

Курс «Лайт мороженое»

& **Ингредиенты**
Инструменты



ИНГРЕДИЕНТЫ	ОРЕО	Клубничное эскимо в шоколаде	Карамельное	Лимонный сорбет	Шоколадное в рожке	Морковное с печеньем ЗАЙКА МОЯ	Ванильное в шоколадном стакане	из АВОКАДО	МОХИТО	Сорбет Апельсин - манго	ИТОГО
Ягоды, фрукты, цитрусы, зелень											
Авокадо								*			1 шт
Лайм								*	*		2,5 шт
Лимон				*							1 шт
Черника <small>(можно замороженную)</small>							*				80 г
Клубника <small>замороженная</small>		*									
Клубника <small>свежая</small>		*									200 г
Банан		*			*						3 шт
Пюре манго										*	200 г
Апельсин										*	1 шт
Сублимированная малина		*						*			Горсть
Бasilik				*							По желанию
Мята									*		10 г
Морковный СОК <small>(без сахара)</small>						*					150 г

ИНГРЕДИЕНТЫ	ОРЕО	Клубничное эскимо в шоколаде	Карамельное	Лимонный сорбет	Шоколадное в рожке	Морковное с печеньем ЗАЙКА МОЯ	Ванильное в шоколадном стакане	из АВОКАДО	МОХИТО	Сорбет Апельсин - манго	ИТОГО
Подсластители											
Фитпарад №7	*		*	*	*	*	*	*	*	*	~ 80 г
Кокосовый сахар					*						30 г
Молочные продукты											
Молоко 1%	*						*	*			480 г
Молоко 3,2%			*		*						320 г
Мягкий творог 0%							*				100 г
Греческий йогурт		*									90 г
Сухое обезжиренное молоко	*		*								120 г
Сливки 10%						*			*		475 г
Сливочное масло						*					75 г
Орехи											
Фисташки (несоленые)		*						*			~ 30–50 г
Грецкий орех					*						~ 30–50 г

ИНГРЕДИЕНТЫ	ОРЕО	Клубничное эскимо в шоколаде	Карамельное	Лимонный сорбет	Шоколадное в рожке	Морковное с печеньем ЗАЙКА МОЯ	Ванильное в шоколадном стакане	из АВОКАДО	МОХИТО	Сорбет Апельсин - манго	ИТОГО
Вода				*	*		*			*	~ 300 г
Загустители											
Крахмал кукурузный	*		*				*			*	43 г
Желатин	*		*			*	*				16 г
Добавки для аромата											
Ванильный экстракт (опционально)	*										По вкусу
Семена ванили (опционально)		*					*				~ 1 стручок
Корица						*					1/3 чл
Яйца											
Белок							*				2 шт
Желток			*			*					3 шт
Яйцо целиком					*	*					1,5 шт

КОММЕНТАРИИ К ИНГРЕДИЕНТАМ

Пюре манго	Можно использовать готовое без сахара, в т.ч. детское пюре, или приготовить самим из манго
Подсластитель Фитпарад №7	При использовании другого подсластителя граммовки будут меняться
Мука овсяная	Можно смолоть овсянку долгой варки в кофемолке
Растительное масло	Без вкуса и запаха (любое)

ИНСТРУМЕНТЫ

- Венчик *(но можно обойтись и ложкой/вилкой)*
- Миски для смешивания ингредиентов
- Ковшик
- Кухонные весы
- Блендер. *В идеале и погружной, и чаша с S-образным лезвием. Но если что, можно справиться и каким-то одним*
- Плита *(представляете, мороженое зачастую сначала варится!)*
- Духовка *(для выпекания печенья для Орео и для Морковного мороженого)*
- Вафельница *(для изготовления трубочек для шоколадного мороженого)*. Вместо вафельницы можно использовать сковородку *(так трубочки делаются чуть менее удобно, но все равно вполне реально)* или обойтись вообще без трубочек и есть это мороженое прямо так. Тоже будет оочень вкусно 😊
- Контейнеры для заморозки мороженого – можно использовать любые коробочки с крышками
- Формы для мороженого *(силиконовые и/или пластиковые)*. Можно обойтись и без них (и использовать только контейнеры), но в них будут получаться классные порционные мороженки. Такие формы, например, есть в ассортименте на Вайлдбериз и на Озоне. А еще классные формочки есть в икее (а она есть во многих странах 😊)
- И самое главное: морозилка! Чем больше, тем лучше 😊 потому что вам захочется делать оочень много мороженого!!!

Наслаждайтесь идеальным мороженым без сахара и химии, только с натуральными ингредиентами

Приятного аппетита!





Добавляйся в наши сообщества

Сообщество во ВКонтакте

 vk.com/tasha.s_cake



Telegram канал

 t.me/tashascakeru



Instagram

 [tashas.cake](https://www.instagram.com/tashas.cake)



Главный сайт

www.tashascake.ru

