夏日冷食 冰爽你的激情

不知不觉之间,炎炎夏日就热烈地来到了。短袖,美裙也都早已迫不及待地上身了。当然啦,大家最爱的冷食一定是夏季的重头戏。你爱冰淇淋,我爱手拿大冰棍,还有喜欢沙冰的……好好好,坚果全都满足,咱们这就学做起来,别偷懒,就怕太美味,冰爽你的激情吧!

美食工作室
负责人:曹 威
电 话:13849762588
E-mail:306400144@qq.com

猕猴桃沙冰

越来越多的主妇选择自己在家做冰品,不仅干净卫生,零添加,更美味,主要是完全可以根据个人的喜好添加食材。比如普通的自制冰激凌,虽然好吃,但一般热量较高,相比较来说,水果沙冰的口感虽然略粗,但是因为除了水果、牛奶和少许白砂糖外,没有其他成分,相对健康,低脂。想减肥而不敢吃冰激凌的MM,一定不容错过哦!猕猴桃含有丰富的维生素C,可强化免疫系统,促进伤口愈合和对铁质的吸收;它所富含的肌醇及氨基酸,可抑制抑郁症,补充脑力所消耗的营养细胞;它的低钠高钾的完美比例,可补充熬夜加班所失去的体力。另外,猕猴桃虽然营养丰富,但是热量极低,其特有的膳食纤维不但能够促进消化吸收,还可以令人产生饱腹感。

食材明细: 猕猴桃适量、奶粉适量、白糖适量

制作步骤:

1.材料准备好。
2.猕猴桃去皮。
3.将猕猴桃放入料理机中。
4.倒入牛奶。
5.倒入白糖。
6.搅打30秒。
7.将其倒入保鲜盒中,冷冻。
8.倒出,切块,即可食用。
9.如果想吃细腻口感,就再次放入料理机中,搅打均匀即可。

小贴士:

1.可以选择时令水果制作哦!
2.如果喜欢有果肉的口感,可以少搅打几下,只将猕水果稍打碎即可。
3.冷冻过程,水份会析出,冷冻成冰渣,如果想吃细腻口感,可以再次搅打成果泥。

爽口西瓜冰沙

西瓜冰沙,想做好久了,查看了好多方子,在做的过程中还是有问题,随时随地地改,稍微费些功夫,最终的结果比较完美!

食材明细:

西瓜、装饰用黑芝麻少许、装饰用薄荷叶

制作步骤:

1.将西瓜切成小块。
2.用小水果叉把籽去除。
3.将处理好的西瓜块放到冰箱冻结实。
4.用料理机打碎。
5.将打碎的西瓜趁着果肉和汁水未分离放到冰箱再次冷冻。
6.及时将冻好的西瓜用叉子刨成碎冰即可。

小贴士:

1.两次冷冻,防止汁水和果肉分离,刨好的沙冰口感和外观都好。
2.拍照的时候点缀了几个黑芝麻和薄荷叶,小装饰下有感觉。
3.西瓜是寒性的,脾胃寒凉者要少吃。

红豆奶油冰棍

食材明细:(8根冰棍的量)红豆(煮完称重)200g,牛奶200g,淡奶油200g,糖60g,玉米淀粉30g,水。

制作步骤:

1.红小豆适量提前用冷水泡2个小时,然后加水上汤锅用"三开三焖"的方法煮至红豆熟透但未开花。(所谓"三开三焖"就是指将水烧开沸腾后即可关火焖半小时,如此重复3次。)
2.将焖好的红豆捞出,加入10g的糖拌匀待用(红豆水冰一下做饮品喝掉)。
3.牛奶放入汤锅中,加入 玉米淀粉拌匀。
4.加入50g的白糖,拌匀。
5.将淡奶油倒入牛奶混合液中,拌匀。
6.中小火,边煮边搅拌将步骤5中的混合物煮至粘稠(粘稠度决定了一会儿红豆是否会沉底,越稠红豆越不容易沉底)。
7.如果想口感更细腻,可过滤一下看有没有结块(其实只要你在步骤3中将淀粉拌匀了就不用过滤)。
8.将红豆倒入牛奶和淡奶油的混合液中,拌匀。
9.将做好的冰棍糊放凉后,装入冰棍盒内(其实步骤8步可以省略,直接先放红豆再倒入冰棍糊)。
10.盖上盖,放冰箱冷冻过夜。第二天,取出盒子用吹风机稍微吹一下即可轻松取出冰棍。

小贴士:

1.我比较喜欢有嚼劲的红豆所以只用了"三开三焖",如果你喜欢比较绵软的口感的话,可以将红豆再多开多焖一次。
2.砂糖一定要放够量,虽然煮好时尝着很甜,但冰过后就不觉得甜了。
3.加入玉米淀粉是使制成的冰棍有软糯的口感,而不至于冻成瓷实的冰块。
4.我做的冰棍糊的量不足,冰棍盒装的不太满,这样的缺点是取冰棍的时候冰棍和冰棍的柄很容易脱开,建议尽量将冰棍盒装满。
5. 脱模时试了下将冰棍模具浸冷水那个方法,但其缺点是冰棍底部化了,冰棍还拿不出来。我觉得还是直接用吹风机吹一下比较快速,而且脱模后冰棍的造型很完整。 **(据美食天下网)**

鸡公山粮液荣登"河南省十大名酒"金榜

信阳消息 (易续震)4月24日,由河南省酒业协会组织的河南省十大名酒评选活动结果揭晓,信阳市鸡公山酒业有限公司生产的"鸡公山粮液"牌产品以醇和绵柔的口感、留香悠久的品质,经过多名国内知名品酒专家、豫酒行业泰斗多轮品鉴,在参加评选的众多家豫酒品牌中脱颖而出,并以第六名的骄人成绩获得"河南省十大名酒"称号。

本次评选旨在选出最具河南地方品牌代表性的豫酒品牌,"鸡公山粮液"以其过硬的品质及不断上升的品牌影响力获此殊荣,也为众多豫酒企业共同挖掘传统白酒文化的新时代内涵,打造白酒行业新文化树立了无可挑剔的榜样作用。

今年是鸡公山酒业成立65周年。65年来,鸡公山酒业始终担负着市场用酒需求及豫酒文化的传承和发扬等责任,用良心酿造美酒,用真诚赢得信誉,用品质捍卫品牌。