Warszawa/Brześć Kujawski, 27.08.2020 r.

**3 słodkie desery, dzięki którym łatwiej pogodzimy się z końcem wakacji**

**Wakacje zbliżają się ku końcowi, ale wrześniowa aura z pewnością pozwoli nam jeszcze przez jakiś czas cieszyć się upalną pogodą. Powrót do pracy czy szkoły po okresie słodkiego lenistwa bywa trudny, dlatego warto jest go sobie umilić pysznymi deserami. Podpowiadamy co przyrządzić, aby smaki lata zostały z nami na dłużej.**

W trakcie sezonu letniego korzystamy z bogactwa dojrzałych, soczystych owoców, których większość jest również dostępna we wrześniu i świetnie sprawdzi się do przygotowania deserów. Podczas wakacji mamy zazwyczaj więcej wolnego czasu, którego nie chcemy jednak spędzać w kuchni, a wraz z ich końcem przybywa nam obowiązków, dlatego warto postawić na szybkie i łatwe w przygotowaniu dania. Jakie desery powinny znaleźć się w naszym słodkim menu?

**Ciasto bez pieczenia**

Wszyscy uwielbiają tradycyjne wypieki, ale w trakcie upałów niekoniecznie chcemy dodatkowo podwyższać temperaturę w domu poprzez uruchomienie piekarnika. Znakomitą alternatywą na ciepłe dni okazują się ciasta, które nie wymagają pieczenia, takie jak sernik na zimno czy tarty na spodzie z ciastek.

– *W zależności od naszych upodobań, jako spód możemy wykorzystać herbatniki, krakersy, wafle czy kruche ciasteczka, którymi wyłożymy tortownicę w całości lub je drobno rozkruszymy. Jeśli zdecydujemy się na rozdrabnianie ciastek, dobrze jest dodać do nich rozpuszczone masło lub czekoladę – wtedy nasza baza będzie bardziej zwarta. Gdy postawimy na całe ciastka, warto wybrać te o niestandardowym kształcie, jak na przykład słomka ptysiowa, dzięki czemu ciasto po przekrojeniu będzie bardziej efektowne* – komentuje Marzena Stokwisz z firmy Brześć, produkującej wyroby cukiernicze i przekąski.

Kiedy spód jest już gotowy przystępujemy do przygotowania masy, która będzie stanowić wypełnienie naszego ciasta. W przypadku serników na zimno bazujemy na drobno zmielonym twarogu, zmieszanym z żelatyną bądź galaretką i dodatkiem ubitej śmietany. W nieco odmienionej wersji, zamiast twarogu możemy użyć serków homogenizowanych, a bitą śmietankę zastąpić mlekiem. Do tarty idealnie sprawdzi się krem budyniowy lub śmietana ubita z serkiem mascarpone. Na koniec do naszych mas dodajemy owoce, delikatnie mieszamy, wylewamy do tortownicy z przygotowanym wcześniej spodem i dekorujemy wierzch ciasta. Tego typu desery potrzebują kilku godzin w lodówce, aby stężeć, ale ich smak z pewnością wynagrodzi oczekiwanie.

**Chłodnik na słodko**

Chłodnik litewski czy hiszpańskie gazpacho (chłodnik z pomidorów) to dania obiadowe, które coraz częściej goszczą na polskich stołach. Nic dziwnego – nie tylko wspaniale gaszą pragnienie i zaspokajają głód, ale zawierają też bardzo dużo witamin oraz związków mineralnych. Co ciekawe, do przygotowania chłodnika doskonale sprawdzają się nie tylko warzywa, ale też owoce, z których możemy przyrządzić orzeźwiającą zupę i zaserwować ją na deser. Sprawdzone smaki to chłodnik brzoskwiniowy z mango, arbuzowo-malinowy czy gruszkowy z sokiem z limonki i miętą, ale warto też dać się ponieść kulinarnej fantazji i stworzyć własne połączenie.

Owocowy chłodnik robimy na tej samej zasadzie co smoothie – do blendera wrzucamy wybrane owoce i dolewamy płynu, który rozcieńczy nieco konsystencję. W zależności od owoców i stopnia ich słodkości może to być woda, jogurt naturalny czy mleko kokosowe. Im zimniejszy będzie chłodnik tym lepiej będzie smakować, dlatego jeśli nie chcemy czekać, aż deser nabierze odpowiedniej temperatury po przygotowaniu, schłodźmy wcześniej nasze produkty w lodówce. Tradycyjne chłodniki warzywne dekoruje się jajkiem bądź kleksem ze śmietany, a w przypadku chłodników owocowych możemy urozmaicić zupę gałką lodów lub posypać ją prażonymi orzechami czy groszkiem ptysiowym.

**Domowy deser lodowy**

Chyba nic nie kojarzy się bardziej z wakacjami niż lody, które są najlepszym sposobem na ochłodę w ciepłe dni. Jeśli nie mamy zbyt wiele czasu to najprościej będzie kupić lody z dobrym składem w sklepie, przełożyć je do pucharków i udekorować ulubionymi dodatkami. Warto jednak spróbować przygotować lody samodzielnie, szczególnie jeśli posiadamy maszynkę do ich robienia, która nie jest niezbędna, ale znacznie przyśpiesza cały proces. Brak sprzętu nie powinien być jednak wymówką – w takim przypadku po prostu będziemy musieli co jakiś czas wyjmować lody z zamrażalnika i dokładnie je mieszać, tak aby zlikwidować powstające kryształki lodu. W przygotowaniu domowych lodów bardzo ważną rolę odgrywają wysokiej jakości składniki. Jeśli będziemy bazować na śmietance, wybierzmy tę o wysokiej zawartości tłuszczu (30-36%), która jest przeznaczona do ubijania, a w przypadku jogurtu postawmy na gęstszy produkt typu greckiego lub bałkańskiego. W sezonie mamy dostęp do świeżych owoców, z których przyrządzimy pyszne sorbety, ale ich ekspresową wersję stworzymy korzystając z mrożonek. Jako wegańską alternatywę dla śmietankowych lodów warto wypróbować lody zrobione z zamrożonych, zblendowanych bananów, które możemy urozmaicić dodając do nich inne zamrożone owoce czy masło orzechowe.

– *Ciekawą wariacją na temat lodów jest wywodzący się z Francji, ale popularny na całym świecie deser parfait. Opiera się on na zmrożonej masie mleczno-jajecznej, do której można dodać bitą śmietanę, owoce czy kawę. Przysmak serwuje się zazwyczaj w wysokich kielichach, a warstwy zimnego kremu przekładane są owocami, granolą, orzechami czy pokruszonymi ciasteczkami. Mówi się, że jemy oczami, dlatego warto dodatkowo przystroić nasz parfait na przykład słomką ptysiową. Taki deser spełni oczekiwania nawet największego amatora słodkości* – dodaje Marzena Stokwisz z firmy Brześć.

Letnie desery nie tylko poprawią nam humor, ale zaspokoją też nasze zachcianki na „małe co nieco”. Dodając do słodkości owoce wzbogacamy ich smak i zapewniamy sobie dodatkową dawkę witamin. Pamiętajmy jednak, żeby spożywać desery z umiarem, tak aby były urozmaiceniem naszego menu, a nie stałym elementem diety.