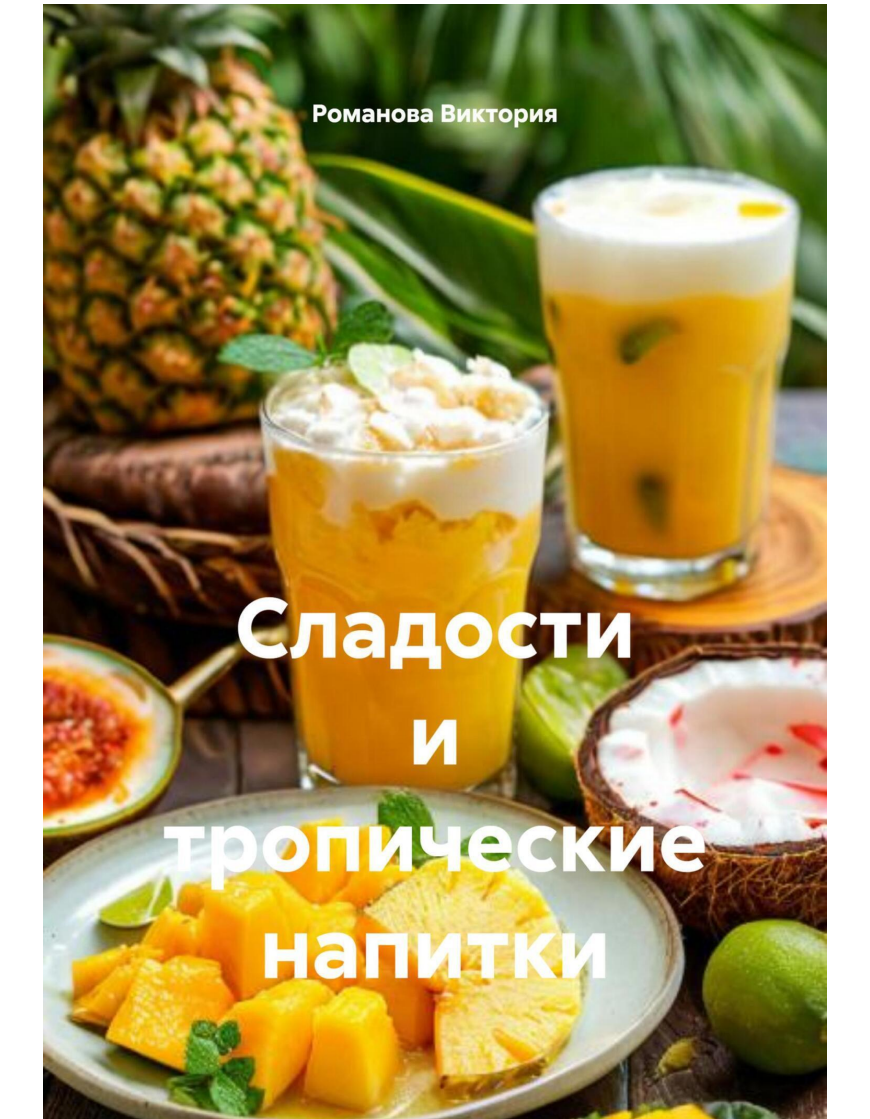


A vibrant still life featuring tropical ingredients. In the background, a whole pineapple sits on a wooden surface. To the right, a tall glass of orange juice with a thick white foam top and a lime wedge garnish sits on a wooden coaster. In the center, another glass of orange juice is topped with a thick layer of white cream, diced fruit, and a lime wedge. In the foreground, a white plate is filled with chunks of mango and pineapple, garnished with fresh mint leaves. To the left, a small bowl contains a red, chunky salsa. To the right, a coconut shell is filled with white cream and red fruit pieces, with a whole lime nearby. The background is filled with lush green tropical foliage.

Романова Виктория

Сладости и тропические напитки

Романова Алексеевна Виктория

Сладости и тропические напитки

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72383749

SelfPub; 2025

Аннотация

Тропики – это не только солнце и море, но и целый мир вкусов: манго и маракуйя, ананас и папайя, кокос и лайм. В этой книге собраны лучшие рецепты десертов и напитков, которые перенесут вас на острова, даже если за окном дождь и серое небо.

Здесь есть всё:

лёгкие муссы и нежные пудинги,
яркие коктейли и смузи,
мороженое и сорбетты,
пироги, рулеты и уличные лакомства.

Каждый рецепт прост в приготовлении, но эффектен в подаче: от кокосовых шариков до торта «Пина колада», от тайских жареных бананов до граниты из арбуза с лаймом.

Эта книга – маленький отпуск в тарелке. Стоит лишь открыть её, чтобы почувствовать вкус манго на губах, аромат кокоса в воздухе и свежесть лайма в каждом глотке.

Романова Виктория

Сладости и тропические напитки

Манговый мусс

Ингредиенты:

Манго спелое – 2 шт.



Сливки 33% – 250 мл



Сахар – 3 ст. л.



Желатин – 1 ч. л.



Вода – 50 мл



Приготовление:

Манго очистить, мякоть пробить в блендере до пюре.

Желатин залить водой, дать набухнуть, затем распустить на водяной бане.

В пюре добавить сахар и желатин, перемешать.

Взбить сливки до мягких пиков, аккуратно вмешать в манговую массу.

Разлить по креманкам, убрать в холодильник минимум на 3 часа.

Подавать с кусочками свежего манго или листочком мяты.

Тропический смузи «Остров»

Ингредиенты:

Ананас – 200 г



Кокосовое молоко – 150 мл



Банан – 1 шт.



Сок апельсина – 100 мл



Лёд – горсть



Приготовление:

Все фрукты нарезать и сложить в чашу блендера.

Добавить сок, кокосовое молоко и лёд.

Взбить до однородности.

Подавать сразу, украсив долькой ананаса на краю стакана.

Панна-котта с маракуйей

Ингредиенты:

Сливки 33% – 400 мл



Сахар – 80 г



Ванильный сахар – 1 пакетик



Желатин – 10 г



Мякоть маракуйи – 3 шт.



Сахарная пудра – 1 ст. л.



Приготовление:

Желатин замочить в холодной воде.

Сливки нагреть с сахаром и ванилью (не доводить до кипения).

Ввести желатин, размешать до растворения.

Разлить по формочкам и охладить.

Мякоть маракуйи смешать с пудрой, выложить сверху перед подачей.

Кокосовые шарики

Ингредиенты:

Сгущённое молоко – 1 банка



Кокосовая стружка – 200 г



Миндаль (по желанию) – 15–20 шт.



Приготовление:

Смешать сгущёнку и половину кокосовой стружки.

Скатать небольшие шарики, внутрь можно положить орешек.

Обвалять в оставшейся стружке.

Охладить 1 час в холодильнике и подавать.

Фруктовый лёд

Ингредиенты:

Киви – 2 шт.



Клубника – 150 г



Апельсиновый сок – 200 мл



Сахар – 2 ст. л.



Приготовление:

Фрукты нарезать, пробить в пюре с соком и сахаром.

Разлить по формочкам для льда или мороженого.

Заморозить минимум 5–6 часов.

Тропический коктейль «Пина Колада» (безалкогольный)

Ингредиенты:

Ананасовый сок – 200 мл



Кокосовое молоко – 100 мл



Сливки 10% – 50 мл



Лёд – горсть



Приготовление:

В блендере смешать сок, кокосовое молоко, сливки и лёд.

Взбить до лёгкой пены.

Подавать в высоком стакане, украсив долькой ананаса.

Банановый хлеб с кокосом

Ингредиенты:

Бананы переспелые – 3 шт.



Сливочное масло – 100 г



Сахар – 120 г



Яйца – 2 шт.



Мука – 200 г



Разрыхлитель – 1 ч. л.



Кокосовая стружка – 50 г



Приготовление:

Размять бананы в пюре.

Масло растопить, смешать с сахаром и яйцами.

Добавить бананы, муку с разрыхлителем и кокосовую стружку.

Перелить в форму, выпекать при 180°C около 45 минут.

Желе из арбуза

Ингредиенты:

Арбуз – 500 г мякоти



Сахар – 3 ст. л.



Желатин – 15 г



Лимонный сок – 1 ст. л.



Приготовление:

Арбуз пробить в пюре, процедить от косточек.

Желатин замочить, затем распустить в подогретом соке.

Смешать с пюре и сахаром.

Разлить по формочкам и охладить до застывания.

Тропический милкшейк

Ингредиенты:

Мороженое ванильное – 150 г



Манго – 1 шт.



Ананас – 100 г



Молоко – 200 мл



Приготовление:

Фрукты очистить и нарезать.

В блендере смешать мороженое, фрукты и молоко.

Взбить до густой и однородной консистенции.

Подавать в высоком стакане с трубочкой.

Папайя с мёдом и лаймом

Ингредиенты:

Папайя – 1 шт.



Мёд – 2 ст. л.



Лайм – 1 шт.



Приготовление:

Папайю разрезать пополам, удалить семена.

Нарезать дольками.

Полить мёдом и сбрызнуть соком лайма.

Подавать охлаждённой как лёгкий десерт.

Чиа-пудинг с кокосовым молоком и маракуйей

Ингредиенты:

Семена чиа – 4 ст. л.



Кокосовое молоко – 250 мл



Мёд – 1 ст. л.



Мякоть маракуйи – 2 шт.



Приготовление:

Смешать семена чиа с кокосовым молоком и мёдом.

Перемешать и оставить в холодильнике на ночь.

Утром сверху выложить мякоть маракуйи.

Подавать охлаждённым.

Сорбет из ананаса и базилика

Ингредиенты:

Ананас – 400 г



Лимонный сок – 2 ст. л.



Сахар – 50 г



Листья свежего базилика – 5–6 шт.



Приготовление:

Ананас нарезать, измельчить в блендере с соком и сахаром.

Добавить измельчённый базилик.

Заморозить, каждые 30 минут перемешивая вилкой, до образования кристаллов.

Желе из гуавы с мятой

Ингредиенты:

Гуава – 400 г



Сахар – 80 г



Желатин – 10 г



Листья мяты – 5 шт.



Приготовление:

Гуаву очистить, измельчить в пюре.

Желатин замочить и растворить в подогретом пюре.

Добавить сахар и измельчённую мяту.

Разлить по формочкам и охладить.

Кокосовый флан

Ингредиенты:

Кокосовое молоко – 200 мл



Сливки 20% – 200 мл



Яйца – 3 шт.



Сахар – 100 г



Ваниль – щепоть



Приготовление:

Смешать молоко, сливки, яйца и сахар, добавить ваниль.

Разлить в формочки.

Запечь на водяной бане при 160°C около 40 минут.

Охладить и подавать с кокосовой стружкой.

Фруктовый коктейль с маракуйей и имбирём

Ингредиенты:

Маракуйя – 2 шт.



Апельсиновый сок – 200 мл



Имбирь свежий – 1 см корня



Мёд—1ч.л.



Лёд – горсть



Приготовление:

Мякоть маракуйи смешать с соком и мёдом.

Добавить мелко натёртый имбирь.

Взбить в шейкере или блендере.

Подавать со льдом.

Манговое мороженое без сахара

Ингредиенты:

Манго – 2 шт.



Йогурт натуральный – 200 мл



Мёд – 1 ст. л.



Приготовление:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.