Barevné léto

RECEPTY A TIPY NA PŘÍPRAVU DOMÁCÍ ZMRZLINY

GIFTLAB

Obsah

Úvod 3

Recepty:

Meloun a kiwi s dvojitou texturou 4

Jahodová zmrzlina 5

Zmrzlina s banánem a arašídovým máslem 6

Zelená zmrzlina 7

Zmrzlina gazpacho 8

Banánová zmrzlina 9

Čokoládová zmrzlina 10

Kokosová zmrzlina s bílou čokoládou 11

Mátová zmrzlina s čokoládou 12

Zmrzlina s avokádem a kokosovým mlékem 14

Jahodová zmrzlina s čokoladou 15

Citronová zmrzlina 16

Tipy na přípravu a ozdobu 17

Léto je čas na zmrzlinu, jejíž druhů je nyní prostě nespočet. Je však mnohem chutnější a zajímavější vymyslet a vyrobit zmrzlinu podle svého vkusu s vaší oblíbenou náplní a vymyslet svůj vlastní jedinečný design!

V naší kuchařce se s vámi podělíme o recepty a tipy na přípravu lahodné domácí zmrzliny.

Meloun a kiwi s dvojitou texturou (4 nanuky)

Složení:

Meloun - 200 g

Kiwi - 150 g

Postup:

1. Oloupejte meloun a kiwi a nakrájte na měnší kostky.
2. Ovoce rozmixujte v mixéru.
3. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

TIP NA OZDOBU

Vložte malé množství kiwi nakrájeného na malé kostky a přidejte je do forem před zmrazením.

Jahodová zmrzlina (4 nanuky)

Neodolatelná klasika, která v létě nemůže chybět!

Složení:

Jahody - 200 g

Obyčejný nebo rostlinný jogurt - 150 ml

Postup:

1. Rozmixujte čisté jahody a jogurt v mixéru.
2. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Zmrzlina s banánem a arašídovým máslem (4 nanuky)

Zdravá a ideální volba zmrzliny pro sportovce!

Složení:

1 velký zmrazený zralý banán

Nízkotučný tvaroh - 100 g

Nesolené arašídové máslo - 40 g

Postup:

1. Dejte všechny ingredience dohromady a rozmixujte v mixéru.
2. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Zelená zmrzlina (4 nanuky)

Zdravá zmrzlina plná vitamínů a antioxidantů!

Složení:

Špenát - 50 g

Kiwi -150 g

Okurky - 80 g

Zelené jablko - 135 g

Limetková šťáva - 25 g

Mleté chia semínka - 30 g

Postup:

1. Dejte všechny ingredience dohromady a rozmixujte v mixéru.
2. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Zmrzlina gazpacho (4 nanuky)

Tato zmrzlina může mít mnoho variant, protože existují různé recepty na přípravu gazpacha. Toto je náš návrh, se kterým se můžete připravit.

Složení:

Zralé rajčata - 500g

1 zelená paprika

3 lžíce olivového oleje

½ cibule

½ okurky

Sůl podle chute

Postup:

1. Dejte všechny ingredience dohromady a rozmixujte v mixéru.
2. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Banánová zmrzlina (6 nanuky)

Složení:

3 velké zmražené zralé banány

Vanilkový cukr

Mléko – 60ml

Postup:

1. Dejte všechny ingredience dohromady a rozmixujte v mixéru.
2. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Čokoládová zmrzlina (4-6 nanuky)

Složení:

Hořká čokoláda – 100 g

Mléko – 300 ml

3 žloutky

Cukr – 85 g

Smetana ke šlehání – 250 ml

Postup:

1. Rozbijte čokoládu na kousky, vložte do hrnce a podlejte mlékem. Umístěte na mírné teplo a míchejte, dokud se čokoláda nerozpustí. Ochlaďte.
2. Metličkou rozšleháme cukr a žloutky. Za stálého míchání nalijte mléko a dejte na mírný oheň. Za stálého míchání přivedeme k lehkému zahuštění. Směs nevařte.
3. Hrnec vložte do nádoby s ledovou vodou a za stálého míchání ochlaďte. Studenou smetanu vyšlehejte mixérem do krémové konzistence a promíchejte s mléčnou směsí.
4. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, přikryjte víčkem nebo plastovou fólií a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Kokosová zmrzlina s bílou čokoládou (4-6 nanuky)

Složení:

Bílá čokoláda – 35 g

Kokos strouhaný – 100 g

Zahuštěné mléko – 70 g

Smetana ke šlehání – 250 ml

Postup:

1. Rozpusťte čokoládu v mikrovlnce a promíchejte s zhuštěním mlékem. Nalijte 50ml smetany a znovu promíchejte. Vložte ji do chladničky.
2. Studenou smetanu vyšlehejte mixérem do krémové konzistence. Pomalu nalijte vychlazenou čokoládovou směs. Vyšlehejte mixérem další minuty.
3. Vložte směs do široké misky, přikryjte víčkem nebo plastovým obalem a vložte na 1 hodinu do mrazničky. Poté smíchejte s kokosovými vločkami a vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, vložte do mrazničky na další 3 hodiny.

Mátová zmrzlina s čokoládou (4-6 nanuky)

Složení:

Mléko – 250 ml

5 žloutky

Smetana ke šlehání – 500 ml

Cukr – 130 g

2 snítky máty

Hořká čokoláda – 150 g

Postup:

1. Nalijte mléko do hrnce, přidejte polovinu cukru a lístky máty. Za stálého míchání zahřívejte mléko na mírném ohni.
2. Vyjměte hrnec ze sporáku a nechte ho alespoň na 1 hodinu ochladit, aby mléko absorbovalo mátovou chuť. Poté mléko přeceďte přes síto a mátu dobře vymačkejte. Mléko znovu zahřejte bez vaření.
3. Vyšleháme žloutky se zbývajícím cukrem. Přidejte horké mléko. Vložte směs na mírný oheň a míchejte metličkou, dokud lehce nezhustne, aniž byste ji přivedli k varu.
4. Hrnec vložte do nádoby s ledovou vodou a za stálého míchání úplně ochlaďte. Studenou smetanu vyšlehejte mixérem do krémové konzistence a promíchejte s mléčnou směsí.
5. Do směsi přidejte nastrouhanou nebo nadrobno nasekanou čokoládu a rozmíchejte. Vložte směs do tvořítek na zmrzlinu, vložte do mrazničky na 3-4 hodiny.

Zmrzlina s avokádem a kokosovým mlékem (4-6 nanuky)

Složení:

Zralé avocado – 1,5 ks

Agavový sirup – 100g

Kokosové mléko – 400 ml

Limetková šťáva - 15 g

Postup:

1. Nádobu s kokosovým mlékem vložte na noc do mrazničky. Poté dejte zahuštěnou část mléka do misky. Tekutá část není pro tento recept užitečná.
2. Kokosovou smetanu vyšlehejte mixérem do krémové konzistence. Avokáda protlačte mixérem s citronovou šťávou.
3. Dejte dohromady kokosovou smetanu, avokádo a sirup.
4. Vložte směs do tvořítek, přikryjte fólií nebo víkem a vložte na 4 hodiny do mrazničky.

Jahodová zmrzlina s čokoladou (4-6 nanuky)

Složení:

Jahody – 200 g

Smetana ke šlehání – 100 ml

Cukr – 40 g

Hořká čokoláda – 100g

Postup:

1. Jahody rozmixujte a smíchejte s cukrem a 15ml smetany.
2. Zbytek smetany rozehřejte a rozpusťte v ní čokoládu. Nechte vychladnout.

3. Naplňte tvořítky střídáním dvou směsí a pomocí párátka promíchejte, abyste dosáhli mramorového efektu.
4. Umístěte formy do mrazničky po dobu 4 hodin.

Citronová zmrzlina (4-6 nanuky)

Složení:

Citron – 2 ks

Mléko – 250 ml

Cukr – 200 g

Smetana ke šlehání – 250ml

Postup:

1. Nastrouhejte citronovou kůru jemným struhadlem a vymačkejte z ní šťávu. Pro recept budete potřebovat 1 lžíci kůry a 60 ml šťávy.
2. Vyšleháme cukr, kůru, citronovou šťávu. Samostatně zamíchejte smetanu a mléko a nalijte do citronové směsi. Pokračujte v šlehání, dokud se cukr nerozpustí.
3. Nalijte směs do tvořítek, přikryjte víčkem nebo plastovým obalem a vložte na 3-4 hodiny do mrazničky.

Tipy na ozdobu

Zmrzlinu můžete ozdobit jakýmkoliv ovocem, čokoládou, ořechy, ovoce sušené mrazem atd.

Můžete připravit polevu na zmrzlinu pomocí hořké, mléčné nebo bílé čokolády. Můžete také připravit zmrzlinu s různými náplněmi nebo ozdobit čokoládovými nebo barevnými stékanci.

TIP 1: Prvním receptem na zdobení zmrzliny je čokoládová poleva

Složení:

hořkou a mléčnou čokoládu lze nahradit bílou

rozpuštěná mléčná čokoláda - 150 g
rozpuštěná hořká čokoláda - 150 g
máslo (lze nahradit kokosovým olejem) - 45 ml
nasekané ořechy (volitelně) - 60 g

Postup:

1. Dejte dohromady rozpuštěnou tmavou a mléčnou čokoládu, přidejte máslo a dobře promíchejte.
2. Poté přidejte nasekané ořechy a dobře promíchejte. Vyjměte zmrzlinu z mrazničky, vyjměte ji z formy (vyjměte postupně, aby ostatní neměli čas se roztát).
3. Namočte zmrzlinu do čokoládové polevy, přebytečné množství vypusťte a vraťte zpět na 30 minut do mrazničky. Pokud chcete zmrzlinu s barevnou polevou, můžete do bílé čokolády přidat pár kapek potravinářského barviva. Můžete také vyrobit vlastní přírodní barviva z řepy, mrkve, jahod atd.

Pokud jste velkým fanouškem arašídového másla nebo jen chcete náhradit čokoládovou polevu, tento recept je pro vás. Poleva arašídového másla se ukáže být neuvěřitelně chutná a po zmrazení se stává křupavou jako čokoláda.
Dejte arašídové máslo do mikrovlnné trouby a rozmixujte s rostlinným olejem. Nejlepší je použít kokosový olej, protože dodá vaší polevě jemnou kokosovou dochuť.

TIP 2: Barevné stékance

Složení:
40 g smetany (33%)
70-90 g bílé čokolády
40 g másla (lze nahradit kokosovým nebo jiným rostlinným olejem)

Postup:
1. Nalijte smetanu do hrnce, postavte na sporák a zahřejte, ale nepřivedete k varu. Vyjměte ze sporáku.
2. Přidejte do smetany potravinářské barvivo. Do horké smetany přidejte čokoládu nebo čokoládovou polevu.
3. Míchejte metličkou, dokud se čokoláda úplně nerozpustí. Přidejte máslo. Míchejte metličkou do hladka.
4.Polevu ochlaďte na 27-35 stupňů. Naše poleva je připravena k použití na zmrzlinu.

TIP 3: Zmrzlina s náplní

Náplň může být jakákoliv: ovocné pyré, ovocný džem, karamel atd.
Abyste zabránili smíchání náplně se zmrzlinou, musíte ji zmrazit ve vrstvách. Naplňte polovinu formy zmrzlinovou směsí a nechte na 1 hodinu zmrazit. Poté přidejte jakoukoliv náplň a naplňte směsí zbývající část formy. Nechte na 3-4 hodiny zmrazit.

TIP 4: Servírování zmrzliny

Hotová zmrzlina může být podávána v nádobě s ledem, aby se neroztavila.

Nápady na formy na zmrzlinu naleznete na WWW.GIFTLAB.CZ