеся яйца взбить с сахаром добела и смешать с пюре из шпината. Добавить цедру лайма.
4. В яичную массу в три захода подмешать с помощью силиконовой лопатки муку, смешанную с разрыхлителем. Перемешать до однородности.
5. Дно формы для выпекания застелить бумагой для выпечки. Стенки формы ничем не смазывать.
6. Чтобы бока торта получились ярко-зеленого цвета, тесто можно распределить по противню 30 x 40 см и выпекать в течение 8–9 минут при 180 °С, а затем вырезать круглые коржи $d=12-15$ см, получится 3–4 коржа. Обрезки можно подсушить и использовать для обсыпки боков торта. Также можно выпекать в круглой форме $d=15$ см в течение 20–30 минут, затем остудить на решетке, не вынимая из формы, после чего разрезать вдоль на 3 или 4 коржа.



ДЛЯ НАЧИНКИ:

400 г сливок 33% жирности / 100 г сливочного сыра или маскарпоне /
40 г сахарной пудры / 200 г свежей клубники

1. Ягоды хорошо промыть, удалить хвостики, еще раз промыть, нарезать на слайсы.
2. Взбить сливки с сахарной пудрой до мягких пиков, добавить сливочный сыр или маскарпоне. Взбить до устойчивых пиков.
3. Прослоить нарезанные коржи бисквита кремом, добавляя в прослойку ягоды.
4. Украсить готовый торт свежими ягодами.



ОБЛЕГЧЕННЫЙ КЛУБНИЧНЫЙ «ЭСТЕРХАЗИ» БЕЗ ГЛЮТЕНА

Это облегченный вариант привычного торта «Эстерхази» с нежным ягодным муссом вместо тяжелого масляного крема и с ярким вкусом клубники, которая замечательно сочетается с миндальными коржами.

Так же как и в классическом рецепте, между коржами и муссом можно добавить пралине или слегка смазать коржи тонким слоем растопленного какао-масла, чтобы они дольше оставались хрустящими.

Для того чтобы самостоятельно приготовить клубничное пюре, необходимо пробить блендером мытую, очищенную от хвостиков клубнику, довести пюре до кипения, остудить и далее использовать по рецепту. При приготовлении пюре из свежей клубники надо добавить воды для текучей консистенции, из замороженной не нужно.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ КОРЖЕЙ:

160 г миндальной муки / 160 г белков / 160 г сахара

1. Белки взбить на средней скорости в пену, затем увеличить скорость до высокой и, постепенно всыпая сахар, довести до устойчивых глянцевых пиков. Аккуратно вмешать миндальную муку с помощью силиконовой лопатки, максимально сохраняя пышность взбитых белков.
2. На пергаменте нарисовать круги 16–18 см в диаметре, перевернуть рисунком вниз и приклеить по краям к противню, используя небольшое количество взбитой белковой массы. С помощью кондитерского мешка и круглой насадки №6 или №8 заполнить нарисованный круг миндальной меренгой, рисуя спираль от центра к краю.
3. Через мелкое сито присыпать коржи сахарной пудрой, отставить на 10 минут. Выпекать в разогретой до 170 °С духовке в течение 20–25 минут. Коржи должны стать кремового цвета и покрыться тонкой хрустящей корочкой.
4. Перевернуть коржи вместе с пергаментом на решетку, дать остыть, аккуратно снять пергамент.

ДЛЯ МУССА:

300 г сливок жирностью 33% / 100 г сливочно-творожного сыра /
200 г клубничного пюре / 100 г белого шоколада / 50 мл молока /
10 г желатина / 30 мл воды / 30 г сахара

1. Взбить холодные сливки с сахаром до едва мягких пиков.
2. Шоколад растопить на водяной бане, добавить горячее молоко и предварительно замоченный в воде желатин, затем сыр, взбить до однородности блендером. Ввести шоколадную смесь в сливочную массу, аккуратно перемешивая силиконовой лопаткой. Добавить клубничное пюре.

СБОРКА ТОРТА:

1. В кольцо диаметром 20 см, затянутое по дну пленкой, или в разъемную форму такого же диаметра поместить первый корж, затем с помощью кондитерского мешка с круглой насадкой выложить по спирали слой мусса, ведя от краев к центру торта. Затем снова корж и снова слой мусса. Повторить еще дважды и завершить слоем мусса. Выровнять верхушку торта. Снять кольцо и пройтись spatulой по бокам торта, чтобы между коржами не осталось пустот.
2. Украсить бока миндальными лепестками и декорировать по желанию, например клубничным зефиром. Рецепт зефира можно найти на стр. 115.

ШОКОЛАДНЫЙ МЕДОВИК С ОБЛЕПИХОВЫМ ЗАВАРНЫМ КРЕМОМ

Песочные, хрустящие, рассыпчатые шоколадные коржи и яркий крем с кислинкой – в этом пирожном облепиховый заварной крем идеально оттеняет терпкость шоколада! Но можно заменить его апельсиновым или даже более привычным лимонным заварным кремом.

Пюре облепихи я готовлю сама: размораживаю ягоды, сливаю лишнюю жидкость, взбиваю в блендере, а затем протираю через сито, чтобы избавиться от косточек. Сделать это легко, так как пюре из облепихи имеет жидкую консистенцию. Но можно использовать и покупное пюре.

ДЛЯ 3 ПРЯМОУГОЛЬНЫХ ПИРОЖНЫХ:

ДЛЯ КОРЖЕЙ:

3 средних яйца категории С1 / 100 г сахара / 4 ст. л. меда /
80 г сливочного масла / 1 ч. л. соды / 360 г муки / 30 г какао-порошка

1. Яйца слегка взбить венчиком с сахаром.
2. Мед растопить в кастрюле с толстым дном на среднем огне, добавить соду, перемешать венчиком. Смесь побелеет и начнет пениться.
3. Добавить нарезанное кусочками сливочное масло, перемешать венчиком, снять с огня и добавить яично-сахарную смесь.
4. Прогреть полученную массу на небольшом огне в течение еще 2–3 минут.
5. Снять с плиты, в 2–3 захода добавить просеянную муку, смешанную с какао. Выложить массу на рабочую поверхность и вымесить гладкое тесто. Обернуть тесто пленкой в контакт и оставить в холодильнике на 15–20 минут.
6. Раскатать тесто толщиной примерно 3 мм, наколоть вилкой и вырезать коржи нужных параметров. При выпекании коржи слегка поднимутся. Выпекать при 200 °С в течение 5–7 минут. Готовые коржи еще теплыми вновь подрезать под заданную форму.



Можно раскатать произвольно, испечь и обрезать весь пласт под квадрат, затем сразу же нарезать его на прямоугольники.

ДЛЯ КРЕМА:

180 г пюре облепихи / 100 г сахара
(по желанию можно увеличить количество сахара) /
20 г кукурузного крахмала / 2 желтка / 100 г сливочного масла

1. Желтки смешать в миске венчиком с сахаром, крахмалом и пюре. На водяной бане или в сотейнике с толстым дном довести крем до загустения (до первых пузырей кипения), постоянно помешивая венчиком и касаясь им дна и стенок сотейника.
2. Когда масса остынет до 45°C, добавить холодное сливочное масло, нарезанное на кубики. Взбить крем погружным блендером, накрыть миску с кремом пищевой пленкой в контакт и охладить.

СБОРКА ТОРТА:

Прослоить коржи кремом, завершив сборку тонким слоем крема. Обрезки измельчить в крошку, бока и верх торта или пирожного смазать сметаной, обсыпать крошкой.



ТВОРОЖНЫЕ МИНИ-ТОРТЫ С ЧЕРНИЧНЫМ КРЕМОМ (без глютена и сахара)

Пюре черники красного цвета магическим образом преобразуется при смешивании с другими ингредиентами, окрашивая творожно-сливочный крем в благородный фиолетовый цвет. Черника и творог будто созданы друг для друга, ведь это сочетание невероятно вкусно!

Вы можете приготовить один пласт бисквита, нарезать его на несколько кругов по 15 см в диаметре и собрать в торт или вырезать из пласта небольшие круги и сделать порционные мини-торты.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 15 СМ
(ИЛИ 2–3 МИНИ-ТОРТОВ ДИАМЕТРОМ 8 СМ):

ДЛЯ БИСКВИТА:

150 г пастообразного творога жирностью 9% / 2 яйца /
80 г рисовой муки / 10 г миндальной муки или мелко смолотых
орехов на ваш вкус / 1 ч. л. мелко натертой лимонной цедры /
1 ч. л. разрыхлителя / щепотка соли /
подсластитель (стевия и т.п.) – по вкусу

ДЛЯ КРЕМА:

150 г однородного творога / 80 г сливок жирностью 33% /
40 г черничного пюре / 40 г дынного сахара
(эритрита или другого подсластителя – по вкусу) /
100 г свежей голубики для декора

1. Духовку разогреть до 180°C.
2. Яйца взбить с солью и подсластителем до светлой пышной массы, аккуратно перемешать с творогом, стараясь сохранить пышность взбитых яиц.
3. Муку смешать с разрыхлителем. С помощью силиконовой лопатки в 2–3 захода вмешать к яичной массе.
4. Выложить тесто в форму с застеленным пергаментом дном диаметром 26 см (или диаметром 16 см, если готовить один высокий корж для торта), выпекать 20–25 минут. Готовность бисквита можно проверить, проткнув его центр деревянной шпажкой, на ней не должно остаться следов сырого теста. Остудить.
5. Для приготовления черничного пюре ягоды промыть, измельчить при помощи блендера и протереть через мелкое сито. В небольшом сотейнике с толстым дном довести пюре до кипения, снять с огня, остудить.
6. Взбить сливки с сахаром до мягких пиков, добавить творог и пюре, взбить еще раз до получения однородной структуры и плотных пиков.
7. С помощью кондитерского мешка с насадкой «Звездочка» прослоить коржи творожным кремом. Украсить верхний корж по краям небольшими звездочками крема, в центр выложить свежую голубику.

ПОСТНЫЙ ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ С КРЕМОМ МАНДАРИН-МАНГО

Влажный пористый шоколадный бисквит и необычный крем с цитрусовыми нотками – в этом торте все вкусно, даже без молочных продуктов и яиц. Вы можете использовать и тростниковый сахар, но не уменьшайте его количество в пропорции, иначе рискуете получить клеклый бисквит.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 12 СМ:

100 г цельнозерновой муки либо 120 г безглютеновой смеси
или обычной пшеничной муки / 80 г кокосового сахара / ½ ч. л. соды /
небольшая щепотка соли / 12 г какао-порошка / 30 мл растительного масла /
125 мл воды / ½ ст. л. яблочного уксуса

ДЛЯ «КРЕМА»:

пюре манго (треть пюре манго можно заменить
на пюре мандарина для более яркого цитрусового вкуса) /
6 ч. л. поленты (мелкой кукурузной крупы) / 1 ст. л. сиропа топинамбура
(по желанию манго – довольно сладкий фрукт) /
½ ч. л. цедры мандарина / 1 мандарин для декора

1. Смешать в большой миске муку, сахар, соль, соду и какао.
2. Венчиком смешать воду комнатной температуры, уксус и масло.
3. Соединить жидкую и сухую смеси, интенсивно перемешивая венчиком.
4. Застелить дно формы диаметром 12 см пергаментом, выложить в нее тесто. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 25–30 минут. Готовность бисквита можно проверить, проткнув его центр деревянной шпажкой, на ней не должно остаться следов сырого теста.
5. Готовый бисквит охладить, разрезать на коржи.



6. Для начинки выложить пюре манго в сотейник с толстым дном, всыпать поленту, постоянно помешивая венчиком, довести до кипения и варить на среднем огне 5 минут. В конце добавить цедру. По желанию добавить сироп топинамбура.
7. Собрать торт в разъемной форме. Крем при охлаждении загустеет, поэтому прослаивать коржи проще, пока крем еще теплый. Украсить торт крошкой оставшегося бисквита и дольками мандарина.

ПРИМЕЧАНИЕ: Пюре манго должно быть жидким, вместо него можно использовать свежавыжатый апельсиновый сок с мякотью.



МУССОВЫЙ МОРКОВНЫЙ ТОРТ (без рафинированных продуктов)

Я обожаю классический морковный торт! Его аромат вызывает у меня ощущение настоящего домашнего уюта. А еще в нем скрывается морковь, да так ловко, что никто ее и не почувствует в готовом торте!

Рецепт этого морковного бисквита отлично подходит для классического торта: морковные коржи можно прослоить сметанным или сливочно-сырным кремом из рецепта торта «Красный бархат» (см. на стр. 15).

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ МОРКОВНОГО БИСКВИТА:

80 г моркови / 70 г цельнозерновой муки / 1 яйцо /
25 мл растительного масла / 50 г кокосового сахара / щепотка соли /
1 ст. л. йогурта/кефира / ¼ ч. л. соды / ½ ч. л. разрыхлителя /
молотая корица и мускатный орех – на кончике ножа

1. В миске смешать сухие ингредиенты – муку, соду, разрыхлитель, пряности.
2. В отдельной миске яйцо взбить с сахаром и солью, добавить масло и йогурт, перемешать венчиком.
3. Соединить сухие и жидкие ингредиенты, добавить тертую на мелкой терке морковь.
4. Выпекать в форме диаметром 16 см, слегка смазанной маслом и припыленной мукой, при 170 °С 20–25 минут. Готовый бисквит должен пружинить при нажатии. Охладить.

ДЛЯ ОРЕХОВОГО КРОКАНТА:

50 г грецких орехов / 100 г меда /
15 г сливочного масла / 10–15 г масла какао



1. Мед со сливочным маслом довести в сковороде на умеренно сильном огне до насыщенного карамельного цвета. Добавить жареные орехи, перемешать, убавить огонь до среднего и дать орехам прокалиться. Снять с огня через 2–3 минуты.
2. Выложить массу на силиконовый коврик или бумагу для выпечки, оставить застывать. Измельчить в блендере застывшую карамельную массу, чтобы кусочки орехов были размером 2–3 мм.
3. Отложить горсть карамельной крошки для декора торта. Выложить оставшуюся крошку в кольцо диаметром 15 см, уплотнить и с помощью кисточки покрыть тонким слоем растопленного какао-масла, охладить.

ДЛЯ КОНФИ:

100 г пюре облепихи / 150 г пюре мандарина /
2 ст. л. кленового сиропа / меда (по вкусу) / 4 г желатина, замоченного
в 30 мл воды / 2 г пектина или 1 ч. л. «квиттина» (пектиновой смеси для варенья)

ДЛЯ ПЮРЕ:

1. Дольки мандарина взбить блендером, протереть через сито, чтобы избавиться от пленок.
2. Облепиху разморозить, взбить в блендере в пюре, протереть через сито, чтобы избавиться от косточек.
3. Пюре мандарина и облепихи смешать вместе в небольшом сотейнике, довести до кипения. Венчиком ввести пектин, смешанный с 1 ч. л. сахара, кипятить 2 минуты, постоянно помешивая. Снять с огня и добавить желатин. Размешать венчиком до полного растворения желатина.
4. Дно кольца диаметром 16 см застелить пищевой пленкой и разместить на ровном противне, который помещается в морозильную камеру. Вылить пюре в кольцо и заморозить.

ДЛЯ МУССА НА СМЕТАНЕ:

200 г сливок жирностью 33% / 300 г сметаны жирностью 20% /
50 мл молока / 50 г сахара / ½ ч. л. ванильного экстракта или семена ½ стручка
ванили / 10 г желатина, замоченного в 60 мл воды

1. Молоко довести до кипения, снять с огня, добавить ваниль и замоченный желатин. Размешать венчиком до полного растворения желатина. Охладить до 26 °С.

2. Сливки взбить с сахаром до мягких пиков, добавить сметану и с помощью силиконовой лопатки соединить с молочной смесью.

СБОРКА ТОРТА «ВВЕРХ НОГАМИ»:

Вылить сметанный мусс в силиконовую форму диаметром 18 см, аккуратно выложить в центр формы замороженный облепиховый слой и немного вдавить в мусс. Сверху выложить и слегка вдавить бисквит. Выровнять низ торта. Подморозить торт в течение 10–15 минут.

ДЛЯ ГЛАЗУРИ:

130 г детского пюре моркови или тыквы
(20 г заменить на пюре манго, если морковное пюре блеклого цвета) /
90 мл воды / 15 г сиропа глюкозы / 6 г пектина NH /
4 г желатина, замоченного в 20 мл воды

ДЛЯ ДЕКОРА:

ягоды физалиса / карамельная крошка / веточка розмарина

1. В сотейнике смешать все ингредиенты, кроме желатина, довести до кипения, постоянно помешивая, в течение 2 минут. Добавить замоченный желатин в горячую массу.
2. Остудить глазурь до 30°C. Замороженный торт поставить на банку, под которой стоит противень или тарелка, так, чтобы лишняя глазурь могла стекать.
3. Глазурь перелить в мерный стакан. Равномерно полить торт глазурью, начиная от центра торта и ведя к краям. В конце убрать излишки глазури сверху торта, используя spatulu. Когда глазурь схватится, перенести торт на тарелку или подложку.
4. Перед подачей украсить торт ягодами физалиса, остатками карамельной крошки и листиками розмарина.

МУССОВЫЙ ТОРТ МАК / КЛУБНИКА / ЛИМОН

Приходя в кондитерскую, мне часто хочется снять глазурь с муссовых тортов, чтобы не употреблять в пищу большое количество красителя, которое в ней содержится. Но ведь искусственно окрашенную зеркальную глазурь можно легко заменить глазурью на основе натурального фруктового пюре! Кроме природного яркого цвета, она еще очень вкусная и ароматная.

У натуральной глазури, которую я использую в рецепте этого торта, есть только один минус – она может стать чуть менее яркой на следующий день. Но поскольку этот торт долго не залеживается, вы этого даже не заметите. Я обещаю!

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 18 СМ:

ДЛЯ БИСКВИТА ДИАМЕТРОМ 15 СМ:

1 яйцо / 2 ст. л. мака / 30 г сахара / 10 г растопленного сливочного масла /
30 г муки / разрыхлитель – на кончике ножа /
дополнительное масло и мука для формы

1. Яйцо взбить с сахаром до пышной светлой массы. Вмешать муку с разрыхлителем и мак. Затем тонкой струйкой по стенке миски влить масло, аккуратно перемешать силиконовой лопаткой.
2. Форму для выпечки смазать тонким слоем масла и припылить мукой. Переложить тесто в форму. Выпекать в разогретой духовке при 180 °С 10–15 минут. Остудить на решетке. Остывший бисквит достать из формы и подровнять бока.

ДЛЯ ЛИМОННОГО КРЕМА:

3 желтка / 80 мл свежесжатого лимонного сока / 80 г сахара / 60 г сливочного масла / 3 г желатина, замоченного в 15 мл холодной воды



1. Все ингредиенты, кроме желатина, смешать венчиком в сотейнике и нагреть, помешивая, до 80°C. Снять с огня при появлении первых пузырей закипания, добавить желатин. Размешать до растворения желатина. Остудить до 40°C, добавить по кусочкам холодное сливочное масло, взбить погружным блендером до однородности.
2. Дно кольца диаметром 16 см затянуть пленкой, положить на противень, который помещается в морозильную камеру. Готовый крем вылить в кольцо и заморозить.

ДЛЯ КЛУБНИЧНОГО ЖЕЛЕ:

150 г мелко нарезанной клубники / 50 г сахара / 2 г пектина /
3 г желатина, замоченного в 15 мл холодной воды

Клубнику с сахаром довести до кипения, всыпать дождиком пектин, смешанный с 1 ст. л. сахара, кипятить 2 минуты, постоянно помешивая, снять с огня. Добавить желатин, немного остудить и вылить в кольцо, поверх замороженного лимонного крема. Снова заморозить.

ДЛЯ МУССА НА СМЕТАНЕ:

Мусс необходимо готовить тогда, когда все составляющие компоненты для сборки торта уже готовы.

200 г сливок жирностью 33% / 300 г сметаны жирностью 20% /
50 мл молока / 50 г сахара / ½ ч. л. ванильного экстракта или семена ½ стручка
ванили / 10 г желатина, замоченного в 20 мл воды / 1 ст. л. мака

1. Желатин замочить в воде.
2. Молоко довести до кипения, снять с огня, добавить ваниль и замоченный желатин. Размешать венчиком до полного растворения желатина. Охладить до 26°C.
3. Сливки взбить с сахаром до мягких пиков, добавить мак и с помощью силиконовой лопатки соединить с молочной смесью и сметаной.

СБОРКА ТОРТА «ВВЕРХ НОГАМИ»:

Вылить мусс в силиконовую форму диаметром 18 см, аккуратно выложить в центр формы замороженный лимонный слой с клубникой и немного вдавить в мусс. Сверху выложить и слегка вдавить бисквит. Выровнять низ торта. Заморозить в течение 5 часов.

ДЛЯ ГЛАЗУРИ:

130 г клубничного пюре / 90 мл воды / 15 г сиропа глюкозы /
6 г пектина NH / 4 г желатина, замоченного в 20 мл воды /
свежая клубника для декора

1. Смешать все ингредиенты, кроме желатина, довести до кипения в сотейнике с толстым дном. Постоянно помешивая, кипятить 2 минуты.
2. Остудить глазурь до 30 °С. Замороженный торт поместить на подложку и поставить на банку, под которой стоит противень или тарелка, так, чтобы лишняя глазурь могла стекать.
3. Глазурь перелить в мерный стакан. Равномерно полить торт глазурью, начиная от центра торта и ведя к краям. В конце убрать излишки глазури сверху торта, используя spatulu. Когда глазурь схватится, перенести торт на тарелку или подложку.
4. Перед подачей украсить торт свежей клубникой.

Глазурь можно использовать на следующий день, можно замораживать и использовать остатки повторно, но разогревать ее нужно до рабочей температуры 30 °С.

ПРИМЕЧАНИЕ: Данный рецепт глазури применим для любого ягодного или фруктового пюре – с манго получается ярко-желтый цвет, черника дает фиолетово-красный и т. п. Клубничное пюре я рекомендую готовить самим и выбирать для него темно-красные сорта ягод, тогда глазурь получится яркой, как на фото. Если вы не можете найти темно-красную клубнику для яркого пюре, можно использовать пюре вишни или клюквы, но тогда цвет будет малиновым, а не красным.

ОБЛЕПИХОВЫЙ МУССОВЫЙ ТОРТ

Облепиховый мусс не только красивый, но и очень вкусный, с яркой кислинкой и тысячей воздушных пузырьков в структуре мусса. Облепиховый мусс можно даже подавать как отдельное блюдо, просто разлить по бокалам и дать ему застыть в холодильнике; или даже заморозить и сделать на его основе вкуснейшее мороженое!

Мусс с кислыми ягодами обычно готовится с использованием итальянской меренги, чтобы избежать сочетания кислоты из ягод и сырого белка и увеличить срок хранения торта. Если вы планируете сделать торт заранее, можно также заменить свежий яичный белок на сухой белок (альбумин).

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 18 СМ:

ДЛЯ БИСКВИТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

1 яйцо / 30 г сахара / 10 г растопленного сливочного масла /
30 г муки / разрыхлитель – на кончике ножа /
горсть ягод черники или голубики

1. Яйцо взбить с сахаром до пышной светлой массы. В отдельной миске смешать муку с разрыхлителем и мак с помощью силиконовой лопатки и добавить в яичную смесь. Влить по стенке масло, аккуратно перемешать лопаткой.
2. Застелить дно формы для выпекания пергаментом. Вылить тесто в форму, сверху выложить ягоды.
3. Выпекать в разогретой духовке при 180°C в течение 10–15 мин. Остудить на решетке.

ДЛЯ МУССА ИЗ ГОЛУБИКИ:

70 г пюре голубики / 50 мл молока / 2 желтка яиц С1 /
30 г сахара / 110 г сливок жирностью 33% /
5 г желатина, замоченного в 20 мл воды



1. Голубику взбить погружным блендером и протереть через сито, чтобы удалить кожицу, или использовать готовое пюре. Пюре смешать с сахаром, желтками и молоком в сотейнике с толстым дном, довести до температуры 80 °С, постоянно помешивая венчиком. При появлении первых признаков закипания сразу снять с огня.
2. Добавить к пюре замоченный желатин, перемешать до полного его растворения. Охладить до комнатной температуры.
3. Сливки взбить до мягких пиков, смешать с помощью лопатки с ягодной массой. Мусс вылить в кольцо, затянутое пленкой, или в силиконовую форму диаметром 15 см, заморозить.

ДЛЯ МУССА ИЗ ОБЛЕПИХИ:

250 г пюре облепихи + 50 г сахара / 50 г белка / 100 г сахара + 50 мл воды /
12 г желатина, замоченного в 60 мл воды / 200 г сливок жирностью 33%

1. Белки взбить с помощью миксера с щепоткой соли на средней скорости до мягких пиков.
2. В это же время в сотейнике смешать 100 г сахара и 50 мл воды, довести до кипения и уварить сироп до 118–120 °С (до того момента, когда он будет тянуться прозрачной нитью за лопаткой).
3. На низкой скорости влить сироп во взбивающиеся белки тонкой струйкой по стенке чаши, увеличить скорость до умеренно высокой и взбить до средних пиков.
4. Пюре облепихи смешать с сахаром, довести до кипения, остудить до 80 °С.
5. Желатин распустить, нагрев в сотейнике с толстым дном, либо интервалами в микроволновке, но не допуская закипания. Смешать с облепиховым пюре.
6. Сливки взбить до мягких пиков, чтобы венчик оставлял нечеткие следы на поверхности пены из сливок.
7. Смешать меренгу, сливки и облепиховое пюре с желатином с помощью силиконовой лопатки до однородной массы, но при этом не нарушая структуры взбитых белков и сливок.

СБОРКА ТОРТА «ВВЕРХ НОГАМИ»:

Вылить в кольцо, затянутое пленкой, или в форму диаметром 18 см половину мусса из облепихи, подморозить этот слой в течение часа. Сверху положить слой замороженного ягодного мусса, затем вылить оставшийся облепиховый мусс и слегка вдавить сверху бисквит. Выровнять верх торта с помощью кондитерской spatulas. Переложить торт в морозильник минимум на 5 часов.

ДЛЯ ГЛАЗУРИ:

110 г сахара / 80 мл воды или сока облепихи /
10 г пектина / лимонная кислота – на кончике ножа

1. Смешать все ингредиенты, довести до кипения, варить 2 минуты, снять с огня и остудить до 45°C.
2. Замороженный торт поместить на подложку и поставить на банку, под которой стоит противень или тарелка, так, чтобы лишняя глазурь могла стекать.
3. Глазурь перелить в мерный стакан. Равномерно полить торт глазурью, начиная от центра торта и ведя к краям. В конце убрать излишки глазури сверху торта, используя spatula. Когда глазурь схватится, перенести торт на тарелку или подложку.
4. Перед подачей украсить торт свежей голубикой и облепихой.

ЛЕГКИЙ ТРЕХЦВЕТНЫЙ ТВОРОЖНЫЙ ТОРТ БЕЗ ВЫПЕЧКИ

Это нежный воздушный торт, чем-то напоминающий по вкусу мороженое. Вы можете заменить в рецепте основу без выпечки на тонкий слой бисквита или на классическую основу для чизкейка из крошеного печенья и масла.

Фруктовые и ягодные пюре можно приготовить самостоятельно или использовать готовые. Если будете сами готовить яблочное пюре, добавьте немного воды при приготовлении, чтобы получилась более жидкая и однородная текстура.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ ОСНОВЫ:

8 иранских фиников / 50 г овсяных хлопьев / 100 г миндальной муки /
2 ст. л. кокосового или сливочного масла / ½ ч. л. какао-порошка

ДЛЯ МУССА:

600 г пастообразного или однородного творога (200 г на каждый слой) /
150 г сливок жирностью 33% / 24 г желатина / 50 г меда / 100 г пюре голубики
или черники / 100 г пюре малины / 100 г яблочного пюре (я использовала детское)

ДЛЯ ДЕКОРА:

Микс свежих ягод / съедобные цветы



1. Для основы смешать все ингредиенты в кухонном комбайне или блендере в грубую крошку. Утрамбовать на дно круглой формы или кольца, обтянутого пленкой. Стенки формы проложить ацетатной пленкой, если форма не силиконовая.
2. Желатин разделить на три части по 8 г, добавить в каждую мисочку с желатином 50 мл воды и размешать. Растопить желатин в каждой емкости до температуры не выше 80 °С. Главное – не допускать закипания раствора желатина!
3. Для первого слоя взбить 50 г сливок до мягких пиков, добавить к ним 200 г творога, пюре голубики и 20 г меда, влить распущенный желатин, взбить до средних пиков. Выложить мусс из голубики на основу, подморозить в холодильнике в течение 10–15 минут.
4. Для второго слоя сделать все по аналогии с муссом из голубики, но использовать 30 г меда для подслащивания более кислого пюре малины. Выложить малиновый мусс на первый слой и снова подморозить.
5. Для третьего слоя использовать остатки сливок, творога, желатиновую массу и яблочное пюре. Мед можно не использовать, т.к. яблочное пюре довольно сладкое. Выложить яблочный мусс на предыдущий слой и выровнять кондитерской spatulой.
6. Поместить торт в морозильник до быстрого охлаждения либо в холодильник на 3–5 часов. Замораживать торт не требуется.
7. Перед подачей украсить торт свежими ягодами и съедобными цветами.



«ПТИЧЬЕ МОЛОКО» С ЧЕРНОЙ СМОРОДИНОЙ

Это облегченный вариант классического «Птичьего молока» с уменьшенным количеством сахара и без сливочного масла. Кислинка черной смородины нивелирует чрезмерную сладость суфле, делает вкус гармоничным, окрашивая торт в фантастический сиреневый цвет. Суфле можно подавать не только в виде торта, но и распределить по противню, дать застыть и нарезать на конфеты.

Вместо песочной основы можно использовать тонкий бисквит из рецепта торта в «Новогодней обертке».

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ ОСНОВЫ:

30 г размягченного сливочного масла / 1 желток / 60 г пшеничной муки / соль, разрыхлитель – на кончике ножа

1. Смешать все ингредиенты в однородную массу, собрать тесто в диск, обернуть пленкой и убрать в холодильник на 20–30 минут.
2. Раскатать пласт теста толщиной около 6–8 мм, вырезать круг диаметром 16 см, наколоть вилкой.
3. Выпекать в разогретой до 180°C духовке 10 минут. Остудить.
4. Готовый корж поместить на дно формы.

ДЛЯ КРЕМА:

100 г белка / 1 г лимонной кислоты / 5 г агар-агара силой 900 / 150 мл воды / 200 г сахара / 30 г сгущенки / 20 г взбитых сливок / 20 г пюре черной смородины (протертой от косточек)

1. Ягодное пюре довести до кипения, остудить. Перемешать со сливками и сгущенкой.
2. Агар залить водой, добавить сахар, довести до кипения, убавить нагрев до среднего и уварить сироп до 110 °С.
3. В это время начать взбивать белок с лимонной кислотой, взбить до мягких пиков на средней скорости.
4. Уменьшить скорость до небольшой. Тонкой струйкой по стенке чаши миксера влить сироп, продолжая взбивать белок. Увеличить скорость до умеренно высокой и взбивать еще 2–3 минуты.
5. С помощью силиконовой лопатки вмешать в массу сливочно-ягодную смесь и сразу выложить в форму, торт стабилизируется при комнатной температуре, хранить в холодильнике.
6. По желанию полить верх готового торта молочной глазурью.

«ПАВЛОВА» С МАЛИНОВЫМ КРЕМОМ

«Павлова» – это изысканный десерт с хрустящей тонкой корочкой безе, внутри которой скрывается воздушное суфле из нежной запеченной меренги. Так как меренга очень сладкая, я вообще не добавляю сахар в начинку и ягоды для «Павловой» тоже беру с кислинкой. Для придания розового оттенка крему, кроме малины, можно использовать кислую вишню.

В данном рецепте я не протираю малиновое пюре от косточек и не обрабатывала пюре термически, так как «Павлова» предполагает немедленную подачу на стол после приготовления.

Для того чтобы основа из меренги получилась пышной и стабильной, чаша миксера и венчики должны быть сухими и обезжиренными (я протираю их столовым уксусом), а в белки не должен попасть ни один микрон желтка.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 20 СМ:

200 г белков комнатной температуры / 350 г мелкого сахара /
щепотка соли / 3 ч. л. кукурузного крахмала /
1 ч. л. яблочного уксуса 6%

ДЛЯ КРЕМА:

200 г холодных сливок жирностью 33% / 100 г сыра маскарпоне / 150 г малины

1. Разогреть духовку до 170 °С. Застелить противень пергаментной бумагой, нарисовать на ней круги диаметром 20 см, перевернуть лист, чтобы пометки от карандаша не оставили следов на меренге.
2. Яичные белки взбить с щепоткой соли на низкой скорости в пену, затем увеличить скорость и, постепенно добавляя сахар, взбить до устойчивых, глянцевых, пластичных пиков. Добавить уксус. С помощью силиконовой лопатки ввести крахмал. «Клюв» меренги, образующийся на венчике, если его поднять и перевернуть, должен держать форму. Меренга должна получиться плотной и гладкой.



3. Выложить меренгу на пергамент с помощью кондитерского мешка или просто с помощью спатулы или ложки. Вы также можете выпечь не два, а один высокий корж с небольшим углублением в середине.
4. Поставить коржи в разогретую духовку, закрыть дверцу, снизить температуру до 100 °С и выпекать 1,5 часа. Поверхность готовой меренги не должна липнуть к рукам, но при этом внутри должна остаться мягкой.
5. Выключить духовку, слегка приоткрыть дверцу, оставить меренгу внутри духовки до полного остывания.
6. Перед подачей взбить сливки до мягких пиков, добавить маскарпоне и малиновое пюре, снова взбить до мягких пиков. Прослоить кремом коржи или выложить крем в углубление в одном большом корже. Украсить свежими ягодами.



ТЫКВЕННЫЙ МУССОВЫЙ ТОРТ БЕЗ ВЫПЕЧКИ (без молочных продуктов)

Тыква не только полезна, но и способна придать этому тарту яркий оранжевый цвет. Для этого холодного десерта можно использовать любое пюре, дружественное с желатином. Для идеального баланса вкуса в этом тарте выберите сладкие сорта тыквы и яблок.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ МУССА:

500 г тыквенного пюре / 500 г яблочного пюре / 30 г желатина /
40 г шоколадного соуса, звездочки бадьяна для декора

ДЛЯ ОСНОВЫ:

15 фиников / 75 г овсяных хлопьев / 75 г орехов (грецкие + миндаль)

1. Тыкву нарезать на куски и запечь до мягкости в духовке при 175°C. Мякоть пюрировать в блендере. Яблоки запечь в духовке до мягкости, взбить мякоть в пюре. Альтернативно можно использовать готовое яблочное пюре.
2. Финики очистить от кожуры и косточек, измельчить в блендере вместе с овсяными хлопьями и орехами. Утрамбовать эту массу по дну разъемной формы.
3. Желатин насыпать в яблочное пюре, дать ему набухнуть. Затем нагреть пюре до полного растворения желатина, но не доводить до кипения. Немного остудить.
4. Смешать яблочную смесь с тыквенным пюре и взбить в пышную массу с помощью миксера в течение 10–12 минут. Поначалу будет казаться, что ничего не происходит, затем масса увеличится в объеме и сильно посветлеет. Сразу выложить ее на основу и убрать форму в холодильник до застывания суфле, минимум на 20–30 минут.
5. Готовый торт достать из формы, украсить с помощью бумажного корнета паутинкой из шоколадного соуса и звездочками бадьяна.



КАПКЕЙКИ,
ЧИЗКЕЙКИ И ТАРТЫ



ЧИЗКЕЙК С МАНГО

Яркий тропический вкус этого чизкейка придется вам по вкусу, если вы любите манго. Лично я его обожаю!

Если цвет получается недостаточно ярким, добавьте в сырную массу $\frac{1}{4}$ или $\frac{1}{2}$ ч. л. молотой куркумы. Но не больше половины чайной ложки – цвет проявится после выпечки.

На основе данного рецепта вы можете готовить чизкейки с добавлением любых других фруктов и ягод.

Попробуйте приготовить чизкейк по этому рецепту, заменив пюре манго на облепиховое – это очень вкусно!

Этот чизкейк можно хранить обернутым в пищевую пленку в морозильнике до двух месяцев, в холодильнике чизкейк хранится до 5 дней.

ДЛЯ ЧИЗКЕЙКА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

400 г сливочного сыра / 200 г пюре манго /
80 г сахара (можно увеличить, по вкусу) / 2 яйца / 2 ст. л. кукурузного
крахмала / 50 г сливок и 100 г свежего манго для декора

ДЛЯ ОСНОВЫ:

100 г печенья «Юбилейное утреннее» /
40 г сливочного масла

1. Печенье измельчить в кухонном комбайне или блендере в крошку, смешать с растопленным маслом, чтобы крошка получилась влажной. Выложить на дно разъёмной формы, застеленной пергаментом, утрамбовать.
2. Все ингредиенты для начинки должны быть комнатной температуры. В миске смешать все ингредиенты силиконовой лопаткой до однородности, стараясь не взбивать. Выложить массу на основу.



3. Выпекать в разогретой духовке 10 минут при 200 °С, затем 40–60 минут при 100 °С. Центр готового чизкейка должен слегка подрагивать.
4. Выключить духовку, слегка приоткрыть дверцу, оставить чизкейк в духовке до полного остывания.
5. Перед подачей украсить взбитыми сливками и кусочками свежего манго. Я использую довольно жидкое пюре манго. Если ваше покупное или самодельное пюре слишком густое, можно добавить к нему 100 г жирных сливок или сметаны.



КАПКЕЙКИ С ВИШНЕВЫМ КРЕМОМ

Шоколадные классические капкейки и вишня – это идеальный тандем. А какой красивый цвет крема получается благодаря использованию пюре из натуральных ягод!

Капкейки получаются сами по себе вкусными и влажными, но вы можете дополнительно добавить вишню в начинку, вырезав углубление в центре каждого кекса после выпекания.

ДЛЯ 10–12 КАПКЕЙКОВ:

190 г муки / 100 г сахара / 2 яйца / 60 г сливочного масла /
90 г горького шоколада / 125 г сметаны / ½ ч. л. пищевой соды /
1 ч. л. разрыхлителя / щепотка соли

Все ингредиенты должны быть комнатной температуры.

1. Духовку разогреть до 170°C.
2. В миске смешать сухие ингредиенты: муку, соль, разрыхлитель и соду.
3. Шоколад растопить на водяной бане.
4. В отдельной большой миске яйца смешать с сахаром и солью, добавить размягченное сливочное масло, сметану и шоколад, смешать венчиком до однородности.
5. Соединить сухую и жидкую смеси. Должно получиться тесто консистенции густой сметаны.
6. Заполнить капсулы для капкейков на $\frac{3}{4}$, выпекать 20–25 минут. Готовый кекс проверять «на сухую шпажку».

ДЛЯ КРЕМА:

400 г сливочно-творожного сыра / 50 г сливок жирностью 33% /
80 г сахарной пудры / 50 г вишневого пюре / 1 ч. л. крахмала

ДЛЯ ДЕКОРА:

50 г тертого шоколада / свежая вишня или черешня

1. Для приготовления пюре разморозить вишню и измельчить ее в блендере; пюре получится довольно жидким.
2. Смешать пюре с крахмалом и довести до кипения. Не нагревать дольше 5 минут, иначе оно потеряет свой цвет. Охладить.
3. Взбить сливочный сыр с сахарной пудрой и вишневым пюре до однородной массы, добавить сливки, взбить до пышности.
4. Выложить готовый крем на капкейки с помощью кондитерского мешка с насадкой «Звездочка». Украсить ягодами и тертым шоколадом.

МИНИ-ЧИЗКЕЙКИ «ЧЕРНИЧНЫЕ НОЧИ» (облегченные)

Красивый глубокий фиолетовый цвет и нежная начинка. Такие чизкейки содержат меньше калорий, чем классические, однако они даже вкуснее и сочнее своих собратьев.

Черника сохраняет красивый цвет и после выпечки, а оттенок верха чизкейка становится даже насыщеннее.

ДЛЯ 10–12 МИНИ-ЧИЗКЕЙКОВ:

ДЛЯ ОСНОВЫ:

100 г печенья «Юбилейное утреннее» /
40 г кокосового или сливочного масла

ДЛЯ НАЧИНКИ:

50 г черники / 50 г сметаны жирностью 20% /
100 г пастообразного творога или рикотты / 150 г сливочно-творожного сыра /
80 г сахара / 50 г меда или другого подсластителя /
½ ч. л. ванильного экстракта / ½ ч. л. лимонного сока / 1 яйцо /
1 ст. л. кукурузного крахмала / 150 г свежей голубики на декор

1. Духовку разогреть до 170°C.
2. Печенье измельчить в крошку в кухонном комбайне или блендере, смешать с растопленным маслом, утрамбовать на дно бумажных капсул или порционных форм.
3. Чернику взбить в пюре, смешать с остальными ингредиентами комнатной температуры. Лучше использовать для смешивания силиконовую лопатку или миксер с насадкой «Лопатка», чтобы избежать образования пузырей в массе и деформации чизкейка в процессе выпекания.



4. Разложить начинку по формочкам с основой, наполняя их на $\frac{3}{4}$, и поставить в духовку на 170 °С. Выпекать 10 минут, затем убавить температуру до 110 °С, выпекать еще 10–15 минут. Сердцевина готовых чизкейков должна чуть подрагивать. После остывания и охлаждения начинка станет плотной.
5. Остудить готовые чизкейки на решетке, затем переставить в холодильник минимум на 2 часа, до полного остывания. Перед подачей украсить свежей черникой.



КЛАССИЧЕСКИЕ КАПКЕЙКИ СО СВЕТЛО-РОЗОВЫМ КРЕМОМ

Такой привлекательный оттенок розового цвета легко получить, добавив свекольное пюре (рецепт на стр. 11) к вашему любимому крему. Добавляйте по чуть-чуть, так же, как и с гелевыми красителями. Свеклы понадобится больше, чем обычного красителя, но ее вкус в креме не чувствуется. Для четкого рисунка я обычно использую сливочно-сырный крем.

КЛАССИЧЕСКИЕ ВАНИЛЬНЫЕ КАПКЕЙКИ

ДЛЯ 12–15 КАПКЕЙКОВ:

190 г пшеничной муки / 100 г сахара / 100 г сливочного масла / 125 г сметаны жирностью 20% / 2 яйца С1 / 1 ч. л. разрыхлителя / ½ ч. л. соды / 1 ст. л. ванильного сахара / маленькая щепотка соли

1. Смешать сухие ингредиенты: муку, разрыхлитель и соду в миске.
2. В отдельной большой миске смешать венчиком яйца с сахаром и солью, добавить растопленное сливочное масло и сметану, перемешать до однородности.
3. Объединить сухую и жидкие смеси, смешать едва до однородности. Выложить тесто в бумажные капсулы для выпекания, наполняя их на $\frac{2}{3}$.
4. Выпекать при 170 °С 20 минут.

ДЛЯ КРЕМА:

150 г творожного сыра / 100 г сливок жирностью 33% / 50 г сахарной пудры / ½ ч. л. ванильного экстракта или 1 ч. л. ванильного сахара с натуральной ванилью / ½ ч. л. свекольного пюре

1. Взбить холодные сливки с пудрой и ванилью до мягких пиков. Добавить сыр комнатной температуры и пюре, еще раз взбить до мягких пиков.
2. С помощью кондитерского мешка с насадкой «Звездочка» отсадить крем на капкейки, начиная от центра бисквита и по спирали продвигаясь к краям.



ПОСТНЫЙ ТАРТ МАНДАРИН-ХУРМА (без сахара)

Пользуйтесь природной сладостью фруктов и их витаминами даже тогда, когда готовите выпечку к чаю! Зимой витамины и цветотерапия особенно важны. В сезон хурмы можно выбрать спелые сладкие плоды тех сортов, которые не вяжут.

ДЛЯ ТАРТА ДИАМЕТРОМ 23 СМ:

ДЛЯ ОСНОВЫ:

120 г овсяных хлопьев / 70 г орехов (миндаль/грецкие) / 10 фиников /
2 ст. л. кокосового масла

ДЛЯ ОСНОВЫ:

250 мл свежевыжатого апельсинового сока / 100 г мандаринового пюре /
150 г очищенной хурмы / 2 ч. л. агар-агара / мелко натертая цедра ½ апельсина

ПО ЖЕЛАНИЮ:

250 мл орехового или кокосового молока (для белого слоя на дне) +
1 ч. л. агара / кружочки свежего мандарина и взбитая аквафаба для декора

1. Для основы измельчить овсяные хлопья и орехи в крошку в блендере или кухонном комбайне, добавить финики и кокосовое масло, еще раз измельчить. Выложить массу на дно формы диаметром 23 см. Выпекать при 200°C в течение 10 минут.
2. В небольшом сотейнике на умеренном огне смешать агар и молоко, довести до кипения, постоянно помешивая. Дать покипеть 1–2 минуты, вылить массу на основу, дать застыть при комнатной температуре в течение 10 минут.

3. Для мандаринового пюре измельчить при помощи блендера очищенные от кожуры дольки мандаринов, так же поступить с хурмой, смешать оба вида пюре с агаром в небольшом сотейнике. Довести до кипения. Кипятить минуту, снять с плиты, сразу влить апельсиновый сок и добавить цедру, интенсивно перемешать венчиком и вылить на подготовленную основу.
4. Оставить тарт застывать при комнатной температуре в течение часа.
5. Перед подачей украсить тарт меренгами из аквафабы и кружочками свежего мандарина.

Рецепт взбитой аквафабы см. на стр. 81.

ПОСТНЫЕ ЛИМОННЫЕ ТАРТАЛЕТКИ (без глютена)

Классические лимонные тарталетки готовятся с лимонным заварным кремом на желтках, которые дают довольно выраженный привкус. Моя версия цитрусового крема мне нравится по вкусу куда больше. Я использую сок апельсина, а не лимона, чтобы добавлять меньше подсластителя.

Лимонный вкус получается за счет цедры.

ДЛЯ 3–4 ТАРТАЛЕТОК ДИАМЕТРОМ 8 СМ:

ДЛЯ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА:

100 г безглютеновой муки (я использовала 30 г кукурузной и 70 г рисовой) /
50 мл растительного молока/воды / 30 мл растительного масла
(в идеале – кокосового) / 5 г кленового сиропа / щепотка соли

1. Смешать все ингредиенты в однородное тесто, раскатать пласт и выложить тесто в формы для тарталеток.
2. Наколоть вилкой, охладить 30 минут в холодильнике.
3. Выпекать при 200 °С 10–15 минут до золотистого цвета теста.

ДЛЯ КРЕМА:

200 мл апельсинового сока + 30 г пюре манго (манго добавить для яркого цвета),
либо 230 мл сока / 100 г кокосовых сливок / 1 ст. л. кукурузного крахмала /
1 ст. л. лимонного сока / 2 ст. л. сиропа топинамбура или др. /
½ ч. л. агар-агара силой 900 / цедра небольшого лимона

1. Кокосовые сливки можно сделать самим, поместив банку кокосового молока на ночь в холодильник. Для этого рецепта нужно использовать верхнюю густую часть содержимого банки.



2. Смешать все ингредиенты для крема, кроме цедры, в сотейнике с толстым дном, довести до кипения, кипятить 2 минуты, постоянно помешивая венчиком.
3. Добавить цедру лимона, перемешать. Снять с огня и дать массе настояться пару минут. Слегка охладить.
4. Разлить готовый апельсиновый крем по тарталеткам, наполняя их на $\frac{3}{4}$.

ДЛЯ МЕРЕНГИ ИЗ АКВАФАБЫ

(ЖИДКОСТЬ В БАНКЕ ИЗ-ПОД БОБОВЫХ):

30 мл аквафабы / 50 г сахарной пудры /
1 г винного камня или лимонной кислоты

1. Аквафабу взбить в пышную пену с винным камнем или лимонной кислотой. Продолжать взбивать, по частям подсыпая сахарную пудру, до стабильной, пластичной, глянцевой меренги.
2. С помощью кондитерского мешка с круглой насадкой №6–8 выложить меренгу на тарталетки. Слегка обжечь горелкой.

ПРИМЕЧАНИЕ: В качестве аквафабы наиболее подходит жидкость из-под консервированного нута или белой фасоли без пряностей. Жидкость из-под зеленого горошка имеет специфический привкус и требует уваривания до густой желеобразной консистенции.



ТАРТАЛЕТКИ С ЧАЕМ МАТЧА И ЗАВАРНЫМ КРЕМОМ

Если к базовому песочному тесту добавить немного порошка чая матча, получится красивый зеленый цвет! Терпкая горчинка пудры зеленого чая отлично сочетается с нежным сливочным заварным кремом и малиной.

Но будьте осторожны, не оставляйте тарталетки на солнце, чтобы их цвет оставался ярким.

Это тесто можно приготовить заранее и заморозить впрок.

ДЛЯ 8 ТАРТАЛЕТОК ДИАМЕТРОМ 8 СМ:

ДЛЯ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА:

150 г муки / 75 г сливочного масла, холодного /
1 желток / щепотка соли / 20 мл холодной воды /
1 ч. л. чая матча

1. Холодное масло с мукой и солью ножом измельчить в мелкую крошку и переложить в миску. Добавить желток, по необходимости добавить воды. Как вариант, можно заложить все ингредиенты в чашу кухонного комбайна и смешать в режиме пульсации. Тесто должно собраться в шар. Цвет теста будет довольно ярким, но он немного выгорит при выпекании. Убрать тесто в холод на 15–20 минут.
2. Раскатать тесто в пласт толщиной 2–3 мм. Вырезать с помощью колец для выпечки тарталеток круги и уложить их на дно колец для выпекания. Затем ножом нарезать оставшееся тесто на полосы шириной, равной высоте кольца для тарталетки, и длиной, равной длине окружности. Уложить полоску в кольцо так, чтобы она плотно прилегалась к диску теста на дне. Выровнять тесто по верху формы. Наколоть дно вилкой и охладить на противне в течение 30 минут.
3. Выпекать при температуре 190 °С в течение 12–18 минут.

ДЛЯ КРЕМА:

250 мл сливок жирностью 30% / 2 желтка / 15 г кукурузного крахмала /
3 ст. л. сахара (+ дополнительный сахар по вкусу) / 30 г сливочного масла

ДЛЯ ДЕКОРА:

свежая малина / малиновый джем

1. Сливки довести до кипения в сотейнике.
2. Желтки смешать венчиком в миске с крахмалом и сахаром.
3. Часть горячих сливок влить к желткам, постоянно помешивая, добавить сюда же оставшиеся сливки, вернуть смесь на плиту.
4. На водяной бане или в сотейнике довести крем до загустения, постоянно помешивая. Крем должен стать густым, гладким и блестящим. Выложить в миску.
5. Остудить крем до 45°C. Затем по кусочкам добавить размягченное сливочное масло, взбить погружным блендером до гладкости. Накрыть крем пленкой в контакт и охладить в течение часа.
6. Готовым кремом наполнить остывшие тарталетки с помощью кондитерского мешка с круглой насадкой №8–10. Добавить ягоды перед подачей. Украсить капельками малинового джема.

ПРИМЕЧАНИЕ: Чтобы тарталетки не размокли от крема, их можно смазать тонким слоем растопленного масла или белого шоколада.

КАПКЕЙКИ С ЧЕРНОЙ СМОРОДИНОЙ (постные)

Бисквит в постных капкейках достаточно влажный сам по себе, но вы можете добавить к ним любую фруктовую или ягодную начинку, и так они будут еще вкуснее. Отверстие для начинки сверху капкейка можно вырезать с помощью насадки для крема. Я использую пюре черной смородины, но можно заменить на черничное пюре, оттенок крема получится таким же!

Для крема можно использовать любое ягодное пюре – готовое или самодельное из замороженных ягод. Для самодельного пюре необходимо разморозить ягоды, взбить их в блендере и протереть через сито.

Хранить такие капкейки с кремом можно в холодильнике до 5 дней или заморозить. Перед употреблением разморозить в холодильнике в течение 8 часов.

ДЛЯ 10 НЕБОЛЬШИХ КАПКЕЙКОВ:

180 г муки общего назначения / 80 г сахарной пудры или измельченный березовый, дынный, кленовый сахар / 2 ст. л. крахмала / 1 ч. л. разрыхлителя / $\frac{1}{3}$ ч. л. соды / 200 мл кокосового молока / 60 мл растительного масла / 1 ст. л. уксуса / 1 ч. л. ванильного экстракта / соль – на кончике ножа

1. Смешать сухие ингредиенты: муку, крахмал, разрыхлитель и соду.
2. В отдельной миске смешать кокосовое молоко с уксусом и ванильным экстрактом.
3. Смешать сухие и жидкие ингредиенты, добавить масло и размешать до однородности венчиком.
4. Заполнить капсулы для капкейков на $\frac{3}{4}$.
5. Выпекать в духовке, разогретой до 170°C, в течение 20 минут. Охладить.



ДЛЯ ЯГОДНОГО КЕШЬЮ-КРЕМА:

150 г кешью / 30 г какао-масла или рафинированного кокосового /
30 мл кокосового молока / 30 г сиропа агавы / 50 г пюре черной смородины /
½ ч. л. лимонного сока / 3 г агар-агара силой 900 /
свежие ягоды для декора

1. Кешью замочить в воде минимум на 8 часов, затем промыть.
2. В чаше комбайна измельчить кешью с растопленным маслом и лимонным соком.
3. Смешать ягодное пюре, сироп агавы и агар-агар, добавить кокосовое молоко, довести до кипения на среднем огне, кипятить 2 минуты.
4. Не прекращая взбивать кешью-крем, влить тонкой струйкой горячее пюре с агаром, довести массу до однородного состояния и переложить в кондитерский мешок с насадкой «Звездочка».
5. Дать крему слегка остыть, но агар полностью застывает при 40 °С, так что работать нужно быстро.
6. Отсадить шапочки крема на готовые капкейки. Перед подачей украсить свежими ягодами.



ПРЯНЫЙ ТЫКВЕННЫЙ ПИРОГ

Обычно цвет такого пирога становится менее ярким из-за большого количества молотых пряностей в начинке. Я предпочитаю ароматизировать сливки для начинки цельными пряностями и процеживать специи после того, как они настоятся.

Шелковистая мякоть тыквы, привкус лимона, согревающий аромат специй и яркий цвет – вся польза витаминов и нерафинированных продуктов сосредоточена в этом пироге!

Если вы любите яркий вкус тыквы, добавляйте меньше цедры.

Начинку можно сделать более нежной, увеличив количество сливок на 50–70 г. Для приготовления тыквенного пюре тыкву можно отварить. В этом случае мякоть тыквы вберет в себя часть воды, но и отдаст отвару часть витаминов и цвета.

ДЛЯ ПИРОГА ДИАМЕТРОМ 20–23 СМ:

200 г овсяной муки (можно использовать любую) / 1 яйцо / 100 г натурального йогурта или сметаны / 2 ст. л. кокосового или растительного масла / соль – на кончике ножа

1. Смешать все ингредиенты в миске и замесить тесто. Оно будет довольно мягким и нежным. Выложить тесто в форму для пирога. Охладить в течение 30 минут.
2. Основу наколоть вилкой и выпекать 10 минут в разогретой до 180°C духовке. Эта основа более плотная, чем обычная песочная, вы можете использовать классическую, например, из рецепта тарталеток на стр. 83.

ДЛЯ НАЧИНКИ:

1 кг тыквы / 150 г сливок жирностью 33% (чем жирнее, тем нежнее начинка) + 50 г для подачи / 1 яйцо / 2 палочки корицы / 3 бутона гвоздики / 1 звездочка бадьяна (либо по 1 ч. л. перемолотых специй) / цедра лимона / цедра апельсина / мед или кленовый сироп – по вкусу



1. Сливки довести до кипения, добавить пряности, дать настояться 10 минут, процедить.
2. Тыкву разрезать на части, ложкой удалить семена, запечь до готовности при температуре 180 °С (примерно 20–30 минут), дать остыть.
3. Отделить ложкой мякоть тыквы от кожуры, понадобится 400–500 г мякоти. Измельчить тыкву в блендере со сливками, сиропом и яйцом до однородного пюре, добавить цедру и снова взбить в блендере.
4. Выложить начинку на запеченную основу, разровнять и выпекать при 180 °С 30–40 минут. Остудить до комнатной температуры.

Перед подачей украсить взбитыми сливками и посыпать какао.



ВАНИЛЬНЫЙ РУЛЕТ С КЛУБНИЧНЫМ КРЕМОМ

Ваниль и сливочный крем с клубникой – это просто божественно!
Для того чтобы приготовить шоколадный рулет, просто замените 10–15 г
муки из рецепта какао-порошком.

Сам рулет готовится элементарно и быстро – буквально когда гости на
пороге. Просто смешиваете все ингредиенты с помощью венчика, выпекаете
пласт бисквита, промазываете кремом – и готово!

Будьте аккуратны, крем настолько вкусный, что вы рискуете съесть его
просто так.

ДЛЯ РУЛЕТА:

4 яйца С1 / 140 г муки / 80 г сахара (+ дополнительно по вкусу) /
1 ст. л. ванильного сахара с натуральной ванилью /
10 г разрыхлителя / щепотка соли

1. Смешать в миске муку с разрыхлителем и сахаром, добавить яйца и соль, смешать до однородного состояния.
2. Распределить тесто тонким слоем на противне 30 x 40 см, застеленном пергаментом. Выпекать в духовке, разогретой до 180 °С, в течение 8–12 минут. Готовый бисквит должен слегка пружинить и восстанавливать форму при легком нажатии пальцем.
3. Горячий бисквит свернуть рулетом вместе с пергаментом по длинной стороне, накрыть полотенцем, дать остыть.

ДЛЯ КРЕМА:

150 г однородного творога в брикете /
100 г сливок жирностью 33–35% / 150 г клубничного пюре /
сахарная пудра – по вкусу / свежая клубника для декора

1. Клубнику пробить блендером в пюре и довести до кипения в небольшом сотейнике, затем охладить. Также можно использовать готовое клубничное пюре.
2. Взбить сливки до мягких пиков, добавить творог (если требуется – протереть через сито) и клубничное пюре, еще раз взбить до мягких пиков.
3. Остывший рулет развернуть, снять пергамент, смазать изнутри кремом, снова завернуть. Оставить пропитаться в холодильнике минимум на 30 минут швом вниз. Перед подачей украсить свежей клубникой.

ШОКОЛАДНЫЙ ПИРОГ С ТВОРОГОМ И ЯГОДАМИ

Шоколадное тесто на сметане и нежная творожная начинка...

Я готова есть этот пирог хоть каждый день!

Я готовила пирог с черной смородиной, но можно использовать другие ягоды или их смесь. Подобный цвет дает черника.

Какао можно заменить на 50 г растопленного горького шоколада, но тогда количество сливочного масла нужно уменьшить вдвое.

Творог можно укладывать слоями, чередуя с тестом, чтобы получился красивый рисунок.

ДЛЯ ПИРОГА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ ТЕСТА:

70 г муки / 15 г какао-порошка / 2 яйца / 100 г сахара / 100 г сметаны /
40 г сливочного масла / ½ ч. л. разрыхлителя

ДЛЯ ТВОРОЖНОЙ НАЧИНКИ:

200 г творога / 1 яйцо / 90 г замороженной черной смородины /
100 г сахара / 12 г крахмала

1. Духовку разогреть до 180°C.
2. Ягоды разморозить, слегка раздавить толкушкой.
3. Сливочное масло растопить в микроволновке или на плите, дать ему слегка остыть. Взбить яйца с сахаром в пышную пену, добавить сметану, сливочное масло и снова взбить до однородности.
4. Смешать сухие ингредиенты (муку, какао и соду), постепенно подмешать к яичной массе.



5. Смазать форму для выпечки сливочным маслом и выложить в нее тесто.
6. Взбить погружным блендером творог с яйцами, крахмалом и сахаром до однородности. Добавить ягоды вместе с соком. Размешать силиконовой лопаткой.
7. Выложить ложкой творожную массу в центр теста, при выпекании начинка утонет.
8. Выпекать 40–50 минут, до готовности нижнего слоя теста (проверять на готовность, протыкая шпажкой сбоку).



КЕКС «КАМУФЛЯЖ»

Это очень простой рецепт кекса, ингредиенты для каждого цвета просто смешиваются в миске венчиком!

Чтобы разнообразить его разрез, мы добавим чай матча и какао в тесто!
Такой кекс порадует любого мужчину.

ДЛЯ КЕКСА 16 x 23 см:

3 яйца / 130 г муки / 100 г сахара / 70 мл растительного
масла / 1 ½ ч. л. разрыхлителя / 1 ч. л. чая матча /
1 ч. л. алкализованного (темного) какао

1. Яйца смешать венчиком с сахаром и щепоткой соли, добавить просеянную муку, разрыхлитель, снова смешать. Добавить масло, перемешать до однородности.
2. Разделить тесто примерно на 3 части, добавить к одной из частей чай матча, к другой – какао. Металлическую форму для кекса необходимо смазать маслом. Выкладывать ложкой, чередуя тесто разных цветов.
3. Выпекать при 175 °С 30–40 минут. Остудить на решетке.



РОЗОВЫЕ МЕРЕНГИ С ШОКОЛАДОМ

Я долго пыталась добиться красивого светло-розового цвета безе без использования синтетических красителей и сухого белка. Я пробовала делать сироп разной насыщенности, но при смешивании с белком цвет бледнеет и в духовке слегка выгорает. Оказалось, что сироп для меренги должен быть яркого малинового цвета. За основу я взяла технологию приготовления итальянской меренги. Ничего сложного, как может показаться на первый взгляд, – просто готовим сахарный сироп и взбиваем с ним белки!

ДЛЯ ОТВАРА:

150 г свеклы / 100 мл воды / 1 ст. л. лимонного сока

1. Свеклу очистить, нарезать на кусочки и отварить в течение 40 минут в воде с лимонным соком.

ДЛЯ МЕРЕНГИ:

50 мл свекольного отвара / 100 г сахара /
50 г яичного белка (примерно от двух яиц С1)

1. В небольшом сотейнике соединить сахар и отвар, довести до кипения и уварить сироп до 120°C. Сварить сироп можно без термометра. Используйте тест на «мягкий шарик»: капните в стакан с водой сироп: если растворяется, значит, не готов. Капля сиропа должна схватиться в холодной воде, но оставаться мягкой и податливой.
2. В это же время необходимо начать взбивать белки на умеренно средней скорости.
3. Когда сироп будет готов, отставить его в сторону на 1 минуту, чтобы пузыри сошли на нет. Затем по стенке чаши миксера влить в белки получившийся сироп, не прекращая взбивать на низкой скорости. После того как весь сироп будет введен, увеличить скорость до высокой.
4. Взбить до плотных пиков, отсадить меренги с помощью кондитерского мешка с насадкой «Звездочка» на застеленный пергаментом противень.



5. Выпекать при температуре 90–100 °С 1,5–2 часа, до готовности. Если меренга приобретает карамельный оттенок, необходимо понизить температуру до 80 °С.
6. Готовые меренги убрать в контейнер с плотно закрывающейся крышкой. Хранить при комнатной температуре.

ДЛЯ ШОКОЛАДНОГО ГАНАША (КРЕМА):

100 г сливок жирностью от 33% / 50 г горького шоколада

1. Сливки довести до кипения, снять с огня.
2. Шоколад мелко порубить. Вылить сливки на рубленый шоколад и интенсивно перемешать до глянцевой однородной массы.
3. Взбить ганаш погружным блендером до гладкости, накрыть пленкой в контакт и убрать в холодильник минимум на 5 часов.
4. Готовый крем взбить блендером или миксером с насадкой «Венчик». Отсадить с помощью кондитерского мешка на половинки меренги, другими половинками прижать начинку.



ЧЕРНИЧНЫЕ ТРЮФЕЛИ

Это универсальная пропорция ингредиентов для ягодных трюфелей, вы можете менять наполнитель на свой вкус.

Ароматные конфеты светло-розового цвета получаются с использованием клубники. А если заменить чернику на черную смородину, вкус будет очень ярким и с кислинкой! Однако цвет получится краснее.

Качественный белый шоколад для конфет можно купить в кондитерском магазине или заказать онлайн.

ДЛЯ ТРЮФЕЛЕЙ:

200 г белого шоколада / 100 г черники / 50 г сливочного масла /
кокосовая стружка, дробленые орехи, кунжут
или вафельная крошка для посыпки

1. Ягоды пюрировать, довести до кипения в небольшом сотейнике. Горячее пюре добавить к мелко порубленному шоколаду, перемешать венчиком до однородной блестящей массы.
2. Смесь остудить до 45 °С. По кусочкам добавить мягкое сливочное масло, взбить блендером, накрыть пищевой пленкой в контакт и охладить в холодильнике 30–60 минут.
3. Скатать из массы конфеты весом 13–15 г, обвалять в посыпке. Можно использовать кокосовую стружку, ореховую крошку, кунжут, вафельную крошку и т. д.

Конфеты можно покрыть растопленным шоколадом для создания шоколадной оболочки. Для этого трюфели нужно сперва заморозить, затем обмакнуть в растопленный шоколад и выложить на пергамент.



РОЗОВЫЕ КОКОСОВЫЕ КОНФЕТЫ (постные)

Любителям «Рафаэлло» посвящается! Девичий вариант конфет без сахара и сливочного масла. Нам опять пригодится свекольное пюре для цвета.

Чтобы получить кокосовые сливки, поставьте железную банку с жирным кокосовым молоком в холодильник на 6–8 часов, а лучше на ночь. Утром снимите верхний плотный слой отделившихся сливок.

Если у вас получаются недостаточно плотные кокосовые сливки, добавьте 2 ст. л. кокосового масла или 1–2 ч. л. кокосовой муки.

ДЛЯ 10–12 КОНФЕТ:

150 г очищенных миндальных орехов или миндальной муки / 8 иранских фиников /
½ ч. л. лимонного сока / 1 ч. л. свекольного пюре (см. стр. 11) /
50 г кокосовых сливок / ½ ч. л. ванильного экстракта или половина стручка
ванили / кокосовая стружка – для обсыпки

1. Орехи смолоть в мелкую муку с помощью кофемолки до однородной, едва липкой массы.
2. Финики промыть, очистить от кожицы и удалить косточки.
3. Сложить все ингредиенты в чашу блендера, перемолоть до однородности.
4. Убрать массу в холодильник на час или на 20 минут в морозильник.
5. Скатать конфеты весом 12–15 г, обвалять в кокосовой стружке.
6. Хранить в холодильнике.



ФРУКТОВЫЙ МАРШМЕЛЛОУ (без сахара)

Классический маршмеллоу содержит огромное количество сахара и, зачастую, красители. Честно говоря, эта версия маршмеллоу мне больше по душе: структура более воздушная, сочная и не такая тянущаяся. К тому же этот рецепт готовить гораздо проще, а сами маршмеллоу имеют более яркий вкус.

Вы можете использовать абсолютно любое ягодное или фруктовое пюре. Но если захотите использовать фрукты, которые «не дружат с желатином» (киви, ананас, папайя), то обязательно предварительно прокипятите пюре. Маршмеллоу с манго я не подслащивала, так как манго сладкое само по себе.

ДЛЯ МАРШМЕЛЛОУ 15 × 23 СМ:

300 г пюре манго / 12 г желатина силой 200 блюм /
Сахарозаменитель – если требуется

1. Желатин замочить в половине пюре. Если пюре очень густое, можно добавить 50–60 мл воды.
2. Нагреть пюре до 80 °С, до растворения желатина.
3. Форму для маршмеллоу застелить пленкой, пергаментом или использовать силиконовую.
4. Добавить оставшееся пюре к массе с желатином и взбить до мягких пиков (венчик будет оставлять расплывающиеся следы на массе).

Миксер должен быть стационарный, лучше использовать планетарный. Сперва будет казаться, что ничего не происходит, но минут через 10–15 смесь сильно увеличится в объеме, посветлеет и начнет густеть.

5. Сразу же перелить массу в форму, разровнять шпателем и отправить в холодильник застывать. Готовую массу вытащить, нарезать горячим ножом. Хранить в контейнере с герметичной крышкой, так как на срезах маршмеллоу быстро высыхает!

Готовые маршмеллоу можно слегка присыпать крахмалом.



ЗЕФИР ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

За счет пюре черной смородины зефир получается очень красивого яркого цвета, к тому же имеет приятную кислинку. В этот зефир я добавляю больше всего сахара, ведь смородиновое пюре довольно кислое. Но все равно намного меньше, чем требуется в рецепте по ГОСТу.

ДЛЯ ЗЕФИРА:

40 г белка (белок 1 яйца С0) / 250 г пюре черной смородины (300–350 г ягод) / 200 г сахара

ДЛЯ СИРОПА:

350 г сахара / 10 г агар-агара силой 900 / 150 мл воды
(можно заменить на сок от ягод для более яркого цвета)

1. Для пюре ягоды разморозить и слить сок, тщательно пюрировать блендером вместе с кожицей. Уварить до загустения и испарения лишней влаги. Получившееся пюре после остывания должно быть густым, как джем.
2. Агар-агар залить водой в сотейнике или кастрюле с толстым дном, поставить на плиту. На среднем огне довести до кипения, добавить сахар (350 г). Варить сироп до 110°C или до того момента, когда он загустеет и будет тянуться за лопаткой, до стадии «мягкий шарик».
3. В это же время, параллельно с приготовлением сиропа, начать взбивать пюре вместе с белком. Постепенно масса сильно увеличится в объеме.
4. Как только сироп будет готов, влить его тонкой струйкой в белковую массу по стенке чаши, не переставая взбивать. После введения сиропа взбивать еще пару минут.
5. Полученную массу сразу переложить в кондитерский мешок с крупной насадкой «Звездочка» и отсадить на застеленный пергаментом противень или иную поверхность. Работать нужно быстро, так как масса остывает и схватывается.
6. Оставить стабилизироваться и подсохнуть на 8–10 часов. Присыпать половинки зефира сахарной пудрой сверху, соединить их плоской частью друг к другу.



АПЕЛЬСИНОВЫЕ ТРЮФЕЛИ С ФУНДУКОМ (без сахара, можно в пост!)

Эти полезные конфеты могут стать как повседневным дополнением к чаю, так и прекрасным подарком на праздники.

Можно обвалить трюфели в какао, ореховой крошке, кокосовой стружке или покрыть шоколадом.

Вместо тыквы можно использовать манго, тогда они будут еще вкуснее.

ДЛЯ 8–10 ТРЮФЕЛЕЙ:

2 ст. л. мелкой кокосовой стружки / 50 г мякоти запеченной тыквы /
30 г кураги / 2 ст. л. кокосового масла или фундучной ореховой пасты /
1 ч. л. свеженатертой цедры апельсина / 10 ядер фундука /
по желанию: 50 г горького шоколада + 1 ч. л. кокосового масла

1. Курагу замочить в кипятке, дать набухнуть, промыть.
2. Кусочки тыквы вместе с курагой измельчить в комбайне или при помощи блендера, добавить цедру, стружку и масло, взбить до однородности. Масса должна хорошо лепиться.
3. Слепить конфеты, помещая в центр по орешку.
4. Для покрытия шоколадом в растопленный шоколад добавить 1 ч. л. кокосового масла, обмакнуть в него конфеты, выложить на пергамент. Конфеты хранить в холодильнике в герметичном контейнере с крышкой.



КЛУБНИЧНЫЙ ЗЕФИР

Как бы мне ни хотелось уменьшить количество сахара при приготовлении зефира, есть предел: ведь именно определенная пропорция сахара делает зефир упругим и воздушным.

ДЛЯ ЗЕФИРА:

40 г белка (белок 1 яйца С0) / 250 г клубники / 5 г яблочного пектина / лимонная кислота – на кончике ножа / 30 г пюре клюквы / 150 г сахара

ДЛЯ СИРОПА:

250 г сахара / 10 г агар-агара силой 900 / 150 мл воды
(можно заменить на сок от ягод для более яркого цвета)

1. Для приготовления пюре клубнику разморозить, сок слить. Ягоды клубники пюрировать блендером (нам нужно 180 г пюре), добавить пюре клюквы, довести до кипения в сотейнике с толстым дном, непрерывно помешивая венчиком, довести до кипения и всыпать дождиком пектин, смешанный с сахаром и лимонной кислотой, варить 5 минут. Получившееся пюре после остывания должно быть густым, как джем.
2. Агар-агар залить водой в сотейнике или кастрюле с толстым дном, поставить на плиту. Довести до кипения, добавить 250 г сахара. Варить сироп до 110°C или до того момента, когда он загустеет и будет тянуться за лопаткой.
3. В это же время, параллельно с приготовлением сиропа, начать взбивать пюре вместе с белком. Постепенно масса сильно увеличится в объеме.
4. Как только сироп будет готов, влить его тонкой струйкой в белковую массу по стенке чаши, не переставая взбивать. После введения сиропа взбивать еще пару минут.
5. Полученную массу сразу переложить в кондитерский мешок с крупной насадкой «Звездочка» и отсадить на застеленный пергаментом противень или иную поверхность. Работать нужно быстро, так как масса остывает и схватывается.
6. Оставить стабилизироваться и подсохнуть на 8–10 часов. Присыпать сахарной пудрой, соединить половинки.



ШОКОЛАДНЫЙ ПОСТНЫЙ ТОРТ БЕЗ ВЫПЕЧКИ (без сахара)

Шоколад и вишня – классическое вкусовое сочетание, однако этот торт еще и полезный, и никто из гостей даже не догадается, из чего сделан этот десерт! Вишню можно заменить свежевыжатым соком апельсина, тогда верхний слой будет яркого желто-оранжевого цвета.

ДЛЯ ТОРТА ДИАМЕТРОМ 16 СМ:

ДЛЯ ОСНОВЫ:

50 г мелкой кокосовой стружки / 1 ст. л. ореховой пасты /
1 ст. л. кокосового масла / 1 ст. л. мака

ДЛЯ ШОКОЛАДНОГО СЛОЯ:

1 крупный батат или небольшая тыква / 1 ст. л. арахисовой пасты /
1 ч. л. лимонного сока / 5 фиников (можно больше или меньше,
ориентируйтесь на сладость батата) / 90 г горького шоколада

ДЛЯ ВИШНЕВОГО СЛОЯ:

250 г пюре сладкой вишни или черешни /
1 ч. л. агар-агара

1. Для основы смешать все ингредиенты в блендере до однородности, утрамбовать на дно формы, затянутой пленкой, убрать в холодильник.
2. Батат или тыкву очистить, нарезать кубиками и отварить или запечь до мягкости.



3. Финики промыть и очистить от косточек, измельчить вместе с бататом, маслом и соком лимона в чаше комбайна с s-образной насадкой до однородной консистенции.
4. Растопить шоколад на водяной бане, добавить в чашу к остальным ингредиентам, еще раз перемешать. Выложить первый слой на основу, разровнять лопаткой, подморозить в течение 30 минут.
5. Для вишневого слоя измельчить с помощью блендера ягоды без косточек, если пюре получается недостаточно жидким, добавить немного воды.
6. Добавить к пюре агар-агар, в сотейнике с толстым дном довести до кипения, через минуту снять с огня, дать немного остыть, вылить на первый слой, в желе можно добавить кусочки ягод. Охладить.



ЯГОДНОЕ МОРОЖЕНОЕ С ЖИМОЛОСТЬЮ

Насыщенное, тающее во рту ягодное мороженое со сливочным послевкусием.

Жимолость можно заменить на черную смородину для такого же оттенка готового мороженого. Выбирайте жимолость тех сортов, что не горчат.

На основе этого рецепта можно готовить любое ягодное или фруктовое мороженое! Используя чернику или голубику, вы получите фиолетовый цвет. С клубникой – светло-розовый, с малиной – розовый с сиреневым оттенком, с манго или абрикосами – желтый. Выбирать вам!

ДЛЯ МОРОЖЕНОГО:

200 г сыра маскарпоне / 300 г сливок жирностью 33–35% /
300 г жимолости / 80 г сахара или меда + дополнительно по вкусу

1. Жимолость взбить в пюре с подсластителем. Сливки взбить до мягких пиков, перемешать с сыром и ягодным пюре и снова взбить до мягких пиков.
2. Переложить в мороженицу. Сделать мороженое согласно инструкции.
3. Если мороженицы нет, каждые 15 минут первые полчаса заморозки необходимо взбивать смесь венчиком. Затем каждые 30 минут в течение 1,5 часов или до полной заморозки перемешивать погружным блендером.



МАЛИНОВАЯ ПАННА-КОТТА

Шелковистый итальянский десерт с нетривиальным ароматом малины красивого розового цвета.

Если цвет десерта получается слишком бледным, добавьте немного пюре свеклы (см. стр. 11).

Для иных вариантов панна-котты можно использовать пюре красной смородины или клюквы, а сливки можно заменить кокосовыми.

ДЛЯ ПАННА-КОТТЫ:

150 г пюре малины или 300 г малины / 400 г сливок жирностью 30% / 80 г сахара + дополнительно по вкусу / ½ ч. л. ванильного экстракта или ванильного сахара с натуральной ванилью / 10 г желатина (силой 200) + 60 мл воды / свежие ягоды для декора

1. Желатин замочить в воде.
2. Для малинового пюре взбить ягоды малины блендером, протереть через сито и прогреть в небольшом сотейнике. Снять с огня, как только появятся признаки кипения. Добавить замоченный желатин и сахар, перемешать.
3. Добавить к ягодной смеси сливки и ваниль, перемешать лопаткой, избегая образования пузырьков.
4. Разлить по формочкам, отправить в холодильник до застывания. Перед подачей достать из формы и украсить свежими ягодами.



ТВОРОЖНОЕ СУФЛЕ ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ И НЕ ТОЛЬКО

Это суфле я готовила бесчисленное количество раз: с клубникой, малиной, персиком, манго и черникой. Даже те, кто не любит творог, обожают этот десерт! Если ваши дети не любят несладкий творог, обязательно подсластите его. Я готовила это суфле к первому дню рождения дочери без каких-либо добавок, так как она привыкла есть творожок с голубикой без сахара. Мне было необходимо получить именно сиреневый цвет суфле для координации с цветом взрослого «Птичьего молока» с черной смородиной.

Для малышек меньше 12 месяцев советую добавить просто сладкое персиковое или манговое пюре вместо меда, тогда суфле будет светло-желтого цвета.

ДЛЯ 2 ВЗРОСЛЫХ ИЛИ 6 ДЕТСКИХ ПОРЦИЙ:

250 г мягкого детского творога / 150 г пюре голубики или других ягод /
7 г желатина силой 180–200 / мед (детям от 1 года) – по вкусу

1. Желатин замочить в воде, оставить набухать.
2. Голубику взбить в пюре блендером. Протереть через сито.
3. Желатин распустить, нагрев, но не доводя до кипения, на плите или интервалами в микроволновке, перемешивая ложкой – чем больше будет пузырьков, тем лучше для суфле. Обязательно следить, чтобы желатин растворился полностью.
4. Творог взбить миксером с медом, добавить ягодное пюре. Продолжая взбивать, тонкой струйкой влить желатин.
5. Разлить суфле в формочки, поставить в холодильник застывать.



ЛЕГКОЕ ВИНОГРАДНОЕ МОРОЖЕНОЕ (без сахара)

Безумно сочное и яркое мороженое. Всего 2 ингредиента и море удовольствия! Выбирайте для этого рецепта сладкий ароматный виноград без косточек.

Подобное мороженое можно также приготовить со сливами.

ДЛЯ МОРОЖЕНОГО:

600 г винограда (очищенного от веток) /

300 г греческого или другого густого йогурта без добавок /

1 ст. л. жидкого меда

1. Виноград промыть, выложить на противень, застеленный пергаментом, запекать 10 минут в разогретой до 190°C духовке.
2. Выделившийся сок слить, а ягоды с медом взбить в блендере в однородное пюре.
3. Добавить к пюре йогурт, перемешать до однородности, переложить в емкость для заморозки.
4. Переложить в мороженицу. Сделать мороженое согласно инструкции. Если мороженицы нет, каждые 15 минут первые полчаса заморозки необходимо взбивать смесь венчиком. Затем каждые 30 минут в течение 1,5 часа или до полной заморозки.



ЛИМОННЫЕ КВАДРАТИКИ БЕЗ САХАРА (постные)

Обожаю использовать манго из-за его природной сладости и яркого солнечного цвета! Сейчас манго или пюре из него доступны повсеместно, есть даже в детском питании.

Я использовала силиконовую форму размером 18 x 10 см. Если вы будете использовать обычную форму/контейнер с жесткими стенками, то предварительно застелите дно пергаментом или пищевой пленкой.

ДЛЯ 10 ПОРЦИЙ:

ДЛЯ КРЕМА:

400 г пюре манго / 40 мл лимонного сока / 1 банка жирного кокосового молока / цедра одного лимона (мелко натертая) /
3 ст. л. кукурузного крахмала / ½ ч. л. агар-агара

ДЛЯ ОСНОВЫ:

1 стакан фиников (стакан на 200 г) / 130 г миндаля / ½ чашки мелких овсяных хлопьев / 100 г горького шоколада

1. Финики промыть, очистить от кожицы и удалить косточки.
2. Миндаль и овсяные хлопья измельчить в мелкую крошку.
3. Шоколад растопить на водяной бане, смешать с остальными ингредиентами, выложить на дно формы, утрамбовать, убрать в холодильник.
4. Для крема смешать все ингредиенты, кроме цедры, в сотейнике с толстым дном, довести до кипения, кипятить 2 минуты, снять с огня и добавить цедру. Вылить на первый слой в форму. Охладить до застывания.
5. Перед подачей нарезать на порционные квадратики.



ЧЕРНИЧНЫЕ КЕШЬЮ-КЕЙКИ С ЧАЕМ МАТЧА (можно в пост)

Если вы еще не пробовали подобные ореховые пирожные, то даже не представляете, как преображаются кешью после замачивания и измельчения в крем. Нежная сливочная кремообразная структура, легкие на первый взгляд, но при этом сытные.

ДЛЯ КЕШЬЮ-КЕЙКОВ:

100 г кешью / 50 г черники / 2 ст. л. кокосового масла /
1 ст. л. лимонного сока / 1 ст. л. кокосовых сливок (по желанию) /
2 ч. л. чая матча / 4 иранских финика / голубика для декора

1. Кешью замочить в воде минимум на 6 часов. Воду слить, хорошо промыть орехи.
2. Финики промыть, очистить от косточек.
3. Взбить в блендере все ингредиенты вместе с кешью и финиками до однородного состояния.
4. Половину ореховой массы смешать с чаем матча в отдельной миске. В оставшуюся массу добавить пюре черники.
5. Разложить массы слоями по формочкам и заморозить.
6. Перед подачей достать из формочек и поместить в холодильник на тарелке на 20–30 минут. Украсить свежей голубикой.



ЭСКИМО «МОХИТО» (можно в пост)

Кремовое освежающее мороженое со вкусом лайма и мяты, при этом полезное и постное. А все благодаря авокадо! Но его вкус и текстура совсем не ощущаются после заморозки.

ДЛЯ ЭСКИМО:

3 средних спелых авокадо / сок и цедра 1 лайма /
небольшой пучок свежей мяты / сироп топинамбура – по вкусу

1. С лайма аккуратно снять цедру, из половины лайма выдавить сок.
2. Авокадо с мятой и соком лайма взбить в блендере до пастообразной массы, добавить цедру и сироп. По необходимости добавить еще сока лайма или сиропа для баланса вкуса.
3. Разложить по формочкам для мороженого, вставить палочки, заморозить.





АЛЛА ЕРШОВА
@baking_maniac

Теки как мамык

О СТРАСТИ К ВЫПЕЧКЕ: ОТ ПЕЧЕНЬЯ ДО ТОРТА!

АЛЛА ЕРШОВА

Теки как мамык

О СТРАСТИ К ВЫПЕЧКЕ:
ОТ ПЕЧЕНЬЯ ДО ТОРТА!



**ЛЕТО, ОСЕНЬ, ЗИМА ИЛИ ВЕСНА? ЗАЧЕМ
ВЫБИРАТЬ, КОГДА МОЖНО БАЛОВАТЬ СЕБЯ
КАЖДЫЙ ДЕНЬ? ОРИГИНАЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ
ВЫПЕЧКИ В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ГОДА.**

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

КУЛИНАРНОЕ ОТКРЫТИЕ

Елизавета Романова

СЛАДОСТИ БЕЗ ГАДОСТИ

Ответственный редактор *А. Райдер*
Художественный редактор *В. Брагина*
Технический редактор *Л. Зотова*
Компьютерная верстка *О. Розанова*
Корректоры *Т. Остроумова, А. Будаева*

Во внутреннем оформлении использованы фотографии:
RJ Design, Yana Pak, anastasiafotoss / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Романова, Елизавета.
Р69 Сладости без гадости / Елизавета Романова. – Москва : Эксмо, 2020. – 144 с. : ил. – (Кулинарное открытие).

Подлинная любовь Елизаветы Романовой к кулинарии начала проявляться в полную силу, когда она перестала добавлять искусственные красители в десерты. Вы тоже почувствуете себя настоящим гуру кондитерского мастерства, когда научитесь готовить очень яркие десерты без красителя. Ваши мини-чизкейки «Черничные ночи» будут прекраснее чьих-то дней, а мороженое «Эскимо» можно будет есть даже в пост. Кекс на скорую руку – лучший вариант прийти в гости не с пустыми руками, а нежные рулеты – это практически торты, только готовить вы их научитесь очень просто и быстро. Рецепты сладостей из книги порадуют вас гораздо больше магазинных. Их можно упаковать в красивую коробочку и подарить другу! Вас ждут чизкейки – традиционные и облегченные, капкейки – классические и постные, песочные и постные тарты – и непременно все цветные, чтобы радовали глаз! На основе этих рецептов вы можете готовить как торты, так и пирожные, а также компоновать их по своему вкусу и получить десятки новых сочетаний! А также узнаете, что в «сложных муссовых тортах» на самом деле нет ничего сложного.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-107207-0

© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2020



ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Өңдіруші: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Тауар белгісі: «ЭКСМО»

Интернет-магазин : www.book24.ru

Интернет-магазин : www.book24.kz

Интернет-дуken : www.book24.kz

Импортёр в Республике Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию, в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайтта: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо» www.eksmo.ru/certification
Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Москва. ООО «Торговый Дом «Эксмо»
Адрес: 123308, г. Москва, ул. Зорге, д. 1.
Телефон: +7 (495) 411-50-74. E-mail: reception@eksmo-sale.ru

Подписано в печать 30.09.2019. Формат 80x100^{1/16}.
Гарнитура «JournalSans». Печать офсетная. Усл. печ. л. 13,33.
Тираж экз. Заказ



КОГДА ВЫ ДАРИТЕ КНИГУ, ВЫ ДАРИТЕ ЦЕЛЫЙ МИР

ХОТИТЕ ЗНАТЬ БОЛЬШЕ?

Заходите на сайт:

<https://eksmo.ru/b2b/>

Звоните по телефону:

+7 495 411-68-59, доб. 2261



ВАШ ЛОГОТИП
НА ОБЛОЖКЕ

ВАШ ЛОГОТИП НА КОРЕШКЕ

ОБРАЩЕНИЕ
К КЛИЕНТАМ
НА ОБЛОЖКЕ

ЕЛИЗАВЕТА РОМАНОВА родилась в Будапеште, а живет в Петрозаводске, окончила строительный факультет с красным дипломом, но свои знания инженера-проектировщика использовала не только по специальности, но и в кулинарии, когда стала вести кулинарный блог и увлеклась фуд-фотографией. Готовить и придумывать рецепты десертов — настоящая любовь Лизы, которой она щедро делится в этой книге.

«Профессиональному кондитеру сложно найти книгу, листая которую непременно захотелось бы что-нибудь из нее приготовить. Лиза Романова предлагает простые и занимательные рецепты привлекательных и абсолютно натуральных сладостей. Я обязательно буду готовить ярко-зеленый бисквит со шпинатом и маршмеллоу из манго без сахара. Яркие, понятные, натуральные и вкусные десерты на каждый день — такие рецепты нужны и любителям, и профессионалам».

Катерина Агроник,
шеф-повар, кондитер, хозяйка ателье
тортов для особого случая Select Cake

ISBN 978-5-04-107207-0



9 785041 072070 >