

# Десерт «Тирамису»



Гайдукова Т.С.

**Тирамисú** (итал. «взбодрить меня») - итальянский многослойный десерт, в состав которого входят следующие ингредиенты: сыр маскарпоне, кофе, куриные яйца и сахар. Как правило, десерт припудривают какао-порошком. Тирамису - считается одним из наиболее популярных десертов в мире. Существуют адаптации рецепта, согласно которым какао-порошок заменяют тёртым шоколадом, кофейную пропитку - фруктовой или алкогольной, а в некоторых вариациях тирамису может напоминать пудинг или кекс.



## История происхождения десерта

Тирамису — 100% итальянское блюдо по происхождению, наряду с пиццей, спагетти.

Шедевр был создан в северной части Италии в самом конце 17 века и его появление стало, можно сказать, случайностью: герцог из Тоскании Козимо третий был известным ценителем сладостей и однажды он задумал посетить Сиену. Повара городка хотели чем-то удивить гостя, и не побоялись подать на десерт уникальное блюдо, название которого переводится как «суп герцога». Кушанье понравилось вельможе настолько, что он не оставил и крошки, а после увез во Флоренцию рецепт. Выдающиеся деятели искусств оценили новшество среди итальянских десертов. Оно стало источником силы для творчества при создании знаменитых шедевров.



Название «Тирамису» происходит от трех слов, звучащих как tira mi su, которые при переводе с итальянского языка звучат как «поднимай меня вверх». Вероятно, десерт назван так за высокую его калорийность. Также есть утверждения о том, что название возникло от того эмоционального состояния, которое вызывает это лакомство, а следовательно, перевод может звучать как «поднимающий настроение».



## Рецепт 1

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Яйца куриные 2 шт
- Сыр маскарпоне 100 г
- Сахар 100 г
- Бисквит 150 г
- Кофе эспрессо 10 г
- Какао-порошок 5 г
- Коньяк 10 мл



### Тирамису классическое

Яйца обработать и отделить белки от желтков. К желткам добавить сахар и взбить, далее добавить маскарпоне и все перемешать до однородной массы. После чего взбить белки до кремообразного состояния и добавить к желткам с маскарпоне и все перемешивается. Далее добавить в кофе коньяк и пропитать бисквит. После чего на каждый кусочек бисквита выложить половину крема и поверх крема выложить второй слой пропитанного бисквита и сверху выложить оставшийся крем, и убрать в холодильник на несколько часов. Спустя пару часов достать тирамису из формочки и все посыпать шоколадной крошкой, также можно украсить мятой и свежими фруктами. После чего тирамису готово к подаче!

## Рецепт 2

### Ингредиенты

- Сливочное масло 150 г
- Сахар 160 г
- Ванильный сахар 20 г
- Соль 3 г
- Яйцо куриное 3 шт
- Пшеничная мука 160 г
- Какао-порошок 5 столовых ложек
- Разрыхлитель 7 г
- Молоко 10 гр
- Сливки 30%-ные 250 мл
- Мягкий обезжиренный творог 500 г
- Ликер «Амаретто» 6 мл
- Сметана 35%-ная 500 г
- Консервированная вишня 100 г



### Тирамису по - домашнему

1. В миску положить размягченное масло, сахар (5 столовых ложек), ванильный сахар, соль и взбить миксером.
2. Затем добавить яйца, просеянную муку (1 стакан), порошок какао (1 столовая ложка), разрыхлитель и молоко.
3. В смазанную маслом и присыпанную мукой (1 столовая ложка) форму выложить подготовленное тесто, разровнять и выпекать 50 минут в предварительно разогретой до 150–170 градусов духовке.
4. Затем вынуть, остудить, разрезать вдоль на два равных пласта и пропитать ликером.
5. В глубокой миске сливки взбить в крепкую пену, добавить обезжиренный творог, сметану и сахар (3 столовые ложки) и продолжать взбивать до образования однородной массы еще 3–4 минуты — крем готов.
6. Три четверти творожного крема выложить на нижний пласт, накрыть верхним пластом, смазать его оставшимся кремом, посыпать оставшимся порошком какао (4 столовые ложки) и поставить в холодильник на 3–4 часа. Готовый торт разрезать на порционные кусочки и украсить консервированной вишней.

## Рецепт 3

- Яйцо куриное 3 штуки
- Мягкий обезжиренный творог 250 г
- Соль щепотка
- Крепкий кофе 300 мл
- Сахарная пудра 160 г
- Коньяк 35 мл
- Палочки корицы 1 штука
- Печенье савоярди 16 штук
- Черный шоколад 100 г



Тирамису творожное

1. Заварить крепкий кофе, добавить палочку корицы, дать остыть и добавить 30 мл коньяка.
2. Отделить белки от желтков. Желтки взбить с одной третью сахарной пудры в огнеупорной миске на водяной бане до бледно-желтого цвета, влить чайную ложку коньяка и взбить до однородной консистенции еще пару минут. Снять крем с бани и взбить еще минут 5 до загустения и остывания.
3. Слегка взбить венчиком творог и введите его в желтковый крем, смешать до однородности.
4. Отдельно взбить белки комнатной температуры с щепоткой соли на невысокой скорости, потом увеличить скорость взбивания и по частям ввести оставшуюся сахарную пудру. Взбить до устойчивых пиков. Аккуратно ввести творожный крем во взбитые белки (по ложке за раз), так же аккуратно смешать обе массы.
5. Выложить дно пиал или креманок смоченными в кофе и коньяке савоярди (при необходимости разломайте савоярди пополам, чтобы они помещались в небольшие порционные пиалы). Сверху выложить слой творожного крема, потрите на крем темный шоколад. Аналогично сделайте второй слой, чередуя печенье, крем и тертый шоколад. Убрать десерт в холодильник на несколько часов, а лучше на ночь до собственно самой подачи.
6. Подавать с чашечкой ристретто. По желанию и сезонности украсить ягодами.

Тирамису приносит невероятное наслаждение человеку, ведь этот воздушный и легкий десерт просто не может быть не вкусным. Итальянцы, родом откуда сам десерт, говорят, что нельзя побывать в Италии и не испробовать настоящий Тирамису.

И тем не менее Тирамису относится к достаточно “вредным” продуктам, ведь калорийность Тирамису достаточно высокая, особенно если учитывать, что попробовав один кусочек хочется еще и еще. Дело в том, что в основе этого десерта лежит чрезвычайно нежный, но очень жирный сливочный сыр – маскарпоне, из которого готовится крем, несмотря на свою воздушность и легкость, десерт достаточно калорийный.



В целом же калорийность Тирамису составляет порядка 232 кКал на 100 г. Если учитывать, что в одном кусочке порядка 200 г десерта, а если он приготовлен в креманочке, то еще больше, то это достаточно много и одно употребление десерта можно смело приравнять к полноценному употреблению одного приема пищи.

Существуют самые разнообразные рецепты приготовления этого десерта, к примеру, если не использовать яйца, то калорийность снижается, а если вместо маскарпоне использовать сметану, то калорийность станет еще меньше.



- Существует множество разновидностей подачи тирамису, некоторые из них представлены ниже



# Варианты оформления десерта тирамису



## Инвентарь для приготовления тирамису:

● Плита

● Кастрюля

● Глубокая миска

● Столовая ложка

● Чайная ложка

● Мерный стакан

● Венчик

● Миксер

● Холодильник

● Противень

● Сито с мелкой сеткой

● Тарелка для подачи



