Автор: admin
14.05.2011 17:10 -

Жаркий полдень. Кофе? Да!

В жаркое время врачи рекомендуют исключить из «питьевого рациона» кофе и черный чай, заменив его чаем зеленым.

Я люблю зеленый чай и в охотку могу с удовольствием его пить. С ним действительно легче переносится жара и в нем много антиоксидантов, которые замедляют процесс старения. Но, как говорил в детстве мой сын, я – «кофейница». Я люблю и ценю кофе и пью его много. Как быть?

Выхода два: последовать советам медиков и отказаться от кофе или готовить кофе по «летним» рецептам. Ведь в Турции, Тунисе, Египте, Марокко кофе пьют в любую жару, причем и горячим, и холодным. Чем же мы хуже?

Мне особенно нравятся:

Мокко-флип. Хорошо смешать чашку холодного кофе, сырой яичный желток, столовую ложку сахара. Долить стакан холодным молоком.

Охлажденный черный кофе со сливками или мороженым. Приготовить черный кофе, положить сахар по вкусу и остудить в холодильнике. Разлить в чашки, добавить по 2–3 чайные ложки сливок или мороженого.

Напиток с минеральной водой для всей семьи. В 0,5 л горячего крепкого кофе добавить 3–4 столовые ложки меда и сахар (по вкусу). Охладить. Добавить стакан холодного молока и стакан минеральной воды.

Кофейный прохладительный напиток. 50 г персикового или апельсинового сока (вместо сока можно взять 30 г любого сиропа) и 20 г молока долить в стакане несладким черным кофе. Сильно охладить.

Если вы планируете посидеть с парочкой подруг или, несмотря на жару, летним вечером к вам собираются гости, «летние» варианты коктейлей и напитков есть и для них.

Коктейли

Фруктовый. Растереть 1 яйцо с сахаром по вкусу, добавить 0,5 л молока и 0,5 л фруктового сока. Подать охлажденным с кубиками льда. Очень вкусно с персиковым, абрикосовым, малиновым соком. Особенно выручает, когда среди гостей есть «я за рулем» или почитатели трезвости.

Лимонный. Растереть 1 желток с сахаром по вкусу и соком половины лимона. Залить 3/4 литра белого сухого вина и хорошо взбить. Охладить, добавить лед.

Яичный. Тщательно растереть 2 яйца и 2 желтка с сахаром по вкусу, затем постепенно, все время помешивая, добавить стакан молока и чайную ложку лимонного сока. Влить 250 г коньяка. Хорошо взбить и до подачи держать в холодильнике.

Заканчивать прием гостей рекомендую так любимыми мною кофейными напитками.

Кофейные напитки

Кофе с желтками и коньяком. Желток взбить с 1 столовой ложкой сахара. Постоянно помешивая, влить 1-2 чайные ложки коньяка, затем кофе. Подавать горячим или холодным. Холодный кофе пьют через соломинку.

Холодный кофе с коньяком или ликером. Положить в бокал несколько кусочков льда, добавить столовую ложку хорошего коньяка или рюмку ликера. Бокал заполнить черным, крепким, отстоявшимся в холодильнике, прозрачным, сладким кофе. Пить холодным через соломинку.

Мокко по-турецки. В спокойно кипящую воду всыпать смесь сахара и кофе в равных количествах. Через несколько секунд снять с огня и сильно охладить. В каждый стакан положить столовую ложку льда и чайную ложку хорошего коньяка, залить холодным кофе.

Думаю, вашим гостям понравится.

Автор - **Елена Бершадская**
Источник