



Осенние



десерты

# Осенние десерты



- ◆ *Автор проекта: Пауесова Надежда Ивановна, мастер, преподаватель ГОУ НПО «Профессиональный лицей № 31»*
- ◆ *Профессия: «Повар - кондитер»*
- ◆ *проект представлен на защиту по итогам курсовой подготовки*

*(декабрь 2008г., Курган, ПЛ № 6)*



# Десерт-

традиционное  
дополнение любого  
меню. Десерт  
является украшением  
и завершением  
праздничного стола.

## Тыква на десерт

*Тыква — 1 кг, песок сахарный  
— 100 г, лимон или  
апельсин — 1 шт.*

Тыкву вымыть, освободить от кожуры и семян, нарезать кусочками, пересыпать сахарным песком, добавить лимон или апельсин, нарезанные дольками, и имбирь. Через 1,5—2 часа, когда тыква даст сок, поставить на огонь и кипятить в течение 5 минут, остудить. Подавать на десерт охлажденной. Можно разнообразить блюдо, добавив взбитые сливки и посыпав сверху мелко растертыми орехами.



# Тыквенный десерт



**Состав:** тыква - 300 г, персики консервированные - 100 г, мёд - 100 г, вода - 3/4 стакана. Для **соуса:** клюква - 200 г, мед - 50 г.

**Способ приготовления рецепта:** тыкву и персики нарежьте ломтиками. Половину меда разведите 0,5 стакана горячего сиропа от персиков, перемешайте до полного растворения меда. Тыкву залейте медовой смесью и оставьте на 30 минут. Для соуса клюкву протрите, соедините с оставшимся медом и перемешайте. При подаче уложите на блюдо, чередуя, ломтики персиков и тыквы, полейте медовой смесью, оформите клюквой. Клюквенный соус подавайте отдельно.

## Суфле с морковью и яблоками.

### Продукты:

на 2 моркови – 2 яблока,  
полстакана молока, 1 яйцо, 1  
ст.л. манки, 3 ст.л. сливочного  
масла, 1 ст.л. сахарного песка.  
Чтобы приготовить легкий  
фруктово-овощной десерт –  
суфле с морковью и яблоками,  
по рецепту нужно морковь  
нарезать на небольшие  
кусочки и тушить с молоком  
до готовности.

Яблоки очистить и вместе с  
морковью пропустить через  
мясорубку (как вариант –  
блендер).

Затем соединить с манной крупой,  
сахаром и сырым желтком,  
добавить растопленное  
сливочное масло и взбитый  
белок.

Все это слегка вымешать,  
выложить в формочку,  
смазанную маслом, и на пару  
довести до готовности (можно  
и просто в духовке).

Суфле подавать к столу с маслом.



## Морковно-грушевый десерт с йогуртом



**Состав:** йогурт натуральный нежирный - 500 г, морковь - 2 шт., груша - 1 шт., сок - 1 лимона, сахарная пудра - 2 столовые ложки.

**Способ приготовления рецепта:** смешайте йогурт с лимонным соком и сахарной пудрой. Очищенную морковь и грушу натереть на тёрке, соединить с йогуртом. Подавать оформив листиками мяты.



Добавляя в молочные продукты (кефир, простоквашу, молоко, сливки) фруктовые или овощные соки, соки с мякотью, либо протертые и взбитые фрукты и овощи, можно получить разнообразные напитки. Для улучшения вкуса в них рекомендуется добавлять немного сахара, но можно вполне обойтись и без него. Особенно хороши напитки, в которых сочетаются разные соки. Вкус напитка улучшается, если он приготовлен на основе смеси двух молочных продуктов, например кефира и сливок.





Сливки с облепихой и морковным соком.  
Сливки-200г, облепиха 50г, морковный сок-50г,  
сахар-50г.

Ягоды облепихи вымыть и протереть через сито или измельчить миксером, сок отжать. Можно использовать протертую облепиху заготовленную на зиму. Протертую массу взбить, постепенно добавляя сливки, морковный сок и сахар.

Кефир с соком черноплодной рябины и свеклы.  
Кефир-400г, свекольный сок-50г, сок рябины-50г,  
сахар-30г.

Свеклу вымыть, обдать кипятком и отжать из нее сок. Кефир смешать с соком черноплодной рябины ( можно использовать консервированный), добавить свекольный сок, сахар и взбить миксером в пышную пену. Подавать в охлажденном виде.

Кефир с яблоками и морковным соком  
Кефир-500г, яблоки-200г, морковный сок-50г,  
сахар-30г.

Яблоки вымыть, испечь в духовке и протереть через сито. Яблочное пюре взбить, постепенно добавляя морковный сок, кефир или сливки и сахар.



### Цукаты из ревеня

Ревень (черешки свежие) — 1 кг, сахарный песок — 300 г. Черешки ревеня тщательно промыть в холодной воде, нарезать кусочками одинакового размера (3—4 см), пересыпать сахарным песком. Выделившийся сок слить, черешки уложить на противень, посыпать сверху сахарным песком, поместить в разогретую духовку, выдержать до закипания массы по всей поверхности, затем сразу вынуть и подсушить при комнатной температуре либо в теплом духовом шкафу. Готовые цукаты уложить в картонные коробки из-под конфет, хранить при комнатной температуре.