

# ***Кисломолочные продукты и блюда из них***

---



Работу выполнила  
Ученица 7 класса А

---

# Что это такое?



- Кисломолочные продукты – это группа молочных продуктов, которые вырабатываются из молока или его производных путем сквашивания различными заквасками.

Кисломолочные продукты вырабатываются из молока почти всех домашних животных – коров, овец, коз, кобыл и др.

Для производства кисломолочных продуктов используются чистые культуры молочнокислых бактерий или дрожжей.

# ***Это полезно!...***

---



Издавна известно благотворное влияние на организм человека кисломолочных продуктов. Присутствующая в них молочная кислота положительно влияет на процессы пищеварения. А также благодаря приятному вкусу и аромату кисломолочные продукты улучшают аппетит.

---

# **...И ВКУСНО!**



Существует множество блюд из кисломолочных продуктов. Вот рецепты приготовления некоторых из них...

# Пончики с творогом



- 250 грамм творога, 1,5 стакана муки, 1 столовая ложка сметаны, 1 яйцо, 25 грамм сливочного масла, 2 столовые ложки сахарного песка, щепотка соли, 1 чайная ложка разрыхлителя или соды, погашенной уксусом.

Замешиваем тесто из всех составляющих. Сначала добавьте стакан муки и смотрите, какое тесто получится. Оно должно быть легкое, воздушное, к рукам липнет, но все же из него можно слепить пончики. Если добавили 1,5 стакана муки, а пончики плохо лепятся., делаем так. В мисочку насыпаем муку, отрываем кусочек теста и кладем в муку, обсыпаем и формируем пончик. Жарим в достаточном количестве масла, затем обсыпаем сахарной пудрой.

# Творожное суфле с облепихой



- 350 г гладкого творога (без крупинок), 2 желтка, 3 белка, 80 г растопленного сливочного масла, 0,5 ст сахара, 0,5 ч.л ванильного сахара, 150 г жирных сливок, 3 ст.л с небольшой горки тортовой муки (мука с разрыхлителем), щепотка соли, 1 ст облепихи, мед по вкусу.

Облепиху протереть через сито (получается около 0,5 ст пюре). В полученное пюре добавить мед по вкусу. Взбить белки с 2 ст. л сахара до устойчивой пены. Взбить желтки с сахаром, ванильным сахаром и растопленным сливочным маслом. Добавить поочередно протертый творог и сливки. Взбить на низкой скорости. Просеять муку с солью. Вымесить. В 2-3 приема добавить вбитые белки и осторожно вымесить тесто. В порционные формочки, смазанные маслом (или в форму с высокими бортами около 18-20 см.) выкладывать поочередно тесто и пюре из облепихи, сделав мраморные разводы. Тесто выкладывать на 3/4 высоты формочек. Поставить в разогретую до 175С духовку. Выпекать 25-30 минут (суфле поднимается шапочкой).

# Малаби



- Продукты на 12 порций (по полстакана каждая):  
1 литр молока  
85 г (1/2 стакана) крахмала ("корнфлор")  
3 ст. л. розовой воды  
1 коробочка густых сливок (250 мл)  
100 г (1/2 стакана) сахара

1. Развести крахмал в стакане молока. Добавить розовую воду, перемешать.
2. Оставшееся молоко и сливки налить в кастрюлю, добавить сахар, поставить на умеренный огонь и довести до кипения. Влить при помешивании крахмальное молоко и, постоянно помешивая, подержать минуту-другую на слабом огне, пока смесь не загустеет (а густеет она очень быстро!).
3. Снять с огня и сразу же разлить в бокалы или в порционные формочки. Затянуть пищевой пленкой, довести до комнатной температуры и отправить в холодильник примерно на 4 часа.
4. Подать охлажденный малаби с добавками по вкусу.

# Творонаски



□ Ингредиенты: Слоеное тесто (дрожжевое или бездрожжевое), творог, сахар, груша.

Раскатываем слоеное тесто (не слишком тонко), на тесто ровным слоем выкладываем творог, затем посыпаем сахаром (по вкусу) и выкладываем в ряды кусочки груши. Формируем рулет и края защипываем (как конфету). Перекладываем наш рулет на противень и ставим в предварительно разогретую до 200 градусов духовку минут на 40. Готовый рулет разрезаем и посыпаем сахарной пудрой.



# Творог на завтрак



- Ингредиенты: творог (150 грамм), банан (1 средний), йогурт (100 грамм), ягода для украшения, сахар.

Отправляем творог в чашку, заливаем йогуртом. Нарезаем банан, добавляем к творогу и перемешиваем. Украшаем и подаем на завтрак. Мы украшали сахаром тростниковым и зернами граната.

# Творожный кекс



- Ингредиенты (на 8 порций): 10 г желатина в пластинах, 300 г творога, 100 мл сливок, 50 г сахара, 50 г смеси цукатов, 2 ст. л. растворимого кофе, 200 г мягкого печенья, 50 г горького шоколада.
- Замочите в холодной воде желатин. Пропустите творог через сито. Взбейте миксером сливки. Налейте в кастрюльку 1 ст. л. воды, положите отжатый желатин и растворите его на слабом огне. Введите желатин в творог и тщательно перемешайте. Добавьте в творог сахар, цукаты и взбитые сливки, аккуратно перемешивая снизу вверх. Выстелите форму целлофановой пленкой. Растворите кофе в трех чашечках теплой воды, опустите печенье в кофе и выложите на дно формы. Покройте творожным кремом, вновь выложите слой печенья, смоченного в кофе, и еще слой крема. Разровняйте поверхность и поставьте в холодильник как минимум на 3 часа. Непосредственно перед подачей переверните десерт на сервировочное блюдо и удалите форму и пленку. Украсьте шоколадом, измельченным на крупной терке. Подавайте с рюмкой охлажденного апельсинового ликера.

# Творожные кнели



□

350 г творога, 200 г сырковой массы, 80 г сахара, 1 манго, 3 персика, 200 г клубники, 200 г малины, 1 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. апельсинового ароматизатора.

Пропустите творог через сито, установленное на миску, прижимая десертной ложкой. Добавьте к творогу сырковую массу, 60 г сахара и взбивайте миксером, пока не получится мягкий однородный крем. Накройте миску целлофановой пленкой и поставьте в холодильник.

Почистите манго и порежьте на тонкие ломтики. Почистите персики, порежьте их на кусочки и соберите во второй миске. Вымойте и почистите клубнику, порежьте ее на дольки и добавьте к персикам вместе с оставшимся сахаром. Перемешайте и оставьте настаиваться в прохладном месте.

Непосредственно перед подачей разделите творожный крем на 12 равных порций, помогая себе двумя столовыми ложками и формируя кнели. Разложите кнели на сервировочном блюде на небольшом расстоянии один от другого и между ними выложите ломтики манго. В центр блюда положите порезанные персики и клубнику. Украсьте ягодами малины. Измельчите в кухонном комбайне оставшиеся ягоды малины с сахаром и апельсиновым ароматизатором и полейте соусом всю композицию.

# Тирамиссу



□ Сливки "Маскарпоне" 40% - 500 грамм, печенье бисквитное-300 грамм, яйца - 6 штук, кофе - 1 стакан, ликер шоколадный -3-4 ст.ложки, сахар - 1 стакан, ваниль, орехи измельченные, какао.

Яйца делим на белки и желтки. Взбиваем белки, до не очень крепкой пены постепенно всыпаем пол стакана сахара. Отдельно взбиваем желтки, со второй половиной сахара, до белого цвета. В желтки добавляем сливки "Маскарпоне" и ваниль и продолжаем взбивать до загустения. В готовый крем вводим постепенно белки и перемешиваем с кремом. Завариваем кофе и вливаем ликер. Лучше всего "Амаретто". У меня был шоколадный ликер. Берем форму. Печенье обмакиваем в кофе и укладываем на дно формы. Сверху на печенье выкладываем половину крема. На крем посыпаем измельченные орехи и порошок какао. Затем так же выкладываем еще один ряд. Печенье, крем, орехи, какао. Готовый десерт ставим в холодильник на 3-4 часа.

# Сырники с черничным соусом



□ Творог - 500гр, яйца - 2шт., сахар - 5-6ст.ложек, манка - 2ст. ложки с горкой, мука - 3-4ст ложки.

Смешать все ингредиенты, кроме муки и поставить в хол-к на 30мин(можно больше), для набухания манки, затем добавить муку(в зависимости от консистенции теста). Жарить на маленьком огне, в небольшом кол-ве раст. масла.

р.с.я не дождалась полного набухания манки, тесто получилось жидковатым, поэтому выкладывала на сковороду ложкой, так даже больше понравилось меньше мороки!

Черничный соус

На разогретую сковороду бросить хорошую горсть ягод(замороженных), как только выделится сок доб. сахар (тут,кто как любит) 0.5 стакана, пожарить буквально несколько минут, доб. в конце 0.5 чайной лож крахмала, развед. в небольшом кол-ве воды(1-2ст лож), через мин непрерывного помешивания снять с огня.

# Кофейно-клубничный напиток



- Кофе эспрессо - 150г, сахар - 100г, клубника - 100г, сливки (жирностью 35%) - 2 стакана, сахарная пудра - 3 ст.л., фруктовый ликер - 50г.
- Пропустить клубнику через мелкую терку и заморозить в морозильнике. Приготовить эспрессо, остудить и тоже заморозить в морозильнике.
- Взбить сливки до слабой пенки, добавить сахарную пудру и тщательно перемешать, добавить ликер. Выбрать прозрачные бокалы любой формы и размера. Замороженную клубнику и кофе измельчить. С помощью кондитерских мешков выложить компоненты в бокалы в следующей последовательности: сливки, кофе, сливки, клубника, сливки. Украсить палочкой корицы или кусочком шоколада.

# Лимонный поссет с малиной



- малина - 125г, сливки (двойные) - 570 мл, базилик - 20г, сахар - 150г, сок лимона - из 2 шт.
- Разделить малину по 4-м маленьким чашкам, оставив несколько ягод для украшения. В кастрюле соединить сливки, базилик и сахар, довести до кипения и кипятить 3-4 мин. Затем снять с огня и добавить лимонный сок. Дать немного остыть, достать базилик и залить сливками малину в чашках. Переставить в холодильник и оставить на 2 часа или на ночь. Подавать, украсив оставшейся малиной и свежими листьями базилика.

***Спасибо за внимание!***

