

МАРИНА
ОСАДЧЕНКО

ЖИЗНЬ В ШОКОЛАДЕ

ОТ КОНФЕТ
ДО ВЫПЕЧКИ



ПОБЕДИТЕЛЬ
ПРОЕКТА **ТОП
БЛОГ**

МАРИНА
ОСАДЧЕНКО



ЖИЗНЬ В ШОКОЛАДЕ

ОТ КОНФЕТ
ДО ВЫПЕЧКИ



Издательство АСТ
Москва



КЛАДЕЗЬ

Содержание

От автора.....	5
Почему «без»?.....	8
Почему без сахара.....	8
Почему без молока.....	10
Почему без глютена.....	10
Методология и технология: что используем, как выбрать, где искать.....	12
Сахара.....	13
Жиры.....	28
Жидкости.....	42
Сухие ингредиенты.....	50
Шоколад.....	72
С чего начать? Ингредиенты. Понятие ароматического какао.....	72
Основные процессы. Темперирование.....	84
Базовые рецептуры темного шоколада.....	92
Базовый 75% шоколад на тертом какао без меланжера на сахаре *.....	93
Базовый 75% шоколад на тертом какао без меланжера на сиропе.....	94
Приготовление темного 75% шоколада в меланжере из какао-крупки.....	97
Шоколадные осколки.....	98

Темный шоколад с пастой *	103
Шоколад пряный «Имбирный пряник» *	104
Темный малиновый шоколад с розовым перцем «Малина – Каркаде» *	109
Темный шоколад «Кокос – Манго» *	113
Копченый шоколад	114
Шоколадные медианты *	117
Миксбары/роксы *	121
Джандуйотто *	122
ШокоКолбаса *	125
КетоШокоКолбаса. Низкоуглеводный вариант **	127

Шоколадные конфеты130

Конфеты пралине «Рождественский орешек» *	133
Пralине «Белочка» *	137
Шоколадные козинаки *	138
Пralине «Кунжутная халва» *	141
Помадка карамельная «Арахисончик» *	142
Шоколадные корзиночки «Американо» **	144
Помадка шоколадная «Тоффи» **	147

Трюфели148

Трюфель «Кофе – Тонка» **	149
Трюфель «Чернослив – Гавана» **	150
Трюфель «Шоколадный манго» **	153
Трюфель «Яблоко – Грецкий орех» **	154
Трюфель «Тропикана» без тертого какао **	157
Трюфель «Малина – Перец бальзамико» ***	158
Трюфель «Клюква – Апельсин – Розовый перец» **	161
Трюфель «Лимончан» ***	162
Трюфель «Копченая вишня» ***	165
Трюфель «Сливочный кокос» на классических сливках **	166
Конфета «Имбирно-лимонная» **	169

Выручалочки: быстрые конфеты	170
Козинаки «ОрехМульти» *	171
Запеченный марципан «Фисташка – Тимут» **	174
Батончики «Кокос – Гранола» *	177
Абрикосово-амарантовые батончики «Хрустящая ягодка» *	178
Персипан *	181
Конфета «ПеканФи» *	182
Батончики «СуперЭнергоПлюшки» *	185
«МультиФрукты» *	186
Флорентинки *	189
Шарики «Простушка» *	190
 Выпечка	 192
Классический брауни на пшеничной муке **	193
Брауни с черносливом без добавленного сахара *	197
Брауни низкоуглеводный «Тот самый шоколад» **	200
Браунетки с мармеладом на сиропе топинамбура без яиц **	203
Низкоуглеводные браунетки «Тебе можно» **	205
Печенье «Миндальные хрустики» *	209
Печенье-сэндвич «Черемуха – Малина» ***	210
Батончики «Шоколад – Фундук» ***	215
Печенье «Фисташка – Апельсин» ***	219
Хрустящее печенье «Яблоко – Грецкий орех» ***	221
Хрустящие кракелины с шоколадом *	225
Запеченные «Гранолушки» *	229
Цветочное печенье «Лимон – Лаванда» *	230
Тропический хлеб «Банан – Манго» **	233
Пирожное «Картошка» *	235
 Заключение	 238

От автора

Привет, на связи Марина Осадченко! Я дипломированный технолог, человек, бесконечно влюбленный в шоколад, и основатель проекта Chocoschool.ru. Моя школа объединила тысячи людей по всему миру. Как-то мы с учениками посчитали, что каждые 2 минуты в мире съедается конфета, приготовленная по моим рецептам. За 5 лет работы школа выпустила более 3,5 тысяч студентов, многие из которых открыли свои цеха и кафе.

Шоколадом я занимаюсь неслучайно — еще с юношеских лет меня увлекала эта тема. Истории о необычных видах какао, о разнице в дегустациях казались мне нереальными. Но, путешествуя по Европе, я впервые познакомилась с таким удивительным названием, как «bean-to-bar шоколад», и решила: «А почему бы и нет?!».

Мой первый шоколад был... ужасен. Конечно, я с радостью рассказала бы вам, как прекрасно он блестел и раскупался. Все те истории успешного успеха, которыми кишит интернет. Но говорю абсолютно честно: это было несъедобно, хотя муж мой и героически его съел. А все почему? Да потому, что на тот момент, как, впрочем, и сейчас, нормальной шоколадной литературы было не сыскать. Большая часть ее сводилась к теме «от домохозяйки к домохозяйке», или «как приготовить худеющий шоколад из какао-порошка

и сливочного масла». Вся профессиональная литература выпускалась на иностранных языках, а курсы стоили бешеных денег, при том что давали крупички. Про тему самостоятельного изготовления шоколада и вовсе молчу...

Спустя уже несколько лет работы я поняла, что миру шоколада и конфет жутко не хватает переводчиков «с птичьего научного» на «обычный человеческий». Часть информации для размышлений и изучения легко найти в книгах по технологии кондитерского производства, но много ли вы знаете женщин, что вечером после работы штудируют диссертации и умные книги с названиями «Технология...»?!

Так что я начала делать то, что меня захватило на годы. Изучать, искать, экспериментировать. Я изучила сотни книг, статей, диссертаций (большая часть из них на иностранных языках), прошла множество семинаров, создала практически свою мини-лабораторию, получила диплом технолога. Я прошла огромный путь, чтобы рецепты Chocoschool стали эталоном в мире рецептов без белого сахара и молока. И теперь уже мои студенты выпускают свои курсы и обучают. Миссия школы — позволить каждому, вне зависимости от привычных систем питания, насладиться вкусом фееричных конфет и десертов без оглядки на сахар, глютен, лактозу. И у нас это неплохо получается!

Но я до сих пор помню эти свои жуткие метания в поисках хоть одной книги, которая дала бы минимальные систематизированные базовые знания и точно проверенные рецепты. Кроме того, для многих печатная книга проще и удобнее для изучения. Да что говорить, я и сама обожаю запах свежеизданных страниц!

Задача этого издания — дать вам базовую подготовку к огромному миру, именуемому «Шоколад». Конечно, в рамках одной книги невозможно научить всему, чему студенты школы учатся месяцами, но можно влюбить вас в самую идею настоящих рецептов. Показать, что это не сложно, а интересно, необычно и обожаемо многими. Убрать лишние страхи, дать возможность творить, понимая при этом, что, как и почему ты делаешь.

Я постаралась собрать в этой книге максимально простые, но выигрышные рецепты, которые легко повторить в домашних условиях с минимумом оборудования. При этом большая часть этих рецептов легко станет украшением стола, поможет наполнить подарки на праздники, а также прекрасно впишется в ассортимент шоколатерий, кондитерских и кафе.

При изучении книги просто используйте 3 правила:

1. Я разделила и пометила все изделия в зависимости от уровня сложности. **Настоятельно рекомендую вне зависимости**

от уровня подготовки начинать с рецептов с одной звездой и, отработав их, приступать к более сложным вариациям. Не нужно распыляться на «да я все знаю, чего мне эти песочницы, я хочу крупных горизонтов!».

2. Прежде чем приступать к рецептам, всегда прошу, практически умоляю: начните с теории! Да, для кого-то это скучно. Да, кажется, что вы все знаете и вам это не нужно. Да, вы взрослые люди и в состоянии купить нужный сахар... И еще множество «да». Но все же: начните с теории... Поверьте, даже взрослым людям, не первый год работающим в кондитерском искусстве, всегда полезно посмотреть на привычные ингредиенты с другой стороны.

3. Если в книге не прописана замена, значит, ее нет. Согласна, это нечестно и несправедливо, но в книге более 30 рецептов, а значит, если вам одна не подходит, просто возьмите другую.

Не бойтесь неудач — не ошибается лишь тот, кто ничего не делает! **Если у вас есть вопросы по рецептам, я всегда на связи по контактам, указанным в конце книги.**

Ну и мое любимое: «Помните, ковчег построил любитель — профессионалы построили «Титаник» (Дэйв Барри, «Неразвернутое резюме»). Неспособных людей нет, просто есть недостаток теории и внимания. Я даю вам теорию и практику — от вас внимание и желание творить!

*Бомбических вам рецептов!
Ваша Марина Осадченко*



Почему «без»?

Почему без сахара?

90% рецептов этой книги не содержат животных компонентов, белого сахара и молока. И нет, я не сумасшедший веган-сыроед. Так получилось, и на то есть две причины.

Причина первая — личная. Лучше всего показать нам несовершенство этого мира могут кто? Правильно, дети. Их детский организм и неокрепшая нервная система легко реагируют на любые раздражители. У моих детей этот раздражитель — сахар. Я всегда говорю, что проблема не столько в белом сахаре (хотя в нем она тоже есть, о ней поговорим в блоке ингредиентов), сколько все же в количестве сахара в продуктах питания, обильно сдобренных красителями и добавками. У меня нет цели кого-то пугать или страшить, но я прекрасно видела реакции своих детей на промышленные сладости. После пары дней употребления таких вкусняшек вокруг рта старшего сына высыпают красные аллергические язвы, при этом оба ребенка становятся абсолютно неуправляемыми, нервными, перевозбужденными... Стоит вернуть их в привычную систему питания, и все проходит.

Кроме того, у меня заболевание щитовидной железы, и я веду постоянную работу с организмом: я стараюсь придерживаться рекомендаций по потреблению сладкого и уже давно исключила все раздражители, включая белый сахар.

Ну и третий мотив, закрывающий личные причины: мне просто невкусно. Цель моих рецептов — создавать интересные и необычные сочетания, над которыми хочется думать и пробовать их снова и снова. А сахар — это просто сахар.

Причина вторая — миссионерская. С 1990 года глобальные показатели по ожирению среди взрослых увеличились более чем в два раза, а среди детей и подростков (в возрасте от 5 до 19 лет) — в четыре раза. Человечество стало потреблять больше сахара и меньше клетчатки. Сахар ищет нас везде: от привычных напитков до консервов и даже соусов. А что же до клетчатки? В среднем, согласно ВОЗ, взрослый человек должен употреблять минимум 25 грамм клетчатки в день. Многие не употребляют и половины этой величины, заменяя еду на пустые десерты из сахара и масла.

Поэтому, если можно обогатить изделие клетчаткой, снизить в нем содержание сахара, добавив в него больше богатых микроэлементами ингредиентов, при этом сделав вкус его интереснее, чем магазинной сладости, а состав более безопасным для разных категорий питания, то почему бы и нет? Что я точно знаю — полезных десертов не существует. Но есть десерты, которые впишутся в вашу жизнь и сделают ее ярче и интереснее, а вас энергичнее и здоровее!

Конечно, сам по себе этот десерт не сделает наше питание разнообразным, он скорее часть общего ритма жизни. Но даже простая замена привычных сладостей на что-то более интересное может стать отличным стартом новой жизни. Конечно, это не означает, что надо употреблять эти конфеты в 2–3 раза больше, чем обычные, но даже один такой десерт точно внесет больше пользы и разнообразия в питание.



Почему без молока?

Опять-таки, в первую очередь по личным причинам. Я прекрасно помню, как искала для себя безлактозные сладости, которых так хочется кормящей матери! Ибо на любые молокосодержащие продукты мои дети реагировали плачем и орали как сумасшедшие (я знаю, что кто-то считает взаимосвязь питания мамы и ребенка бредом, но, увы, у меня это работало).

После я обнаружила аллергию на молоко у старшего сына, а затем и у детей знакомых... Изучая тему, я выяснила, что аллергия на коровье молоко — вполне себе частая и противная история. А что делать с детьми, так любящими мороженое и конфеты?

В итоге я решила, что если я смогу сделать изделие без лишних аллергенных компонентов, я буду это делать. В конце концов людей, создающих кондитерские классические рецепты, множество, а в мире рецептов «без» Chocoschool получила свое почетное место.

Почему без глютена?

Здесь вообще все до смешного просто. Чаще всего, если меня просили сделать изделие без молока и белого сахара, к этому же прибавляли приставку «и без глютена, пожалуйста». Здесь без меня меня женили: нелюбовь к глютену стала спутником понятия ремесленного шоколада без молока и елого сахара.

Я не призываю к отказу от конкретных продуктов или любви к ним и не пропагандирую это, я сама прежде всего голосую за вкус и текстуру. Даже самое полезное изделие есть невозможно, если вкуса у него нет.

Я вполне могу съесть что-то разово на белом сахаре и не буду от этого рвать на себе волосы. Но если можно иначе, то почему бы и не попробовать?

Сначала, возможно, все ингредиенты будут казаться вам странными и чужими, но стоит лишь начать — и туман сомнений исчезнет. Давайте пробовать вместе?



Методология и технология: что используем, как выбрать, где искать

«Это все хорошо, но где взять этот ваш рог единорога?» — спрашивают многие, изучив список ингредиентов.

«Тю, да здесь все не как у людей!» — машут головой другие, откладывая список в сторону.

И я их абсолютно точно понимаю. Когда я начинала — почти 7 лет назад — большую часть ингредиентов надо было с собаками искать по Москве, заказывать на перекладных и ждать месяцами. До сих пор помню, как заказывала специально для студентов 50 килограмм овсяного молока и потом фасовала, фасовала, фасовала... Думала, оно мне ночами сниться будет. А все потому, что поставщик был один и продавал только оптом. Пришлось постараться на благо студентов.

Сейчас все изменилось: 90% используемых ингредиентов легко найти на маркетплейсах и в магазинах здорового питания. Я постаралась в этой главе собрать для вас краткую информацию по разным группам ингредиентов, чтобы вам было понятно, на что обратить внимание при выборе, как оценивать качество и почему цены могут отличаться.

Для удобства работы все ингредиенты разделены технологически: сахара, жиры, специи, сухие ингредиенты, жидкости. Просто воспользуйтесь этим универсальным справочником при выборе продукции на маркетплейсах.



Сахара

В производственном процессе под названием «сахара» я объединяю все ингредиенты, в которых 50 и более процентов занято каким-либо углеводом. Несмотря на то, что с точки зрения требований технического регламента Таможенного Союза все сахарозаменители (мальтит, сорбит, ксилит и т. д.) к сахарам не относятся, я буду учитывать их именно в этой главе.

Принято считать, что основная функция сахара — подсластитель, отсюда и вечное желание убрать его из рецептуры без каких-либо коррекций. Однако если представить любое

кондитерское изделие как стройку дома, то сахар — это тот самый цемент, без которого дом просто разрушится.

Даже из школьных уроков по математике про среднее арифметическое можно понять, что, убирая один компонент и ничем его не заменяя, мы автоматически увеличиваем долю других компонентов в составе продукции. Так что нет, товарищи, убрать сахар из рецептуры без замен нельзя. Другое дело, что я разрабатываю рецептуры, в которых используются сахара грубой очистки, а также минимизируется их количество.



Итак, задачи сахара в рецепте:

- усилить вкус;
- понизить точку заморозки: вода с сахаром застывает медленнее, чем без него, а размораживается неравномерно — компоты все морозили;
- удержать воду, связав ее с своими молекулами;
- улучшить и модифицировать текстуру;
- сбалансировать вкус;
- понизить или повысить сладость;
- обеспечить сроки годности: каждый сахар может по-разному влиять на все эти факторы, продлевая или сокращая сроки хранения изделий.

Все сахара отличаются друг от друга уровнем сладости. Привычный нам белый сахар имеет сладость 100 единиц — от него отсчитывается и учитывается сладость других сахаров. В отличие от очищенного белого сахара натуральные сахара могут вести себя непредсказуемо. На уровень сладости сахара может оказывать влияние как способ его получения, так и методы очистки, процесс его хранения, а также финальный состав углеводов.

Вид сахара	Индекс сладости
Белый сахар (сахароза)	100
Белый тростниковый (сахароза)	100
Панела	110–120
Темный кокосовый	90–95
Светлый кокосовый	115–120
Трегалоза	45
Декстроза	65
Эритрит	65
Аллюлоза	45–55
Олигофруктоза	30
Мед	120–200

Таким образом, комбинируя в одном рецепте сахара с разной сладостью, можно выйти на комфортную для себя сладость и консистенцию изделия.

Баланс изделия — это умение так комбинировать сахара, чтобы сладость была оптимальной, текстура нежной, а послевкусие

захватывающим. Например, 100 грамм меда в рецептуре могут быть очень сладкими и приторными, но если тот же объем заменить на 50 грамм меда и 50 грамм декстрозы, можно снизить сладость изделия на 25%, оставив общий баланс его неизменным. Если вам приторно — надо не уменьшать сахар, а искать компромисс в его сочетаниях.

Белый тростниковый сахар

Производится из стеблей сахарного тростника по всему миру. Большинство открытых интернет-источников содержит в себе информацию, что несмотря на то, что существуют разновидности тростникового сахара с различными названиями, все они являются одним и тем же, названия разные, а суть та же. Но я все же скажу вам совсем иное.

Действительно, существует множество разновидностей тростникового сахара. Нас с вами в них будет интересовать процесс производства и степень очистки. Иными словами, насколько этот сахар близок к природе, какой вкус он может внести в изделие и какие неприятности, например, в виде яркой ароматики (под ароматикой я буду подразумевать совокупность вкусовых ощущений и аромата), может доставить.

Также следует различать рафинированный и нерафинированный сахар. Рафинированный сахар — это сахар, который прошел несколько стадий очистки, в итоге получается привычный нам белый кристаллический сахарный песок. Нерафинированный сахар — это сахар, который прошел мини-

мальную степень очистки, он сохраняет натуральный коричневый цвет и имеет более насыщенную ароматику.

Белый тростниковый сахар, как и классический белый свекловичный сахар, является максимально кристаллизованной сахарозой. Ключевой разницей между былым сахаром свеклы и белым сахаром тростника является количество извести, которая используется при очистке сахара — в тростниковом ее в 1,5–2,5 раза меньше.

Гликемический индекс (ГИ) белого тростникового сахара не сильно отличается от ГИ белого свекловичного сахара, но с точки зрения степени очистки и аллергических реакций тростниковый предпочтительнее свекловичного. Также белый тростниковый сахар либо имеет достаточно слабый привкус патоки, либо нет его вообще. Если в рецептурах данной книги указана фраза «белый сахар», то нет разницы, возьмете ли вы белый тростниковый или белый свекловичный сахар. По большей части суть одна и та же.



В России распространен миф, что тростниковый сахар — это белый сахар, окрашенный патокой. Однако и свекловичный белый, и тростниковый сахара — это 99% сахарозы. Патока, которую частично возвращают в тростниковый сахар, используется прежде всего для придания ему вкуса и аромата. Причем патока может быть только тростниковой, патока от свеклы в пищу непригодна (как раз ввиду высокого остаточного содержания примесей). Поэтому окрашивание — вполне закономерный технологический процесс для данного вида сахара. А вот если на упаковке написано «сахар коричневый» или «браун», то следует прочитать состав: вполне может быть, что это смесь свекловичного сахара и тростниковой патоки.

Тростниковый сахар: демерара, мусковадо, барбадосский

Демерара, мусковадо и барбадосский сахара также производятся из сахарного тростника с практически идентичным процессом. Ключевым различием между этими сахарами является количество патоки, остающейся внутри сахара, и количестве сахарозы на выходе. Однако не существует общепринятых стандартов на эти виды сахара, поэтому четкого определения, что может называться, например, сахаром «демерара», не существует, а значит, под этим названием можно встретить и обычный нерафинированный тростниковый сахар, и настоящую демерару.

Изначально, демерара — сахар с небольшой долей патоки, но крайне мелкими кристаллами сахарозы. Этот сахар станет отличным подспорьем в выпечке: он легко растворяется, а также придает блюду тонкий аромат корицы и мускатного ореха. Сахар назван в честь Демерары — бывшей нидерландской колонии на северном побережье Южной Америки, ныне являющейся частью страны Гайана. В России очень сложно найти настоящий сахар демерара, в основном под этим названием чаще продают нерафинированный тростниковый сахар.

Барбадосский сахар похож на демерару, но производится на острове Барбадос в Южной Америке. При очистке в нем сохраняют

высокую долю патоки, в результате чего он приобретает характерный аромат пряностей и более влажную текстуру, чем обычный сахар. Продается в двух вариантах: темном и светлом. Отличаются эти варианты влажностью и остаточной долей патоки. Этот сахар в любом варианте хорошо использовать в пряных новогодних рецептурах, а также везде, где требуется ввести коричневый сахар. При замене белого сахара на барбадосский сахар учтите, что этот продукт из-за своей влажной текстуры сильнее разжижает тесто и кремы.

Мусковадо — тростниковый сахар теплого медового оттенка. Не очищается от патоки, поэтому имеет темный цвет и яркий вкус имбирного новогоднего печенья, очень влажный, но постепенно просыхает, образуя сахарные глыбы. Я редко, только если очень хочется поиграть с ароматом и вкусом сахара, использую в рецептурах мусковадо ввиду его сильной ароматики, большого количества патоки и высокой влажности. Кроме этого, мусковадо плохо растворяется в карамелях и тяжело измельчается в кофемолках. Сейчас на маркетплейсах мусковадо представлен в разных вариантах. Лучше всего выбирайте производство Индии, по моему опыту, неплохо себя показал сахар фирмы «Сахараджа».

Совет: чтобы избежать кристаллизации мусковадо в плотные комочки, его необходимо либо просушить на противне ровным тонким слоем, встряхивая и перемешивая, либо хранить в максимально герметичном контейнере, периодически встряхивая.

Панела

Достаточно разрекламированная панела — тоже тростниковый сахар. Ключевое отличие от всех вышеперечисленных сахаров все то же: в технологическом процессе и степени очистки. Подробнее я рассматриваю это на своих курсах, но все же что нужно знать про панелу?

Она слаще белого сахара, причем существенно. Сладость ее обусловлена приличным процентом патоки и инвертного сахара (разложение сахарозы на простые составляющие — фруктозу и глюкозу) в составе, который появляется в процессе уварки сахарного сиропа. По моим ощущениям, сладость панелы примерно на 20–25% больше, чем сладость привычного белого сахара.

Панела имеет яркий цветочный аромат и карамельный привкус, что отлично помогает ей дополнять выпечку. Однако в изготовлении шоколада это может стать препятствием, так как панела легко может перебить весь вкус и аромат.

При производстве панелы минимизирован процесс очистки — минимум примесей, а значит, и восприятие организмом лучше.

Классическая панела представляет собой брикет, чем-то похожий на щербет или фадж, который нарезается кусочками. Однако в России панела продается уже дробленной на кристаллы в виде сахарного песка. Отличить настоящую панелу легко: ее кристаллы неправильной формы, каждая частичка не похожа на другую. По моему опыту, при выборе лучше брать продукт производства Колумбии (чаще всего это сахар компании Luker), но, в целом, сейчас можно найти неплохую панелу различных стран и производителей.

Панела, как и мусковадо, плохо растворяется в воде и может приводить к кристаллизации карамелей. Для улучшения растворения в выпечке и карамелях ее можно немного измельчить в кофемолке.

Кокосовый сахар

Кокосовый сахар производится из нектара соцветий кокосовой пальмы. Еще не так давно в России кокосовый сахар был только одного вида: «Берите что нашли». Однако сейчас мир переживает бум внимания к кокосовому сахару, изменение технологии его производства и активную конкуренцию на рынке. Но! Под именем кокосового сахара часто можно найти и пальмовый сахар — у него цвет светло-карамельный и он уже производится из ствола самой пальмы.

Зачем вам это знать? Да потому что в зависимости от пальмы и производства свойства сахара могут отличаться. Часто описываемый продавцами способ натурального выпаривания — лишь один из многих, который сейчас используют на производствах. Другое дело, что никто из производителей не пишет на этикетке, как получен сахар (чаще всего они о процессе даже не знают). Поэтому нас с вами прежде всего интересует углеводный состав сахара: потому что в за-

висимости от того, что делают с соком после его добычи, можно получить пять разных продуктов.

Для простоты восприятия смотрим на цвет сахара. Какой он: темный, ближе к темно-коричневому, или светлый, ближе к белому. Чем светлее сахар, тем больше проблем он может вам принести в рецептурах карамелей, ганашей и мармеладов. Но при этом у светлого сахара более простой вкус, с минимальным привкусом карамели, а также он, в отличие от темного, не меняет цвет изделия.

Темный кокосовый сахар — все та же сахароза, что и в тростниковом или свекловичном сахарах, но с большей долей инвертного сахара и фруктозы в составе. Имеет

яркий вкус карамели, который может перебить вкус всего изделия.

Светлый сахар по вкусу более сладкий, чем темный. В шоколаде и выпечке, если не указано иное, можно использовать любой кокосовый сахар. Но стоит учитывать, что сладость и текстура изделия могут изменяться в зависимости от того, какой сахар вы выбрали. Кроме того, в зависимости от выбора сахара сильно меняется и текстура, что может создать проблемы для таких загустителей, как пектин и агар-агар.

В карамелях, мармеладах, ганашах, если не указано иное, используйте темный кокосовый сахар. При этом этот вариант вполне разрешает замену кокосового сахара на белый тростниковый сахар, демерару или панелу.





Совет: нормальный цвет темного кокосового сахара — темно-карамельный, без вкраплений черного. Если у вашего сахара цвет ближе к черному или встречаются вкрапления черных частиц — сахар был пережжен при создании. Такой сахар уже ниже качеством и вкусом.

Кокосовый сахар плохо карамелизуется ввиду наличия в нем клетчатки и примесей и может начать гореть раньше, чем возможно будет создать карамель. Чтобы избежать этого, если вам нужно для карамели растопить кокосовый сахар, то лучше сначала смочить его водой и просто чуть дольше выпаривать на огне. Так вы избежите риска получить горелый продукт.

Какой гликемический индекс кокосового сахара? Четких данных нет. В интернете

гуляет статья с указанием ГИ в 35 единиц, данные на сайте университета Сиднея называют цифру в 54 единицы. Истина где-то посередине и точного числа нет. Потому что в зависимости от способа производства сахара индекс может отличаться.

Почему я чаще использую именно кокосовый сахар? Потому что из всех перечисленных вариантов он имеет минимальный процесс очистки и мягкий вкус. Плюс содержание клетчатки в нем выше, чем в других сахарах.

Важно! Кокосовый сахар может содержать примеси жира ввиду особенностей технологического процесса производства, а также соли, мешающие процессу взбивания. Поэтому меренга на кокосовом сахаре, как правило, течет и не держится. Вот почему большинство взбитых десертов «без белого сахара» делают на тростниковом сахаре, а не на кокосовом.

Мед

Естественный инвертный сироп, получаемый от природы. Если разложить мед на компоненты, то окажется, что, с точки зрения химии, это сироп с большим содержанием инвертного сахара. Именно благодаря химическому составу мед отлично продлевает мягкость кондитерских изделий.

Важно! Сладость, физические и химические свойства меда и его поведение в рецептуре сильно зависят от вида растения, с которого этот мед собирался, а также стадий его очистки и хранения. Например, мед белой акации содержит доминирующим углеводом фруктозу, что позволяет ему дольше сохранять жидкий вид. Индекс сладости меда в зависимости от сорта может колебаться от 120 до 200 единиц.

Обратите внимание, что мед вносит вкус в изделие, поэтому при выборе меда в рецептурах надо понимать, нужен ли вам такой яркий привкус меда в изделии или нет.

Совет: если в рецептуре не указано иное, используйте мед разнотравья, причем не с домашних пасек, а из магазина. Это более предсказуемый продукт с комфортной сладостью.

Если у вас аллергия на мед, то в большинстве рецептов возможна замена на инвертный сироп (только не домашний, а магазинный), либо на сироп агавы. Замена на сироп агавы предполагает сокращение сроков годности, а также изменение вкуса и текстуры изделия.



Сиропы

Сироп топинамбура

Сироп топинамбура производится из клубней растения топинамбур. Вкус сиропа топинамбура мягко-карамельный, похожий на мед или светлую карамель. До недавних пор сироп топинамбура активно производился только в России, однако сейчас на рынке много поставок сиропа китайского производства.

На данный момент есть два основных способа получения сиропа топинамбура, каждый из которых дает продукт с разным углеводным составом. Стандартный классический способ подразумевает получение

сиропа с примерно равным соотношением фруктозы и глюкозы, а также примесей других сахаров. Такой сироп не засахаривается, а при хранении становится более тягучим. Сироп, полученный другим способом, имеет отличный от полученного классическим способом углеводный состав и, по свидетельствам студентов моей школы, дает иные текстуры и более короткие сроки хранения. К сожалению, производитель не дал информацию о том, как строится этот способ производства, поэтому свои мысли на этот счет я оставляю за пределами книги.

Совет: изучите отзывы на маркетплейсах. Если вы встречаете комментарии о засахаривании продукта в бутылке, а также о брожении сиропа — отставьте такой продукт в сторону.

Брожение сиропа говорит о нарушении чистоты производства и возможном разбавлении сиропа, а засахаривание мешает использовать сироп в качестве влагоудерживающего компонента. Я предпочитаю сиропы производства компаний «Топидар»

и «Терра», но это лишь потому, что я использую их уже 6 лет и их качество не менялось. Кстати, сиропы, подходящие нам, можно легко найти в ближайшем магазине у вашего дома.

Важно! Хотя в интернете много рецептов самостоятельного приготовления сиропа топинамбура, добиться нужной чистоты вкуса и требуемого количества углеводов в составе в домашних условиях невозможно. Поэтому практичнее и точнее использовать готовые сиропы.

Кленовый сироп

Кленовый сироп – достаточно интересный ингредиент. Он представляет собой сироп, полученный путем длительного выпаривания воды из кленового сока. Для его приготовления подходит не каждый клен, чаще всего это сахарный клен, листья которого украшают флаг Канады, но также кленовый сироп производят из красного клена, черного клена, остролистного клена и ясенелистного клена.

Очень важно отличать истинный (полученный именно из клена) кленовый сироп от подделки, которая представляет собой

обычный сахарный сироп, ароматизированный и подкрашенный. В России самое популярное производство кленового сиропа находится в Пензенской области, сиропы этих кленоварен отличаются от канадского более темным, немного древесным привкусом и меньшей карамельностью. Кленовый сироп используется в рецептурах, где хочется добавить мягкую карамельность, но без избыточной приторности. Если вы не готовы открыть для себя этот ингредиент, то в зависимости от рецепта кленовый сироп можно заменить на темный гречишный или каштановый мед или на белый сахар.



Сироп агавы

Сироп агавы производится из растений агавы голубая, агавы американская или агавы пульковая, преимущественно в Мексике. Изначально сироп агавы — это промежуточный продукт от приготовления текилы, но с развитием культуры правильного питания он начал пользоваться спросом, отчего и мастерских по его приготовлению стало больше. Основным углеводом в составе сиропа агавы, в отличие от сиропа топинамбура,

является фруктоза, которая слаще сахарозы. По текстуре и вкусу сироп агавы близок к меду. Фруктоза, как и мед или инвертный сахар, обладает хорошими влагоудерживающими свойствами, что помогает продлить срок кондитерских изделий и сохранить их мягкость. Однако в чистом виде свойства сиропа агавы существенно слабее, чем свойства меда, поэтому при замене ею меда сроки годности стоит сократить.

Совет: если сироп агавы для вас — дорогой и сложный продукт, то практичнее и предсказуемее остановиться на сиропе топинамбура.



Инулин

Инулин — пищевая клетчатка, продукт, который содержится в больших количествах в топинамбуре и агаве. У инулина много отличных и работающих свойств: он помогает создавать изделия со структурой, похожей на жировую, но при этом с минимальным количеством жира; балансирует и уплотняет текстуры конфет; уменьшает сладость и помогает уменьшить общее количество сахара в рецепте. В рецептурах необходим очищенный инулин: в природе в клубнях того же топинамбура содержится кроме инулина много сопутствующих веществ, если просто высушить клубень, то получится текстура со слабыми свойствами и сопутствующим привкусом. Поэтому порошок клубней топинамбура, который продают под названием инулин, не подойдет. Ищите инулин, в составе которого только инулин и ничего больше. Мой любимый — от «Бионова», качество стабильно держится уже годами.

Сгущенные концентрированные соки

Еще один продукт, который легко найти на маркетплейсах. С точки зрения химии такие соки представляют собой сироп с разным содержанием глюкозы и фруктозы. При этом в них сохранены яркие вкусовые ноты исходного сырья и усилена ароматика. Например, пюре груши — достаточно легкий продукт, который крайне сложно вписывается в изделия долгого хранения, но тот же концентрированный сок груши — уже насыщенный ароматом и вкусом продукт.



Процесс приготовления соков максимально упрощен: отжим сока — очистка от примесей — длительный нагрев для испарения лишней жидкости. В итоге получается продукт, в котором количество углеводов в

5–7 раз больше, чем в обычном соке. Открою секрет: если на упаковке сока в магазине указано «восстановленный», то этот сок готовится как раз из подобных концентратов, разбавленных водой.



Важно: соки подобного плана — это не фруктовые пюре, их отлично можно использовать как сиропы в разных рецептурах. При поиске на маркетплейсах смотрите состав: в нем не должно быть ничего кроме сока.

Декстроза, или виноградный сахар

Активное маркетинговое название этого сахара — виноградный сахар, хотя по факту никакого отношения к винограду этот продукт не имеет. Декстроза, или глюкоза производится из кукурузного крахмала при помощи химических реакций. В природе декстроза существует во всех ягодах и фруктах, в том числе и винограде, отчего и получила свое название. Рекордсмены по ее содержанию — виноград и яблоко. Главный плюс этого сахара в наших рецептурах — низкий уровень сладости, который хорошо

позволяет менять сладость конечного изделия. Не стоит бояться декстрозы, она активно продается на всех маркетплейсах, а ее добавка при необходимости помогает снизить сладость изделия, сбалансировать текстуру, сделать изделие более влажным или, наоборот, более сухим. Если при этом декстроза не является основным сахаром в рецепте, то и высокого гликемического индекса не получится. На маркетплейсах ее можно найти по названию «Декстроза моногидрат» или «Декстроза».

Аллюлоза

Аллюлоза – инновационный сахар, который хоть и представляет собой углевод, но не поднимает инсулин, для организма этого сахара как будто и нет. Для рецептур с низким содержанием углеводов и рецептур для диабетиков аллюлоза часто используется как альтернатива привычному эритриту. В отли-

чие от эритрита у нее нет привкуса холодка, что делает ее более популярной в десертах без сахара. На маркетплейсах вы можете найти как саму аллюлозу, так и сиропы на ее основе. Выбирайте тот, где есть только аллюлоза и вода, чтобы сохранить предсказуемость рецепта.

Эритрит

Его часто называют дынным сахаром, хотя к дыне он отношения имеет весьма косвенное. Действительно, в природе он встречается в дыне и некоторых других фруктах, но в промышленных масштабах его из них не производят. Особенность эритрита — в нулевом гликемическом индексе, что делает его прекрасной основой рецептур для диет с минимальным повышением уровня инсулина, а также для людей с диабетом. Главный минус эритрита — наличие во вкусе легко-

го щиплющего холодка, который может быть скорректирован и скрыт в рецептуре благодаря правильному балансу компонентов рецепта. Выбирая эритрит, лучше покупайте тот, что уже измельчен в пудру, а сладость равна 65 единицам. Если сладости вам от такого сахара будет маловато, можно взять смесь эритрита и monk фрукта (легко найти на маркетплейсах), сладость которой равна сладости сахара. Обычно это указано на упаковке.

Жиры

К группе жиров я отношу все компоненты, в составе которых от 40 и более процентов жира. Под это определение попадают все виды масел, ореховые и семечковые пасты.

Когда я спрашиваю на выступлениях и лекциях про жиры и правильность их выбора, в большинстве случаев я слышу про «плохие» насыщенные жиры и «хорошие» ненасыщенные. Если прошу объяснить, в чем их разница — чаще всего внятного ответа не получаю. Поэтому предлагаю обсудить в очень простой и доступной форме.

Дело в том, что жиры разделяются по насыщенности лишь для определения того, как они повлияют на наш организм, как быстро выйдут из него, не забьют ли сосуды холестерином, да и как в целом повлияют на общее состояние организма.

Насыщенные жирные кислоты — это все виды масел, которые сохраняют свою форму при комнатной температуре. Ненасыщенные жир-

ные кислоты — это все те, что при комнатных температурах остаются жидкими. В одном масле или жире, который мы покупаем в магазине, редко присутствует только один вид насыщенной или ненасыщенной жирной кислоты, обычно это природная комбинация. Но в целом все виды растительных масел в бутылках содержат больше ненасыщенных жиров, тогда как кокосовое масло и сливочное масло уже содержат смесь насыщенных и ненасыщенных жиров. При этом чем менее очищено масло, тем быстрее оно портится. Поэтому сроки годности всех натуральных масел очень ограничены — максимум 1–3 месяца.

Воздействие света, повышенной температуры, а также наличие ферментов, примесей и воды уменьшают сроки годности масел. Рекордсменами по наименьшему сроку годности являются кунжутное масло, фундучная паста и льняное масло. Если нарушены условия хранения, то даже при нормальном сроке годности вы можете купить прогорклое масло.



Масла

Говоря про ключевую разницу между маслами и жирами, можно сказать, что масло как правило содержит больше ненасыщенных жирных кислот, чем жир. Хотя мы называем сливочное масло маслом, и это сбивает с толку. Для готовки нас интересует то, как жир ведет себя при комнатной температуре. Чем больше ненасыщенных жирных кислот в масле, чем более оно жидкое — тем более грубой может быть текстура песочной и хрустящей выпечки при дисбалансе рецепта. В свою очередь, в шоколаде ненасыщенные жирные кислоты понижают точки застывания и делают его более мягким. Вы наверняка обращали внимание, что шоколад с молочным жиром (молочный шоколад) при комнатной температуре всегда более мягкий, чем черный?

Мы стараемся выбрать для рецепта максимально полезные масла, но нам придется искать баланс — чем более у нас богато ненасыщенными жирами масло, тем быстрее будет проходить процесс его окисления в продукте. А значит, и сроки годности одного и того же десерта могут отличаться в зависимости от выбранного масла. Даже при одинаковых дозировках.



Совет: в магазинах проходите мимо масел в прозрачных пластиковых бутылках, а также бутылок, стоящих на свету. Выбирайте масла в зеленом стекле и с максимально свежими датами изготовления. Все натуральные жидкие масла с целью снижения скорости их прогоркания стоит хранить в холодильнике. Если масло начало горчить, то в рецептурах с водой оно гарантированно прогоркнет в сотни раз быстрее. Лучше отложить его для рецептуры без воды (например шоколада или глазури).



Вопрос насыщенности или ненасыщенности жира в целом объемнее, чем можно рассмотреть в рамках кулинарной книги: в каждом масле не один преобладающий вид жирных кислот, а их смесь. Соответственно, в зависимости от комбинации насыщенных и ненасыщенных жиров текстура и устойчивость масла к окислению может меняться.

Интересно: окисление — это процесс необратимой порчи масла, в результате которого оно меняет цвет, внешний вид, степень чистоты, а также приобретает неприятный горький вкус и кислый аромат.



Полезные масла для питания не всегда сверхполезны для шоколадного искусства: чем более подвержено порче масло, тем быстрее испортится и само изделие. Причем его не спасет даже заморозка: ненасыщенные жиры продолжают портиться даже в морозилке.

При выборе масла для изделия прежде всего стоит оценить его форму и понять, зачем оно в изделии. Например, если в рецептуре используется кокосовое масло, чтобы придать конфете форму и сохранить ее при высоких температурах, то никак нельзя заменить кокосовое на кунжутное или подсолнечное, потому что степень плотности и устойчивости жиров разная. Если же масло отправлено в тесто, то здесь стоит оценить варианты его прогорания при выпечке, а именно сами температуры выпекания.

Кокосовое масло

В магазинах можно найти его как в очищенном, рафинированном виде, так и в нерафинированном. Ключевая разница между этими

вариантами (кроме остаточной пользы) прежде всего в яркости привкуса кокоса в масле, а также в скорости омыления масла.

Интересно: омыление — это процесс порчи масла в виде изменения его вкуса. Так, например, при хранении у кокосового масла появляется привкус мыла, который позднее может испортить вкус десерта или оставлять неприятное послевкусие на языке.

Кокосовое масло, в отличие от других видов растительных масел, примерно в соотношении 50:50 состоит из ненасыщенных и насыщенных кислот. В помещении при температуре 22 °C кокосовое масло может оставаться в мягкой форме, похожей на сливочное, но при последующем нагреве превращается в субстанцию, в которой половина топится полностью до жидкого состояния, а вторая половина в центре сохраняет свою форму и теряет ее только при более высоких температурах. По сути, наблюдается расслоение масла на насыщенные и ненасыщенные кислоты.

Главный плюс кокосового масла в рецептурах — это придание стабильности конфетам при комнатной температуре. Наряду с этим маслом, в веганском варианте рецептуры, для тех же целей можно использовать только масло гхи, масло Ши и какао-масло. Из всех них кокосовое масло — самый комфортный вариант. Если вам не принципиален вопрос очистки, выбирайте лучше очищенное масло. Дело в том, что в кокосе содержится особый фермент, который ускоряет процесс порчи кокосового масла. Только если в слу-

чае с растительными маслами порча — это горечь во вкусе, то в случае с кокосом порча — это вкус мыла. И да, вы часто ощущаете этот вкус в промышленных начинках с кокосом. Он стал для нас таким привычным, что даже не ощущается, что это не норма. А это не норма.



При выборе кокосового масла также выберите максимально близкую к покупке дату производства. Хранить его лучше в холодильнике, но в этом случае вы столкнетесь с проблемой извлечения его из банки. В холодильнике все насыщенные жиры уплотняют

масло и придают ему твердую текстуру. Резать в банке — можно пробить дырку (проверено). Если каждый раз греть всю банку и отливать нужное количество — процесс омыления ускоряется с каждым нагревом. Что делать?

Совет: купив кокосовое масло, не поленитесь разлить его порционно в силиконовые формы для кексов по 20–25 грамм. Второй вариант: вылить масло в длинную силиконовую форму в виде плоского квадрата или прямоугольника, после чего охладить в холодильнике. Застывшие брусочки уже намного легче резать ножом, отмеряя нужную дозировку. Так вы избежите проблем с доставанием масла из банки и нагрева и упростите себе жизнь.

Масло гхи

Я использую его редко, просто потому, что это масло нерастительного происхождения. Масло гхи получают долгим перетапливанием сливочного масла. В процессе перетапливания сжигаются молочный белок и вода, которые есть в масле, и остается чистый обезвоженный жир. В домашних условиях

выпарить всю влагу из масла может быть сложно, а также невозможно проконтролировать и оценить степень выпаривания, поэтому если вы готовите его самостоятельно, то в изделия долгого хранения такое масло лучше не добавлять.

Важно: прежде чем пускать масло в работу — попробуйте его. Введите привычку пробовать ингредиенты перед работой. Качество товара и проверенные сроки годности не отменяют нарушение условий хранения на складах или при транспортировке. Иными словами, продукт может быть отменным по срокам, но совсем несъедобным по вкусу. У масла гхи разных производителей зачастую присутствует привкус и аромат «коровы» или просто чего-то горелого. Чтобы не отправить этот привкус размножаться в вашу конфету — масло лучше попробовать.

Арахисовое масло

Не арахисовая паста, а именно арахисовое масло — его часто продают в магазинах сыродавленных масел. С точки зрения происхождения арахисовое масло — не ореховое, а бобовое. Главный его плюс —

в крайне медленной скорости прогоркания. Поэтому это масло оптимально подходит для выпечки. Главный минус арахисового масла — яркий вкус, который может помешать балансу рецептуры.

Оливковое масло

Для выпечки и рецептов, если не указано иное, лучше использовать очищенное оливковое масло или неочищенное, но с добавлением рафинированного. Причина все та же — в скорости порчи и привкусе. Однако для некоторых рецептов привкус оливкового масла даже интересен, поэтому здесь ни-

кто не запретит вам экспериментировать. Я предпочитаю масло только в таре из темного стекла. В жестяной упаковке у него бывает привкус металла, который никак не докажешь потом, если нужно вернуть товар в магазин.

Совет: сейчас в магазинах можно найти большое количество ароматизированных натуральными травами оливковых масел. Я очень люблю с базиликом и розмарином. Такое мягкое по вкусу масло можно даже добавить в шоколад, чтобы прибавить пикантности. Вы можете приготовить его самостоятельно, прогрев ваше масло до 70–90 °С и залив им травы. Поставьте бутылку в темное место на 14–20 дней и периодически встряхивайте.



Масло МСТ

Масло МСТ — это то самое кокосовое масло, у которого удалили насыщенные жиры. Помните принцип того, что кокосовое масло топится кусками? В жидкой форме плавает белый кусок. Вот берут этот кусок и удаляют (простым языком так называют фракционирование), оставляют только жидкие

жиры. Яркого кокосового привкуса оно уже не имеет, форма у масла жидкая и вполне может помочь нам в работах с глазурями и выпечкой, если бы не одно «но». Стоимость этого масла намного выше других вариантов, поэтому я предпочитаю оставить его для полезных салатов.

Масло виноградной косточки

Очень люблю это масло за то, что даже в неочищенном виде оно богато полезными жирами и витаминами, не имеет яркого вкуса в отличие от того же оливкового или арахисового. Это делает его оптимальным допол-

нением к шоколаду или выпечке. При этом масло виноградной косточки быстро портится, так что выбираем темные бутылки со свежими сроками и обязательно периодически пробуем на вкус.



Пасты, урбечи, манны

Чем отличается паста от урбеча? Регламентированных определений не существует. Если рассмотреть механику процесса, то он в целом прост. Берется продукт, содержащий жир — злаки, семечки, орехи — и долго перетирается. В результате трения и механического нагрева выделяется жир. Этот жир либо сливается и получается отдельно масло, либо жмых, либо перемешивается в однородную массу с перетираемым орехом и получается паста.

Урбеч — историческое название паст из семечек, которые делали кочующие племена и горцы. Естественно, в те времена в горах никак не могли расти какао и кокос, например. Однако маркетинг — вещь беспощадная, и вот уже на рынке существует урбеч из кокоса и урбеч из какао.



Нас с вами просто интересует суть: паста или урбеч — это перетертые до мелкого состояния орехи/семечки. На что можно обратить внимание при выборе?

- Обжарен ли орех: например, тот же арахис ввиду его земляного вкуса жарить просто необходимо. Обжарка также меняет вкус, усиливает ароматику орехов. Как правило, пасты готовятся из обжаренного ореха, а урбечи — из сырого. Но бывают и исключения.
- Степень дисперсности пасты: насколько мелко она измельчена. Чем больше измельчена паста, тем доступнее в ней жир. Чем менее, тем она плотнее. Например, паста из кешью может быть как жидкой, так и плотной, похожей на пластилин. Плотность пасты потом повлияет на финальную текстуру и стабильность конфет и шоколада.
- Сроки годности пасты: ореховые жиры также относятся в большинстве своем к быстроокисляемым, поэтому вопрос даты производства имеет значение. Особо внимательно стоит смотреть на даты производства фундучных и кунжутных паст.

Совет: все пасты со временем слеживаются. Масло всплывает наверх, а жмых уплотняется и оседает. Чтобы этого не происходило, пасты следует периодически перемешивать. Либо хранить их в небольших банках, которые можно перемешать, просто встряхнув. Если вы заметили на поверхности пасты или по стенкам неоднородность и глобулы жира, не пугайтесь, это кристаллизация жиров. Чтобы вернуть пасте прежний облик, ее надо просто немного подогреть и перемешать.



Важно: в этой главе я говорю про чистые ореховые пасты. Это пасты, в составе которых только орех или злак, из которого она произведена. Если добавлены другие типы жиров (например масло какао) или подсластители и добавки — это уже не паста, а жировой спред. Для рецептов данной книги он не подойдет.

Кокосовая паста/манна/урбеч

Разница между словом «манна» и словом «паста» — лишь в маркетинге. «Манна» — это запатентованное название одной из компаний, производящих пасту из кокоса. Поэтому в этой книге я не буду его использовать. На кокосовую пасту распространяются все те же свойства, что и на кокосовое масло. Единственное, что стоит учитывать: в пасте кроме кокосового масла еще присутствует и мякоть кокосовой стружки. При хранении паста расслаивается на масло

и жмых. Чтобы избежать ситуаций, когда вы извлекли из банки весь верхний слой жира и оставили мякоть, перед готовкой пасту лучше перемешать. Также можно поделить ее порционно подобно подготовке кокосового масла. Паста из кокоса отлично используется в шоколаде, чтобы снизить его плотность и добавить сливочности. В конфетах помогает дать устойчивость и немного сбалансировать насыщенность привкуса какао.

Паста из кешью

Забавно слышать, что паста из кешью — главная паста сыроедов. В природе, чтобы достать орех кешью и при этом не обжечься ядовитыми веществами, производитель использует термообработку. То есть сырого кешью в принципе не существует. Тем не менее, все кешью отличаются по степени обжарки, и паста может быть как карамельного насыщенного орехового вкуса, так и мягкого сливочного. Все зависит от температуры обжарки ореха. Кешью имеет приятный сливочный вкус, что делает его оптимальным

вариантом для работы с шоколадом без молока, а также с конфетами без добавления животных жиров. Главный минус пасты из кешью — в больших объемах в рецептуре он может придать пластилиновый вкус, так что просто «на глаз» его класть тоже не надо. Кешью и кокос чаще всего взаимозаменяемы, потому что паста из кешью тоже имеет плотную текстуру, а в конфетах отлично укрепляет структуру и продлевает послевкусие. Чтобы сохранить сливочность изделия, выбирайте пасту из ореха слабой обжарки.

Совет: пасту из кешью и кокоса легко приготовить в небольших объемах дома в кофемолке. Для этого хорошо просушенные и обжаренные орехи или кокосовую стружку надо измельчать в кофемолке импульсами, пока не начнет выделяться масло. Главное здесь — не сжечь кофемолку и сам орех. Если стружка сильно сухая, то, прежде чем начнет выделяться масло, температура внутри станет слишком высокой, и паста приобретет неприятный привкус. Кроме кофемолки в больших объемах пасту можно сделать в мощном блендере, а также в мясорубке. В последней придется снова и снова прогонять орех.

Миндальная паста

Существует в двух вариантах: паста из очищенного и неочищенного миндаля. Первый вариант готовится из миндальной муки и бланшированного миндаля. Паста имеет светлый цвет, мягкий сливочный вкус и плотную текстуру. Такая паста очень хорошо смотрится в шоколаде и конфетах, так как

практически не меняет привкус. Паста из неочищенного ореха готовится со шкуркой и уже немного более шершавая, зато и более жидкая. Такую пасту я предпочитаю использовать в рецептурах, где изначально хочется яркого вкуса миндаля.

Важно: для удешевления производства миндальную пасту могут разбавлять пастой из абрикосовых косточек. По внешнему виду неопытному человеку это определить невозможно, но можно прочувствовать во вкусе. Советую купить или попробовать пасту из абрикосовых косточек, чтобы иметь возможность потом почувствовать ее ноты в миндальной пасте.



Паста из абрикосовых косточек

Имеет специфический вкус и аромат, с яркой кислинкой и слегка вяжущим послевкусием. Хорошо сочетается с ягодами и фруктами, при этом намного дешевле миндальной пасты. Жиры абрикосовых косточек относятся к скоропортящимся, поэтому эту пасту лучше хранить в холодильнике и покупать только в малых упаковках. Для этой пасты

важна степень измельчения: шелуха абрикосовой косточки намного более жесткая, чем у миндаля и не перетирается до конца. Поэтому в этой пасте всегда присутствует ощущение «пыльности». Эта паста применяется для изготовления персипана — аналога марципана, где вместо миндаля используется абрикосовая косточка.



Важно: темный цвет пасты из абрикосовых косточек объясняется либо большим количеством кожуры в составе, либо более высокими температурами жарки. Поэтому отдавайте предпочтение более светлым тонам пасты. В отличие от других видов паст пасту из абрикосовых косточек в блендере получить проблематично ввиду низкой доступности жира. Однажды я пыталась сделать эту пасту в блендере, в итоге мне пришлось подключить меланжер — специальное профессиональное оборудование для приготовления шоколада. Не повторяйте моих ошибок и выбирайте готовый продукт. Кстати, именно абрикосовая косточка хороша в виде урбеча.

Арахисовая паста

Выбираем пасту только из обжаренного арахиса. Помним, что арахис — это не орех, а бобовое. Он хорошо хранится, богат белком, но нужно помнить, что он является крайне аллергенным продуктом. Арахисовая паста используется в рецептурах, где хочется раскрыть и подчеркнуть вкус привычного «Сникерса». При выборе пасты обращайте внима-

ние на отсутствие примесей и добавок. Пасту из арахиса возможно приготовить в мощном блендере. Арахис должен быть хорошо высушен и обжарен, а само приготовление пасты производится импульсами. Если переборщить со скоростью, арахис легко сжечь. При этом он темнеет, текстура пасты становится более грубой, появляется привкус.



Фисташковая паста

Чтобы получить качественную фисташковую пасту, надо заморочиться. Для начала фисташки стоит помыть, очистить от кожуры, просушить, обжарить. После этого их, как и арахис, измельчают в пасту. Цвет пасты

зависит от температуры обжарки фисташек, а также тщательности очистки от кожуры. Существуют иранские фисташки — это фисташки ярко-зеленого цвета, паста из них намного ярче даже с кожурой.



Важно: Фисташковая паста не имеет яркого аромата. Привычный нам аромат фисташки — это чаще всего аромат горького миндаля и ликера амаретто. К сожалению, далеко не всегда производитель указывает на этикетке добавленные ароматизаторы, но если вы почувствовали этот привкус, вас обманули. Самый распространенный вариант — добавить к фисташкам в процессе перетирания немного зеленого горошка, покрасить пасту зеленым красителем и ароматизировать миндалем. Хорошая фисташковая паста имеет глубокий зеленый цвет, в составе содержатся только фисташки, на вкус — просто фисташки, только без привычной нам соли.

Жидкости

Под жидкостью и водой в рецепте я подразумеваю любую жидкую субстанцию, в которой воды от 60% и более. Это просто технологическое понятие, нам важно понимать, что жидкость, с одной стороны, является универсальным растворителем и переносчиком аромата, она объединяет структуру и помогает «пожениваться» другим компонентам. С другой стороны, жидкость губительна для сроков годности, потому что является средой для размножения бактерий. Чем больше влажность готового изделия, тем меньше у него срок хранения. Сроки хранения кондитерских изделий строго оцениваются именно исходя из потенциальной влажности и доступности воды в них. Помимо часто используемых воды и молока, под жидкостью я подразумеваю фруктовые пюре и соки, чай, кофе.

При выборе жидкости нам важно оценить количество воды в ее составе, а также наличие других удерживающих компонентов. Например, в банане воды почти 76%, однако за счет присутствия крахмала эта вода сложно извлекается. А дальше еще интереснее: при хранении банана часть крахмалов в его составе преобразуется в более простые сахара (например декстрозу). Банан становится более сладким, но при этом и более мягким. Таким образом, один и тот же рецепт при применении бананов разной степени зрелости может стать как блестящим выходом, так и провальным танго. Далее по книге я постараюсь расписать вам характеристики, которые важны при выборе того или иного компонента.

Интересно: никого не удивишь информацией о том, что существует множество видов бананов. Однако в России продается всего 2–3 основных вида. И когда в рецептуре мы видим просто слово «банан», у нас не стоит вопрос — мы идем и покупаем стандартные, привычные всем бананы. Вот меня интересовало всегда: если этот рецепт попадет в страны Африки, что они там будут делать? Там-то есть отдельно бананы, которые жарят, и они вообще не являются десертом. При этом соотношение крахмала и сахара внутри таких плодов совсем иное.



Кокосовое молоко. Кокосовые сливки

Ключевая разница между кокосовым молоком и сливками — это жирность напитка и количество мякоти, которое в нем осталось. Кокосовое молоко — это не вода внутри кокоса (признаться честно, я до того, как начала заниматься готовкой и разработкой веганских рецептов, сама об этом не знала). Молоко из кокоса — это измельченная мякоть кокоса с водой и эмульгаторами. Для этого используется максимально мелкое промышленное сито, которое делает текстуру очень кремовой. Далее вся эта масса равномерно перемешивается и добавляется эмульгатор.

Эмульгатор — пищевая добавка, которая позволяет объединять необъединяемые субстанции. Если вы смешаете воду и масло, то увидите, что масло рано или поздно пойдет вверх. Но если добавить к этой текстуре еще эмульгатор, то этого расслоения можно избежать. Эмульгаторы бывают как натуральные природные (например лецитин) так и синтетические (например полисорбат).

Традиционно в молоке в качестве эмульгатора и загустителя используются природные камеди и каррагинан. Чем больше воды в составе молока и меньше его жирность, тем больше нужно загустителя и эмульгатора, чтобы сохранить однородность массы.

При выборе молока смотрите на его жирность (ее можно посмотреть в разделе белков, жиров и углеводов, если информация не вынесена отдельно на упаковку) и количество сухой мякоти (этот показатель определяет степень доступности воды и плотности молока). В рецептурах я указываю жирность, стандартно это 19–20%. Четкая жирность — гарантия того, что баланс жира и воды в рецепте позволит прогнозировать текстуры и сроки годности. Это основная причина, почему кокосовое молоко, приготовленное в домашних условиях, в моих рецептах я не использую — невозможно предугадать его характеристики.

Важно: у молока в тетрапаке, как правило, жирность меньше, чем у молока того же производителя в банках. Это хорошо видно на примере молока Aroy-D — в тетрапаке у него указана жирность 17–19%, но фактически 17%. А в жестяной банке — 17–19%, но фактически 19%. Жирность молока может быть критичной для ганашей с долгими сроками годности.



Интересно: в кондитерском магазине продукт, подходящий под описание «кокосовые сливки», вы можете найти с названием «пюре кокоса». Если у него чистый состав (только кокос и вода) и устраивающая по рецепту жирность, вы вполне можете его использовать.

Фруктовые пюре

Бывают в двух вариантах: концентрированные (по аналогии с концентрированными соками) и обычные. Во всех фруктах обычно крайне мало углеводов изначально, поэтому, чтобы удешевить производство и улучшить уровень pH до комфортных цифр (это важно при производстве мармелада и карамели, например), в пюре добавляют 10% сахара. Если вы готовите обычный десерт, добавленный белый сахар не имеет значения, но если задача — сделать рецепт без белого сахара, процесс превращается в увлекательный квест. Что делать?

Часть производителей (например Агробар, Профпюре) имеют в линейках пюре совсем без сахара, но, как правило, такое пюре не транспортируется в регионы. Поискать его можно в кондитерских магазинах и на их сайтах. На маркетплейсах можно найти пюре в тетрапаках.

Стоимость пюре без добавления сахара дороже, чем с добавленным сахаром. Тетрапак отлично доставляется в любые регионы.

Если в рецептуре вам нужно пюре из ягод, то можно смело идти в магазин за заморозкой. Слегка прогреваем ее прямо в пакете, давим не открывая, надрезаем хвостик и выдавливаем через сито. Получается отличное пюре! В случае с ягодами — это вполне комфортный вариант.

Сложнее, если речь идет о фруктовых пюре. В этом случае фрукты лучше несколько раз протереть через сито, чтобы минимизировать попадание крупных кусков в пюре. Особенно если это пюре используется для варки мармелада или карамели.



Фруктовые соки

Не путаем с концентратами. Стандартно фруктовый сок — это 10–15% углеводов в составе. При этом, если на упаковке указано «сок восстановленный» — это разбавленный концентрат. Для хороших рецептов лучше выбирать соки прямого отжима, хоть они

и дороже. Либо делать их самостоятельно из тех же концентратов. Для этого достаточно просто развести сок согласно инструкции на упаковке — как правило, это разбавление концентрированного сока водой в пропорции 1 часть сока и 5 частей воды.

Ореховое/злаковое молоко

Самый проблемный продукт, который я стараюсь не использовать. Ключевая сложность орехового или злакового молока — это то, что каждый производитель что хочет, то подним и понимает. Особенно сильно издеваются над овсяным молоком: каких только версий и вариантов я не видела! Надо понимать, что каждый вид жира, искусственно введенного в молоко, влияет потом на

вкус и текстуру продукта. Кроме того, часто ореховое молоко еще и подслащивают, что мешает планировать сладость десерта. Учитывая, что задача книги — дать вам универсальные рецепты, я не могу посоветовать конкретного производителя молока, поэтому в рецептурах данной книги я его просто не использую. И нет, нельзя заменить ореховым молоком кокосовое.



Аквафаба — растительный бобовый белок

Аквафаба — это растительный белок, получаемый из бобовых (нута, фасоли, гороха) при варке. Аквафаба — молодой продукт, активно использовать его в кулинарии начали только в 2014 году. В отличие от животного белка состав аквафабы может быть разным, это зависит от выбранных бобовых, в том числе и от их сорта.

Ключевое отличие аквафабы от куриного белка:

- если в животном белке содержатся только белки (и в остаточном количестве углеводы), то в аквафабе, в зависимости от бобового, будут и белки, и углеводы (остатки крахмала, сахара);
- если в курином белке воды 85–87%, то в аквафабе ее в среднем 95%;
- в курином белке на первом месте в составе белок — 12%, в аквафабе на первом месте углеводы, а только потом белки. Меньше белка — меньше крепость продукта.

Наличие в аквафабе крахмала делает изделия из нее более липкими и чувствительными к влажности, чем изделия на курином белке. При этом аквафаба, благодаря все тому же крахмалу, является лучшим эмульгатором в изделии по сравнению с куриным белком.

Какую аквафабу использовать? Самый простой вариант — купить в магазине банку консервированного нута или белой фасоли без добавок. В составе только бобовые, вода, соль, сахар. Слить аквафабу, а нут пустить, например, в нашу нуттовую апельсиновую

конфету. В принципе, в качестве эксперимента подойдет даже жидкость от зеленого горошка — она тоже прекрасно взбивается.

Если вариант с самодельной аквафабой из магазинных консервов не подходит, то на маркетплейсах можно купить сублимированную аквафабу. Это обезвоженный порошок, как в детстве: «Просто добавь воды!». Минус один — такая аквафаба стоит дороже, чем самодельная из банки консервов.

Третий и мой самый нелюбимый вариант: сварить самим. Во-первых, долго. От этого страдает и моя рабочая эффективность, ведь вместо отработки рецепта мне приходится сутки ждать приготовления ингредиента. Во-вторых, очень непредсказуемый результат и очень легко ошибиться. Так что я выбираю либо первый, либо второй вариант.





Сухие ингредиенты

Под сухими ингредиентами в рецептурах я подразумеваю все виды сухих компонентов, которые могут вводиться в изделие с разными целями. Условно я разделяю их на группы: мука, сухое молоко и его заменители, клетчатка.

Мука

Как я уже писала ранее, отсутствие глютена стало просто сопутствующим фактором в курсах. Если мы готовим изделия без молока и сахара, то почему бы не исключить еще и глютен? Есть только одно «но» — глютен невозможно заменить одним продуктом, потребуются комбинации муки с разными свойствами.

Конечно, в продаже можно найти готовые смеси муки без глютена, как правило, на основе рисовой муки. Но опять-таки мы же здесь с вами за универсальность, и привязывать вас к конкретному виду муки совсем не хочется. Поэтому мы с вами пойдем другим путем — начинаем смешивать. Поверьте, это не так сложно, как вам кажется.

Кокосовая мука

Помните наш любимый кокос и кокосовое масло? Масло из мякоти кокоса отжали, а куда жмых? Правильно, его сушат и измельчают. Получают муку с разной степенью жирности (зависит от того, как сильно масло отжали). Кокосовая мука крайне гигроскопична, она впитывает влагу как губка, поэтому всегда требует больше воды и яиц. Также надо учитывать, что это все-таки жмых — такая мука немного «песочит» и оставляет послевкусие в шоколаде. Но она доступна по цене, низкоаллергенна, и ее можно есть людям с различными системами питания. Так что берем в работу!





Рисовая мука

Основной компонент всех безглютеновых смесей. Хорошо склеивает текстуру и дает плотность. В отличие от кокосовой муки не обладает такой сильной разрыхляющей способностью, однако ухудшает подъем теста. Бисквиты и воздушная выпечка на рисовой муке не получатся, поэтому обычно ее смешивают с другими видами муки и крахмалом. Изделия на чистой рисовой муке быстрее сохнут и становятся рыхлыми — это еще одна причина, почему в чистом виде

рисовую муку используют редко. Но в песочной выпечке она показывает себя отлично, поэтому некоторые виды печенья получаются лучше именно на рисовой муке. Я предпочитаю рисовую муку марки «Гарнец» как самую предсказуемую, но в целом на маркетплейсах и в обычных магазинах большой выбор рисовой муки. Если вдруг вы купите цельнозерновую рисовую муку, учтите, что для нее объем жидкости, возможно, придется увеличить.

Важно: готовить дома рисовую муку сложно и невыгодно. Рис в силу твердой текстуры тяжело измельчается в кофемолке и оставляет крупные вкрапления. Поэтому практичнее остановиться на покупном варианте.



Овсяная мука

Да-да, я выношу ее в раздел «без глютена». Знаете ли вы, что в природе овес не содержит глютена? В этом злаке его нет, поэтому, например, просто заменить пшеничную муку на овсяную не означает получить хороший результат. Почему же безглютеновые диеты ее исключают? Все дело в перекрестном опылении. Поля этих культур часто находятся рядом, а значит, на овсянке остаются следы глютена. Опыление также происходит на складах и при хранении. Поэтому если речь идет просто о минимизации глютена, вполне можно использовать овсянку, но если нужно создать рецептуру для людей с непереносимостью глютена, надо найти овсянку с пометкой «без глютена».

Овсяная мука дает рыхлую текстуру, но в то же время не склеивает выпечку, в отличие от рисовой муки, и не поглощает воду тоннами, в отличие от кокосовой. Вдобавок в овсяной муке меньше крахмала, чем в пшеничной, но она одна из немногих видов муки содержит приличное количество жира —

7–11 грамм. Масла в ее составе относятся к категории ненасыщенных жиров и, как вы понимаете, быстро прогорают. Вот почему овсяная мука часто имеет во вкусе горчинку, которая легко может испортить выпечку. Плюс ко всему у овсянки яркий вкус, который перебивает остальные компоненты рецептуры. По этой причине я мало использую ее в работе, и только там, где необходим именно этот привкус. Либо в случае, когда невозможно использовать кокосовую муку, а необходимо добавить рыхлости тесту, и если можно замаскировать привкус муки.



Совет: покупка готовой овсяной муки — не всегда хорошая идея. Дело в том, что как только злак измельчен, степень доступности жира повышается, а значит, и сам процесс окисления его идет быстрее. Самый простой вариант в этом случае — взять овсяные хлопья долгого хранения, измельчить их в кофемолке, затем просеять через сито. Приготовленную таким образом овсяную муку лучше долго не хранить, а использовать на 1–2 рецептуры. Если вы добавите при измельчении овсянки еще и кусочки корицы или мускатного ореха, то равномерно распределите специи внутри выпечки, и она станет еще ароматнее и ярче.

Миндальная мука

С мукой ее роднит только название. Миндальная мука — это мелко измельченный бланшированный (ошпаренный кипятком) миндаль. Если вы будете дома самостоятельно измельчать миндаль в кофемолке, то в результате трения и нагрева получите миндальную пасту. Либо, если остановиться на промежуточной стадии, то ваша мука будет иметь очень грубую текстуру. Миндальная мука измельчается на промышленном оборудовании на стадиях от обработки паром до очищения от кожуры и сушки, так что миндаль не успевает выделить жир в процессе измельчения. По сути, от пасты эту фракцию отличает только степень дисперсности и доступности жира. В отличие от кокосовой муки, которая представляет собой жмых, оставшийся от отжима масла, из миндаля масло никто не отжимает. Миндальная мука придает выпечке рыхлую текстуру с при-

ятным оттенком ореха, хорошо впитывает влагу, но при этом не избыточно (в отличие от той же кокосовой муки) обогащает выпечку жиром. Подобно другим видам безглютеновой муки связывать выпечку она не может, отчего без добавления связующих компонентов выпечка будет плоской. Чтобы решить эту проблему, к миндальной муке добавляют псиллиум, а также камеди. Главный минус миндальной муки — ее стоимость, поэтому в рецептурах мы преимущественно комбинируем ее с другими видами муки.

При выборе муки на маркетплейсах оцените отзывы и обратите внимание на цвет. Если мука имеет светло-коричневые вкрапления и сероватый оттенок — это более дешевый вариант муки из плохо очищенного миндаля. Качественная мука — светло-кремового оттенка и однородной текстуры.

Интересно: так как миндальная мука — мелкая фракция миндаля, она оптимально подходит для конфет, в которых нам надо добавить текстуру, но при этом не хочется использовать слишком жирные пасты. Содержание жира, как в случае, если мы делаем конфету с миндальной пастой, так и в случае, если мы делаем ее с миндальной мукой, одинаково, но текстуры и вкусы будут сильно отличаться.

Мука из зеленой гречки

Не путайте с гречневой мукой! Последняя имеет яркий вкус привычной каши и легко определяется в любой выпечке. Мука из зеленой гречки создается из необработанного (необжаренного) злака, поэтому яркого вку-

са у нее нет. Как понимаете, исходя из описания выше, глютена в гречке нет, а значит, нет и возможности развить клейковину при выпечке. Как и все виды безглютеновой муки, требует усиления и комбинации. Однако в

отличие от вышеперечисленных видов, мука из зеленой гречки имеет хорошие связующие свойства, при этом не разрыхляя массу. Это позволяет использовать ее как самостоятельный вид муки в песочном тесте и минимизировать комбинации в других видах теста.

Кроме того, благодаря сливочному оттенку эта мука часто комбинируется в заменах молока в молочном веганском шоколаде и глазурах. Стоит учесть, что при переизбытке муки из зеленой гречки шоколад может приобретать немного пластилиновый оттенок.



Важно: свойства муки из зеленой гречки и гречневой муки сильно отличаются. Гречневая более гигроскопична, хуже связывает микроэлементы. Связано это с изменением внутреннего состава гречки при термообработке. Если у вас нет возможности купить муку из зеленой гречки, то можно приготовить ее самостоятельно — зеленая гречка прекрасно измельчается в кофемолке.

Пшеничная мука

Самая нераспространенная и недооцененная мука. Я никогда ее не покупаю, а готовлю сама, перемалывая обычное пшено. Главный плюс этой муки — она делает выпечку более воздушной, при этом сама не имеет яркого вкуса и даже придает приятный сливочный оттенок. В смесях для безглютеновых

вариантов вы ее редко найдете, но стоит попробовать и вы поймете разницу. В отличие от той же овсяной и кокосовой муки пшеничная мука менее гигроскопична, при этом не склеивает текстуру, как рисовая. Ее свойства немного похожи на свойства пшеничной муки, хотя глютена она также не содержит.

Протеины и заменители молока

Ошибочно считать, что можно заменить обычное молоко на веганское с сохранением вкуса. Потому что вы получите рас-

хождение по всем параметрам. Наглядно это можно увидеть, посмотрев в таблицу.

Тип молока, 100 г	Молочный сахар, %	Белки, %	Жиры, %	Минеральные вещества, %
Сухое цельное молоко 25% жирности	36,5	25,5	25	9
Сухое обезжиренное молоко (СМ)	52	36	1	6
Сухое кокосовое молоко	—	65	12	24

Например, если 100 грамм сухого молока 25% жирности заменить на 100 грамм кокосового, то получим:

- на 40% больше жира — более жирная и текучая текстура;
- на 15% меньше сладости — менее сладкая и не карамельная плитка;
- на 13% меньше белка — менее плотная и нежная текстура.



Добавьте к этому посторонний привкус самого кокоса, плохую совместимость жиров лауринового типа и масла какао — и вот уже имеем излишне жирный продукт плохой стабильности и вкуса.

В целом при замене молока животного на растительные компоненты, как и в случае

с мукой без глютена в выпечке, необходимо использовать комбинации разных компонентов для выхода на нужный результат. В этой части книги я разберу несколько основных ингредиентов, которые чаще всего используют для замены молока и получения сливочного вкуса в шоколаде, выпечке и конфетах.

Сухое кокосовое молоко

Это продукт абсолютно разный у всех производителей. От 30 до 66% процентов жира, с абсолютно разным составом, вкусом и поведением в рецептурах. Это не высушенное кокосовое молоко, как считают многие. Процесс получения сухого кокосового молока — это, простыми словами, впрыскивание молока в камеру быстрой сушки, где молоко осаживают на носитель (чаще всего мальтодекстрин). Без мальтодекстрина будет не рассыпчатый продукт, а комок. В зависимости от жирности, кроме мальтодекстрина, в составе сухого кокосового молока может быть сухой

сироп глюкозы, казеин и крахмал. Чем меньше жирность сухого кокосового молока, тем больше примесей вы в нем найдете.

При выборе сухого кокосового молока ищите указание жирности на упаковке и сверяйте его с белками/жирами/углеводами в пищевой ценности. Бывает, что производители хитрят и в целях маркетинга указывают жирность выше, чем есть в итоге. В моих рецептурах я всегда указываю, сухое или жидкое молоко я использую, и какой жирности продукт вам необходимо взять.

Важно: Сухое молоко не заменяет жидкое в рецептурах ганашей, если не предусмотрено иное! Связано это прежде всего с отсутствием сухой части (мякоти кокоса), которая в жидком молоке выполняет роль стабилизатора. Понять это можно простым расчетом — в жидком молоке с 70% содержанием мякоти и жирностью 20% на 100 грамм получится 30 грамм воды, 20 грамм жира и 50 грамм сухого вещества — клетчатки. Если вы разведете сухое кокосовое молоко с жирностью 60% в 2 раза, то на 100 грамм жидкости получите 40 грамм воды, 60 грамм жира и все. Нарастивая воду, чтобы выйти на исходные 20% жира, вы придете к 80% воды и 20% жира. Наглядно видно, что цифры абсолютно разные.

Растительные протеины

Это отдельная большая группа сухих продуктов, которая достаточно часто используется в веганских рецептурах. Растительные протеины — это жмых от отжима масел из семян и злаков. Отсюда и миндальный, и тыквенный, и соевый, и абрикосовый протеин. В результате отжима в продукте остаются от 10 до 20% жира, остальное белок.

При выборе протеина необходимо оценить его потенциальный вкус и то, что он принесет в конфету. Чем менее очищен протеин, тем больше вкуса исходного продукта у вас будет. Например, арахисовый протеин дает яркий вкус арахиса, кедровый — кедр. Хуже дела обстоят с конопляным и тыквенным — они содержат быстро окисляемые жиры, и очень

быстро при хранении начинают горчить. С другой стороны, добавление протеинов позволяет хорошо снизить жирность изделия и обогатить его белком. В этом случае стоит выбирать протеины с сопутствующим вкусом. Например, в шоколадной колбасе прекрасно

будет смотреться протеин грецкого ореха, в арахисовом пралине — протеин арахиса. В шоколад лучше отправить миндальный протеин, но если хочется добавить привкус халвы или орешка, вполне впишется кедровый или подсолнечный.



Важно: перед внесением протеина в рецепт его стоит попробовать. Если горечь яркая, то лучше оставить протеин для выпечки и не использовать в рецептурах с присутствием воды. Различайте протеин миндальный и миндальную муку — в последней жира 42 грамма на 100 грамм общего продукта, в протеине миндаля — 10–20 грамм на 100 грамм. Информацию об этом можно найти в карточке товара и характеристиках, а также на самой упаковке.



Совет: Я очень люблю тыквенный и конопляный протеин хорошей очистки, у них мягкий ореховый привкус и они отлично вписываются в рецептуру. Но! Если это продукты грубой очистки, то они точно так же готовы испортить любой десерт. Поищите фотографии в отзывах продуктов: если на фото продукция темно-зеленого или болотного цвета — такой продукт вам не подходит. Если светло-зеленый, ближе к кремовому — смело можно пробовать.

Сухое растительное молоко: гречневое, рисовое, соевое, овсяное

Я специально внесла эту категорию, хотя я не использую ее в этой книге. Уж очень сильный у многих соблазн попробовать. Основная сложность здесь — нет твердой классификации данного молока. Часто в нем, как и в сухом кокосовом молоке, присутствует мальтодекстрин, казеин, сироп глюкозы. Так как состав молока отличается от производи-

теля к производителю — я не использую его в рецептах, которыми делюсь с множеством людей. Единственное, что могу посоветовать: сличить составы и КБЖУ на упаковке с требованиями по рецепту. Если примерно одинаково, то можно поэкспериментировать. Если отличается — лучше даже не пробуйте.

Пищевые добавки

Это большая группа компонентов, которую я использую для того, чтобы добиться гладкой текстуры, подъема выпечки, однородности массы в ганаше, долгих сроков хранения без расслоения. В кондитерском искусстве вы

также можете встретить обозначение «текстуры» — отсылка к тому, что основная их задача связана с эмульгированием, загущением и уплотнением массы. У части этих добавок есть пометка E, но это не должно вас пугать.

Интересно: Буква E просто обозначает порядковый номер, под которым добавка внесена в единый список добавок Европейского Союза. Вопреки мнению многих, что E — значит дикая и опасная «химоза», кодировка E, наоборот, обозначает, что добавка прошла проверку на предмет безопасности.

Лецитины

Эмульгатор, он объединяет фазу жира и фазу воды и создает между ними своеобразный мостик. Что такое эмульгатор? Определение этому слову я дала в разделе «Кокосовое молоко», но давайте рассмотрим еще, как говорится, «на пальцах». Если вы смешаете воду и масло, то получите две субстанции с четкими границами: снизу вода, сверху масло. Но все изменится, если добавить к ним яичный желток и взбить блендером — масса объединится. Собственно, на этом и основан принцип майонеза. В яичном желтке есть лецитин. А понятие «эмульгатор» — это не о страшном синтетическом веществе, а обозначение компонента, который позволяет соединить две несоединяемые текстуры.

Более того, доказано, что лецитин нужен нашему мозгу для мыслительной деятель-

ности и продления молодости. Почему? Потому что кроме эмульгатора он еще и антиоксидант — еще одно страшное слово. Но здесь еще проще: это молекулы, которые борются с окислительными процессами в организме. Поэтому лецитин помогает нашему мозгу не стареть. В природе лецитин есть в растительных маслах, в орехах, желтке. Лецитин присутствует и в семечках, и в растительных маслах, просто чтобы его свойства были максимальными — его выделяют как отдельную фракцию. Вы можете купить лецитин как подсолнечника, так и соевый. Первый портится быстрее.

В тесте я использую лецитин для однородной текстуры ввиду отсутствия яиц и глютена, в конфетах — для мягкости и сохранения вкуса.



Совет: если добавить лецитин в домашние супы-пюре, то процесс расслоения будет проходить намного медленнее. Кроме того, добавка лецитина в смесь масла и лимонного сока позволит создать прекрасный сливочный соус.

Псиллиум

Шелуха подорожника (псиллиум) сейчас продается во многих экомagasинах и даже аптеках. Изначально использовалась как источник клетчатки, затем кондитеры разобрались, что при заваривании псиллиум впитывает влагу и превращается в гелеобразную массу. Благодаря этому свойству

он отлично скрепляет тесто, делая его эластичным, и придает выпечке пористую воздушную структуру. Так мы можем убрать глютен и создать вкусную выпечку, а не плоские подошвы. Убрать псиллиум из рецепта нельзя, если вы не хотите те самые подошвы.

Совет: псиллиум отлично помогает увеличить дозу клетчатки в ежедневном рационе, достаточно добавлять его в салаты. Кроме того, растворенный в воде, он становится хорошим сорбентом при отравлении или похмелье.

Льняная мука

Из зерен льна отжимают масло, а затем жмых измельчают. Получается продукт с низким содержанием жира, но при этом обладающий хорошими связующими свойствами. Как и псиллиум, льняная мука позволяет скреплять компоненты выпечки между собой, обогащая при этом их нутрициологи-

чески, то есть полезными ненасыщенными жирами, витаминами и клетчаткой.

Купить муку можно на маркетплейсах, в сетях здорового питания и даже аптеках. При покупке обратите внимание на дату производства: как и в случаях с растительными маслами, здесь чем свежее мука, тем лучше.

Ксантовая камедь

Все камеди — это натуральные компоненты, производимые из растений и водорослей. Основная их задача — загущение и связывание компонентов смеси в единую текстуру. Так, лецитин связывает разные фазы (жидкость и масло), а камедь сохраняет текстуру у жидкости и сухого вещества, не давая им расслоиться. В рецептурах выпечки без глютена камедь частично заменяет глютен, по-

зволяя сделать выпечку более эластичной, давая возможность сработать разрыхлителю или соде.

Главное, что нужно знать о камедях — они очень чувствительны к дозировке, переизбыток может вызвать излишнее загущение массы и, наоборот, не позволить нормально сработать иным компонентам.



Совет: если у вас нет микровесов и вы не можете отмерить камедь правильно, лучше выбрать камедь гуаровую, а не ксантовую. Гуар менее капризен к дозировкам, а свойства его в выпечке очень похожи на ксантан. У обоих камедей есть обозначение Е, если вы не можете найти по названиям, поищите по цифрам. Ксантовая камедь — Е 415, гуаровая камедь — Е 412.

Сухофрукты

Обычно я рассматриваю сухофрукты как часть жидкости (по аналогии с фруктовым пюре), но в этой книге я решила вынести их отдельно.

Что надо знать про сухофрукты?! То, что вы о них не знаете ровным счетом ни-че-го! Не

верите? Достаточно найти в сети видео о том, как сушится курага в Узбекистане или вялятся финики. Добавьте к этому непонятные условия перевозки и хранения — и вы получите ситуацию, когда в ваших вяленых фруктах и сухофруктах на момент прибытия к вам может обитать кто угодно и как угодно.

Поэтому запоминаем простые правила работы с сухофруктами:

- моем — даже из коробок, даже из малых упаковок;
- высушиваем полотенцем от лишней внешней влаги;
- в зависимости от рецептуры измельчаем или нет.

Я против замачивания сухофруктов по одной простой причине: для любого рецепта важен баланс влажности продукта. Если замочить сухофрукты, то практически невозможно вычислить, сколько воды они уже впитали на стадии их промывания. Конечно, можно посчитать примерно, взвесив объем воды до и после замачивания, но есть же еще часть воды, которая останется на полотенце... Хорошие сухофрукты в замачивании не нуждаются, их достаточно просто промыть.

Финики я покупаю в картонных коробках. Сорт фиников «меджул» имеет мягкую матовую кожуру, легко раскрывается, при этом косточка прилегает к мякоти, а не вываливается сразу. Идеально выбрать королевские финики — они более сладкие и имеют более мясистую текстуру. Но для конфет и выпечки вполне подойдут и «меджул». Чистить кожуру не надо, она достаточно мягкая и прекрасно измельчается блендером.

Совет: при долгом хранении сухофруктов при комнатной температуре в них легко может кто-то завестись. Поэтому лучше их хранить в морозилке или холодильнике. Не потому, что они могут испортиться, а потому, что потом вы устанете избавляться от различных насекомых. Уж поверьте, пищевую моль ой как трудно вывести!



Интересно: некоторые сухофрукты перед готовкой стоит обработать, но сам процесс будет зависеть от их вида. Например, чернослив и курагу лучше промыть горячей водой 70–80 °С, чтобы смыть слой воска и сахара, которыми их обрабатывали производители. А если замочить в воде 40–50 °С на 5–7 минут вяленое манго, то оно впитает воду и превратится в обычное манго.

Специи

Хотели когда-то в детстве стать ведьмой или целителем? Магия специй похожа именно на это: удивительно, как щепотка порошка может изменить вкус десерта.

Самое важное, что надо знать про специи: выбирая молотые специи, вы уже теряете

40% ароматики. А беря специи на развес или в фольгированных пакетиках в магазине, вы получаете и того меньше — около 30% от настоящей ароматики. Не полнитесь, купите кофемолку и выбирайте специи только в целом виде. Поверьте, вы прочувствуете разницу практически моментально.



Корица и кассия

Корицу покупаем только в палочках. И нет, это не куски грубо скрученной коры, которую нам предлагают в любых магазинах. Настоящие палочки корицы легко ломаются одной рукой, имеют легкую многослойную текстуру. Настоящая корица почти не пахнет, а вкус ее сладковато-пряный.

Двойником корицы является кассия, обладающая сильным запахом и слегка обжигающим вкусом. Именно палочки кассии выглядят как толстая твердая закрученная пластинка, которая сложно ломается пальцами и с трудом мелется в кофемолке. Для своих рецептов я все же предпочитаю корицу.



Совет: ищите корицу по категории: Alba, 4C, 5C. Если у корицы категории нет, то это корица низкого качества. Около 99% корицы, которая продается в России в молотом виде, на деле не корица, а кассия. Если вы познакомитесь с настоящей корицей, вы точно поймете, что ее-то вы и не пробовали!

Розовый перец

В последнее время крайне популярен в России, часто даже в ресторанах приносят блюда, щедро украшенные горошинами розового перца. Розовый перец на деле не перец, а ягода, имеет приятный ягодный вкус и слабую остринку. Однако многие даже в ресторанах не знают, что розовый

перец надо употреблять в малых количествах, потому что в больших объемах он может вызвать рвоту и отравление. Розовый перец оптимально подходит к конфетам и шоколаду с ягодным вкусом, а также вписывается в состав любых пряных смесей для печенья.



Совет: при выборе розового перца обратите внимание на равномерность окраса всех горошинок в банке. Если в банке большое количество светлых, раздавленных, зеленоватых горошин, перед вами перец низкого качества. Не покупайте розовый перец в пакетиках, отдайте предпочтение банкам: этот вид перца очень нежный, и при перевозке в пакетах крайне быстро мнется и теряет аромат.

Душистый перец (allspice)

В России его продают горошком и в молотом виде. Если бы меня спросили про этот перец лет так 15 назад, я бы сказала, что это тот самый порошок, что папа добавляет в суп, а я начинаю из-за него дико чихать и не понимаю, как это вообще есть можно. На деле душистый перец — потрясающая специя. Одной ею можно закрыть профили (под профилями я понимаю вкусовые ощущения и ноты, содержащиеся в продукте) корицы, кардамона, имбиря и лакрицы — настолько

многогранный у нее профиль. Чтобы влюбиться в этот перец, искренне советую воспользоваться двумя следующими рекомендациями:

- не покупать его в молотом виде (вообще никакие специи молотыми покупать не стоит, это пыль с непонятных дорог);
- выбирать перец в баночках и оценивать внешний вид — без белого налета и пятен, равномерный темный цвет.

Совет: идеально, если на упаковке с душистым перцем будут указаны страна-производитель и дата сортировки. Естественно, его не стоит покупать на развес.

Кардамон зеленый

Еще одна недооцененная специя. Чаше всего вы тоже можете видеть ее в порошке непонятного цвета, а значит, не сможете составить хорошее представление о вкусе. Ищем кардамон зеленый именно в коробочках и следим за их цветом. Хороший свежий кардамон имеет равномерный зеленый

окрас без линьки и пятен. Кардамон прекрасно сочетается с любой из пряных специй, раскрывая их и дополняя. А еще идеально отправляется в десерты с крахмалистыми и сладкими фруктами и овощами: яблоком, грушей, тыквой, морковью.

Совет: ароматика кардамона спрятана не только в зернах, но и в коробочке. Измельчите коробочку вместе с семенами в кофемолке, а после просейте через сито. Чтобы облегчить жизнь при измельчении, отправляйте его в кофемолку вместе с корицей — так процесс пойдет быстрее.

Ваниль

Не путайте с ванильным порошком. Если в моем детстве о настоящей ванили знали лишь единицы, то сейчас ее легко найти на маркетплейсах. Ключевое отличие ванили от ванильного порошка или ванилина — в количестве ароматических соединений. В стручке ванили их более 400, ванилин — лишь один из них. Ванилин — это синтетическая фракция, которая на данный момент производится преимущественно из нефти и не имеет никакого отношения к настоящей ванили. Считается, что ваниль крайне дорогой продукт, но на деле она поможет вам сделать большое количество натурального ванильного сахара, да еще и дешевле, чем его покупка в магазине.



Ваниль — это база для многих экспериментов. Например, аромат ванили используется в некоторых видах духов. Чтобы сделать этот компонент более доступным и удобным для применения, его ароматику извлекают, используя масло или спирт. Так появляется масляный или спиртовой экстракт ванили. Здесь важно не путать экстракт ванили и синтетический ароматизатор ванили — в последнем случае в масло просто добавляют ванилин и ароматизаторы синтетического характера. На маркетплейсах неплохие экстракты от фирм, например, Guzman, Vanilla Lab. Приготовить экстракт можно и самостоятельно, настояв нейтральное масло (например виноградной косточки) и стручок ванили в темном месте в течение 2–3 недель. Также в жидких средах можно использовать измельченный стручок ванили — сначала настояв его в теплой жидкости (40–50 °C) в течение 30–60 минут. Старайтесь отказаться от ванилина, его химический вкус не всегда вписывается в общую красоту вкусов десертов.

Совет: выбирайте стручок в вакуумной упаковке, при этом он должен быть мягким и гибким. Если стручок похож на засохшую палочку, использовать его, конечно, можно, но ароматики в нем существенно меньше. Саму ваниль лучше хранить в морозилке в закрытом пакете.

Как использовать? Зерна можно отправить в выпечку или шоколад, а остаток стручка либо залить теплым маслом без запаха в пропорции 1 средний стручок на 150 грамм масла (оставляем в темном месте на 2–3 недели,

встряхивая периодически), либо отправить в закрытый пакет с сахарной пудрой или декстрозой (оставляем на 10–14 дней и получаем шикарный ванильный сахар для десертов).

Кориандр

Почему-то с детства эта специя ассоциируется с бородинским хлебом. Помните те горьковато-сладкие зерна на поверхности хлебушка? А если кориандр не жарить, у него очень освежающий и зеленый вкус. Кориандр отлично сочетается со всеми зим-

ними специями, универсален как в кондитерских изделиях, так и в мясных блюдах. Просто если вы не хотите подчеркивать его пряность — не запекайте целиком, а измельчайте в кофемолке вместе с другими специями.

Совет: кориандр отлично дружит с любыми специями на букву «К» — корица, кассия, кардамон. Даже если просто смешать их в равных пропорциях и измельчить, вы получите чудесную пряную смесь для любой зимней выпечки или шоколада. А если вам необходимо добавить именно вкус бородинского хлеба, кориандр можно обжарить с небольшим количеством масла — его ароматические соединения любят жиры и прекрасно растворяются в них. Можно также приготовить пряное масло: измельчить кориандр и настоять его с маслом по типу ванильного экстракта.



Шоколад

С чего начать? Ингредиенты. Понятие ароматического какао

Сейчас нас усиленно пугают всевозможными «химозами» в шоколаде, пальмовым маслом в его составе, глазуриями. С другой стороны, производители постоянно выпускают шоколад «с повышенной долей какао», «с настоящими какао-бобами» (если настоящие тут, то искусственные где?), шоколад «швейцарского», «бельгийского» качества. В этой главе я предлагаю разобраться, что есть шоколад? Просто и доступно.

Из фильмов и рассказов известно, что шоколад производят из какао-бобов. Так в целом оно и есть. Если вы представите себе плод какао, то внешне он похож на большую дыню. Размер, кстати, соответствует. Но если взять дыню и какао, то это прямо противоположные растения.

Какао — это дерево семейства мальвовых, которое растет исключительно вдоль экватора. На то есть вполне логичное объяснение — дерево предпочитает температуры 25–27 °C и высокий уровень влажности, не терпит температурных колебаний и прямого солнечного света. Тропические леса на экваторе ему для этого оптимально подходят. Например, после возвращения из Венесуэлы я тоже смогла вырастить дома какао, но оно очень сильно сохнет — не хватает влажности. Необычность плодов какао в том, что они растут прямо из дерева, а не на ветках. По мере созревания — а урожай собирают в среднем 2 раза в год в течение нескольких месяцев — какао срубают. Собранные масорки (а именно так называется плод с бобами) разрубают пополам, семена (сами какао-бобы) вытаскивают, а пустую масорку пускают на компост.





Какао-бобы в мягкой оболочке (пульпе) оставляют ферментироваться — помещают в корзины или ящики и периодически помешивают. Ферментация меняет химический состав какао-бобов, помогая раскрываться заложенной ароматике. Если изначально бобы в пульпе немного горьковатые и по вкусу скорее похожи на фасоль, то после ферментации и сушки они приоб-

ретают свой незабываемый аромат и вкус. Высушенные бобы отправляют на фабрики и производства, где их обжаривают, дробят и превращают в шоколад. Про процессы производства и формирование вкуса можно написать отдельную книгу, но эта все же о рецептах. Так что вынесу основные пункты, которые стоит учесть при выборе сырья.



- **Какао формирует вкус еще на стадии высаживания и роста** — разная генетика растений дает разный потенциальный профиль. В одной масорке до 50 какао-бобов, но каждый из них может относиться к разному генотипу. Генетика определяет изначально потенциал какао, бедные генетически сорта не смогут дать богатый вкус. Например, в свое время Эквадор засадил свои плантации гибридами CCN51, которые отлично росли и давали богатый урожай. Но у них был один недостаток — вкус, вернее, его отсутствие. Более того, если гибриды растут рядом с какао с хорошей генетикой, то при перекрестном опылении хорошая генетика растворяется в гибридах. Поэтому при выборе сырья стоит обращать внимание на указание генетики какао и пометки «fino de aroma» или «ординарные какао-бобы». В последнем случае ждать яркого вкуса вряд ли возможно.
- **После генетики в дело вступает терруар** — то есть совокупность факторов и условий, в которых это какао растет. Достаточно ли влаги, богата ли почва, какие деревья и растения растут рядом, есть ли другие подвиды какао. Понятие терруара есть в вине, кофе, чае, ну и, конечно, в какао. Один и тот же генетический сорт, выращенный в разных регионах, может обладать абсолютно разными вкусовыми характеристиками. Если дегустировать шоколад регулярно, можно заметить, что у каждого региона есть повторяющиеся ноты. Например, у мадагаскарского шоколада это яркий вкус красных ягод (от малины до вишни) и перцев.
- **После терруара и генетики в дело вступает фермер** — как высаживает, как ухаживает, как собирает, как отбирает какао-бобы. Например, в долине Чуао растет легендарное какао с нотами вяленой вишни, тропических цветов, мягкой миндальной ноткой и привкусом специй. При этом точно такие же деревья произрастают и на плантациях компании «Домори» на другом краю Венесуэлы. И это совсем другой вкус какао: нет того богатого профиля и интересного послевкусия, их какао скорее мягкого сливочно-фундучного вкуса.
- **Четвертый фактор — обжарка.** Как обжарят бобы, так вы их потом и почувствуете в шоколаде. Представьте, что вы жарите фундук. Вы можете спалить его до черноты — и он будет иметь сильный горьковатый привкус; обжарить слегка — и сохранить ноты жареных орехов, но при этом и сливочность фундука; вообще не жарить — и тогда останется только сливочность. Обжарка позволяет подсушить какао, облегчить процесс очищения его от оболочки (веллы), но самое главное — она раскрывает или убивает вкус. У сильно пережаренного какао вкус жареных горьких орехов, у недожаренного, наоборот, может сохраняться сильный кислый вкус. На крупных фабриках какао, как правило, жарят при достаточно высоких температурах, чтобы обеспечить максимально долгое хранение. Поэтому привычная горечь какао — это часто следствие избыточной обжарки.



Интересно: Шоколад, который готовится из какао-бобов узкого терруара, с контролем всех стадий производства, использованием исключительно ароматического какао, называют *bean-to-bar*. Для такого продукта важно не просто отобрать какао-бобы, это понятие скорее определяет общую этику производства — выбор оборудования и профилей обжарки, последующее хранение и транспортировку. Задача производителей здесь — не произвести максимально много шоколада, а суметь раскрыть потенциал каждого какао разных регионов так, чтобы даже самый простой потребитель мог почувствовать разницу. В России сейчас культура *bean-to-bar* шоколада активно развивается, есть много классных и интересных производителей, которые могут познакомить вас со вкусом какао. Часть из них можно найти на маркетплейсах, часть — только в мастерских. Поищите в своем регионе — наверняка вы сможете найти производителя рядом с вами.

- **Рецептура** также влияет на то, что выходит в результате. Чтобы усилить вкус какао и удешевить производство, массовые фабрики добавляют в рецептуру темного шоколада какао-порошок (о нем мы поговорим ниже) и уменьшают долю какао. В итоге — вкус привычного магазинного шоколада совсем не означает, что мы знаем вкус настоящего какао. Удачно подобранная рецептура может раскрыть или ухудшить восприятие какао.
- **Конширование** — после того как какао высушено и обжарено, его дробят на мелкие кусочки (получают какао-крупку) и перемалывают на больших аппаратах разного типа в однородную массу.

В процессе измельчения какао-бобы отдают масло, что и помогает превращать сухую крупку в однородную вязкую шоколадную массу. Перетертые какао-бобы называют тертым какао, оно является основным ингредиентом для производства шоколада. В процессе дробления, измельчения какао-бобов в тертое какао сохраняются летучие винные кислоты (помните же про ферментацию?), чтобы их убрать, и запускают конширование. Масса долго перемешивается в специальных емкостях, кислые запахи испаряются, остаются более устойчивые соединения. Если вы открываете пакет с тертым какао, а оттуда запах кислого вина — оно недоконшировано.

Важно: чтобы приготовить шоколад, похожий на фабричный, необходимо специальное оборудование — меланжер. Оно доступно, но в любом случае требует финансовых вложений. Меланжер не может быть заменен блендером: чтобы обеспечить текстуру какао, которая не будет чувствоваться на языке, необходимо перетирать какао не менее 7–12 часов. Блендер просто устанет от этого. Поэтому у домашнего шоколада мы чувствуем легкую песчинку в текстуре ввиду его недотертости.

- **Еще один этап работы со вкусом шоколада — выдержка.** Помните, как выдерживают вино или сыр? Так и шоколад, приготовленный из ароматических какао-бобов, обладает важным свойством: настаивается и меняет вкус на протяжении хранения. Но только в нетемперированном виде. Приготовленный шоколад сливается в емкости и отправляется в помещение с температурами до 14 °C, где лежит на выдержке. В процессе выдержки часть легких ароматических соединений испаряется, а другая становится на-

много ярче. Сахар в составе шоколада забирает на себя часть ароматики, и вкус становится сбалансированнее и нежнее.

- **Темперирование — финальный этап.** Процесс нагревания и охлаждения шоколада до определенных температур, в процессе которого он получает определенную текстуру, хрустит при разломе, не тает при комнатной температуре достаточно долго, что хорошо для перевозки, и получает тот самый блеск, который так любят шокоголики.

Для домашнего производства шоколада нам необходимо твердо усвоить разницу между понятиями «тертое какао» и «какао-порошок». Если мы возьмем какао-бобы, раздробим их на кусочки и очистим от шеллы, то получим какао-крупку. В какао-крупке в зависимости от сорта в среднем 50% масла какао и 50% сухой части. Если какао-крупку до процесса выделения масла измельчить в пасту комфортного для языка размера частиц сухой части, то получится тертое какао. Разница между тертым какао и какао-крупкой — в степени измельчения и доступности масла.

Но если из тертого какао отжать масло, а остаток высушить, то получится какао-порошок. Какао-порошок — это жмых от производства масла какао. Его жирность может отличаться — от 2–3% (обезжиренный) до 10–12% (стандартный порошок в магазинах) и до 22% — это уже порошок с повышенным содержанием жира. В зависимости от жирности порошка мы всегда должны корректировать рецептуру: чем более жирное сырье, тем меньше требуется масла в шоколаде.

Чем менее жирный порошок, тем больше ощущается пыльность и сухость вкуса. Частое ощущение поскрипывания в промышленном порошке связано в том числе с недостаточной степенью измельчения и присутствием большого числа примесей. Даже с учетом того, что мы восстанавливаем отжатое масло, восстановить саму текстуру мы не можем. Это примерно то же самое, как из пастилы или сушеной ягоды сделать яблочное или фруктовое пюре. Или из кокосовой муки получить кокосовую стружку. Суть вроде та

же, но сама структура продукта уже изменена. Вот почему использование шоколада из какао-порошка в конфетах нежелательно: избежать эффекта сухости сложно, а количество масла в продукте будет завышено.



Кроме того, какао-порошок можно специальным образом обработать — алкализовать. Что дает алкализация?

- **Усиление вкуса и аромата** — хороший вариант производителю улучшить не самые ароматные и интересные бобы, а еще скрыть дефекты. Как правило, алкализации подвергают бобы низкой категории — какао с хорошим профилем нет смысла алкализовать, оно слишком дорогое, да и без того ароматное.
- **Насыщенный цвет** — алкализованный порошок черного или темно-коричневого цвета.
- **Улучшение растворимости** — кислотность снижена, растворяется в воде намного быстрее, не хрустит в выпечке и усиливает аромат и вкус.



Как определить, алкализован ли порошок?



- Растворите его в горячей воде. Обработанный щелочами порошок растворится моментально.
- Взболтайте взвесь и засекайте время. Если осадок выпадает быстрее, чем за 2 минуты, то это порошок низкого качества и крупного помола. В идеале осадок должен выпадать в течение 10 минут.
- Оцените вкус. Если порошок алкализован, то он горчит больше, чем обычный, а вкус насыщеннее по степени шоколадности. В идеале ожидается вкус мягкой шоколадности без горечи.

Купить хороший порошок в сетевых магазинах практически невозможно. При выборе всегда обращайте внимание на жирность и цвет порошка, а также на страну происхождения.

При любом раскладе какао-порошок не заменяет полноценно тертое какао! Для производства вкусного и интересного шоколада лучше выбирать именно тертое ароматическое какао.



Как выбрать тертое какао для работы?



Обратите внимание на следующие параметры:

Описание — категория бобов — ординарные или *fino de aroma*; сорт; страна происхождения. При выборе микролота допустимо указание кооператива или территории, например, Перу, Чулуканос. Описание «премиум», «высший сорт» не имеет отношения к реальному вкусу и происхождению. Указание «Криолло» в 80% случаев не является указанием сорта или качества. Не указано ничего? Перед вами тертое какао из Африки. Названия «какао тертое», «какао ликер», «какао-масса» обозначают одно и то же, но стоит обратить внимание на состав. В какао-массу или какао-ликер часто добавляют лецитин и какао-порошок. Такой продукт для изготовления шоколада уже не подойдет.

Производитель — помним же, что для вкуса какао важна обжарка и степень измельчения? Какао могут обжаривать и перетирать на месте производства (в небольших мастерских), на фабриках и заводах (яркий пример — производство колумбийской компании Luker) или в вашей стране. Надо понимать, что какао, перетертое на месте производства, как правило, более крупнодисперсное и грубое: оно изначально предназначено для дальнейшего перетирания в меланжере. Особенно это относится к крупным кускам и плиткам производства той же Колумбии. У такого тертого какао самый неяркий вкус и грубая текстура. Промышленное тертое какао уже предназначено для использования в рецептах, оно более нежное. Но при этом на фабриках часто используют высокие температуры обжарки, что приводит к сухости тертого какао. Если же тертое какао получают в мастерских на территории вашей страны, то здесь можно запросить, например, время меланжирования, и быть более уверенным в качестве бобов. Важно также помнить, для чего вы выбираете тертое какао — для шоколада идеально подойдет максимальное измельчение, тогда как в карамель можно брать сырье и более грубого помола.

Вкус — даже при выборе максимально качественного сырья вкус может отличаться: на него окажут влияние как генетика самих бобов, их ферментация и сушка, так и обжарка, хра-

нение, подбор. Генетически хорошие сорта также могут быть испорчены некачественной ферментацией или сожжены в печке. Так что пробуйте: в идеале возьмите кусочек тертого какао в рот и рассосите, пытаясь понять всю его ароматику, главное, не в формате «Ой, горько!», а пытаясь понять степень горечи и присутствующие иные ноты.

Внешний вид — достаньте сырье из упаковки и оцените цвет. Темно-коричневый, ближе к черному — высокие температуры обжарки и во вкусе могут быть яркая горечь и темные ореховые ноты; крупные вкрапления на срезе — короткое время меланжирования, это крупное сырье и может сильно ощущаться языком; рыхлая рассыпающаяся в порошок текстура — возможна высокая сухость самого какао или долгие сроки хранения. Обратите внимание на запах. Кислый и неприятный — плохая ферментация или плохие условия хранения; запах тухлый и затхлый — нарушены условия хранения.

На маркетплейсах можно найти какао из регионов республик Перу и Венесуэла. Если это не локальные производители с хорошей обжаркой, то чаще всего вкус этого какао орехово-спокойный, с мягкой горечью и приятным послевкусием. Если удастся познакомиться с какао регионов республик Мадагаскар, Танзания и Доминикана, то вас точно удивит их приятная фруктово-ягодность. Если на тертом какао указан Берег Слоновой Кости, Кот-д'Ивуар, Гана, то такое сырье лучше не покупать. Оно может разочаровать и готовить больше не захочется.





Основные процессы.

Темперирование

Обязательно ли покупать специальное оборудование, чтобы приготовить шоколад? Как мы уже выяснили, для приготовления шоколада как на фабрике в домашних условиях нам понадобится специальное оборудование — меланжер. Меланжер, простыми словами, — это вращающаяся емкость с двумя жерновами, которые имеют малый зазор между собой и дном. Какао-крупка, попадая в этот зазор, измельчается, а перетирание кусочков друг с другом в общей массе ускоряет этот процесс. В процессе перетирания создается та самая шелковистая масса, к которой мы привыкли.

Но сделать шоколад без меланжера тоже возможно, хотя при этом он будет намного более шероховатым. Дело в том, что в кофемолке (в отличие от меланжера) мы не можем измельчить сахар и сопутствующие компоненты до частиц, неощутимых языком. Поэтому в таком шоколаде мы будем ощущать некоторые песчинки. Это придает шоколаду особый хруст и вкус печенья.

Процесс приготовления шоколада в меланжере и без него отличается в зависимости от того, используем ли мы какао-крупку или предпочитаем готовое тертое какао.

Если в производстве используется крупка, то первым этапом мы превращаем крупку в тертое какао. Для этого крупку немного прогревают, чтобы облегчить измельчение. В меланжер отправляют небольшое количество разогретого какао-масла, постепенно

добавляют крупку и измельчают ее в течение 1–6 часов до нужной степени дисперсии. После чего засыпают другие ингредиенты и сахар.

В домашних условиях без меланжера, в первых, тертое какао и масло какао необходимо растопить. Для растапливания можно использовать:

- паровую баню — в случае, если у вас газовая плита. Греем воду до закипания, ставим сверху пластмассовую или металлическую чашку с тертым какао и маслом какао и топим, помешивая, до полного расхождения сырья.
- кастрюлю с толстым дном или металлическую миску — для индукционных плит. Ставим мощность на минимум, прогреваем на ней кастрюлю (миску), высыпая внутрь масло и тертое какао. Для ускорения процесса тертое какао можно измельчить ножом или на терке в небольшую стружку.
- в микроволновке — в пластмассовой миске, помешивая каждые 30–40 секунд импульсами. Главное — не перегреть!



Отсканируйте QR-код, чтобы узнать, какой меланжер лучше всего вам подойдет



Важно: Перегретое выше 50–60 °С масло какао и тертое какао хуже стабилизируются и дольше застывают, кроме того, тертое какао таким образом можно сжечь. Поэтому ориентируйтесь на текстуру массы и постоянно перемешивайте. Пока в миске находится до 30% нерастопленных кусочков, ее можно продолжать нагревать. Как только визуально более 70% массы растопилось, снимайте с огня и просто вымешивайте до растворения массы. На этом этапе уже можно измерить температуру: в идеале, когда все тертое какао и масло разошлось, температура массы не должна превышать 45–47 °С.

Второй этап — добавление всех нужных нам компонентов: сахара, ореховых паст и заменителей молока.

Третий этап — самый важный — темперирование. Темперирование — это процесс нагревания и охлаждения шоколадной массы до определенных температур в зависимости от типа шоколада: темного, молочного или белого. Температуры эти подбираются в зависимости от содержания масла какао и других типов жиров в шоколаде: чем больше в шоколаде сахара и жиров, отличных от какао-масла, тем ниже температура застывания и стабилизации. В расплавленном шоколаде молекулы жирных кислот масла какао

расположены беспорядочно и находятся в постоянном движении. Когда шоколад охлаждают без соблюдения специальных правил, молекулы образуют рыхлую структуру из нестабильных кристаллов, такой шоколад мягкий и липкий. Если шоколад охлаждать правильно, молекулы формируют правильную структуру из стабильных кристаллов, такой шоколад твердый и хрустящий. Если шоколадную массу просто оставить остывать, процесс застывания будет продолжаться несколько часов. При этом шоколад будет иметь грубозернистую структуру и серый налет («жировое поседение») за счет постепенного перехода одной кристаллической формы в другую.



Одновременно в какао-масле могут находиться кристаллы разной степени устойчивости и с разными температурами плавления. Это как дети разного возраста в многодетной семье: разный возраст — разные привычки, а значит, и разная степень устойчивости к внешнему воздействию. Кристаллы, как и дети, имеют свойство переходить из одной формы в другую при изменении тем-

пературы. Для того чтобы шоколад в комнате был максимально стабилен, нам нужно разрушить все формы кристаллов и оставить только V тип кристаллов (см. таблицу ниже). Добиться этого можно достаточно просто: довести шоколад до температуры, при которой кристаллическая решетка будет полностью разрушена, а затем опустить температуру до нужного уровня.

Тип кристаллов	Температура плавления, °C	Номенклатура	Комментарии
I	17,3	$\beta'_3(sub - \alpha)$	Мягкий, рыхлый, очень легко плавится
II	23,3	$\alpha - 2$	Мягкий, рыхлый, очень легко плавится
III	25,5	$\beta'_2 - 2$	Твердый, отсутствует характерный треск при разламывании, очень легко плавится
IV	27,5	$\beta'_1 - 2$	Твердый, хороший треск при разламывании, очень легко плавится, характерно для недотемперированного шоколада
V	33,8	$\beta_2 - 3$	Твердый, блестящий, отличный треск при разламывании, плавится при температуре тела человека, характерно для хорошо оттемперированного шоколада
VI	36,2	$\beta_1 - 3$	Характерно для поседевшего шоколада: сам шоколад твердый, а на его поверхности образуется белый налет

В домашних условиях для темперирования шоколада вам понадобится погружной термометр или пирометр. Помните, что пирометры измеряют температуру поверхности шоколада, поэтому если слой в миске толстый, лучше измерить ее несколько раз, перемешивая шоколад.

1. Темперирование частями. Для темперирования шоколадную массу сначала разогревают до 45–50 °С, чтобы расплавить все кристаллические формы. Затем часть (около 2/3) массы быстро охлаждают до 25–29 °С (в зависимости от типа шоколада — молочный или горький). Для быстрого охлаждения можно использовать большой металлический тазик с широкой поверхностью или металлический поднос. Нужно вылить на них примерно 2/3 шоколада, помешивая быстро, охладить до 27 °С. При таком шоковом охлаждении образуются все кристаллические формы. Эту массу вновь надо смешать с остатком горячего шоколада, температура при этом уравнивается до 30–32 °С, что обеспечивает расплавление нестабильных форм (стабильные остаются). Если при смешивании шоколад упал ниже температуры в 28–30 °С, его можно подогреть феном, пройдясь по стенкам чаши.

2. Темперирование перемешиванием. При таком способе расплавленный шоколад охлаждается при постоянном помешивании, пока не будет достигнута нужная температура. Этот процесс требует определенного времени. При таком способе не образуются нестабильные кристаллы, поскольку исключено переохлаждение, которое является причиной их появления. Вы просто нагреваете шоколад до 40–45 °С, а затем, помешивая,

охлаждаете его до 32 °С. Желательно это делать достаточно быстро, например, поставив чашку на лед. И не забывайте о комфортной температуре в помещении. В домашнем шоколаде при таком способе на задней стороне плитки возникает больше разводов, масса неоднородна и может произойти неполное темперирование.

3. Темперирование посевом. В твердом, ранее темперированном шоколаде содержится большое количество стабильных кристаллов, которые могут быть использованы в качестве затравочных. Этот способ хорош тем, что нет опасности образования большого количества нестабильных кристаллов. Сохраните шоколад, оставшийся от прошлой партии. Нагрейте 80% кусочков шоколада до 40–45 °С (или приготовьте новый), чтобы они растаяли. Когда требуемая температура достигнута и шоколад растоплен, то все стабильные кристаллы, находившиеся в твердом шоколаде, растаяли. Затем добавьте 20–25% кусочков твердого шоколада, которые, расплавляясь, будут служить источником стабильных затравочных кристаллов. Добавляемое количество зависит от температуры шоколада: чем выше температура, тем больше «затравочного» шоколада надо добавить.

Для стабилизации шоколада можно использовать как силиконовые, так и поликарбонатные или пластиковые формы. В силиконовых и пластиковых формах добиться зеркального блеска шоколада сложнее, чем в поликарбонатных: у них выше пористость, а значит, и идеально гладкой зеркальной поверхности не получится (свет попадает в мелкие, невидимые для человеческого гла-



за отверстия и там рассеивается). Формы достаточно помыть теплой водой, обезжирить спиртом или уксусом, после чего хорошо вытереть безворсовой салфеткой или ватным диском. Если форм нет, то можно использовать и обычные пищевые контейнеры: шоколад после стабилизации усаживается и легко выходит из контейнера при легком ударе о стол.

Оттемперированный шоколад нужно разлить по формам и оставить стабилизироваться. В идеале сначала надо дать ему застыть в помещении с температурой до 20 °C, а только потом убрать в холодильник. Дело в том, что при шоковом охлаждении процесс стабилизации кристаллов происходит не совсем корректно, в результате чего остается большое количество нестабильных форм. При стабилизации шоколад выделяет тепло — происходит термореакция, в нормальных температурных условиях это тепло сразу отводится в атмосферу. Если же отправить шоколад в холодильник, то происходит то же самое, что и в горячей выпечке, поставленной в морозилку: перепад температур на границе плитки создает конденсат — конденсат выпадает на поверхность плитки — влага мешает стабилизации — плитка становится липкой и плохо стабильной. Чтобы этого избежать, шоколаду лучше дать застыть в комнате, после чего при необходимости убрать в холодильник.

В идеальных условиях производства холодильник не используют совсем — шоковый перепад температур вреден для шокола-

да, лучше остановить свой выбор на винном шкафе с температурой до 17 °C. Стандартные условия для работы с шоколадом, чтобы ему не требовался холодильник, — 15–18 °C. Но в обычной квартире винного шкафа нет, а мерзнуть готовы не все. Поэтому мы можем использовать холодильник, чтобы выравнять стабилизацию шоколада и его температуру.

Для полной стабилизации белому и молочному растительному шоколаду может потребоваться до 48 часов. В таком шоколаде большое количество растительных жиров замедляет процесс нормальной кристаллизации и требует большего периода выдерживания в стабильных условиях.

Для проверки результата темперирования нанесите немного шоколада на кончик ножа или полоску пергамента. Если шоколад хорошо оттемперирован, он станет твердым в течение 3 минут при температуре воздуха 18–20 °C, и будет обладать хорошим блеском. Если этого не произошло, продолжайте темперирование.

Темперированный шоколад:

- легко выходит из формы, быстро застывает и не пачкает руки;
- имеет ярко выраженный блеск;
- ломается с характерным хрустом;
- не тает при комнатной температуре и не меняет структуру;
- легко переносит транспортировку.



Совет: еще немного про хранение. Обычно говорят про то, что не стоит хранить шоколад в холодильнике, потому что слишком низкие температуры и перепад влажности приводят к белому налету, потере товарного вида и изменению вкуса. Однако когда речь идет о домашнем шоколаде, приготовленном без использования меланжера, хранение в холодильнике предпочтительнее, чем хранение при комнатной температуре. При повышенных температурах растительные жиры быстрее прогорают, а кокос начинает отдавать мылом. Особенно аккуратно стоит относиться к совмещению сиропа и растительных паст — в этом случае наличие влаги в сиропе ускоряет процесс порчи ореха в составе плитки.



Базовые рецептуры ТЕМНОГО ШОКОЛАДА

Базовый 75% шоколад на тертом какао без меланжера на сахаре *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 115 грамм
Масло какао — 35 грамм
Кокосовый/тростниковый/белый сахар — 50 грамм

Для украшения:

Орехи (фундук, арахис, миндаль или другие по вкусу) — 30 грамм
Сублимированные продукты: малина кусочками, слайсы клубники или манго на выбор — 7 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Формы
Термометр/пирометр
Лопатка
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Растопить тертое какао и какао-масло любым из способов, перечисленных на странице 84. Температура массы не должна превышать 50 °C.
2. Добавить сахар, измельченный в сахарную пудру. Чтобы улучшить дисперсность, его можно просеять через сито. Можно купить уже готовую сахарную пудру, но при этом необходимо проверить состав на отсутствие добавок: в сахарную пудру часто добавляют крахмал и антислеживатели, которые не очень полезны и плохо влияют на шоколад.
3. Вымесить и оттемперировать шоколад. При таком варианте рецептуры можно использовать стандартный способ темперирования — перемешиванием (см. стр. 88). Поставить тазик на лед и, быстро помешивая, опустить температуру до 30–31 °C.
4. Разлить по формам, украсить орешками и сублимированными продуктами. Стабилизировать при температуре не выше 20 °C. Охладить.
5. Перевернуть форму на доску. Шоколад выпадет сам, либо можно ему помочь, слегка ударив его о край стола.

Хранение при температуре не выше 18 °C в течение 6 месяцев. В идеале хранить в винном шкафу, но если такового нет, то подойдет и комнатная температура. Учтите, что в теплых условиях шоколад может сесть и менять текстуру в сторону более грубой.

Базовый 75% шоколад на тертом какао без меланжера на сиропе *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 115 грамм

Масло какао — 45 грамм

Сироп топинамбура/сироп агавы/
кленовый сироп/жидкий мед
разнотравья — 50 грамм

Для украшения:

Орехи: миндальные лепестки,
арахис, фундук на выбор —
30 грамм

Сублимированные продукты:
крошка малины, клубники,
манго на выбор — 5 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска

Формы

Термометр/пирометр

Лопатка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Растопить тертое какао и какао-масло любым способом из перечисленных на странице 84. Температура массы не должна превышать 50 °С.
2. Подогреть сироп до 38–40 °С. Влить его струйкой в массу из тертого какао и какао-масла, аккуратно перемешивая до однородности.
3. Вымесить и оттемперировать шоколад. При таком варианте рецептуры стабильнее будет опустить шоколад при темперировании до 28 °С, после чего нагреть его феном до 31 °С.
4. Разлить по формам, украсить орешками и сублимированными продуктами. Стабилизировать при температуре не выше 20 °С. Охладить.
5. Перевернуть форму на доску. Шоколад выпадет сам, либо можно ему помочь, слегка ударив его о край стола.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 6 месяцев. В идеале хранить в винном шкафу, но если такового нет, то лучше отправить его в холодильник. Учтите, что в теплых условиях шоколад может сесть и менять текстуру в сторону более мягкой.



Интересно: Принято считать, что попадание влаги губительно для шоколада. На деле, если мы работаем с кондитерским готовым шоколадом, то влага действительно может оставить следы и помешать темперированию. В случае же с домашним шоколадом мы вмешиваем сироп в шоколад таким образом, что высокое содержание стабильных кристаллов какао-масла запирает влагу внутри плитки. Такой шоколад, конечно, будет иметь более мягкую текстуру, чем шоколад на сахаре, но при хорошем темперировании разница не будет критичной. При этом далеко не все рецептуры шоколада можно сделать с сиропами, например, в меланжер добавление сиропов нежелательно.



Совет: если вы используете не крупку, а тертое какао, то процесс немного сокращается — тертое какао достаточно растопить и постепенно всыпать в него сахар. В зависимости от используемого сахара и какао вы получите разную сладость продукта. Чем более очищен сахар, тем выше в нем доля сахарозы, а значит, тем ближе он к эталонной сладости. С точки зрения вкуса, конечно, самый простой сахар лучше передает вкус какао.

Приготовление темного 75% шоколада в меланжере из какао-крупки **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Какао-крупка — 600 грамм
Масло какао — 150 грамм
Кокосовый темный/
панела/тростниковый
нерафинированный/белый
сахар — 250 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Меланжер
Пирометр/термометр погружной
Формы для шоколада
Лопатка
Миски

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Какао-масло разогреть до его полного растопления — 40–45 °С, вылить в меланжер и запустить.
2. Какао-крупку немного подогреть феном по стенкам чашки или в микроволновке до температуры в 40–45 °С. Далее какао-крупку надо постепенно засыпать в меланжер, давая ей измельчиться перед каждым новым засыпанием. Не засыпайте всю крупку сразу — масса начнет густеть, и работать меланжеру будет сложно. Учтите, что на полное засыпание какао-крупки может уйти около часа. Если масса побелела и стала густой — прогрейте феном стенки меланжера.
3. Измельчать крупку какао в жидкую массу в течение 2–4 часов.
4. Засыпать сахар порциями. Будьте аккуратны: сахар может начать налипать на стенки и дно меланжера. Чтобы этого не произошло, всыпать сахар необходимо малыми частями, давая ему перемешаться.
5. Меланжировать шоколад в течение 36–48 часов в зависимости от выбранной крупки. Чем более кислотная крупка и сильный винный аромат — тем дольше можно ее крутить.
6. Слить шоколад, отtemперировать любым выбранным способом, разлить в формы, стабилизировать.

Хранение: в прохладном месте при температуре не выше 20 °С.

Шоколадные осколки *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Темный шоколад по любому из рецептов выше — 200 грамм
Малина сублимированная/вяленая вишня/вяленая клюква — 30 грамм
Фисташка очищенная/миндальные лепестки — 30 грамм
Зерна конопли очищенные/дробленый кедровый орех/семена льна — 20 грамм
Перец сычуаньский зеленый/розовый перец — 3 грамма

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Термометр/пирометр
Лопатка/спатула
Силиконовый коврик/ацетатная пленка
Доска из сланца/стеклянный/металлический поднос
Нож обычный/нож для пиццы
Скалка/кофемолка/ступка для специй

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Протереть коврик/ацетатную пленку спиртом/уксусом и безворсовой салфеткой. Чем лучше обезжирена форма, тем проще отойдут наши осколки. Вместо ацетатной пленки можно взять плотный файл или пакеты для заморозки. В последнем случае поверхность осколков будет более матовой.
2. Доску из сланца/стеклянный/металлический поднос охладить в холодильнике до 12–15 °С. Этого можно не делать, если в помещении подходящая для работы с шоколадом температура — 15–18 °С. Уложить коврик/пленку на поднос так, чтобы полностью его закрыть.
3. Смешать в отдельной чашке сублимированную малину, коноплю и слегка измельченный перец. Для измельчения перца лучше воспользоваться скалкой или недолго прокрутить его в кофемолке. Если вы любите более яркие вкусы, перец можно не измельчать.
4. Шоколад оттемперировать, оставив на температуре в 31 °С. Вылить шоколад на коврик, разровнять лопаткой/спатулой тонким слоем в 3–4 мм.
5. Равномерно высыпать наполнение на шоколад красивым узором — проявите творчество. Шоколад начнет быстро схватываться: меняет цвет и становится матовым. Не ждите полной стабилизации!

Совет: как рассчитать процент какао в шоколаде? В случае с темным и горьким шоколадом процент какао — это общая доля какао-продуктов в нем по отношению к общей массе. Чтобы рассчитать ее самостоятельно, просуммируйте тертое какао и какао-масло и разделите на общий вес рецепта. Уменьшая долю тертого какао, вы автоматически снижаете и процент какао в плитке. Так, чтобы сделать 65% шоколад на сахаре, вам необходимо взять 65 грамм какао-продуктов и 35 грамм сахара.



Варианты: меняйте наполнение так, как вам нравится: берите изюм и грецкий орех, арахис и сублимированную кукурузу. Очень интересно такой вариант подачи будет смотреться с сублимированными кусочками апельсина и цукатами.

6. Ножом для пиццы быстро сделать надрезы в разные стороны массы. Прорезать не надо, достаточно просто наметить линии. Стабилизировать шоколад при комнатной температуре, при необходимости охладить в холодильнике.
7. Аккуратно сломать готовый шоколад на осколки по линиям среза.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 3–4 месяцев. В идеале хранить в винном шкафу, но если такового нет, то подойдет и комнатная температура. Учтите, что в теплых условиях шоколад может сесть и менять текстуру в сторону более грубой.

Совет: вы можете не использовать специи и коноплю, но учтите, что именно они придают осколкам особое послевкусие.

Интересно: сычуаньский перец относится к категории псевдоперцев и никакого отношения к черному или красному перцу не имеет, это растение с легкой остринкой и ярким цитрусовым профилем. Сочетание зеленого сычуаньского перца и малины — одно из самых интересных сочетаний этой ягоды, оно дает свежесть и особый вкус. Если все-таки наличие перца, даже розового, в шоколаде вас смущает, то сделайте осколки без него.





Совет: если у вас нет кокосовой пасты, то вы можете легко приготовить ее из кокосовой жирной стружки, измельчив стружку в кофемолке импульсами до выделения масла.

Темный шоколад с пастой *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 100 грамм
Масло какао — 50 грамм
Паста из кешью/
кокосовая паста — 30 грамм
Тростниковый/белый/кокосовый
сахар — 50 грамм
Экстракт ванили масляный
(опционально) — 1 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Термометр/пирометр
Формы
Кофемолка
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Растопить в миске тертое какао, пасту из кешью/ кокосовую пасту, экстракт ванили и какао-масло любым из способов, перечисленных на стр. 84. Температура массы не должна превышать 50 °С.
2. Добавить сахар, измельченный в пудру. Чтобы улучшить дисперсность, его можно просеять через сито.
3. Вымесить и оттемперировать шоколад. При таком варианте рецептуры стабильнее будет опустить шоколад при темперировании до 28 °С, после чего нагреть его феном до 31 °С. Вылить в форму, стабилизировать.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 3 месяцев. С учетом наличия здесь растительных жиров хранить шоколад лучше в холодильнике или винном шкафу.

Совет: кокосовое масло, как и масло из кешью, всегда стремится к поверхности, образуя тонкую пленку сверху. Прежде чем использовать такие пасты в шоколаде, их стоит перемешать, сделав более однородными.

Интересно: добавление кешью или кокоса делает шоколад нежнее, снижая тем самым общую долю какао в рецептуре. Такой шоколад еще не сливочный, но уже и не темный. Ванильный экстракт также смягчает общий вкус, добавляя приятное ванильное послевкусие. Можно попробовать приготовить этот шоколад с сиропом, в этом случае сиропа потребуется меньше — 40 грамм.

Шоколад пряный «Имбирный пряник» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 100 грамм
Масло какао — 50 грамм
Кокосовый темный/мусковадо/
демерара сахар — 40 грамм
Кэрб темный обжаренный/
мескит — 20 грамм
Корица сорта альба — 2 грамма
Гвоздика цветочки — 1 грамм
Мускатный орех — 0,5 грамм
Кардамон — 1 грамм

Для украшения:

Сушеный апельсин — 10 грамм
Сушеная малина — 5 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Термометр/пирометр
Формы
Кофемолка
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Измельчить специи в кофемолке до мелкого состояния. Просеять через сито.
2. Нагреть 50 грамм масла какао до температуры в 55–60 °С и залить им специи. Удобно это сделать в небольшом пластиковом стакане, поставив последний в емкость с кипятком. Так масло дольше сохранит жидкий вид и лучше заберет ароматику специй. Оставить специи с маслом на 6–8 часов.
3. Растопить масло со специями, процедить его от специй, используя марлевую салфетку или капроновое сито. Взвесить масло. Довести добавлением новой порции масла до указанного в рецептуре веса.
4. Растопить тертое какао и какао-масло любым из способов, перечисленных на стр. 84. Температура массы не должна превышать 50 °С.
5. Добавить сахар, измельченный в пудру, и кэрб. Чтобы улучшить дисперсность, можно просеять через сито.
6. Вымесить и отtemперировать шоколад. При таком варианте рецептуры можно использовать стандартный способ темперирования перемешиванием. Поставить тазик на лед и, быстро помешивая, опустить температуру до 30–31 °С.
7. Разлить по формам, украсить сушеным апельсином и (или) малиной. Стабилизировать при температуре не выше 20 °С. Охладить.
8. Перевернуть форму на доску. Шоколад выпадет сам, либо можно ему помочь, слегка ударив его о край стола.



Совет: в этом рецепте отлично подойдет какао из Перу или Венесуэлы, а вместо специй по отдельности можно попробовать взять готовую смесь «Имбирный пряник» из магазина, но тогда вкус будет сильно зависеть от этой смеси.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 5–6 месяцев. В идеале хранить в винном шкафу, но если такового нет, то подойдет и комнатная температура. Учтите, что в теплых условиях шоколад может сесть и менять текстуру в сторону более грубой.

Совет: вытаскивать специи или нет — решать вам. Если оставить их внутри шоколада, они будут похрустывать и оставлять более яркий вкус на языке. В этом случае ждать настаивания масла необязательно, можно сразу переходить к приготовлению шоколада. Если вытащить, то вкус станет более разбавленным и будет зависеть от того, сколько времени настаивались специи с маслом и как долго оно оставалось при этом в жидком виде. Если готовите шоколад в меланжере, то специи можно просто отправить перетираться вместе с сахаром, а количество масла уменьшить до 30 грамм.

Интересно: Кэроб — порошок из плодов рожкового дерева. Кэроб получают с помощью специальной технологии обжаривания и тонкого измельчения, которые придают продукту его особые и уникальные свойства. Несмотря на то, что кэроб часто преподносят как замену какао, этот продукт содержит большое количество сахарозы и почти не содержит жира, что отличает его от порошка какао. Обжаренный кэроб имеет приятный карамельный вкус, который хорошо подчеркивает вкус специй. Мескит — порошок из одноименного растения семейства бобовых, по вкусу чем-то похож на кэроб, но имеет более карамельный привкус. В этой рецептуре любые из этих двух продуктов придадут шоколаду карамельную темную ноту ириски.





Совет: для этого рецепта хорошо подойдет тертое какао с ярким ягодным профилем, например из Колумбии или Танзании. Но, конечно, вы можете его приготовить и со стандартным тертым какао из Перу и Венесуэлы. Пудру сублимированной малины можно купить уже готовой в магазине, а можно приготовить самостоятельно, измельчив сублимированную малину в кофемолке. Важно, чтобы сам сублимат был полностью сухой: если малина стоит открытая уже несколько дней, то она легко тянет влагу из воздуха и становится влажной. Такой продукт измельчить в кофемолке уже проблематично.

Темный малиновый шоколад с розовым перцем «Малина – Каркаде» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 80 грамм
Масло какао — 50 грамм
Кокосовый светлый/белый/панела сахар — 30 грамм
Пудра сублимированной малины — 10 грамм
Пудра каркаде — 10 грамм
Розовый перец — 1 грамм

Для украшения:

Сублимированная/вяленая малина — 7/30 грамм
Лепестки розовой розы — 5 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить пудру каркаде: измельчить чай каркаде в кофемолке вместе с розовым перцем, после чего просеять через сито.
2. Растопить тертое какао и какао-масло любым из способов, перечисленных на стр. 84. Температура массы не должна превышать 50 °С.
3. Приготовить пудру сублимированной малины и каркаде: измельчить в кофемолке, после чего просеять через сито.
4. Добавить сахар, измельченный в пудру, пудру малины и каркаде. Чтобы улучшить дисперсность, можно просеять через сито.

Совет: если решите делать этот шоколад с сиропом, то сначала объедините сироп с какао-маслом и тертым какао, хорошо вымешав, отtemперируйте и только потом аккуратно добавьте пудру малины и каркаде. Дело в том, что сублимированные продукты хорошо притягивают влагу и могут отслоить масло какао. Такая масса уже не превратится в шоколадную плитку, но может быть использована для заливки кексов или печенья. А еще соотношение каркаде и малины можно изменять, чтобы регулировать кислотность плитки.

В зависимости от выбранного какао (у каждого региона есть характерные оттенки вкуса, и при разных количествах каркаде и малины вы можете подчеркнуть или уменьшить их) и малины вы можете получить разный итог.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Термометр/пирометр
Формы
Кофемолка
Сито

5. Вымесить и оттемперировать шоколад. При таком варианте рецептуры можно использовать стандартный способ темперирования перемешиванием. Поставить тазик на лед и, быстро помешивая, опустить температуру до 30–31 °С.
6. Разлить по формам, украсить малиной и лепестками роз. Стабилизировать при температуре не выше 20 °С. Охладить.
7. Перевернуть форму на доску. Шоколад выпадет сам, либо можно ему помочь, слегка ударив его о край стола.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 3–4 месяцев. В идеале хранить в винном шкафу, но если такового нет, то подойдет и комнатная температура. Учтите, что в теплых условиях шоколад может сесть и менять текстуру в сторону более грубой.

Интересно: Лепестки роз не имеют яркого вкуса, но дают приятную ноту ароматики цветов в плитки. Вы можете экспериментировать со вкусами, пробуя разные виды роз: от суданской до персидской. Кроме того, лепестки роз можно заваривать и пить холодным настоем: просто залейте их водой комнатной температуры и оставьте на 1–2 часа. Вы получите прекрасный освежающий напиток. Если хотите добавить необычности в ваши плитки, лепестки можно карамелизировать. Для карамелизации намочите каждый лепесток небольшим количеством воды и посыпьте тонким слоем дектрозы или пудры сахара. После чего отправьте в сушилку или духовку на 1–2 часа при температуре 60–70 °С. Вместо воды можно использовать взбитый куриный белок или аквафабу — так сахар будет держаться еще лучше. Готовый продукт используйте в декоре и украшении десертов.





Совет: для этого рецепта хорошо подойдет тертое какао с ярким фруктовым профилем, например из Мадагаскара или Филиппин. Но, конечно, вы можете его приготовить и со стандартным тертым какао из Перу и Венесуэлы. Пудра сублимированного манго продается на маркетплейсах. Пудру апельсина можно легко приготовить, если высушить корки апельсина с небольшим количеством мякоти на них, после чего измельчить в кофемолке. Вам придется дважды просеять продукт, чтобы дисперсность была приятной, но надо понимать, что ощущать частички вы в любом случае будете.

Темный шоколад «Кокос – Манго» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 85 грамм
Масло какао — 35 грамм
Белый/кокосовый светлый/панела сахар — 35 грамм
Пудра сублимированного манго — 15 грамм
Пудра маракуйи сублимированной/пудра апельсина — 5 грамм
Молоко кокосовое сухое 50% жирности — 20 грамм

Для украшения:

Сушеное манго — 15 грамм
Кокосовая стружка — 5 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Термометр/пирометр
Формы
Сито
Кофемолка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Растопить тертое какао и какао-масло любым из способов, перечисленных на стр. 84. Температура массы не должна превышать 50 °С.
2. Приготовить пудру апельсина/маракуйи: измельчить в кофемолке, после чего просеять через сито.
3. Добавить сахар, измельченный в пудру, сублимированные пудры и кокосовое молоко. Чтобы улучшить дисперсность, можно просеять через сито.
4. Вымесить и оттемперировать шоколад. При таком варианте рецептуры стабильнее будет опустить шоколад при темперировании до 28 °С, после чего нагреть его феном до 31 °С.
5. Разлить по формам, украсить сушеным манго и кокосовой стружкой. Стабилизировать при температуре не выше 20 °С. Охладить.
6. Перевернуть форму на доску. Шоколад выпадет сам, либо можно ему помочь, слегка ударив его о край стола.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 3 месяцев. В идеале хранить в винном шкафу, но если такового нет, то подойдет и комнатная температура. Учтите, что в теплых условиях шоколад может сесть и менять текстуру в сторону более грубой.

Совет: выбирая сухое кокосовое молоко, обратите внимание на состав. Вам нужно молоко, в составе которого только кокосовое молоко, мальтодекстрин и, возможно, крахмал. Вместо сухого кокосового молока можно взять пасту из кокоса. Вкус в этом случае будет более кокосовый и менее сливочный.

Копченый шоколад *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Щепа для копчения
(вишневая или яблочная) —
20–30 грамм
Шоколад по любому
из рецептов выше/
тертое какао — 100 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска железная высокая
Миска железная для щепы
маленькая
Фольга
Лопатка
Термометр/пирометр
Формы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить пиалу для щепы — можно взять любую железную пиалу небольшого размера либо скрутить емкость из двойного слоя фольги. Поместить пиалу в центр большой железной миски, насыпать щепу. В железную миску вокруг пиалы разложить поломанный шоколад или тертое какао.
2. Поджечь щепу в нескольких местах, дождаться, пока она немного прогорит и огонь станет устойчивым. После этого накрыть большую миску герметично фольгой. Важно: щепа через какое-то время потухнет.
3. Переставить миску в прохладное место (18–20 °С) и оставить не менее чем на 24 часа. Периодически можно открывать фольгу, еще поджигать щепу, обновляя горение, и снова закрывать. Дыма от щепы достаточно, чтобы ароматизировать шоколад.

Хранение: в закрытом контейнере при температуре до 20 °С до 6 месяцев.



Отсканируйте QR-код
и узнайте, что будет,
если жечь шоколад

Совет: вы почувствуете запах бекона и костра от своего шоколада уже через 3–4 часа, но для устойчивого аромата надо дожидаться хотя бы суток выдержки.

Шоколад с такой ароматизацией получается насыщенным, терпким, с ярким ароматом костра и бекона. Он отлично сочетается с красными ягодами и тропическими фруктами. Можно ароматизировать таким образом тертое какао и потом готовить из него шоколад разных видов. Его пикантный аромат прекрасно сочетается с темными ганашами и ореховыми начинками.





Совет: для медиантов можно использовать как готовые формы — бельгийские, французские, турецкие, так и силиконовый трафаретный коврик для изготовления французских макарон. Удобно, если границы в форме выпуклые. Если совсем ничего нет, то можно взять пластиковые стаканчики с обрезанными на минимум бортами или малые формы под капкейки. В этом случае вам не потребуется кондитерский мешок для отсаживания шоколада. Еще, как вариант, можно взять силиконизированный пергамент, нарисовать кружки диаметром 5–6 см, уложить его на охлажденный поднос (как в рецепте с шоколадными осколками) и выливать шоколад через кондитерский мешок.

Медианты — круглые диски из шоколада с разными видами топпингов. Главный их плюс — в тонкости и легкости. Одна из особенностей медиантов проявляется в интересных сочетаниях фруктов, орехов и специй в одном виде шоколада.

Шоколадные медианты *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Горький 75% шоколад по любому из рецептов выше — 350 грамм
Орех пекан — 100 грамм
Миндаль — 100 грамм
Фисташки зеленые очищенные — 100 грамм
Сушеная клюква — 100 грамм
Курага — 50 грамм
Сублимированная малина — 50 грамм
Сублимированная клубника — 50 грамм
Соль розовая — 3 грамма
Белый/кокосовый/панела/тростниковый сахар — 80 грамм
Сироп топинамбура/кленовый/агавы — 20 грамм
Пудра сублимированной малины — 10 грамм
Корица сорта альба — 5 грамм
Гвоздика цветочки — 3 грамма
Перец пасиля — 3 грамма
Перец чили — 2 грамма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Для приготовления карамелизированного пекана: 40 грамм сахара измельчить в кофемолке в пудру с корицей и гвоздикой. Пекан порезать на половинки, промыть водой и смешать с сахарной пудрой. Выложить на противень и отправить сушиться в духовку при температурах 80–90 °C на 2–3 часа. Также можно высушить пекан в дегидраторе при температуре 50 °C в течение 20–24 часов. Готовый пекан получается сухим, а сахар облепляет его как сахарной корочкой.
2. Для приготовления соленого острого миндаля: миндаль порезать на 2–3 части, промыть водой. 40 грамм сахара измельчить в кофемолке в пудру с солью и перцем чили. Смешать миндаль и сахар и отправить сушиться в духовку или дегидратор при температуре 80–90 °C на 2–3 часа до образования легкой карамельной корочки.
3. Для приготовления карамельных фисташек: сироп прогреть на сковороде до растворения и легкой карамелизации (масса начинает темнеть), засыпать фисташки и сублимированную малину, измельченную в кофемолке, в пудру, хорошо перемешать. Выложить тонким слоем на силиконовый коврик, отправить в духовку сушиться при 160–170 °C 10–20 минут. Готовые фисташки вытащить и охладить.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Духовка/дегидратор
Термометр/пирометр
Формы/силиконизированный коврик
Кондитерский мешок/пакет для заморозки
Кофемолка
Сито
Противень
Нож

4. Оттеперировать шоколад по любому рецепту, вылить его в формочки или переложить в кондитерский мешок/пакет для заморозки, отрезав носик, и выдавить кружочки одинакового размера. Выложить наполнение на каждый кружочек.

Варианты сочетаний:

- пекан и порезанная кусочками курага;
- острый миндаль и сублимированная клубника;
- карамельные фисташки и вяленая клюква;
- сублимированная малина и кусочки перца пасилья.

5. Стабилизируем и собираем в коробочку.
Наслаждаемся!

Хранение при температуре не выше 18 °C в течение 3 месяцев. Сроки годности медантов зависят от вашего варианта наполнения: с грецким орехом и пеканом их стоит сократить до 1 месяца, с арахисом и миндалем можно довести и до 3 месяцев.,

Важно: советую вам сразу приготовить много вариантов наполнения, чтобы не возвращаться к этому вопросу снова и снова. Как видите, такая подготовка занимает немало времени, тогда как сами меданты готовятся очень быстро.

Интересно: вы можете готовить меданты с самыми разными вариантами наполнений. Совсем необязательно придерживаться этих вариантов — по сути, вам надо создать тонкую прослойку шоколада и интересное яркое наполнение: от орехов до сухофруктов.



Совет: чтобы сделать меданты более зрелищными, покройте орешки и фрукты сверху тонкими полосочками темперированного шоколада. Для этого опустите шоколад до 28–29 °С, перелейте его в кондитерский мешок, отрежьте тонко носик и, надавливая на основание кондитерского мешка, двигайте вверх-вниз, выдавливая полосочки. Более простой вариант: взять вилку и сбрызнуть жидким шоколадом сверху. Затем добавить семена кунжута или льна — они прилипнут на небольшие зоны жидкого шоколада и меданты станут еще интереснее.



Важно: напиток здесь применяется опционально, чтобы создать эффект орехов с алкоголем, если вы его не используете — миксбары также будут очень вкусными. Если добавляете алкоголь, то оставьте орешки с ним настаиваться в течение 30 минут. Нужно также учитывать, что наличие алкоголя может привести к поседению шоколада в роксах, что является косметическим дефектом.

Роксы — это нечто среднее между шоколадом и батончиком. Идеальное соотношение в роксах или миксбарах — 50% шоколада на 50% наполнения.

Миксбары/роксы *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Темный шоколад по любому из рецептов выше — 250 грамм
Карамелизованный миндаль по рецепту фисташек из рецепта выше — 300 грамм
Измельченный карамелизованный фундук по рецепту фисташек из рецепта выше (стр. 117) — 175 грамм
Темный изюм — 50 грамм
Ром/коньяк — 20 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Термометр/пирометр
Силиконовые формы-полусферы диаметром 2 см/для мини-капкейков/для эклеров

Интересно: Миксбары, или роксы — это бесконечное множество вариантов. Используйте в них до 4 вариантов наполнения, смешивайте орехи и сухофрукты, добавляйте специи.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Залить изюм алкоголем и оставить настаиваться на 30 минут. Перемешать миндаль, фундук и отжатый от алкоголя изюм.
2. Приготовить шоколад по любому из рецептов, выигрышнее всего в этом рецепте будут копченый, «Имбирный пряник» или темный малиновый, отtemперировать и опустить температуру до 30 °C.
3. Вылить шоколад на орешки и изюм, тщательно перемешать так, чтобы шоколад равномерно покрывал орехи.
4. Отправить готовую смесь в силиконовые полусферы диаметром 2 см. Стабилизировать в течение часа при 15–18 °C, затем извлечь из форм.
5. При желании облить шоколадом.

Беспроигрышные варианты:

- курага, грецкий орех, корица;
- чернослив, миндаль, гвоздика;
- цукаты апельсиновых корок, сублимированная маракуйя, сычуаньский перец;
- кунжут, изюм, курага;
- вяленая вишня, кедровый орех;
- вяленая клюква, арахис;
- арахис, сублимированная кукуруза, соль.

Хранение при температуре не выше 18 °C в течение 3 месяцев. Сроки годности роксов зависят от вашего варианта наполнения: с грецким орехом и пеканом их стоит сократить до 1 месяца, с арахисом и миндалем можно довести и до 3 месяцев.

Джандуйотто — это название шоколадной конфеты, сделанной из шоколада джандуйя и имеющей форму перевернутой лодки. Родина джандуйи — Турин. Особенность этой конфеты или шоколада — присутствие пасты из качественного фундука. С фундуком в России часто проблемы, старайтесь выбирать максимально свежую и ароматную пасту, чтобы вкус шоколада был сливочно-ореховым, а не прогорклым.

Джандуйотто *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тертое какао — 50 грамм
Масло какао — 50 грамм
Сироп топинамбура/агава/
кленовый/гречишный мед — 40
грамм
Паста из фундука — 40 грамм
Дробленый фундук — 20 грамм
Инулин — 30 грамм
Лецитин — 1 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Термометр/пирометр
Формы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Разогреть сироп до 40 °С.
2. Растопить масло какао, тертое какао и пасту из фундука до 40 °С. Влить подогретый до 40 °С сироп, хорошо вымесить.
3. Добавить инулин, дробленый фундук и лецитин. Хорошо перемешать. Темперировать, перемешивая, до 30 °С, разлить в формы, стабилизировать.
4. Достать из формы, обсыпать какао и/или облить шоколадом.

Хранение при температуре не выше 18 °С в течение 30–45 дней. Сроки годности конфет сильно зависят от качества пасты, при соприкосновении с водой фундук начинает прогоркать, и постепенно этот процесс нарастает. Поэтому мы ограничиваем сроки 1–1,5 месяцами.

Вариант: Приготовьте неклассический вариант орехового шоколада, заменив фундук на миндаль. Миндальные джандуйотто не менее интересные. А для сезонного вкуса можно добавить в них смесь «Имбирный пряник» или цукаты апельсиновых корочек.



Важно: надо понимать, что этот вариант фундучного шоколада содержит большое количество жиров и влаги, поэтому в комнате он не будет обладать высокой стабильностью. Для стабилизации можно либо, как в Турине, упаковывать в фольгу, либо обливать шоколадом, чтобы масса была стабильнее.



ШокоКолбаса *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Шоколад от 60% какао/
тертое какао — 110 грамм
Сироп топинамбура/мед
разнотравье — 40 грамм
Масло кокосовое/пальмовое/
гхи — 40 грамм
Мука миндальная/ хлопья
овсяные — 50 грамм
Протеин грецкого ореха/
миндальная мука — 30 грамм
Орехи кедровые — 30–40 грамм
Клюква/сублимированная
малина/вяленая вишня —
15–20 грамм
Кориандр обжаренный,
молотый — 1 грамм
Корица сорта альба — 1 грамм
Апельсиновая цедра
молотая — 1 грамм

Для обсыпки:

Мука кокосовая — 50 грамм
Какао-порошок — 10 грамм
Пудра сублимированных ягод:
малина/смородина — 5 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Лопатка
Пищевая пленка/
силиконизированный пергамент

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Сироп, шоколад и масло разогреть до полного растапливания — 40–50 °С и вымесить лопаткой.
2. Продолжая помешивать, высыпать сублимированные продукты, орехи, протеин и миндальную муку. Масса будет густеть. В итоге должна получиться мягкая и пластичная масса.
3. Выложить получившуюся массу на пергамент или пленку, стянуть в виде колбасы и отправить в холодильник на 20–30 минут.
4. Обсыпать какао-порошком или пудрой сублимированных ягод, при желании можно обмазать темперированным шоколадом. Нарезать ломтиками и наслаждаться.

Хранение до 30 дней при температуре до 20 °С. Колбаса постепенно становится более рыхлой, а протеин начинает портиться, поэтому следите за качеством ингредиентов.

Совет: вы можете использовать в эту колбасу как шоколад 75% из базовых рецептов, так и просто тертое какао. В первом случае колбаса будет слаще, во втором — более терпкой.



Важно: если вы хотите приготовить колбасу на курином белке, то следует учесть, что он обладает значительно большей липкостью и плотностью в этом продукте по сравнению с аквафайбой. Поэтому рекомендую уменьшить все добавки в колбасу на 10–15%, чтобы не пересушить ее.

В случае, если нам нужно приготовить колбасу с уменьшенным содержанием углеводов, мы можем либо заменить мед в предыдущем варианте на сироп аллюлозы, либо воспользоваться более нежным и мягким рецептом. Этот вариант очень понравился моему супругу, хотя он и не любит низкоуглеводные блюда на эриприте за их возможную сухость и малую сладость.

КетоШокоКолбаса.

Низкоуглеводный вариант **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Аквафаба нутовая/белок
куриный — 30/35 грамм
Пудра эритрита/аллюлоза —
30 грамм
Ксантовая камедь — 0,1 грамм
Тертое какао — 50 грамм
Сироп инулина/цикория/
аллюлозы — 40 грамм
Лецитин растительный —
6 грамм
Мука миндальная — 80 грамм
Сублимированная малина —
15 грамм
Арахис/фисташка/грецкий
орех — 80 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Взбить аквафабу/куриный белок. Если вы никогда этого не делали, не бойтесь, я вас научу. Для начала нужно все обезжирить: венчики и емкость для взбивания, протерев уксусом или лимонным соком. Взбить миксером интенсивно до пышной пены. Когда пена станет плотной, добавить пудру эритрита и ксантовую камедь и взбить еще раз до плотного состояния.
2. Отдельно растопить тертое какао до 40–50 °С, добавить к нему сироп цикория и лецитин. Взбить блендером до однородности.
3. Аккуратно выложить пену аквафабы к какао-массе, постепенно перемешивая миксером. Должна получиться однородная и ровная масса. Засыпать в нее миндальную муку, малину и орешки, перемешать. Масса будет как пластилин.
4. Выложить массу на пищевую пленку/силиконовый коврик/пергамент, стянуть, формируя колбасу.
5. Стабилизировать 15–30 минут в холодильнике.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Миксер
Лопатка
Пищевая пленка/
силиконизированный
пергамент/коврик
Блендер погружной

Хранение до 30 дней в пленке в холодильнике. Продукция с большим содержанием какао и эритрита постепенно высыхает и крошится. Можно хранить при комнатной температуре, но высыхать будет быстрее.

Совет: сироп цикория или сироп инулина легко купить на маркетплейсах, он имеет низкую сладость, содержит большое количество клетчатки и отлично стабилизирует продукт. Вам нужен сироп прозрачного цвета, не путайте с перетертым корнем цикория, цвет которого темно-коричневый.

Интересно: если вы не хотите готовить эту колбасу в низкоуглеводном варианте, то можете заменить эритрит на нерафинированный тростниковый сахар, а сироп цикория — на сироп топинамбура. Получится более сладкий, но тоже очень интересный десерт. Если хочется готовить эту колбасу на классическом белом сахаре, то учтите, что она будет существенно более сладкая.





Шоколадные конфеты

В этой главе мы научимся готовить самые разные варианты простых шоколадных конфет. Для того чтобы сделать рецепты максимально удобными для вас, я постаралась сократить список ингредиентов до минимума. Большинство ингредиентов для конфет вы легко найдете на маркетплейсах, в крупных сетевых магазинах. Для вашего удобства рядом с ингредиентами я пишу, на что стоит обратить внимание при их покупке. Чаще всего это содержание углеводов, жира и воды в составе. Старайтесь найти максимально приближенные к тому, что есть в рецепте, тогда результат рецептуры будет более предсказуемый. Начинайте с простых рецептур, чтобы потом постепенно перейти к более сложным вариантам. Так вы нарастите свое мастерство без сложностей. Если что-то пошло не так, подумайте и проанализируйте: возможно, где-то вами была допущена ошибка еще на стадии приготовления или выбран неправильный ингредиент.

Обливка конфет

Шоколад в обливке играет огромную роль в жизни конфет. Во-первых, он сохраняет их товарный вид, во-вторых, делает красивыми, в-третьих, замедляет процессы порчи, создавая барьер между кислородом в окружающей среде и начинкой.

НЕСКОЛЬКО ПРОСТЫХ ПРАВИЛ, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ ВАМ ОБЛИВАТЬ КОНФЕТЫ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО:

Сам процесс обливки выглядит достаточно просто. Шоколад топим, temperируем, выливаем в глубокий стакан. Конфеты достаем из формы, опускаем в стакан и аккуратно вытаскиваем вилкой на силиконовый коврик, силиконизированный пергамент или пищевую пленку. Чтобы процесс пошел быстрее, пергамент можно уложить на железный или стеклянный поднос, предварительно остудив его в морозилке до 13–15 °С.

Подбирайте для глазури глубокую и узкую тарелку или стакан. Так вам не придется собирать шоколад по стенкам, а малым количеством глазури вы сможете покрыть больший объем конфет.

Используйте только отtemперированный шоколад. Это обеспечит стабильность покрытия и сохранность его в помещении, а также быстрое застывание шоколада.

Обеспечьте в помещении стабильную прохладную температуру. В идеале, конечно, это 15–18 °С, но если это невозможно, то хотя бы 20–21 °С. Чем жарче в комнате, тем сложнее вам будет обеспечить аккуратное покрытие.

Не замораживайте конфеты! Даже ради быстрого результата. Обливка замороженных конфет, во-первых, создает конденсат между начинкой и покрытием, что, в свою очередь, приводит к дальнейшему росту плесени. Во-вторых, шоковый перепад температур создает быструю перекристаллизацию шоколада — он седеет и покрывается ржавым налетом. Идеальная температура конфет для покрытия — 11–14 °С.

Не забывайте перемешивать шоколад в емкости — с каждой новой облитой конфетой температура шоколада падает, и он густеет. Если не хотите получить разводы и куски на поверхности — перемешивайте шоколад. Как только температура шоколада упадет ниже 28 °С, его стоит подогреть по бокам емкости феном, после чего перемешать.

Вытирайте вилку после каждой конфеты. Шоколад имеет привычку «налипать» на вилку, и постепенно накапливается на ней большим шоколадным комом.

Проводите вилкой по пергаменту, прежде чем снять с нее конфету. Так вы уменьшите потенциальные «юбки» вокруг своих сладостей. Если юбки все же получились — просто аккуратно срежьте их ножом.



Конфеты пралине

«Рождественский орешек» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для пралине:

Паста из грецкого ореха —
100 грамм
Масло какао — 20 грамм
Кленовый сироп/ гречишный
мед — 25 грамм
Лецитин растительный —
0,5 грамма
Шоколад для обливки —
150 грамм

Для украшения:

Какао-крупка — 10 грамм
Грецкий орех — 15 штук

Для хрустящего слоя:

Какао-крупка — 70 грамм
Кокосовый сахар — 30 грамм
Питьевая вода — 10 грамм
Сахарная пудра кокосового/
белого/тростникового сахара —
10 грамм
Корица — 1 грамм
Гвоздика цветочки — 1 грамм
Имбирь сушеный — 0,5 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Для приготовления хрустящего слоя сахар выложить в сотейник и смешать с водой. Засыпать какао-крупку, поставить на плиту и слегка подогреть, пока сахар не начнет немного плавиться. Перемешать, добавить сахарную пудру для хруста и измельченные специи.
2. Выложить в форму тонким слоем и отправить сушиться в духовку на 160 °С на 20–25 минут. Достать из духовки и остудить.
3. Специи измельчить в кофемолке/блендере.
4. Масло какао растопить до полного расхождения, температура примерно 40–45 °С, влить сироп, размешать.
5. Добавить пасту из грецкого ореха температурой 30–35 °С, добавить лецитин, перемешать до однородности.
6. Быстро остудить массу помешиванием в холодной емкости до 28–29 °С, вылить поверх хрустящего слоя и отправить на стабилизацию в холодильник на 1 час.
7. Готовые конфеты нарезать кусочками (если вы не использовали форму) или достать из форм, облить отtemперированным шоколадом, украсить какао-крупкой.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Сотейник
Термометр
Силиконовые квадратные
формы/формы для капкейков/
коврик
Духовка
Кофемолка/блендер

Хранение до 30 дней при температурах 17–18 °С.
Если винного шкафа у вас нет, то лучше хранить их в холодильнике.

Интересно: пралиновые начинки — это вид жировых начинок, в которых растительные жиры разного вида (чаще всего ореховые) смешиваются с шоколадом. Главная проблема этих начинок — поседение. Дело в том, что ореховые жиры более жидкие и постепенно мигрируют на поверхность конфеты, создавая белый налет. Этот вид поседения называется жировым. Проверить его легко: если налет легко плавится под пальцами и стирается — это именно оно.

Важно: какао-крупка — это просто измельченные какао-бобы, они похожи по текстуре на орешки, но имеют более глубокий шоколадный вкус. Если у вас нет возможности ее купить, вместо какао-крупки можно взять кусочки грецкого ореха или фундука. В этом случае сроки годности конфет лучше ограничить 14 днями.



Совет: пасту из грецкого ореха легко приготовить самим, измельчив орехи в кофемолке или блендере до выделения масла.



Пралине «Белочка» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Паста из фундука — 100 грамм
Крошка дробленого фундука — 50 грамм
Кокосовый/белый/нерафинированный тростник/панела сахар — 30 грамм
Питьевая вода — 10 грамм
Масло какао — 10 грамм
Какао тертое — 22 грамма
Шоколад для обливки — 200 грамм

Для украшения:

Фундук дробленый — 20 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Лопатка
Миска
Силиконовые формы/коврик/силиконизированный пергамент
Духовка
Кофемолка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Первый вариант приготовления: сахар измельчить в кофемолке в пудру. Фундук смочить водой, добавить сахар, перемешать так, чтобы сахар равномерно покрывал фундук. Выложить ровным слоем на силиконовый коврик и отправить в духовку на 20–25 минут при температуре в 120–140 °С.
2. Второй вариант приготовления: положить крошку дробленого фундука с сахаром и водой в сотейник и перемешивать на огне до тех пор, пока карамель не начнет подплавливаться. После чего выложить на коврик и дождаться полного остывания. Измельчить готовую массу в крошку скалкой или ступкой. Можно воспользоваться блендером или кофемолкой, но в этом случае не переусердствуйте. Вам нужна крошка, а не паста.
3. Тертое какао и масло какао растопить до полного расхождения при температуре 40–45 °С, добавить пасту из фундука и перемешать.
4. Охладить, быстро перемешивая, до 28–29 °С, добавить подготовленную сладкую крошку фундука. Выложить массу в формы и стабилизировать в холодильнике 1–2 часа.
5. Достать из формы, облить отtemперированным шоколадом и украсить фундуком.

Хранение до 60 дней в холодильнике в зависимости от качества выбранного фундука. Если фундук изначально горчит, то такой орех лучше не использовать в конфеты.

Важно: если вам не хватает сладости в конфете, то можно либо использовать для обливки более сладкий шоколад, либо дополнительно добавить в массу пралине 10–15 грамм сиропа топинамбура до момента его охлаждения. Учтите, что в этом случае конфета будет более мягкой.

Шоколадные козинаки *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Фисташка — 55 грамм
Миндаль, рубленый
на 2–3 части — 55 грамм
Сироп топинамбура/агавы/
кленовый/мед разнотравье —
50 грамм
Пудра сублимированной
малины/ежевике — 15 грамм
Тертое какао — 75 грамм
Масло какао — 30 грамм
Сухое кокосовое молоко от 50%
жирности — 22 грамма
Вяленая вишня/черешня/
изюм — 18 грамм
Кокосовый/белый/тростниковый/
панела сахар — 30 грамм
Шоколад для обливки —
300 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник/сковородка
Миска
Лопатка
Духовка
Силиконовый коврик
Форма под батончики или эклеры
Кофемолка
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать сироп топинамбура и порубленные кусочками орехи так, чтобы сироп равномерно покрывал орехи, но они в нем не купались. Количество сиропа может быть немного откорректировано в зависимости от его густоты и степени измельчения орехов.
2. Выложить орехи на силиконовый коврик тонким слоем, оставив расстояние между орешками. Отправить в духовку, разогретую до температуры 170–180 °C на 15–20 минут.
3. Достать из духовки и посыпать через сито еще горячие орехи пудрой сублимированной малины/ежевике. Если ягодной пудры нет, то можно взять какао-порошок, смешав его с измельченными корицей, гвоздикой и имбирем.
4. Остудить и поломать на кусочки — у вас должны получиться кусочки орешков, равномерно покрытые карамелью и обсыпкой.
5. Тертое какао, масло какао и сухое кокосовое молоко растопить до 50 °C, добавить сахар, вяленую вишню/черешню/изюм и приготовленные карамелизированные орехи. Выложить в формы для батончиков, стабилизировать при температуре 15–17 °C. Если винного шкафа нет и стабильных условий тоже нет — оставьте в холодильнике на 1 час.
6. Достать, облить отtemперированным шоколадом.

Интересно: благодаря тому, что здесь мы используем нетемперированный шоколад, масса получается мягкая и рыхлая. Но это же и не позволит ей храниться без шоколадного покрытия, поэтому, чтобы эти батончики можно было оставить на столе, их лучше облить шоколадом.

Хранить
при температурах
15–17 °C или
в холодильнике
в течение 1 месяца.



Совет: общий вес ореховой смеси в рецептуре — 110 грамм, поэтому вы можете взять произвольные пропорции миндаля и фисташек. Также, при желании сахар можно измельчить в пудру при помощи кофемолки, но можно и не измельчать: тогда козинаки будут обладать приятным хрустом.



Пралине «Кунжутная халва» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Кунжутная паста (тахини) —
100 грамм
Сироп топинамбура/кленовый
сироп/мед разнотравья —
100 грамм
Кокосовый/белый/панела
сахар — 50 грамм
Амарант воздушный
для обсыпки — 50 грамм
Мука рисовая/пшеничная —
20 грамм
Цедра апельсина — 4 грамма
Шоколад для обливки —
200 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Сковорода
Лопатка
Любые силиконовые формы/
пластиковая форма,
выстланная пищевой пленкой
Плита

Хранение до 30 дней
в холодильнике. Кунжутная
халва достаточно быстро
может начать горчить,
поэтому прежде всего
отталкивайтесь от качества
вашего кунжута.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. На сухой сковороде обжарить муку до коричневого цвета, смешать ее с пастой тахини.
2. В сотейнике сироп топинамбура смешать с сахаром и поставить на огонь. Довести до полного растворения сахара и легкого потемнения массы (карамелизации).
3. Снять с огня, добавить подготовленную тахини с мукой и апельсиновую цедру. Масса начнет густеть, это нормально. Идеальная консистенция — мягкий пластилин.
4. Выложить в формы или единым бруском, дать остыть в комнате, нарезать на кусочки или достать из порционных форм.
5. Шоколад оттемперировать, смешать с воздушным амарантом и искупать в этой массе нашу халву. Стабилизировать и наслаждаться.

Важно: воздушный амарант сейчас можно найти на маркетплейсах, также его можно заменить воздушной гречкой или просто зернами кунжута. А еще вы можете приготовить воздушный амарант самостоятельно: для этого сковороду надо раскалить, выложить на нее порционно амарант малыми партиями, накрыть крышкой и ждать, пока он начнет взрываться. Для успешного результата порции должны быть небольшими, а температура высокой. И, конечно, нужна крышка, желательно без отверстия для выхода воздуха. Так вы создаете эффект повышенной температуры внутри сковороды: зерно быстро раскаляется и лопаются.

Помадка карамельная «Арахисончик» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сливки кокосовые жидкие
(мякоть кокоса от 70%, жирность
20–22%) — 80 грамм
Кокосовый темный/панела/
тростниковый/белый сахар —
90 грамм
Арахисовая паста — 80 грамм
Арахис очищенный жареный
соленый — 110 грамм
Масло какао — 40 грамм
Темный 75% шоколад по любому
из рецептов выше — 150 грамм
Какао-порошок для обсыпки —
30 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Плита
Силиконовые формы
для помадки
Венчик
Блендер погружной

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В сотейнике сливки и кокосовый сахар довести до закипания. Аккуратно перемешивая венчиком, добавить арахисовую пасту, масло какао.
2. Снять с огня, взбить блендером до однородности.
3. Добавить в массу арахис и хорошо размешать. Разложить по формам, отправить на стабилизацию в холодильник на 10 часов.
4. Достать помадку из формы, нарезать при необходимости, облить отtemперированным шоколадом/обсыпать какао-порошком.

Хранение: в обсыпке из какао-порошка до 30 дней при температуре не выше 18 °C, в шоколаде — до 60 дней. Учтите, что масса постепенно подсыхает, поэтому лучше для хранения использовать холодильник (более стабильные условия).

Совет: если вы не планируете долго хранить помадку, то можно ее не покрывать сверху шоколадом или какао-порошком.



Шоколадные корзиночки «Американо» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Темный 75% шоколад по любому из рецептов выше — 300 грамм
Арахисовая паста без добавок — 100 грамм
Масло какао — 40 грамм
Сироп топинамбура/агавы/мед разнотравье — 25 грамм
Лецитин — 1 грамм
Соль — 0,5 грамма
Арахис дробленный — 40 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Лопатка
Миска
Пирометр/термометр
Силиконовые формочки под капкейки — 4–5 штук

Совет: если вы используете мед, то в этом случае вкус будет слаще. Я редко использую мед как замену сиропу топинамбура: он придает изделию больше сладости, а еще добавляет своего вкуса.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Силиконовые формы под капкейки охладить в холодильнике в пакете в течение 30–40 минут.
2. Пока формы охлаждаются, приготовить шоколад по любому рецепту и отtemперировать его, выйдя на температуру в 29–30 °С.
3. Достать формы из холодильника, дальше действовать надо быстро. Вылить шоколад в форму до краев, подождать 30–40 секунд, перевернуть форму и слить остатки шоколада обратно в миску. На стенках корзиночки останется тонкий шоколадный слой. Повторить этот процесс со всеми приготовленными формами. Если шоколад со стенок начинает интенсивно сползать вниз на дно — покрутить форму как колесо. Чаще всего это означает, что в помещении у вас очень жарко, или шоколад был плохо отtemперирован.
4. Отставить корзиночки стабилизироваться в комнате. Остатки шоколада вылить на пергамент или оставить в миске: он еще понадобится для изготовления крышки.
5. Масло какао растопить до 40 °С, смешать с сиропом топинамбура, лецитином и солью, перемешивать до однородности.
6. Добавить арахисовую пасту комнатной температуры, перемешать, охладить до 30 °С быстрым помешиванием.
7. Выложить арахисовую начинку в корпус из шоколада в нашей форме от капкейка. Сверху уложить кусочки арахиса для хруста.
8. Стабилизировать в холодильнике в течение 30–60 минут.



9. Растопить и темперировать шоколад до 30 °С.
10. Корзиночки достать из холодильника, аккуратно залить крышечку сверху, разравнивая лопаткой.
11. Стабилизировать при комнатной температуре до застывания, потом поставить в холодильник на 2–3 часа.
12. Аккуратно достать из силиконовой формы корзиночку. При желании можно украсить ее сверху полосками темперированного шоколада и кусочками арахиса.

Хранение: до 90 дней
при температурах
16–17 °С.



Помадка шоколадная «Тоффи» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сливки кокосовые жидкие
(мякоть кокоса от 70%, жирность
20–22%) — 100 грамм
Кокосовый темный/панела/
белый/тростниковый сахар —
80 грамм
Молоко сухое кокосовое
(жирность от 50%) — 40 грамм
Какао тертое — 40 грамм
Лецитин — 0,5 грамма
Мука миндальная — 40 грамм
Фисташки измельченные/
миндаль — 40 грамм
Малина сублимированная —
20 грамм
Какао-порошок для обсыпки —
30 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Плита
Силиконовые формы
для помадки
Венчик
Блендер погружной

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В сотейнике сливки и сахар довести до закипания. Аккуратно перемешивая венчиком, добавить сухое кокосовое молоко.
2. Параллельно растопить тертое какао и лецитин, затем объединить со сладкой массой из сотейника, взбив венчиком или блендером.
3. Добавить фисташки, малину, муку. Масса должна получиться похожей на пластилин. Разложить получившуюся массу в порционные формы.
4. Оставить стабилизироваться на 1 час в холодильнике.
5. Достать из формы, нарезать при необходимости, обсыпать какао-порошком. При желании помадку можно облить шоколадом, но и без него она очень вкусная и нежная.

Хранение: при температуре не выше 18 °С в обсыпке из какао-порошка — до 30 дней, в шоколаде — до 60 дней. Учтите, масса постепенно подсыхает, лучше для хранения выбрать холодильник.



Трюфели

В чем отличие ганашей и истинных трюфелей от прочих бонбон, конфеток и ирисок? Ганаш — это всегда смесь жидкости (пюре, соков, чая, воды, сливок) и какао-продуктов. Причем влажность таких конфет намного выше влажности тех же помадок и пралине, в связи с чем хранятся они намного меньше. Для трюфелей очень важен процесс эмульгирования массы, то есть объединения жировых и водных субстанций. Используйте для этого погружной блендер, чтобы ваши конфеты были более нежными и интересными.

Трюфель «Кофе – Тонка» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко кокосовое
(мякоть кокоса от 70%,
жирность 22%) — 88 грамм
Масло какао — 41 грамм
Паста из кешью — 12 грамм
Кокосовый темный/мусковадо/
панела сахар — 24 грамма
Мед разнотравья — 24 грамма
Какао-порошок — 12 грамм
Лецитин растительный — 1 грамм
Кофе натуральный молотый —
5 грамм
Бобы тонка (диптерикс
душистый) натертые —
0,1 грамма

Для обсыпки:

Какао-порошок или кэроб —
30 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Лопатка
Погружной блендер
Стакан для блендера
Формы для трюфеля
Термометр/пирометр
Сито
Пищевая пленка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Кокосовое молоко довести до кипения, добавить кофе и натертые бобы тонка, накрыть пленкой и настаивать в течение 30–40 минут. Затем подогреть, процедить через сито, взвесить заново, восполнить потери молока до объема в рецепте.
2. В сотейнике смешать сахар, мед и половину полученного кокосового молока. Довести до закипания и полного растворения сахара. Добавить оставшееся кокосовое молоко, какао-порошок, пасту из кешью и измельченное масло какао.
3. Снять с огня. Дать маслу какао подтаять, перелить в стакан, добавить лецитин и взбить блендером до гладкой эмульсии.
4. Охладить ганаш быстрым помешиванием до 30 °С, разлить по формам, накрыть пищевой пленкой и отправить стабилизироваться в холодильник на 12–14 часов. Если форм нет, то можно оставить ганаш в холодильнике под пленкой на 30–60 минут до плотности, накатать шарики и отправить их стабилизироваться на положенные 12 часов.
5. Достать из холодильника, обсыпать какао.

Хранение: в какао-порошке — до 7 дней в холодильнике, в обливке шоколадом — до 20 дней при температуре 15–17 °С.

Совет: это самый простой и быстрый рецепт трюфелей, качество исполнения которого зависит как от используемых специй, так и от какао-порошка. Обливать эти конфеты шоколадом или нет — дело ваше, но даже просто в какао-порошке они прекрасны. Если у вас нет в наличии бобов тонка, то эти трюфели можно приготовить с зеленым кардамоном. Просто замените бобы тонка на измельченный зеленый кардамон и наслаждайтесь конфетой с пряным восточным вкусом.

Трюфель «Чернослив – Гавана» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Чернослив вяленый — 61 грамм
Питьевая вода — 40 грамм
Кокосовый/белый/тростниковый сахар — 30 грамм
Мед гречишный/
каштановый — 30 грамм
Масло какао — 68 грамм
Тертое какао — 35 грамм
Масло кокосовое/
гхи/топленое — 25 грамм
Ром кубинский — 10 грамм
Лецитин растительный —
1 грамм
Шоколад для обливки —
200 грамм
Неактивированные сырные
дрожжи для обсыпки —
50 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Лопатка
Погружной блендер
Стакан для блендера
Формы для трюфеля
Термометр/пирометр

Хранение конфет:
до 20 дней при температурах
15–17 °С. При комнатной
температуре их лучше
не хранить, для ганашей
нужна стабильная
температура!

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Чернослив промыть кипятком, воду подогреть и залить ею чернослив на 10–15 минут. Выбирайте хороший мясистый чернослив, со слишком сухими вариантами могут возникнуть сложности с формированием ганаша.
2. Измельчить блендером чернослив в стакане вместе с водой в однородное пюре, добавить сахар и мед, взбить еще раз. Подогреть до 40–50 °С.
3. Отдельно растопить тертое какао, масло какао, кокосовое масло и лецитин до 40–45 °С.
4. Вылить пюре чернослива с сахаром на какао-массу, взбить блендером до однородности. Добавить ром и взбить еще раз.
5. Охладить ганаш быстрым помешиванием до 30 °С, разложить по формам или накрыть пленкой в тарелке и отправить на стабилизацию. Если вы стабилизируете ганаш в формах, то срок стабилизации — 10–12 часов, если в миске — то через 30–40 минут ганаш станет достаточно пластичным, чтобы накатать из него шарики. Полученные заготовки поставьте под пленкой в холодильник на 12 часов для полной стабилизации.
6. Шоколад для покрытия отtemперировать, довести температуру до 30 °С, смешать с сырными дрожжами. Облить конфеты. Стабилизировать еще час в холодильнике.

Интересно: сырные неактивированные дрожжи вы можете найти во многих магазинах для веганов, а также в крупных супермаркетах и на маркетплейсах. Здесь они придают шоколаду насыщенное белково-сырное послевкусие, что очень украшает конфету.

Если у вас их нет, вы вполне можете облить конфеты обычным темным шоколадом.



Совет: вы можете использовать любой указанный сахар, но в этой рецептуре идеальнее всего подойдет темный кокосовый. Ром придает здесь трюфелю особый шарм и легкое послевкусие. Но если вы категорически не приемлете алкоголь, вы можете убрать его из рецепта. В случае, если ваш ганаш откажется при этом объединяться и станет неравномерной массой, добавьте вместо рома 5 грамм воды. Если вы не используете алкоголь, то, чтобы придать конфете более интересный вкус, замените в этом пункте воду на насыщенный раствор кофе.



Трюфель

«Шоколадный манго» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко кокосовое (мякоть кокоса от 70%, жирность 22%)/сливки классические 33% — 74/28 грамм

Пюре манго — 40 грамм

Мед разнотравья — 28 грамм

Сахар кокосовый темный/белый/панела/тростниковый — 40 грамм

Тертое какао — 50 грамм

Масло какао — 60 грамм

Масло кокосовое/гхи/топленое — 10 грамм

Лецитин — 1 грамм

Шоколад для обливки — 200 грамм

Кокосовая стружка для обсыпки — 70 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник

Лопатка

Погружной блендер

Стакан для блендера

Силиконовые формы для конфет

Термометр/пирометр

Глубокая и узкая пиала

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Кокосовое молоко/сливки классические, пюре манго, мед, сахар выложить в сотейник и довести до закипания. Не кипятить!
2. Добавить в горячую смесь измельченное тертое какао, масло какао, кокосовое масло, лецитин. Перемешать до подплавления какао, снять с огня, перелить в высокий стакан и взбить блендером до однородности.
3. Охладить ганаш быстрым помешиванием до 30 °С, вылить в формы или закрыть миску пленкой и отправить в холодильник на стабилизацию. Стабилизировать, если в формах, 12–14 часов, в миске — 30–40 минут до плотности, сформировать шарики, накрыть их пленкой и оставить на 14 часов в холодильнике до стабилизации.
4. Оттеперировать шоколад. Кокосовую стружку высыпать в отдельную глубокую и узкую пиалу.
5. Опускать каждую конфету в шоколад, отстукивать вилку о край пиалы, после чего переносить конфету в стружку и делать вращательные движения пиалой. Крутите без рук и вилки конфету внутри стружки — последняя налипает на шоколадное покрытие, образуя своеобразную корочку. Достать на пергамент и стабилизировать в холодильнике еще час.

Хранение конфет: до 20 дней при температуре 15–17 °С.

Совет: пюре манго лучше не готовить самостоятельно, а купить уже измельченное. Важно, чтобы в составе было только манго, и допустимо до 10% сахара. В обсыпку также можно добавить пудру сублимированного манго или маракуйи, чтобы сделать конфету более тропической.

Трюфель

«Яблоко – Грецкий орех» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Яблоко, порезанное сырое — 80 грамм
Концентрированный яблочный сок — 20 грамм
Мед разнотравья/майский — 20 грамм
Тертое какао — 34 грамма
Масло какао — 40 грамм
Паста из грецкого ореха — 26 грамм
Лецитин — 1 грамм
Шоколад «Имбирный пряник» по рецепту со стр. 104 для обливки — 200 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Плита
Сотейник
Лопатка
Погружной блендер
Стакан для блендера
Духовка
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Яблоко запечь в духовке или микроволновке до мягкости, протереть через сито. Нам потребуется 40 грамм.
2. Смешать концентрированный сок, яблочное пюре, мед в сотейнике. Довести до закипания.
3. В стакане смешать измельченное тертое какао, масло какао, пасту из грецкого ореха, лецитин. Вылить поверх смеси кипящее пюре. Дать подплавиться какао, взбить блендером до однородного и гладкого ганаша.
4. Охладить ганаш помешиванием до 30 °С, разлить в формы и убрать на стабилизацию в холодильник на 12–14 часов. Или оставить в миске под пленкой в холодильнике на час, после чего накатать шарики и снова отправить стабилизироваться 14 часов.
5. Приготовить и отtemперировать шоколад «Имбирный пряник». Облить трюфели шоколадом и украсить грецкими орехами.

Хранение конфеты: до 20 дней при температуре 15–17 °С.

Важно: мы используем здесь концентрированный сгущенный сок, это сироп с содержанием углеводов от 70%. Если вы не можете найти такой сок, то легко сможете приготовить его сами, уварив классический магазинный сок в 6–7 раз. У такого продукта насыщенный яблочный аромат, который так ярко играет с грецким орехом и делает эту конфету интереснее и вкуснее.





Трюфель «Тропикана» без тертого какао **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Пюре манго — 24 грамма
Пюре апельсина — 9 грамм
Сок лимона — 1 грамм
Мед разнотравья — 13 грамм
Кокосовый/белый/панела сахар — 30 грамм
Молоко кокосовое сухое от 50% жира — 38 грамм
Паста из белого миндаля — 25 грамм
Стружка кокосовая мелкая — 45 грамм
Масло какао — 13 грамм
Шоколад для обливки «Кокос – Манго» по рецепту со стр. 113 — 200 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Плита
Сотейник
Лопатка
Пирометр/термометр
Погружной блендер
Стакан для блендера
Венчик

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В сотейнике объединить пюре манго, апельсина, лимона, мед и кокосовый сахар. Довести до 40–50 °С, снять с огня, перемешивая венчиком, добавить кокосовое сухое молоко.
2. Масло какао измельчить, смешать с пастой из миндаля, выложить в стакан. Вылить поверх масла горячее пюре, взбить блендером до однородности.
3. Добавить к массе кокосовую стружку и перемешать. Получится плотная масса, похожая на пластилин. Накатать шарики и отправить на стабилизацию в холодильник на 12–14 часов.
4. Приготовить и отtemперировать шоколад, вывести на температуру в 30 °С. Облить конфеты, украсить кусочками вяленого манго и кокоса.

Хранение: до 30 дней при температурах 15–17 °С.

Совет: особенность этой конфеты в совмещении манго и апельсина. Чтобы сделать этот дуэт более интересным, возьмите апельсины с тонкой кожурой и измельчите их в миксере вместе с кожурой и белым слоем. Это даст конфете небольшую горчинку цитрусовых, сделав ее менее сладкой, но более многогранной. Я использую здесь пасту из белого миндаля, которую вы легко получите, измельчив миндальную муку в кофемолке. Если такой возможности нет, то можно взять кокосовую пасту. Однако в этом случае конфета будет очень насыщенной кокосовой.

Трюфель

«Малина – Перец бальзамико» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Пюре малины — 68 грамм
Пюре болгарского перца — 20 грамм
Мед разнотравья/сироп агавы — 16 грамм
Кокосовый/панела/тростниковый сахар — 33 грамма
Бальзамический уксус выдержанный — 3 грамма
Инулин — 16 грамм
Молоко сухое кокосовое от 50% — 33 грамма
Масло какао — 59 грамм
Какао тертое — 55 грамм
Шоколад для обливки «Малина – Каркаде» со стр. 109 — 200 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Плита
Лопатка
Миксер погружной
Формы для трюфеля
Пирометр/термометр
Духовка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить пюре болгарского перца: для этого перец запечь в духовке до потемнения корочки, сама мякоть при этом становится мягкой и легко перетирается через сито. Как вариант, перец также можно запечь в мультиварке или микроволновке. Вес в рецепте — это вес уже перетертого и готового перца.
2. Отправить в сотейник пюре малины, пюре перца, бальзамический уксус, мед, сахар. Довести до 50–60 °С, венчиком добавить инулин и сухое кокосовое молоко. Перелить в сотейник и взбить блендером.
3. Отдельно растопить тертое какао и масло какао. Смешать с пюре, взбить блендером в высоком стакане.
4. Охладить помешиванием до 30 °С, выложить в форму или накрыть пленкой и оставить на стабилизацию в холодильнике на 12–14 часов. Если вы не используете форму, то через 30–40 минут ганаш будет уже достаточно пластичным для формирования шариков. Накатать шарики и оставить на стабилизацию под пленкой на 13–14 часов.
5. Приготовить и отtemперировать шоколад, довести до 30 °С. Облить конфеты и стабилизировать еще час в холодильнике.

Хранение: до 20 дней при температурах 15–18 °С.



Интересно: болгарский перец и малина — еще одно шикарное сочетание продуктов, которое не позволит вам понять, где перец, а где малина — настолько гармоничный этот вкус. Самое главное здесь — выбрать правильный бальзамический уксус. Не покупайте в магазине обычный винный, остановите выбор на итальянском, тогда эта конфета вас точно порадует.



Трюфель «Клюква – Апельсин – Розовый перец» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Клюквенное пюре — 10 грамм
Пюре апельсина — 60 грамм
Сироп топинамбура/агавы/мед
разнотравья — 30 грамм
Белый/кокосовый темный/
тростниковый/панела сахар —
45 грамм
Масло какао — 60 грамм
Миндальная паста/паста
из кешью — 90 грамм
Розовый перец — 1 грамм
Лецитин — 1 грамм
Шоколад для обливки
«Малина – Каркаде»
со стр. 109 — 300 грамм

Для украшения:

Сублимированная малина —
5 грамм
Цедра апельсина — 5 грамм
Кусочки сушеного
апельсина — 7 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Лопатка
Сотейник
Погружной блендер
Пирометр/термометр
Стакан для блендера
Формы под трюфель
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить сок клюквы: для этого взять в 3 раза больше замороженной клюквы, чем в рецептуре, взбить блендером, протереть через сито, добавить растолченный розовый перец и уварить полученный сок до объема в рецепте. Процедить от остатков перца.
2. Тонкокорый апельсин измельчить в блендере с кожурой и белой частью. Смешать пюре апельсина, сок клюквы, сахар, сироп и довести до закипания.
3. Масло какао измельчить, смешать с пастой кешью. Горячую смесь пюре и сахара вылить поверх масла, дать ему подтаять, взбить блендером в стакане. Добавить лецитин. Взбить до однородной эмульсии.
4. Охладить помешиванием до 30 °С, выложить в форму или накрыть пленкой, оставить на стабилизацию в холодильнике на 12–14 часов. Если вы не используете форму, то через 30–40 минут ганаш будет уже достаточно пластичным для формирования шариков. Накатать шарики и оставить на стабилизацию под пленкой на 13–14 часов.
5. Приготовить и отtemперировать шоколад, довести до 30 °С. Облить конфеты и стабилизировать еще час в холодильнике.

Хранение: до 20 дней при температурах 15–18 °С.

Совет: в этой конфете хорошо балансируется кислинка апельсина и клюквы и послевкусие ореха. Чтобы сделать ее еще ярче, можно оставить розовый перец в пюре и, попадаясь кусочками, он придаст пикантность. Если для вас конфета будет слишком сладкой — можно заменить половину сахара на декстрозу или инулин, это сделает конфету более гармоничной.

Трюфель «Лимончан» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сок лимона — 57 грамм
Порошок анчана — 2–3 грамма
Мед гречишный — 12 грамм
Декстроза — 32 грамма
Сорбит/ксилит — 32 грамма
Кокосовый сахар — 28 грамм
Инулин — 4 грамма
Мука миндальная — 41 грамм
Масло какао — 81 грамм
Паста из кешью — 12 грамм
Темный 75% шоколад
по любому из рецептов выше
для обливки — 200 грамм

Для украшения:

Цветы клитории — 5 грамм
Цедра лимона — 3 грамма
Цукаты — 15 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Лопатка
Сотейник
Погружной блендер
Пирометр/термометр
Стакан для блендера
Формы под трюфель

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Лимон смешать с анчаном и наслаждаться удивительной реакцией цвета.
2. Смесь лимона и анчана нагреть до кипения, добавить мед, инулин, сорбит, сахар и декстрозу, тщательно размешивая.
3. Снять с огня, залить этой горячей жидкостью мелко порезанное масло какао, взбить погружным блендером до однородности. Добавить пасту из кешью и миндальную муку. Еще раз взбить.
4. Остудить ганаш до 30 °С, быстро помешивая. Разлить по формам и оставить на 16 часов. Если вы предпочитаете катать шарики, то стабилизировать 3 часа в холодильнике, потом скатать шарики, накрыть пленкой и вернуть на стабилизацию в холодильник.
5. Достать из холодильника и облить шоколадом, украсить цветами клитории, цедрой лимона и цукатами.

Хранение: до 60 дней при температурах 15–17 °С.

Совет: для конфеты лучше берите сладкий узбекский лимон, или можно даже лайм. Очень важно, чтобы мед был гречишным. Если вам хочется придать больше сладости конфете, то используйте ксилит. Анчан также известен под названиями «голубая матча» или «клитория».

Важно: сорбит встречается в природе в ягодах клюквы, брусники и калины. Это один из мощнейших антисептических компонентов с точки зрения хранения пищевых продуктов. Добавление сорбита позволяет сбалансировать сладость продукта, улучшить его текстуру и сроки хранения. Ксилит — его родственник, но его свойства слабее, а сам сахар чуть более сладкий. Сладость сорбита — 65 единиц, а ксилита — 100 единиц.



Важно: В рецептах конфет более длительного хранения у нас появляются дополнительные сахара типа сорбита и декстрозы. Их свойства позволяют нам сохранить текстуру неизменной, а конфету — безопасной для употребления даже спустя 1,5 месяца с момента приготовления. Кроме того, дополнительные сахара хорошо снижают сладость, делая вкус более гармоничным.



Трюфель

«Копченая вишня» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сок/пюре из вишни — 30 грамм
Мед разнотравья — 16 грамм
Кокосовый светлый/панела/белый сахар — 12 грамм
Сорбит — 10 грамм
Декстроза (сухой виноградный сахар) — 10 грамм
Инулин — 10 грамм
Какао тертое — 27 грамм
Масло какао — 20 грамм
Масло кокосовое — 20 грамм
Лецитин — 1 грамм
Копченый перец «Чили Морита»/Каскабель/Чипотле — 2 грамма
Копченый шоколад для обливки со стр. 114 — 300 грамм

Для украшения:

Копченая паприка — 5 грамм
Вяленая вишня — 15 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Лопатка
Сотейник
Погружной блендер
Пирометр/термометр
Стакан для блендера
Формы под трюфель
Пищевая пленка
Сито

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Пюре вишни или сок можно легко приготовить самостоятельно из замороженной вишни. Для этого нужно ее взбить блендером и процедить через сито. Нагреть сок до 90 °С, добавить к нему перец и оставить настаиваться под пленкой в течение 1 часа. После чего снова нагреть до закипания, пропустить через сито, взвесить и вывести вес конфет на величину в рецепте.
2. Добавить в сотейник к пюре вишни сахар, декстрозу, сорбит, мед. Нагреть до 40 °С, добавить инулин «дождиком» — одной рукой венчиком постоянно помешивать массу, а другой мелкими движениями ввести небольшими дозами инулин. Перелить в стакан и взбить блендером.
3. Растопить тертое какао, масло какао, кокосовое масло и лецитин до 40 °С. Добавить в стакан к пюре, взбить блендером до получения однородной эмульсии.
4. Охладить эмульсию быстрым помешиванием до 30 °С. Разлить по формам и оставить на 16 часов в холодильнике. Если вы предпочитаете катать шарики руками, то стабилизировать 1–1,5 часа в холодильнике, потом скатать шарики, накрыть пленкой и вернуть на стабилизацию на 14 часов.
5. Приготовить и отtemперировать шоколад до 30 °С. Облить конфеты, украсить вишней и паприкой.

Хранение: до 60 дней при температуре 15–17 °С.

Трюфель «Сливочный кокос» на классических сливках **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сливки животные 33% — 42 грамма
Паста кокосовая — 25 грамм
Белый/кокосовый/тростниковый сахар — 21 грамм
Декстроза/трегалоза — 21 грамм
Мед нейтральный (разнотравье)/инвертный сахар — 14 грамм
Масло какао — 28 грамм
Кокосовая стружка — 25 грамм
Экстракт ванили масляный — 2 грамма
Лецитин — 0,3 грамма

Для украшения:

Кокосовая стружка — 15 грамм
Сублимированный манго/малина — 7 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Блендер погружной
Лопатка
Миска
Плита
Термометр
Сотейник
Стакан для блендера
Пищевая пленка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Отправить в сотейник сливки, мед, сахар, декстрозу. Довести до закипания, но не кипятить.
2. В стакан выложить порезанное масло какао, кокосовую пасту, лецитин, масляный экстракт. Вылить поверх масла горячие сливки, дать постоять 30 секунд, взбить блендером до однородной массы.
3. Вылить массу в широкую миску, охладить, быстро помешивая ганаш, до 32 °С. Накрыть пленкой, поставить охлаждаться в холодильник на 2–3 часа.
4. Достать, добавить кокосовую стружку, хорошо перемешать. Снова накрыть пленкой и отправить на стабилизацию в холодильник на 4–5 часов.
5. Накатать шарики из массы, обвалять в кокосовой стружке. Наслаждаться!

Хранение: без обливки шоколадом — до 37 дней в холодильнике в закрытом контейнере, в обливке шоколадом — до 20 дней при температуре 15–17 °С.

Важно: трегалоза — еще один сахар, который широко используется в пищевой промышленности. В природе присутствует в остатках в грибах и спорах. Он способен снижать ощущение жирности конфеты, поэтому в рецептах с большим содержанием кокосовых компонентов я люблю использовать именно его. Сладость трегалозы — всего 45 единиц. Рекомендую его использовать, если хочется попробовать что-то новое.





Важно: в рецептуре я использую сок имбиря, но вы можете заменить его на сок лимона или воду. Тогда просто настаивайте кокосовое молоко с кусочками свежего имбиря вместе с цедрой лимона: ганаш приобретет интересную жгучесть и легкую лимонную кислинку.

Конфета «Имбирно-лимонная» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Молоко кокосовое (жирность от 19%, мякоть кокоса от 65%)/сливки классические 33% — 65/40 грамм
Какао тертое — 26 грамм
Кокосовый/панела/тростниковый нерафинированный сахар — 19 грамм
Мед майский — 26 грамм
Сок лимона — 6 грамм
Сок имбиря — 6 грамм
Масло какао — 39 грамм
Масло кокосовое рафинированное — 13 грамм
Цедра лимона — 2 грамма
Кардамон зеленый — 1 грамм
Лецитин растительный — 1 грамм
Темный 75% шоколад по любому из рецептов выше для обливки — 300 грамм

Для украшения:

Цукаты имбиря — 15 грамм
Цукаты лимона — 15 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Лопатка
Сотейник
Погружной блендер
Пиrometer/термометр
Стакан для блендера
Рамка/квадратная силиконовая форма 14 на 14 см
Пищевая пленка
Силиконовый коврик

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подогреть кокосовое молоко/классические сливки до закипания, добавить цедру лимона и размятый кардамон. Оставить настаиваться под пленкой в течение 30–40 минут. После чего еще раз подогреть молоко, процедить через сито и восполнить потери влаги молоком/сливками до требуемого в рецептуре объема.
2. Смешать в стакане мед, сахар, сок имбиря, сок лимона, молоко. Взбить блендером до однородности.
3. Растопить какао тертое, какао-масло и кокосовое масло до 40 °С. Вылить в стакан к смеси молока и сахаров, добавить лецитин, взбить блендером до однородной эмульсии.
4. Охладить помешиванием до 30 °С. Форму силиконовую или пластиковую выстлать пищевой пленкой, либо подготовить рамку и силиконовый коврик. Ориентировочный размер рамки — 14 на 14 см. Вылить приготовленный ганаш в рамку. Накрыть пленкой и убрать на стабилизацию в холодильник на 14 часов.
5. Приготовить и отtemперировать шоколад, вывести на температуру в 30 °С.
6. Достать форму из холодильника, снять пленку, аккуратно покрыть сверху ганаш тонким слоем шоколада, разровнять.
7. Стабилизировать до застывания при комнатной температуре, после чего убрать в холодильник на 30 минут.
8. Достать ганаш из рамки, нарезать на аккуратные кусочки. Облить шоколадом, декорировать цукатами имбиря и лимона.

Хранение: до 14 дней в холодильнике.



Выручалочки: быстрые конфеты

В этой главе я собрала для вас десерты, которые не требуют шоколада для работы, но при этом являются очень классными и вкусными десертами для всей семьи, прекрасной альтернативой привычным конфетам и шоколаду. Их объединяет максимальная простота, скорость приготовления и минимальное присутствие шоколада. Не стесняйтесь их простоты — поверьте, они легко находят своих почитателей.



Козинаки

«ОрехМульти» *

Приготовление козинаков основано на способности сиропов к карамелизации. Заставляя их карамелизоваться, мы создаем ту самую хрустящую основу для нашего козинака. Карамелизовать сироп можно двумя способами (выбирайте, исходя из доступности оборудования и комфорта работы):

1. В духовке: добавить сироп к смеси орехов, перемешать. Выложить в силиконовую форму и отправить в духовку на 15–20 минут при температуре 160 °С. Здесь важно не передержать, иначе козинаки будут горелыми. Вынуть из духовки, охладить.
2. На сковороде: разогреть сковороду до состояния превращения воды в пар, вылить на нее сироп. Сироп сразу начнет кипеть и шипеть: надо дождаться состояния, когда по краям он начнет становиться коричневым. Добавить в этот момент смесь орехов, вымесить, снять с огня и уложить на коврик или в формы. Подождать охлаждения карамели. Сложность этого способа в том, что не всегда возможно сразу увидеть момент, когда надо добавлять орехи. Если карамель недодержать, она будет липнуть и становиться тягучей, что не очень-то комфортно для работы.
Способ определить — капнуть горячую карамель на ледяную тарелку: она должна превратиться в стекло моментально.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Фисташки — 50 грамм
Порезанный на кусочки
миндаль — 100 грамм
Тыквенные семечки — 30 грамм
Семена льна — 15 грамм
Кунжут — 15 грамм
Сироп кленовый/топинамбура/
агавы/мед разнотравье —
100 грамм
Розовая соль — 0,3 грамма

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Кастрюля
Духовка
Плита
Силиконовая форма
под печенье/кекс

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать в миске все виды орехов и семечек, добавить измельченную соль. Если орехи крупные, их лучше порубить для того, чтобы было комфортно есть.
2. Карамелизовать козинаки удобным для вас способом из указанных выше.
3. Охлажденные козинаки можно облить шоколадом: так они даже вкуснее, можно просто украсить шоколадными полосками.

Хранить: в закрытой емкости до 30 дней в комнате (срок зависит от выбранных орехов, если в составе кунжут или подсолнечник — 30 дней, если миндаль или кешью — до 60 дней).

Совет: в этом рецепте вы можете комбинировать любые орешки, добавлять сухофрукты, делать козинаки солеными или даже с перцем и солью. Экспериментируйте — этим этот рецепт и прекрасен!



Запеченный марципан «Фисташка – Тимут» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Аквафаба нутовая/белок
куриный — 50/40 грамм
Ксантовая камедь — 0,2 грамма
Пудра эритрит/аллюлозы/белого
сахара/декстрозы — 35 грамм
Пудра аллюлозы/декстрозы/
белого сахара — 25 грамм
Цедра лимона — 2 грамма
Тимут/сычуаньский зеленый
перец — 0,5 грамма
Лимонный сок — 2 грамма
Измельченные в плотную пасту
фисташки — 60 грамм
Миндальная мука —
30–50 грамм
Дробленые фисташки/зерна
конопли для обсыпки —
130 грамм

Для начинки:

Джандуйотто по рецепту
со стр. 122 — 40 грамм
Пралине «Кунжутная халва»
по рецепту со стр. 141 — 40 грамм
Сублимированная малина —
5 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник
Кастрюля
Духовка
Плита
Силиконовый коврик
Миксер
Кофемолка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить джандуйотто или кунжутную халву, стабилизировать в виде мелких капелек или просто нарезать кусочками и заморозить в течение 30 минут.
2. Интенсивно взбить аквафабу миксером до пышной пены, очень похожей на пену белка.
3. Когда пена станет плотной, добавить пудру эритрита, лимонный сок и ксантовую камедь, взбить еще раз до плотного состояния. В рецепте я смешиваю два вида сахара, чтобы немного сбалансировать сладость и вкус. Но вы можете заменить их на один вид, однако стоит учесть, что текстура и вкус могут измениться.
4. Отложить от взбитой аквафабы 15 грамм для декора.
5. Фисташки измельчить в кофемолке, смешать с миндальной мукой, лимонной цедрой и измельченным сычуаньским перцем.
6. Медленно перемешивая, добавить смесь муки и фисташки в основную массу взбитой аквафабы. Должна получиться мягкая и пластичная масса.
7. Сформировать колобок, в центр добавить джандуйотто/кедровую халву/сублимированную малину.

Важно: мы разделяем сахар на разные категории в этом рецепте с целью баланса сладости. Если вы используете белый сахар, постарайтесь совместить его с декстрозой или аллюлозой — тогда вкус будет интереснее и ярче. Вы можете заменить весь сахар на белый, но учтите, что сладость может быть избыточной для дегустации.



8. Окунуть шарик в отложеную для декора аквафабу, затем в дробленые фисташки или коноплю и снова в аквафабу.
9. Выложить на силиконовый коврик. Выпекать при 230 °С 3–5 минут до равномерного коричневого цвета шарика. Вынуть и переложить с коврика сразу после выпекания.

Хранение: до 20 дней в холодильнике, важно учитывать, что изделие постепенно подсыхает, что делает его не таким вкусным и гармоничным, как изначально.

Совет: вместо измельченных в кофемолке фисташек можно взять плотную фисташковую пасту. В этом случае миндальную муку, возможно, придется брать по верхней границе граммовки, указанной в рецептуре. Фисташковый марципан имеет необычный цвет и яркое послевкусие. Конечно, вы можете приготовить его и без фисташек, полностью заменив на миндаль, но с фисташками конфета обретает особый вкус.



Важно: если вы используете белок куриного яйца, учтите, что он обладает большей силой склеивания и меняет текстуру. Поэтому сначала лучше уменьшить все добавки на 10%, чтобы не пересушить батончики.

Батончики «Кокос – Гранола» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Грецкие орехи — 80 грамм
Цукаты из апельсина/вяленая вишня/вяленая клюква — 80 грамм
Аквафаба бобовых/белок куриный — 50/40 грамм
Масло кокосовое/гхи/топленое — 30 грамм
Овсяные хлопья долгого приготовления — 85 грамм
Сироп топинамбура/агавы/мед разнотравье — 50 грамм
Сахар тростниковый нерафинированный/белый/декстроза/трегалоза — 15 грамм
Стружка кокосовая — 125 грамм
Ксантовая камедь — 0,1 грамма
Соль — 0,1 грамма

ОБОРУДОВАНИЕ:

Плита
Сотейник
Сковородка
Лопатка
Миска
Миксер
Форма силиконовая под батончики/эклеры

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Порезать грецкие орехи и цукаты на небольшие кусочки.
2. Взбить аквафабу до устойчивой пены, добавить ксантовую камедь и тростниковый сахар, измельченный в пудру. Довести до пышной меренги.
3. Приготовить гранолу: на сковородку вылить кокосовое масло и добавить овсяные хлопья. Используйте мелкие овсяные хлопья, чтобы избежать рассыпания батончиков. Обжарить до легкого потемнения овсянки. Добавить сироп топинамбура/агавы, держать на огне до карамелизации и полного испарения влаги. Главное — не начать ее есть еще на этом этапе.
4. Выложить в миску гранолу, орех, цукаты, кокосовую стружку, соль, взбитую меренгу. Перемешать до однородной массы и выложить в форму. Хорошо прижать ложкой, чтобы батончики были хрустящими и не рассыпались!
5. Выпекать при температуре 165 °C 20–30 минут до легкого коричневого цвета. Достать из духовки, остудить, достать из формы, облить шоколадом при желании.

Хранение: 30–60 дней при комнатной температуре (сроки зависят от качества стружки). Можно хранить в холодильнике, но батончики будут жестче. Со временем кокос начинает давать мыльный привкус, поэтому чем более не-свежая у вас стружка, тем меньше можно хранить готовые батончики.

Совет: приготовленная таким образом гранола прекрасно станет основой любого завтрака, добавьте к ней йогурт и варенье — и вкусный и интересный завтрак готов!

Абрикосово-амарантовые батончики «Хрустящая ягодка» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Масло какао — 40 грамм
Кокосовая паста — 40 грамм
Паста фундучная/миндальная/из абрикосовой косточки — 100 грамм
Воздушный амарант/гречишный взорванный чай — 50 грамм
Миндальная мука — 20 грамм
Сладкая и сочная курага/вяленая вишня/черная курага — 60 грамм
Фундук обжаренный — 40 грамм
Соль — 0,1 грамма
Корица сорта альба — 1 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Плита
Сотейник
Пирометр/термометр
Лопатка
Миска
Духовка
Силиконовые формы под эклеры/батончики
Блендер

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Выбранные сухофрукты промыть кипятком, обсушить салфетками и порезать на мелкие кусочки. Фундук порезать на кусочки или крупно порубить в блендере в крошку.
2. Растопить масло какао и кокосовую пасту до 40 °С, добавить фундучную пасту, охладить помешиванием массу до 30 °С.
3. Добавить в ореховую массу фундук, корицу, соль, сухофрукты, гречишный чай и миндальную муку. Перемешать и разложить в формы.
4. Оставить для стабилизации на 1 час в холодильнике, достать из форм, порезать на кусочки при необходимости.

Хранение: без покрытия шоколадом — до 60 дней в холодильнике, в шоколаде — до 90 дней.

Совет: сладость батончиков зависит от сладости выбранных сухофруктов, вы можете усилить ее, заменив частично (в любых пропорциях) курагу на финики. Эти батончики прекрасны как быстрый десерт к чаю, при этом не содержат подсластителя. Если для вас сладости будет недостаточно, можно добавить к ним 10–15 грамм сиропа топинамбура/агавы. В этом случае количество масла какао можно увеличить на 5 грамм. Обливать батончики шоколадом необязательно, но если хочется иметь возможность оставить их при комнатной температуре, лучше обеспечить шоколадное покрытие. Чтобы подчеркнуть кислинку кураги, возьмите микс паст из абрикосовой и миндальной косточек в соотношении 50:50. Если же хотите более благородный фундучный вкус — выбирайте пасту из фундука.





Интересно: эта конфета хороша как быстрый вариант десерта, но без шоколада может показаться скучноватой. Так что все же я рекомендую обливать ее темным 75% шоколадом или даже просто тертым какао. (Это перетертые какаобобы — 100% шоколад. А значит, вы можете отtemперировать тертое какао, как и обычный шоколад, и использовать для обливки конфет.) Тонкое шоколадное покрытие отлично подчеркнет ее благородный абрикосовый вкус.

Как марципан, только с хрустящей пастой из абрикосовой косточки и благородной кислинкой.

Персипан *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Миндальная мука — 50 грамм
Сироп топинамбура/ агавы/
жидкий виноградный сахар
для крошки — 25 грамм
Паста из абрикосовой
косточки — 50 грамм
Паста миндальная — 50 грамм
Масло какао — 50 грамм
Сироп топинамбура — 15 грамм
Миндальный экстракт жидкий —
0,3 грамма
Вяленая вишня/клюква —
20 грамм
Темный 75% шоколад по любому
из рецептов выше для обливки —
150 грамм

Для украшения:

Миндальные лепестки —
15 грамм
Вяленая вишня — 20 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Плита
Сотейник
Силиконовые формы для конфет
Лопатка
Термометр/пирометр

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подогреть в сотейнике сироп топинамбура до дымка и легких пузырей по краям, снять с огня, добавить миндальную муку и миндальный экстракт. Вымесить, должна получиться легкая пластичная масса. Если вы передержите сироп, масса по структуре будет ближе к легкой крошке — это тоже вариант нормы.
2. Вяленую клюкву или вишню помыть, высушить салфетками, порезать на кусочки.
3. Растопить масло какао до расхождения при температуре в 40–45 °С, добавить сироп топинамбура, два вида пасты, клюкву.
4. Вымесить до однородности, охладить помешиванием до 30 °С, добавить крошку миндаля. Хорошо перемешать.
5. Полученную массу разложить по формам и отправить на стабилизацию в холодильник на 30–40 минут.
6. Достать, облить оттеперированным шоколадом и украсить лепестками миндаля и вяленой вишней.

Хранение: Срок годности — до 20 дней, абрикосовая косточка капризна, и при соприкосновении с жидкостью и сиропами может ускориться процесс порчи. Рекомендовано хранение в холодильнике.

Думаю, из названия ясно, что в этой простой, но вкусной конфете встретятся финик и пекан. Вы можете взять вместо пекана грецкий орех или фундук, но мне особенно нравится сочетание нот жареного пекана и сладости финника.

Конфета «ПеканФи» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Пекан жареный/грецкий орех/
фундук — 80 грамм
Миндальная мука — 50 грамм
Финики мягкие без косточки —
150 грамм
Масло какао — 30 грамм
Миндальная паста — 20 грамм
Какао-порошок — 20 грамм
Какао-порошок
для обсыпки — 30 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Блендер
Силиконовые формы
Миска
Лопатка
Кофемолка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Пекан или грецкий орех измельчить в кофемолке до состояния густой пасты.
2. В чашу блендера отправить пекан, миндальную муку, миндальную пасту, растопленное до 40 °С масло какао, какао-порошок, финики. Прокрутить до объединения, затем домесить руками. Должна получиться мягкая и пластичная масса, как пластилин.
3. Сформировать шарики, обвалять в какао-порошке, отправить на 30 минут в холодильник на стабилизацию.

Хранение: до 14 дней в холодильнике, даже без обливки.
Конфеты постепенно подсыхают, поэтому держать очень долго их не стоит.

Важно: не берите засохшие и непонятные финики в обычных сетевых магазинах, в этом рецепте важно, чтобы финики были мягкие. В идеале королевские, но если их нет, то можно взять финики в картонных коробках сорта «мазафати» или «меджул». Очищаем их от косточки, промываем и используем в работе.





Совет: играйте с наполнением и текстурой батончиков, меняя соотношение орехов и фруктов, экспериментируя с добавками и специями. Поле для творчества здесь обширно!

*Помните нашумевшие батончики Corny
с воздушным рисом и липкой тянущей текстурой?
Мы можем приготовить не хуже.*

Батончики «СуперЭнергоПлюшки» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сироп агавы/топинамбура/
патока/мед разнотравье —
25 грамм
Глюкозный сироп/
сироп цикория — 25 грамм
Дробленые орехи/кокосовая
стружка — 45 грамм
Воздушный рис/амарант/
кукурузные хлопья — 35 грамм
Семена чиа/льна/кунжута —
30 грамм
Миндальная мука мелкой
фракции/рисовая мука —
20 грамм
Вяленая клюква/вяленая
вишня — 30 грамм
Крошка сублимированных ягод
(малина/клубника) — 15 грамм
Масло какао — 10 грамм
Темный 75% шоколад по любому
из рецептов выше для обливки/
тертое какао — 200 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Лопатка
Силиконовая форма
под батончики/конфеты

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать все сухие ингредиенты в миске.
2. Отдельно смешать два вида сиропа. Я использую два вида, чтобы усилить вязкость массы, кроме сиропов, ее фактически ничего не сдерживает.
3. Влить сиропы в орехово-фруктовую смесь и хорошо вымесить руками до полного смешивания компонентов.
4. Аккуратно плотно утрамбовать массу в форму под батончики. Отправить на 15 минут в холодильник.
5. Шоколад отtemперировать, опустить температуру до 30 °С.
6. Достать форму из холодильника и, не вытаскивая батончики из формы, аккуратно покрыть их верхушку шоколадом. Дать застыть, отправить на 15 минут в холодильник.
7. Достать батончики из формы, украсить полосками шоколада.
8. Если вы хотите более плотную и стабильную массу, которую не нужно дополнительно смазывать шоколадом, добавьте в сиропы масло какао по рецепту.

Хранение батончиков: в среднем в холодильнике в вакуумной упаковке они могут храниться до 6 месяцев, в контейнере с крышкой — до 3 месяцев.

Мягкая нуттовая конфета с мультифруктовым соком, сам нут придает ей особый вкус и приятный белковый отпенок. Готовится быстро и просто, а значит, даже если гости на пороге, у вас будет чем их угостить!

«МультиФрукти» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Нут консервированный/
вареный — 34 грамма
Сок концентрированный
мультифруктовый/апельсиновый
(изучите КБЖУ на упаковке,
углеводов должно быть не
менее 50 грамм на 100 грамм
продукта) — 25 грамм
Кокосовый светлый/панела/белый
сахар — 31 грамм
Мед разнотравья — 26 грамм
Масло какао — 61 грамм
Инулин — 21 грамм
Стружка кокосовая мелкая —
40 грамм
Лимонная цедра — 2 грамма
Перец сычуаньский розовый/
патагонский — 1 грамм
Стружка кокосовая
для обсыпки — 25 грамм
Шоколад для обливки при
желании — 100 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Блендер/кухонный комбайн
Лопатка
Миска
Сотейник
Термометр
Венчик

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Измельчить в чаше блендера или комбайна нут, цедру и перец в мягкую массу. Этот вариант конфет отлично подходит для утилизации нута, который остался у вас после приготовления аквафабы для других рецептов.
2. В сотейнике сахар, мед и концентрированный фруктовый сок подогреть до 40 °С, перемешивая венчиком, добавить инулин.
3. Снять с огня, добавить растопленное масло какао и нуттовую массу. Вымесить до однородности, добавить кокосовую стружку.
4. Накатать шарики, обвалять в кокосовой стружке и отправить на стабилизацию в холодильник на 15–30 минут до застывания. При желании облить шоколадом.

Хранение: в холодильнике без шоколадной обливки — до 7 дней, в шоколаде — до 14 дней.

Важно: в зависимости от влажности вашего нута количество стружки, возможно, придется корректировать: засыпайте понемногу и наблюдайте — должна выйти в меру пластичная для лепки масса.





Флорентинки — это, как ни удивительно, сладость из Флоренции. Получила она известность в эпоху Марии Медичи, а сейчас ее уже готовят по всему миру. Флорентинки — это карамельно-ореховая основа с орешками и цукатами, вариантов их множество. Я предлагаю вам приготовить этот вариант на основе сахаров в веганском варианте, без животных сливок (хотя в рецепте я указываю граммовку и для рецептуры с классическими сливками). Главный плюс этих то ли печений, то ли конфет — быстрый процесс приготовления и обожаемый многими хрустящий вкус.

Флорентинки *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Кокосовый/панела/
белый сахар — 100 грамм
Сироп топинамбура/агавы/мед
разнотравье — 80 грамм
Молоко кокосовое (мякоть
кокоса от 65%, жирность 19%)/
классические сливки 33% —
60/45 грамм
Масло кокосовое — 10 грамм
Фисташки крупно дробленные —
85 грамм
Лепестки миндальные —
120 грамм
Рисовая мука — 60 грамм
Соль — 0,2 грамма
Темный 75% шоколад по любому
из рецептов выше для обливки/
тертое какао — 100 грамм

Для украшения:

Кусочки сублимированного
апельсина — 15 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Силиконовый коврик/формы
Духовка
Плита
Сотейник
Лопатка
Миска
Кастрюля
с высокими бортами

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В сотейнике довести до карамелизации сахар и сироп топинамбура на медленном огне, перемешивая.
2. Отдельно смешать молоко и кокосовое масло. Вылить на раскаленную карамель, хорошо перемешивая. Будьте аккуратны и используйте кастрюлю с высокими бортами, карамель брызгается.
3. Смешать в миске миндальные лепестки, фисташки, рисовую муку, соль. Залить эту массу карамелью из сотейника. Вымесить.
4. Выложить на силиконовый коврик/в формы, отправить в духовку на 20 минут при температуре 165 °С. Флорентинки готовы, когда становятся равномерно коричневыми. Если после остывания они мягкие и не отходят от коврика, вы их недопекли, отправляйте обратно в духовку.
5. Достать из духовки, остудить.
6. Оттемперировать шоколад, облить шоколадом и посыпать дробленным сублимированным апельсином.

Хранение: до 12 месяцев при комнатной температуре в сухом контейнере при влажности не более 20–30% и температуре не более 20 °С. Важно лишь, что если у вас в помещении влажно, флорентинки постепенно перестают хрустеть и становятся достаточно липкими. Чтобы этого избежать, лучше в этом случае обливать их шоколадом полностью.

Совет: поэкспериментируйте с обливкой флорентинок разными видами шоколада, приготовленными по рецептурам данной книги. Вы удивитесь, насколько разной может быть эта простая, но вкусная сладость в зависимости от шоколадного покрытия.

Шарики «Простушка» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Гранола по рецепту
«Кокос – Гранола»
со стр. 190 — 200 грамм
Какао-порошок 10–12%
жирности — 20 грамм
Семена льна/чиа — 18 грамм
Финики сорта «меджул»/
«мазафати» — 150 грамм
Апельсиновый сок — 70 грамм
Апельсиновая цедра — 1 грамм

Для украшения:

Шоколад — 100 грамм
Какао-порошок — 30 грамм
Кунжутные семечки — 15 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Кофемолка
Кухонный комбайн/блендер
Миска
Лопатка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Измельчить 50% гранолы в кофемолке.
2. Финики помыть, очистить от косточки.
3. В чашу комбайна или блендера отправить финики и апельсиновый сок. Прокрутить до объединения.
4. Смешать в миске все ингредиенты. Если финики достаточно сухие, то, возможно, количество сока придется увеличить на 10–20 грамм. Если, наоборот, влаги в них много — возможно, придется добавить чуть больше гранолы. Масса должна быть как пластилин, чуть липнуть к рукам.
5. Дать постоять массе 10–15 минут, накатать шарики, обвалять их в кунжуте.
6. Есть можно сразу или стабилизировать в холодильнике в течение 15 минут, после чего облить шоколадом.

Хранение: в холодильнике без шоколадной обливки — до 3 дней, в шоколаде — до 7. На мой взгляд, в шоколаде эти конфетки намного вкуснее.

Если времени совсем нет, а промышленные сладости есть не хочется, то вам обязательно надо попробовать это лакомство. Это простой и понятный рецепт, который я сохранила и использовала еще с тех пор, как сама начинала свой путь сладостей «без». Он не имеет такого богатого послевкусия, как другие конфеты, но прекрасно заменяет их, если нет времени на готовку.





Выпечка

В этой главе я постаралась собрать для вас рецепты интересных и многогранных шоколадных (и не только) десертов с присутствием мягких и хрустящих слоев. Конечно, большая часть из них сделана с шоколадом — на мой взгляд, все становится вкуснее, если к этому добавить шоколад!



Классический брауни на пшеничной муке **

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Растопить шоколад в микроволновке или на плите, постоянно помешивая. Добавить теплое масло (или масло и воду в случае с кокосовым маслом), лецитин. Замесить до объединения.
2. Взбить яйца с сахаром, добавить к ним растопленную шоколадную массу, перевести миксер в режим перемешивания (или просто переключить на минимальную скорость), довести до объединения.
3. Замороженную чернику обсыпать мукой. Не размораживать!

ПРИГОТОВЛЕНИЕ (продолжение):

4. Добавить к яично-шоколадной массе муку, смешанную с пряностями и солью. Должно получиться густое тесто.
5. В готовое тесто добавить чернику, перемешать.
6. Вылить тесто в силиконовую форму. Если используете стеклянную: смазать маслом стеклянную форму, обсыпать мукой, после чего наполнить тестом.
7. Выпекать в нагретой духовке при температуре 180 °С 30–40 минут. Температура и время выпекания могут меняться в зависимости от духового шкафа.
8. Достать, остудить, украсить ягодами и шоколадом.

Хранение: при комнатной температуре — до 24 часов, в холодильнике — до 60 часов.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Шоколад темный от 70%
какао — 200 грамм
Масло сливочное/кокосовое —
200/165 грамм
Питьевая вода (в случае,
если вы используете кокосовое
масло) — 35 грамм
Яйцо куриное С0 категории —
3 штуки
Белый/тростниковый/кокосовый
сахар — 230 грамм
Мука пшеничная высшего сорта/
экстра — 80 грамм
Соль — 0,5 грамма
Смесь для пряного печенья/
глинтвейна — 3 грамма
Замороженная черника —
50 грамм
Мука пшеничная высшего сорта/
экстра (для черники) — 50 грамм
Лецитин для улучшения эмульсии
(опционально) — 1 грамм

Для украшения:

Черника — 50 грамм
Шоколад — 100 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска
Миксер
Лопатка
Форма для выпечки
Духовка





Брауни с черносливом без добавленного сахара *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Финики мягкие сорта «меджул»/«мазафати» — 190 грамм
Молоко кокосовое (мякоть кокоса от 65%, жирность 19%) — 100 грамм
Пюре тыквенное запеченное — 50 грамм
Семена льна — 10 грамм
Питьевая вода — 40 грамм
Уксус яблочный — 5 грамм
Фундучная/арахисовая паста — 50 грамм
Масло кокосовое/подсолнечное рафинированное — 120 грамм
Псиллиум — 5 грамм
Мука из зеленой гречки — 70 грамм
Мука рисовая — 30 грамм
Мука миндальная — 50 грамм
Какао-порошок 10–12% жирности — 40 грамм
Разрыхлитель — 5 грамм
Ксантовая камедь — 0,2 грамма
Лецитин растительный — 2 грамма
Чернослив — 40 грамм
Шоколад для обливки — 150 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить пюре из тыквы. Я делаю его просто: отправляю тыкву в микроволновку в закрытом контейнере на 2–4 минуты, после чего просто размягчаю ее вилкой. Для запекания можно воспользоваться также духовкой или мультиваркой.
2. Финики промыть, очистить от косточек, отправить в чашу блендера или комбайна. Туда же добавить сразу тыквенное пюре, кокосовое молоко, фундучную пасту и масло. Взбить до получения однородной массы.
3. Семена льна измельчить в кофемолке и залить водой на 15 минут. Добавить к массе из тыквы и фиников вместе с лецитином. Взбить до однородности.
4. В отдельной чашке смешать все сухие ингредиенты, перемешать венчиком.
5. Объединить в миске жидкие и сухие ингредиенты, вымесить, добавить яблочный уксус и порезанный на кусочки чернослив.
6. Выложить массу в силиконовую форму и выпекать в духовке при температуре 180–200 °C 30–40 минут. Главное не пересушить: брауни готов, когда спичка или зубочистка выходит сухой.
7. Достать из духовки, остудить, облить шоколадом при желании, украсить черносливом и орехами.

Хранение: до 7 дней при комнатной температуре, постепенно брауни может подсохнуть, но вкус его от этого хуже точно не станет!

Для украшения:

Арахис — 50 грамм

Фундук — 50 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Блендер

Сотейник

Миска

Венчик

Духовка

Силиконовая

форма для выпечки

Зубочистка

Микроволновка/мультиварка

Я не очень люблю продукцию с финиками, потому что чаще всего изделия имеют достаточно плоский вкус. Однако когда я разрабатывала рецепты для книги, я подумала: «Может, я смогу сделать что-то необычное и вкусное, основываясь просто на природном сахаре сухофруктов?» Так родился этот рецепт: классическое сочетание какао и тернослива, а вкуса фиников вы тут не почувствуете — уж очень он гармонично и красиво вписывается в общий профиль десерта. Что особенно приятно: здесь нет шоколада, но вкус того самого брауни есть.



Брауни низкоуглеводный «Тот самый шоколад» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Сливки кокосовые (мякоть кокоса от 70%, жирность 22–24%) — 100 грамм
Пюре тыквы запеченной — 100 грамм
Масло кокосовое/растительное подсолнечное рафинированное — 20 грамм
Настой крепкого кофе/питьевая вода — 40 грамм
Лецитин растительный — 3 грамма
Семена льна — 10 грамм
Питьевая вода/настой кофе — 40 грамм
Тертое какао — 80 грамм
Мука миндальная — 80 грамм
Псиллиум — 8 грамм
Пудра эритрита/аллюлозы — 30 грамм
Пудра изомальта/аллюлозы — 10 грамм
Инулин — 20 грамм
Разрыхлитель — 8 грамм
Ксантовая камедь — 0,3 грамма
Яблочный уксус — 5 грамм
Сублимированная малина — 15 грамм
Миндальные лепестки — 30 грамм

Для украшения:

Тертое какао — 100 грамм
Малиновый сок — 30 грамм
Пекан — 50 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить пюре из тыквы. Я делаю его просто: отправляю тыкву в микроволновку в закрытом контейнере на 2–4 минуты, после чего просто размягчаю ее вилкой. Для запекания можно воспользоваться также духовкой или мультиваркой.
2. Измельчить семена льна и замочить их в настое кофе или воды на 15 минут. Кофе в этой рецептуре подчеркивает и усиливает шоколад, но даже если вы возьмете воду, будет не менее вкусно.
3. Отправить в чашу блендера/комбайна все жидкие ингредиенты, кроме уксуса, включая растопленное масло, лен и тертое какао. Взбить до объединения, добавить лецитин и взбить снова. Можно использовать погружной блендер.
4. В отдельной чаше смешать все сухие ингредиенты. Объединить с жидкой массой. Должно получиться плотное густое тесто. Добавить уксус, миндальные лепестки и сублимированную малину.
5. Выложить тесто в форму слоем 2–3 см и запекать в духовке при 180–190 °С 30 минут. Готовность определить сухой спичкой или зубочисткой.
6. Достать из духовки. Если есть терпение, подождать, пока остынет, украсить шоколадом и пеканом. Если нет, то его можно есть прямо теплым, полив малиновым соком.

Хранение: до 3 дней в холодильнике, при комнатной температуре — до 24 часов. Этот брауни может быстро сохнуть, потому что здесь практически нет влагоудерживающих сахаров. Облитый шоколадом, естественно, он простоит дольше.



ОБОРУДОВАНИЕ:

Блендер/кухонный комбайн
Сотейник
Миска
Венчик
Духовка
Силиконовая форма
для выпечки
Зубочистка
Погружной блендер

Совет: взять аллюлозу или эритрит — это ваш выбор. Если для вас сладости брауни будет недостаточно, можно вместо эритрита взять готовую смесь эритрита с интенсивными сахарозаменителями, например monkfruit. На упаковке в этом случае обычно написано: «Сладость 1:1 к обычному сахару». Если вам не принципиально, какой сахар использовать, приготовьте этот брауни на панели или мусковадо. Яркая карамельная нота точно не оставит равнодушным никого. Кроме того, для яркости вкуса можно добавить самые разные специи: бобы тонка, корицу, перцы типа чили и пасильи.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Масло кокосовое/любое жидкое растительное без запаха — 45 грамм
Тертое какао — 35 грамм
Сироп топинамбура/агавы/мед разнотравье — 35 грамм
Питьевая вода/насыщенный раствор кофе — 100 грамм
Молоко кокосовое (мякоть кокоса от 65%, жирность 19%) — 14 грамм
Паста арахисовая/фундучная — 50 грамм
Лецитин растительный — 2 грамма
Мука зеленой гречки — 40 грамм
Миндальная мука — 17 грамм
Мука рисовая — 17 грамм
Какао-порошок — 20 грамм
Разрыхлитель — 3 грамма
Ксантовая камедь — 0,4 грамма
Перец пасилья/чипотле Морита — 1 грамм

Для мармеладного слоя:

Концентрированный апельсиновый сок (углеводов от 50 грамм на 10 грамм) — 50 грамм
Сироп топинамбура/агавы — 50 грамм
Декстроза/инулин/нерафинированный тростниковый сахар — 30 грамм
Пектин НН — 4 грамма
Питьевая вода — 20 грамм

Для обливки:

Шоколад темный 75% какао — 300 грамм

Браунетки с мармеладом на сиропе топинамбура без яиц **

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка
Плита
Силиконовая форма под
батончики/печенье
Лопатка
Миска
Блендер погружной
Погружной термометр
Кофемолка
Венчик
Зубочистка
Сотейник

Хранение: в шоколадной
обливке — до 30 дней при
температурах 15–17 °С.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В блендер залить все жидкие ингредиенты, включая растопленное тертое какао, кокосовое масло и лецитин. Взбить блендером до однородной массы.
2. Измельчить перец в кофемолке. Чтобы сделать это более равномерно, отправьте его в кофемолку вместе с мукой из зеленой гречки.
3. Смешать в миске все сухие ингредиенты и равномерно перемешать их венчиком.
4. Влить жидкие ингредиенты в сухие, тщательно перемешивая.
5. Разложить по формам, заполняя примерно на 50% форму, запекать в духовке 15–20 минут при температуре 180 °С. Проверка готовности по сухости спички или зубочистки. Не пересушите!
6. Достать из духовки, остудить.
7. Приготовить мармеладный слой: в сотейнике смешать концентрированный апельсиновый сок, сироп топинамбура, воду и довести до 40 °С. Добавить «дождиком» пектин, смешанный с декстрозой, и довести до кипения. Кипятить одну минуту.
8. Снять с огня, перемешивая, остудить до 60–70 °С, разлить в форму поверх шоколадного слоя. Остудить на столе и отправить в холодильник на стабилизацию на 1 час.
9. Приготовить и оттемперировать шоколад. Достать браунетки из холодильника, облить шоколадом. Готово!



Всегда стараюсь делать несколько вариантов рецептов для того, чтобы даже люди с очень жесткими ограничениями в питании могли их попробовать. Прелесть этого рецепта в том, что эти браунетки совсем не похожи на браунетки из рецепта выше. Здесь более пористый и пушистый брауни и яркий насыщенный вкус шоколада. Даже если для вас выбор сахара неважен, вы всегда можете приготовить их, заменив эриприпт на классический сахар. Отсутствие здесь углеводных видов муки — существенный плюс рецептуры.

Низкоуглеводные браунетки «Тебе можно» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Масло кокосовое/
жидкое растительное
рафинированное — 45 грамм
Какао тертое — 35 грамм
Семена льна — 3 грамма
Пудра эритрита — 35 грамм
Насыщенный раствор кофе —
90 грамм
Насыщенный раствор кофе/
питьевая вода — 10 грамм
Молоко кокосовое (мякоть кокоса
от 65%, жирность 19%) —
14 грамм
Паста фундучная/арахисовая —
50 грамм
Растительный лецитин — 1 грамм
Миндальная мука — 50 грамм
Мука кокосовая — 10 грамм
Псиллиум — 10 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Измельчить и замочить на 15 минут семена льна в растворе кофе или воде.
2. В стакан погружного блендера залить все жидкие ингредиенты, включая растопленное масло, набухший лен и тертое какао. Взбить блендером, добавить лецитин.
3. Измельчить в кофемолке перец. Чтобы облегчить процесс, смешайте его при этом с кокосовой мукой.
4. Отдельно смешать венчиком все сухие ингредиенты, добавить жидкие ингредиенты, перемешать.
5. Дать постоять тесту 10 минут, после чего разложить в форму на 50% от объема и запекать в духовке 15–20 минут при температуре 180 °C.
6. Достать из духовки, остудить.

Какао-порошок 10–12%
жирности — 20 грамм
Разрыхлитель — 5 грамм
Ксантовая камедь — 0,2 грамма
Перец пасилья/ чипотле Морита /
боб тонка/ пиппали лонг —
1 грамм

Для мармелада:

Черничное пюре — 75 грамм
Молоко кокосовое (мякоть кокоса
от 65%, жирность 19%) — 30
грамм
Инулин/аллюлоза/
олигофруктоза — 40 грамм
Эритрит в пудре/аллюлоза —
20 грамм
Пектин NH — 3 грамма

Для обливки:

Темный 75% шоколад/тертое
какао — 200 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка
Плита
Силиконовая форма под
батончики/печенье
Лопатка
Миска
Блендер погружной
Погружной термометр
Венчик

7. Приготовить мармеладный слой: смешать черничное пюре и молоко в сотейнике, довести до 40 °С на плите. Добавить «дождиком» пектин, смешанный с инулином и эритритом. Довести до кипения и кипятить 1–2 минуты.
8. Снять с огня, перемешивая, остудить до 60–70 °С, сверху покрыть шоколадным слоем. Остудить при комнатной температуре, затем поставить на стабилизацию в холодильник на 1 час.
9. Приготовить и отtemперировать шоколад. Облить шоколадом и задекорировать браунетки.

Хранение: в шоколадной обливке — до 14 дней при температурах 15–17 °С. Если вы используете эритрит, а не аллюлозу, сроки нужно сократить до 7 дней: с испарением влаги эритрит начинает кристаллизоваться и не очень аппетитно хрустеть.





Печенье

«Миндальные хрустики» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Белок куриного яйца категории С0 — 1 шт (33 грамм)
Белый/кокосовый/ тростниковый светлый сахар — 80 грамм
Мед разнотравье — 15 грамм
Миндальные лепестки — 210 грамм
Вяленая клюква/вишня — 30 грамм
Корица сорта альба — 5 грамм
Шоколад для обливки — 200 грамм

Для украшения:

Шоколад — 50 грамм
Миндаль — 30 грамм
Сублимированная малина — 5 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Венчик/миксер/блендер
Миска
Лопатка
Духовка
Силиконовый коврик/
силиконизированный пергамент

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Яичный белок взбить до «твердых пиков», добавить сахар, мед, продолжить взбивание до объединения.
2. Миндальные лепестки перемешать с клюквой и корицей. Вылить белки поверх лепестков, тщательно перемешать.
3. Подготовить силиконизированный пергамент/ силиконовый коврик. Выложить кружочками готовую массу, посыпать сверху малиной.
4. Выпекать в разогретой духовке 15–20 минут при температуре 160 °С до коричневого цвета.
5. Достать, остудить. Шоколад растопить, оттемперировать.
6. Окунуть хрустики наполовину в шоколад и возвратить на пергамент. Украсить полосками из шоколада, миндалем и малиной.

Хранение: до 30 дней в сухом контейнере при влажности не более 20–30% и температуре не более 20 °С.

Хрустящие малыши с кислинкой черемухи и необычным глубоким шоколадным вкусом. Важно здесь хорошо подобрать шоколад: я собираю остатки темного от дегустаций, но вы можете взять и просто свой на хорошем какао. Помните, что плохой вкус шоколада легко испортит и вкус печенья.

Печенье-сэндвич

«Черемуха – Малина» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для печенья:

Шоколад темный от 80% какао/
тертое какао — 190 грамм
Масло кокосовое/рафинированное
подсолнечное — 30 грамм
Питьевая вода — 65 грамм
Лецитин растительный —
0,5 грамм
Мука черемуховая — 80 грамм
Мука рисовая — 90 грамм
Кокосовый сахар/панела/
белый — 130 грамм
Мука миндальная — 60 грамм
Разрыхлитель — 5 грамм
Ксантовая камедь — 0,3 грамма

Для раскатки:

Рисовая мука — 40 грамм
Мука черемуховая — 20 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Воду подогреть до 65–80 °С, вылить в стакан. К ней же добавить кокосовое масло, шоколад или тертое какао, лецитин. Взбить блендером до однородной массы.
2. Отдельно смешать все сухие ингредиенты венчиком, вылить на них шоколадную массу. Замесить — должно получиться однородное, слегка жирноватое тесто.
3. Отправить тесто в холодильник на 15–20 минут для охлаждения.
4. На пергамент высыпать рисовую и черемуховую муку, перемешать, выложить тесто. Раскатать тесто между двумя слоями пергамента, вырезать круглые диски толщиной 1 см.
5. Выложить на противень и выпекать 15–20 минут при температуре 170–180 °С. Достать из духовки и остудить на противне.

Важно: если вы переварите карамель, то при смешивании с маслом она может начать расслаиваться. Если взбивание блендером не помогает, введите дополнительно 10–15 грамм теплого пюре малины и взбейте снова.



Совет: в данной рецептуре можно обойтись и без ксантовой камеди, но учтите, что печенье будет более рыхлым.

Для обливки:

Темный шоколад
для глазировки — 300 грамм

Для карамельного слоя:

Малиновое пюре — 120 грамм
Сахар кокосовый светлый/
белый/панела/тростниковый/
концентрированный
сок малины — 50 грамм
Сироп топинамбура/агавы/
мед разнотравье — 40 грамм
Кокосовое сухое молоко,
жирность от 50% — 50 грамм
Кокосовое масло — 30 грамм
Лецитин растительный —
1 грамм

Для украшения:

Сублимированная
малина — 7 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка
Плита
Силиконовый коврик/
пергамент
Лопатка
Миска
Блендер погружной
Стакан для блендера
Кондитерский мешок

6. Приготовить карамельную прослойку: в сотейнике смешать пюре малины, кокосовый сахар, сироп топинамбура. Эта карамель будет еще ярче, если вы добавите вместо сиропа топинамбура концентрированный сок малины. Прогреть до закипания, снять с огня, перелить в стакан, добавить сухое кокосовое молоко, растопленное кокосовое масло и лецитин. Взбить блендером до однородности, перелить в кондитерский мешок и отправить в холодильник на 1 час для стабилизации.
7. Собрать сэндвич: на половинку печенья аккуратно намазать ложкой карамель. Она немного растечется, поэтому оставляйте место по краям. Накрывать второй печенькой, отправить на час в холодильник.
8. Приготовить и отtemперировать шоколад.
Облить шоколадом готовые сэндвичи, украсить сублимированной малиной.

Хранение: в шоколадной обливке — до 14 дней в холодильнике. Печенье без обливки можно хранить до 60 дней при комнатной температуре.

Важно: черемуховая мука — на самом деле не мука, а перемолотые в среднюю фракцию плоды черемухи. Имеет яркий и интересный вкус черемухи с легкой горчинкой.



Совет: Поэкспериментируйте с вариантами сочетания печенья, например, делая только один слой печенья и один слой карамели. Кроме того, можно заменить сироп топинамбура на концентрированный сгущенный сок апельсина, и ваше печенье приобретет особый апельсиновый вкус.



Я же говорила, что шоколадной выпечки будет много?! Фундук и шоколад — шикарная пара, жаль только, что хорошего фундука в России мало. Я либо сама привожу его из Турции, либо прошу знакомых привезти его оппуда. Там он действительно вкусный — с ярким вкусом тоффи и карамели. Особенность этих батончиков — в сочетании фундуговой помадки и нежного шоколадного ломтика. Если вы хотите добавить еще большей пикантности в этот рецепт, покройте бисквиты слоем шоколада прежде, чем добавлять на них помадку.

Батончики «Шоколад-фундук» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для шоколадного слоя:

Кокосовый/панела/белый сахар — 60 грамм
Паста из кешью/арахисовая паста — 120 грамм
Овсяные хлопья долгого приготовления — 75 грамм
Какао-порошок 10–12% жирности — 30 грамм
Молоко кокосовое (мякоть кокоса от 65%, жирность 19%) — 55 грамм
Фундук дробленый — 30 грамм
Разрыхлитель — 5 грамм
Кардамон зеленый — 1 грамм
Перец душистый — 0,5 грамма
Мускатный орех — 0,2 грамма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать кокосовый сахар и пасту из кешью, хорошо перемешать венчиком или лопаткой. Добавить кокосовое молоко и еще раз перемешать, масса немного поменяет текстуру, станет более пластичной и мягкой.
2. В кофемолке измельчить овсяные хлопья вместе со специями до состояния муки. Смешать хлопья, какао-порошок, разрыхлитель, крошку фундука.
3. Добавить мучную смесь к смеси сахара и пасты. Замесить до получения однородного шоколадного теста.
4. Разложить тесто в формочки на 50% объема, запекать в духовке при 190 °C 15–25 минут до сухости.
5. Достать форму из духовки, остудить. При желании покрыть тонким слоем шоколада, не вытаскивая из формы.

Для фундучного слоя:

Кокосовый/панела/белый сахар — 75 грамм

Молоко кокосовое (мякоть кокоса от 65%, жирность 19%) — 45 грамм

Фундучная паста — 65 грамм

Масло какао — 40 грамм

Лецитин растительный — 0,4 грамма

Миндальная мука — 70 грамм

Для украшения:

Фундук — 40 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка

Плита

Силиконовый коврик/
пергамент

Лопатка

Миска

Блендер погружной

Силиконовая форма под
батончики/эклеры

Кофемолка

6. Приготовить фундучную помадку. В сотейник на огонь отправить сахар, молоко кокосовое. Варить до растворения сахара и закипания массы.
7. Добавить масло какао, лецитин и фундучную пасту. Снять с огня, взбить блендером. Должна получиться в меру вязкая основа.
8. Добавить в основу миндальную муку, замесить. Выложить поверх готового шоколадного слоя.
9. Утопить в помадке половинки фундука, отправить на стабилизацию в холодильник на 4–6 часов.
10. Приготовить и отtemперировать шоколад. Интересно в этой вариации рецепта будет смотреться шоколад «Имбирный пряник» по рецепту со стр. 104. Достать батончики из холодильника, аккуратно вытащить их из формы и облить шоколадом, украсить карамелизированным фундуком.

Хранение: с шоколадной обливкой — до 21 дня при температуре 15–17 °С, без обливки — до 7 дней в холодильнике.

Совет: если используете в рецептуре пасту из кешью, выбирайте не мелко перетертую пасту, а в крупную крошку.

Важно: шоколадное тесто легко передержать, потому что цвет у него достаточно темный. Проверяйте готовность по спичке или зубочистке. Лучше потом досушить, чем сильно передержать.



Интересно: эти батончики можно приготовить в формате шоколадно-фундучного торта, выложив шоколадный слой в квадратную форму, а после просто добавить сверху помадку.



Мягкое и очень ароматное печенье может стать просто хитом на вашей кухне. Оно отлично вписывается и в концепцию мини-десертов в одной коробочке.

Печенье

«Фисташка – Апельсин» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для печенья:

Фисташки очищенные — 54 грамма

Масло растительное жидкое/
кокосовое — 15 грамм

Питьевая вода — 28 грамм

Семена льна — 8 грамм

Мука рисовая — 100 грамм

Разрыхлитель — 2 грамма

Сахар кокосовый светлый/
панела — 40 грамм

Цедра лимона — 1 грамм

Сок лимона — 2 грамма

Сычуаньский зеленый перец/
перец батак/кориандр — 1 грамм

Для мармелада:

Апельсиновый сок/апельсиновое
пюре (углеводов не более
10 грамм на 100 грамм) —
50 грамм

Инулин/декстроза/
аллюлоза — 25 грамм

Пектин НН — 3 грамма

Ксантовая камедь — 0,1 грамма

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка

Плита

Силиконовый коврик/пергамент

Лопатка

Миска

Силиконовая форма
под небольшие конфеты

Кофемолка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Приготовить мармелад: апельсиновый сок в сотейнике нагреть до 40 °С, добавить «дождиком» пектин, смешанный с инулином или декстрозой и камедью. Довести до кипения, снять с огня, разлить по небольшим силиконовым формам для конфет. Дать остыть на столе, после чего отправить в морозилку на 30–40 минут.
2. Измельчить лен в кофемолке, залить водой и оставить набухать на 15 минут. Фисташки отправить в кофемолку вместе со специями и измельчить до состояния плотной пасты.
3. Смешать фисташки с мукой и разрыхлителем, добавить нерастопленное мягкое масло, хорошо перемешать массу. Она будет крошиться — так и надо. Добавить набухшие семена льна. Замесить до получения мягкого и пластичного теста. Проверить его просто — из него катается шарик и потом легко расплющивается в плоский комочек. Если пластичности тесту не хватает, возможно, вы плохо довели фисташки до выделения масла, в этом случае можно добавить еще 5–7 грамм масла.
4. Достать из морозилки мармелад и собрать печенье: скатать шарик из теста, расплющить, уложить в центр мармелада, закрыть еще одним кусочком теста. Выложить на пергамент.
5. Выпекать при температуре 180 °С 13–15 минут. Готовое печенье достать, остудить и при желании облить шоколадом.

Хранение печенья: до 7 дней при комнатной температуре. Но поверьте, оно исчезнет раньше, чем подойдут сроки годности — настолько оно бомбически вкусное!



Хрустящее печенье с ароматом корицы, яблок и яркой нотой ореха. Исчезает моментально, а главное, не оставляет никакой тяжести в желудке.

Хрустящее печенье «Яблоко – Грецкий орех» ***

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для хрустящего слоя:

Масло кокосовое
рафинированное — 90 грамм
Питьевая вода — 35 грамм
Лецитин растительный —
0,5 грамма
Мусковадо/панела/кокосовый
светлый сахар — 80 грамм
Молоко кокосовое (мякоть кокоса
от 65%, жирность 19%) —
35 грамм
Мука зеленой гречки —
110 грамм
Мука рисовая — 150 грамм
Разрыхлитель — 2 грамма
Ксантовая камедь — 0,3 грамма
Корица сорта альба — 1 грамм
Гвоздика цветочки — 1 грамм
Имбирь сушеный — 0,5 грамма
Анис — 0,2 грамма

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Специи измельчить в кофемолке, для удобства это можно сделать с сахаром.
2. Смешать все сухие ингредиенты в миске, перемешать венчиком.
3. Молоко, растопленное масло, лецитин и воду смешать в стакане, взбить блендером до объединения. Вылить на мучную смесь, вымесить до получения однородного теста.
4. Скатать шарики из теста, выложить на противень, в центре шариков аккуратно пробкой сделать углубления. Если вы используете силиконовую форму круглой формы, то как раз получите плоский круг с углублением в центре. Если у вас форма под батончики — просто выложите печенье в форму, разровняйте. Отправить в холодильник на 30 минут охладиться.
5. Отправить печенье в духовку на 15–20 минут при температуре 180–190 °С. Достать и охладить.
6. Приготовить мармеладный слой: в сотейнике смешать концентрированный сок, яблочное пюре и сироп.

Для яблочного слоя:

Концентрированный яблочный/
грушевый сок — 30 грамм

Сироп топинамбура/агавы —
50 грамм

Яблочное пюре — 20 грамм

Декстроза/инулин/белый
сахар — 15 грамм

Пектин НН — 2 грамма

Дробленый грецкий орех —
15 грамм

Грецкий орех для украшения —
20 грамм

Для обливки:

Шоколад «Имбирный пряник»
по рецепту со стр. 104 —
100 грамм

Довести до 40–50 °С, добавить «дождиком» пектин, смешанный с декстрозой. Варить 1–2 минуты, добавить дробленый грецкий орех, снять с огня, охладить до 70–80 °С, вылить в углубления, которые мы оставили в центре печенья. Либо поверх второго слоя, если печенье пеклось в форме батончиков. Охладить при комнатной температуре, затем отправить в холодильник на 1 час.

7. Приготовить и отtemперировать шоколад. Аккуратно вылить шоколад ровно в центре печенья поверх мармелада (если оно было круглое), либо просто сверху батончика, не доставая из формы. Украсить грецким орехом. Стабилизировать еще 30 минут. Достать и наслаждаться вкусом!

Хранение: с обливкой только мармелада — до 7 дней при комнатной температуре, облитый полностью — до 14 дней.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка

Плита

Силиконовый коврик/пергамент

Лопатка

Миска

Силиконовая форма круглая
глубокая/под батончики/эклеры

Погружной блендер

Пробка

Важно: здесь мы не обливаем печенье шоколадом полностью, чтобы сохранить контраст: хруст печенья — хруст шоколада — мармелад. Если вы планируете долгое хранение, то, конечно, вы можете облить батончик полностью.





Обычно кракелином (или кракелюром) в кулинарии называют красивое хрустящее тесто, покрывающее эклеры. В моем варианте слово «кракелин» тесно ассоциируется со звуком «крак» — когда ты надкусываешь пегенье, сверху хрустящая коротка, а внутри мягкая мякоть. Конечно, это не эклеры, но очень классные мини-десертики. Их можно сделать небольшого размера или облить шоколадом, украсить сублимированной малиной или цукатами — такие мини-кракелинчики чудесное лакомство.

Хрустящие кракелины с шоколадом *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Пюре печеной тыквы — 100 грамм
Кокосовое рафинированное масло/жидкое растительное — 100 грамм
Кокосовый темный сахар/мусковадо/панела — 70 грамм
Питьевая вода/апельсиновый сок — 60 грамм
Псиллиум — 10 грамм
Разрыхлитель — 5 грамм
Лецитин растительный — 1 грамм
Ксантовая камедь — 0,3 грамма
Кориандр зерна — 3 грамма
Тмин — 1 грамм
Мука зеленой гречки — 80 грамм
Мука рисовая — 80 грамм
Мука миндальная — 42 грамма
Сахар для обсыпки — 40 грамм
Шоколад темный кусочками — 30 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. На раскаленной сковороде прожарить кориандр до появления яркого аромата бородинского хлеба. Измельчить готовый кориандр вместе с тмином в кофемолке, для удобства можно добавить рисовую муку.
2. Смешать растительное масло, апельсиновый сок, пюре запеченной тыквы, лецитин в стакане, взбить погружным блендером.
3. Смешать сухие ингредиенты: все виды муки, псиллиум, разрыхлитель, специи. Вылить поверх них массу из жидких ингредиентов и хорошо перемешать. Оставить тесто на 5–10 минут. Оно будет достаточно жирным — так и нужно!
4. Отправить тесто в холодильник на 15–20 минут. Достать, скатать шарики, в центре каждого шарика выложить кусочек темного шоколада или тертого какао. Обвалять шарики в сахаре.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка
Плита
Силиконовый коврик/пергамент
Лопатка
Миска
Погружной блендер
Кофемолка

5. Выложить получившиеся шарики-кракелинчики на пергамент или силиконизированный коврик и отправить в духовку на 15–20 минут при температуре 185 °С.
Не пугайтесь, если сначала вы увидите, как масло немного пузырится на коврике, постепенно ваши шарики станут равномерно коричневыми внешне.
6. Охладить. При желании покрыть шоколадом или украсить полосками из шоколада.

Хранение: до 30 дней в помещении. Кракелинчики сохраняют текстуру лучше, если их облить шоколадом.

Интересно: я использую здесь кориандр и тмин, чтобы придать шарикам вкус бородинского хлеба. Вы вполне можете использовать специи типа корицы или готовые смеси для имбирного печенья и пряников.





Важно: берите влажные и хорошие сухофрукты, иначе ваш батончик будет куском сухой овсянки.

95% своих рецептов я разрабатываю самостоятельно, оппалкиваясь от классических вкусов. Но этот рецепт оппалгается. Первый раз подобный рецепт я увидела на каком-то из зарубежных форумов по здоровому питанию. Естественно, далеко не все мне в нем понравилось, поэтому я изменила его под себя, и активно пеку сейгас. К сожалению, имя автора изначального рецепта не скажу просто потому, что оно не было тогда записано. Ну и от первоначального рецепта осталось все же мало. Конечно, это не совсем рецепт для перекуса, а скорее самостоятельный десерт. Очень интересный и вкусный, даже без обливки шоколадной глазурью.

Запеченные «Гранолушки» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Кокосовый/белый/мусковадо/
панела сахар — 165 грамм
Сироп топинамбура/агавы/
мед разнотравье — 25 грамм
Пюре из лимона (дробленый
лимон вместе с кожурой) —
45 грамм
Масло оливковое/кокосовое
рафинированное — 75 грамм
Лецитин растительный —
0,5 грамма
Овсяные хлопья долгого
приготовления — 250 грамм
Миндальные лепестки —
100 грамм
Тыквенные семечки — 50 грамм
Семечки подсолнуха/льна —
35 грамм
Курага/чернослив/вяленая
вишня — 30 грамм
Изюм черный — 60 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Сотейник. Лопатка. Плита. Духовка
Форма под эклеры/батончики
Погружной блендер

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать сахар, пюре из лимона, сироп и масло в стакане, взбить блендером до однородной массы.
2. Сухофрукты промыть, порезать на кусочки, смешать с овсяными хлопьями, миндалем, тыквой, семечками и овсянкой.
3. Залить жидкой смесью сухие ингредиенты. Выложить готовую массу в формочки, спрессовать ложкой.
4. Выпекать при температуре 170–180 °C 20–30 минут до коричневого цвета. Достать, остудить, при необходимости облить шоколадом.

Хранение: до 60 дней при комнатной температуре.

Проблема овсянки в быстром прогоркании, поэтому реальные сроки будут сильно зависеть от ее качества.

Я раньше искренне стигала, что лаванда — это только вкус мыла и плохого крема для кожи. Потом попробовала настоящую лаванду и влюбилась. Ищите лаванду пищевую и обязательно отбирайте только цветочки — тогда в этом печенье вы найдете настоящую цветочную палитру вкуса. Печенье выходит в меру сухое и рассыпчатое, с легкой кислинкой и приятным цветочным привкусом.

Цветочное печенье

«Лимон – Лаванда» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Мука кокосовая — 35 грамм
Мука миндальная — 65 грамм
Сливки кокосовые (мякоть кокоса от 65%, жирность 22%) — 20 грамм
Масло кокосовое рафинированное/гхи — 50 грамм
Сироп топинамбура/агавы/мед гречишный — 45 грамм
Ксантовая камедь — 0,2 грамма
Лецитин растительный — 0,3 грамма
Лимонный сок — 10 грамм
Цветки лаванды в тесто — 1 грамм
Цветки лаванды для декора — 1 грамм
Соль — 0,2 грамма

ОБОРУДОВАНИЕ:

Миска. Венчик
Духовка. Силиконовый коврик
Погружной блендер
Стакан для блендера

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Смешать в отдельном стакане все жидкие ингредиенты, включая растопленное масло и лецитин, взбить блендером.
2. Смешать все сухие ингредиенты, включая цветочки лаванды.
3. Вылить жидкие ингредиенты на сухие, вымесить однородное тесто. Тесто должно быть похоже на массу для марципана — пластичное и липкое. Если сухое и рассыпается, то либо очень сухая кокосовая мука, либо много углеводов в сиропе — можно добавить еще 5–7 грамм сиропа. Если наоборот, очень влажное и мокрое — добавить еще 5–7 грамм кокосовой муки.
4. Скатать шарики, расплющить их в лепешку и выложить на коврик.
5. Выпекать при 180 °C 12–15 минут. Готовое печенье не вынимать сразу, а дать ему остыть.
6. Глазировать шоколадом при желании.

Хранение: при комнатной температуре в шоколадной обливке — до 60 дней, без обливки — до 30 дней.





Вообще в безглютеновой выпечке банан — это стандартная замена яйцам. Поэтому во многих интернет-рецептах мы легко найдем банан, вкус банана и привкус банана и еще много того бананового. Признаюсь честно, я бананы не люблю. Но эта выпечка — тот вариант, который нужно готовить именно с бананом. Поэтому я позволила себе немного похулиганить, только с добавлением вкуса протитического манго и особых специй.

Тропический хлеб

«Банан – Манго» **

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Пюре перезревшего банана — 290 грамм
Масло кокосовое — 70 грамм
Семена льна — 8 грамм
Питьевая вода — 32 грамма
Пюре из манго/яблока — 50 грамм
Сироп топинамбура/агавы — 60 грамм
Сода — 6 грамм
Разрыхлитель — 3 грамма
Овсяные хлопья — 80 грамм
Миндальная мука — 60 грамм
Мука зеленой гречки — 40 грамм
Псиллиум — 5 грамм
Сухая цедра апельсина — 3 грамма
Кардамон зеленый — 1 грамм
Кориандр — 0,5 грамма
Ксантовая камедь — 0,3 грамма

Для украшения:

Банан — 1 штука
Вяленое манго — 3–4 ломтика
Пекан — 10 штук
Шоколад — 50 грамм

ОБОРУДОВАНИЕ:

Погружной блендер
Стакан для блендера
Миска
Лопатка
Кофемолка
Духовка
Форма для кекса

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Семена льна измельчить, залить водой и оставить на 15 минут.
2. Пюре из манго и банана, растопленное масло, набухший лен и сироп топинамбура смешать в стакане для блендера и взбить блендером до однородности.
3. Овсяные хлопья поместить в кофемолку, измельчить вместе со специями до состояния муки.
4. Объединить все сухие ингредиенты.
5. Вылить жидкие компоненты на сухие, вымесить стабильное тесто. Вылить в форму для кекса.
6. Банан разрезать вдоль и уложить посередине кекса красивой дугой. Рядом разместить кусочки вяленого манго.
7. Выпекать при 190 °С в течение 50–60 минут. Готовность проверить спичкой или зубочисткой — она должна остаться сухой.
8. Остывший хлеб посыпать корицей и сахарной пудрой. При желании украсить шоколадом и рубленым пеканом.

Хранение: до 3 дней при комнатной температуре.



Традиционно это пирожное делают из отходов, но мы с вами все же творим магию, а не утилизируем ненужное. Поэтому приготовим этот десерт как полагается — из самых интересных продуктов.

Пирожное «Картошка» *

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:

Пюре запеченной тыквы/яблочное пюре — 60 грамм
Питьевая вода — 60 грамм
Кокосовый/панела/белый сахар — 50 грамм
Кокосовое рафинированное масло/подсолнечное масло рафинированное — 50 грамм
Рисовая мука — 125 грамм
Хлопья овсяные — 25 грамм
Протеин грецкого ореха/овсяные хлопья — 25 грамм
Разрыхлитель — 10 грамм
Ванильный сахар — 10 грамм

Для крема:

Молоко кокосовое (мякоть кокоса от 65%, жирность 19%) — 70 грамм
Кокосовый сахар — 90 грамм
Какао-порошок 10–12% жирности — 15 грамм
Масло кокосовое — 20 грамм
Арахисовая паста/паста из грецкого ореха — 70 грамм

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. В стакане смешать пюре из тыквы и растительное масло и взбить блендером.
2. Овсяные хлопья измельчить в кофемолке.
3. Отдельно смешать все сухие ингредиенты. Объединить сухие и жидкие ингредиенты в одну массу.
4. Выложить массу на силиконизированный пергамент единым слоем, разровнять. Чем тоньше будет масса, тем лучше она пропечется. Выпекать при температуре 170–190 °С 20–25 минут. Достать, остудить, разломать в комбайне или руками на равномерную крошку.
5. Кокосовое молоко и масло взбить блендером до единой массы. В сотейнике смешать молоко, кокосовый сахар, какао-порошок и довести до кипения. Прокипятить 1–3 минуты, пока масса не объединится.
6. Выложить на крошку пасту из грецкого ореха, полученную шоколадную карамель и замесить до получения мягкой массы. Если печенье вы немного пересушили, масса может крошиться. В этом случае добавьте 10–20 грамм сиропа топинамбура.
7. Сформировать картошку или шарики, обсыпать какао-порошком или смесью какао-порошка и протеина грецкого ореха. Оставить в холодильнике на стабилизацию на 1 час. При желании облить шоколадом.

Хранение: в холодильнике в обливке шоколадом — до 14 дней, в обсыпке — до 3 дней.

Для добавок (опционально):

Дробленый грецкий орех —
30 грамм

Фисташки —30 грамм

Какао-порошок —15 грамм

Совет: здесь я использую протеин грецкого ореха, чтобы добавить печенью немного орехового вкуса. К нему отлично подходят также все теплые и осенние специи типа корицы и кассии, вы вполне можете поиграть с ними.

ОБОРУДОВАНИЕ:

Духовка

Плита

Силиконовый коврик/
силиконизированный пергамент

Миска

Венчик

Погружной блендер

Сотейник

Кофемолка

Стакан для блендера

Кухонный комбайн

Интересно: Печенье из данной рецептуры вполне может существовать как самостоятельный рецепт, достаточно просто в четвертом пункте формировать не пласт, а ровные приплюснутые круги.



Заключение

Наш первый путь к бомбическому шоколаду и конфетам завершен. Я искренне надеюсь, что эта книга пробудит в вас вашего внутреннего химика и научит творить на своей кухне. Я собирала в ней простые и интересные рецепты, которые вы легко сможете повторить дома даже с минимальным опытом.

Спасибо моему супругу и моим детям, которые не только поддержали меня на пути написания этой книги, но и постоянно дегустировали все проработки. Все для того, чтобы вы смогли приготовить свои настоящие шедевры!

Отдельная благодарность моим замечательным студентам, которые всегда поддерживают движение любимой школы. Многие фотографии в этом издании появились только благодаря им.

Маленькое напутствие вам от человека, который когда-то тоже делал что-то по интернет-рецептам: 90% проблем начинается тогда, когда мы не хотим слушать рецептуру, а все же пытаемся изобрести что-то свое, не задумываясь над процессом. И только 10% сложностей связаны с особенностями ингредиентов и кулинарных процессов. В рамках этой книги я постаралась дать вам макси-

мум информации о возможных заменах и прописать варианты в каждом рецепте, чтобы у вас была возможность реализовать свое желание творчества, но при этом минимизировать риск каких-либо ошибок.

Я понимаю, что каждый из вас — прекрасный кондитер, и, взглянув на рецепт, вы думаете: «Что здесь нового?» Однако... Самое главное в рецепте — не сами ингредиенты, а то, в каких пропорциях и как они использованы. Поэтому, заменяя ингредиент на другой, не предусмотренный мной, просто спросите себя: «Зачем он здесь? Какую задачу выполняет в рецептуре?»

Я с удовольствием рассказала бы вам больше о задачах каждого ингредиента в рецепте, но тогда это была бы уже не книга, а «Большая советская энциклопедия». Возможно, мы сможем выпустить что-то подобное позже. Но не сейчас.

Успехов вам и самых вкусных десертов! Не забывайте делиться вашими результатами в комментариях на канале школы, а также на нашей странице Вконтакте. Я всегда на связи и готова подсказать, если у вас возникнут сложности.

Марина Осадченко



Отсканируйте QR-код
и переходите
в телеграм-канал школы
с полезными советами
и лайфхаками.
Там же в комментариях
можно задавать
вопросы, если вдруг
они возникнут в ходе
реализации рецептов



Отсканируйте QR-код
и переходите
в сообщество школы
шоколатье в ВК

УДК 663.9
ББК 36.86
0-72

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

В оформлении книги были использованы материалы с Shutterstock.com

Осадченко, Марина Сергеевна.

О-72 Жизнь в шоколаде. От конфет до выпечки / М. С. Осадченко. — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2025. — 240 с. — (Главный по тарелочкам).

ISBN 978-5-17-176607-8

Эта книга для тех, кто верит, что шоколад — это не просто сладость, а целый мир, где сливаются ароматы, текстуры и эмоции.

Если вы хотите понять, почему одни конфеты тают во рту, а другие приятно хрустят, ищите вдохновляющие рецепты и мечтаете создать шоколад, способный удивить даже самого искушенного гурмана, — эти страницы станут вашей шоколадной картой сокровищ.

Здесь плитка с перцем напомнит о дальнем путешествии, трюфель с розмарином унесет в летний вечер на даче, а десерты без сахара, молока и глютена останутся нежными, насыщенными — и, что важнее всего, по-настоящему шоколадными.

- Чем заменить привычные ингредиенты в десертах?
- Почему кокосовый сахар лучше белого?
- Как сделать шоколад хрустящим и блестящим?
- В чем секрет идеальных конфет без молочных продуктов?

На эти и многие другие вопросы отвечает Марина Осадченко — профессиональный шоколатье, технолог, судья всероссийского конкурса «Шоколад года» и основатель школы Chocoschool. Сотни учеников по всей стране уже покорили шоколад. Теперь ваша очередь.

Добро пожаловать в мир настоящего шоколада!

УДК 663.9

ББК 36.86

12+

Издание для досуга

Серия «Главный по тарелочкам»

Осадченко Марина Сергеевна ЖИЗНЬ В ШОКОЛАДЕ. ОТ КОНФЕТ ДО ВЫПЕЧКИ

Руководитель направления *Софья Пинхасова*, Ведущий редактор *Иулиания Попова*,
Редактор *Дарья Белоусова*, Младший редактор *Арина Ратникова*, Компьютерная верстка *Елена Гурьева*,
Технический редактор *Наталья Чернышева*, Компьютерный дизайн обложки *Елена Лазарева*

Подписано в печать 17.09.2025. Формат 84x108/16. Усл. печ. л. 25.62.

Печать офсетная. Гарнитура Bell Gothic. Бумага мелованная. Тираж 3000 экз. Заказ №

Общероссийский классификатор продукции ОК-034-2014 (КПЕС 2008):

— 58.11.1 — книги и брошюры печатные

Произведено в Российской Федерации. Изготовлено в 2025 г.

Изготовитель: ООО «Издательство АСТ» 129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, к. 705,
пом. I, 7 этаж, www.ast.ru, e-mail: ask@ast.ru vk.com/ast_nonfiction

«Баспа Аста» деген ООО

129085, к. Мәскеу, Жұлдызды гулзар, үй 21, 1 құрылым, 39 бөлме Біздің электрондық
мекенжайымыз: www.ast.ru. E-mail: astpub@aha.ru Интернет-магазин: www.book24.kz.

Интернет-дуken: www.book24.kz Импортёр в Республику Казахстан. ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию в республике Казахстан: ТОО
«РДЦ-Алматы» Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының

129085, Мәскеу қ., Звездный бульвары, 21-үй, 1-құрылыс, 705-бөлме, I жай, 7-кабат.

Тел.: 8(727) 251 59 89, 90, 91, 92, Факс: 8(727) 251 58 12, вн. 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген. Өндірген мемлекет: Ресей

© Осадченко М.С., текст, 2025

© Керимова Б.Р., фото, 2025

© Яцкова Ю.А., фото, 2025

© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2025

ISBN 978-5-17-176607-8



ПОБЕДИТЕЛЬ
ПРОЕКТА **ТОП
БЛОГ**

ЭТА КНИГА ДЛЯ ТЕХ, КТО ВЕРИТ, ЧТО ШОКОЛАД —
ЭТО НЕ ПРОСТО СЛАДОСТЬ, А ЦЕЛЫЙ МИР,
ГДЕ СЛИВАЮТСЯ АРОМАТЫ, ТЕКСТУРЫ И ЭМОЦИИ.

Если вы хотите понять, почему одни конфеты тают во рту,
а другие приятно хрустят, ищите вдохновляющие рецепты
и мечтаете создать шоколад, способный удивить даже самого
искушенного гурмана, — эти страницы станут вашей
шоколадной картой сокровищ.

Здесь плитка с перцем напомнит о дальнем путешествии,
трюфель с розмарином унесет в летний вечер на даче,
а десерты без сахара, молока и глютена останутся нежными,
насыщенными — и, что важнее всего, по-настоящему
шоколадными.

- Чем заменить привычные ингредиенты в десертах?
- Почему кокосовый сахар лучше белого?
- Как сделать шоколад хрустящим и блестящим?
- В чем секрет идеальных конфет без молочных продуктов?

На эти и многие другие вопросы отвечает Марина Осадченко —
профессиональный шоколатье, технолог, судья всероссийского
конкурса «Шоколад года» и основатель школы Chocoschool.
Сотни учеников по всей стране уже покорили шоколад.
Теперь ваша очередь.

Добро пожаловать в мир настоящего шоколада!

главный по тарелочкам

ISBN 978-5-17-176607-8



9 785171 766078 >

книги для любого настроения здесь



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА АСТ

www.ast.ru | www.book24.ru

vk.com/izdatelstvoast

ok.ru/izdatelstvoast



КЛАДЕЗЬ