

# **Lody**

## **Składniki**

200 ml słodkiej śmietanki 30%\*

1 jajko\*

1 łyżka miodu\*\* (można dodać go więcej, jeśli lubicie słodsze lody)

## **Wykonanie (koniecznie w takiej kolejności - wówczas lody będą bardziej puszyste):**

1. Żółtko ucierać z miodem do momentu, aż masa stanie się bardzo jasna (prawie biała).
2. Śmietankę ubić na sztywno – w momencie, gdy masa stanie się już puszysta i nie będzie wypadać z odwróconej do góry nogami miski, śmietanka jest gotowa – dłuższe ubijanie jest niewskazane\*\*\*.
3. Białka ubić na sztywną pianę\*\*\*\*.
4. Wszystkie trzy masy połączyć delikatnie (nie mieszając dłużej niż to konieczne), przełożyć do pojemnika i włożyć do zamrażalnika na co najmniej 5 godzin, jeśli pudełko jest płaskie. Jeśli jest ono raczej wysokie, czas chłodzenia musi być dłuższy.
5. Przed podaniem wyjąć lody z zamrażalnika na około 5-10 minut, żeby łatwiej było je przełożyć do miseczek\*\*\*\*\*.

## **Wskazówki**

\* im lepsza jakość składników, tym lody będą smaczniejsze; dlatego właśnie warto zadbać o to, by jajko pochodziło z dobrego źródła (najlepiej od znajomej gospodyni, u której kury chodzą sobie "luzem" i karmione są tradycyjnie, a nie gotową paszą; jeśli jednak nie macie dostępu do takich jajek, poszukajcie takich z "0" na pieczęcie; żółtko jajka, zgodnie z nazwą, powinno być żółte, a nie pomarańczowe; a w ogóle o jajkach to ja chyba napiszę oddzielny post, bo to rozległy temat); śmietanka powinna mieć w składzie tylko śmietankę, nic więcej (o tym, jaką śmietankę wybrać piszę w tym poście)

\*\* jeśli chcecie, aby lody były śmietankowe, a nie zdominowane przez smak miodu, wybierzcie miód bardziej łagodny (np. akacjowy)

\*\*\* jeśli jednak "przebijecie" śmietankę (stanie się ona już lekko zwarzona, czyli żółtawa i mniej puszysta), zupełnie się tym nie przejmujcie - ubijajcie śmietankę dalej, a otrzymacie bardzo smaczne masło - więcej o tym zagadnieniu piszę w tym poście

\*\*\*\* ubijanie białek na sztywną pianę wiąże się z określonymi zasadami (części z Was zapewne znanymi):

(1) należy to robić w całkowicie czystej misce (nie może być ani trochę tłusta)

(2) w białku nie może pozostać ani troszeczkę żółtka, bo istnieje duże ryzyko, że piana nie będzie sztywna

(3) można zastosować magiczny trik mojej Babci i mojej Mamy, czyli ubijać białka ze szczyptą soli

(4) białka należy ubijać na najwyższych obrotach miksera (aczkolwiek ręczną trzepaczką też się da, a moja Mama robiła to nawet widelcem - Mamo, pozdrawiam Twoje mięśnie rąk :); rozmawiałem też z Babcią na temat ubijania białek i usłyszałem: "Kiedyś to tylko widelcem się ubijało! Trzepaczka?! Nikt o tym nie słyszał!" - widzę, że gdybym żył kilkadziesiąt lat wcześniej joga nie byłaby mi potrzebna)

(5) najlepiej ubijać białka w wysokim naczyniu

\*\*\*\*\* jeśli lody stały się bardziej kamienne niż puszyste, zupełnie się tym nie przejmujcie – wystarczy je wtedy podzielić na kawałki i zmielić przez kilkanaście sekund w mocnym blenderze (na funkcji kruszenia lodu, czyli tak jak miksuje się zamrożone owoce do sorbetu). Wówczas będą one przypominały konsystencją prawdziwe lody, jakie kiedyś można było dostać we Włoszech (nie mam tu oczywiście na myśli popularnych w Polsce "lodów włoskich", które można kupić w budce ze specjalnym automatem albo w Macu). Takie prawdziwe tradycyjne włoskie lody smakowaliśmy ostatnio w Eiscafé Costa w niemieckim Mittenwaldzie - jeśli kiedyś będziecie w tamtych okolicach, koniecznie spróbujcie!