

ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ

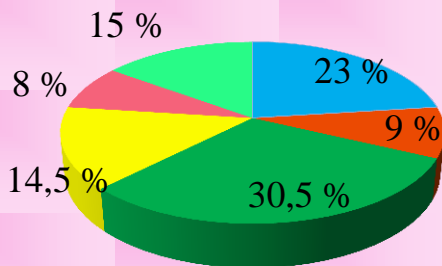
Ингредиенты

- Творог (9%)
- Яйцо – 4 яйца
- Масло сливочное – 100 г
- Фруктовая начинка (по вкусу)



- белки
- жиры
- углеводы
- минеральные в-ва
- витамины
- вода

Пищевая ценность блюда



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Творог (лучше 9%) протереть через сито, чтобы он стал мелким и пористым.
2. Желток смешать с сахаром и перетереть. Влить протертый желток в творог.
3. Белок взбить в густую пену. Для быстроты взбивания можно добавить чуточку соли.
4. Добавить белковую пену в творожную массу и аккуратно перемешать.
5. Выложить творожную массу в форму, предварительно смазанную сливочным маслом и обсыпанную сухарями.
6. Запекать творожный пудинг в духовке при температуре 180°, в течение 30 минут.
7. Готовый пудинг можно подать со сметаной или протертыми ягодами, украсить фруктами.



«- Знакомьтесь! Алиса, это пудинг! Пудинг, это Алиса! Унесите!... Ну вот, вас только познакомили, а ты уже на него с ножом!»

Л. Кэрролл «Алиса в стране чудес»



Родиной пудинга считают Англию. За свою историю это блюдо прошло долгий путь: от мясного до десертного.

На протяжении многих столетий у жителей Британских островов на Рождество была на столе особая каша — «плам порридж» (от plum — слива + porridge — каша), сваренная на мясном бульоне. В неё добавляли хлебные крошки, изюм, миндаль, чернослив, мёд и подавали её очень горячей.

В Викторианскую эпоху, в XIX веке пудинг стал сладким десертным блюдом, в него добавляли чернослив, специи и крупы, а потом к концу столетия туда добавляли еще и сахар.

Как традиционное блюдо английской кухни, пудинг постоянно появляется в классике английской литературы.

Джоан Роулинг «Гарри Поттер и Философский камень»

«Гарри посмотрел на стол и замер от изумления. Стоявшие на столе тарелки были доверху наполнены едой. Гарри никогда не видел на одном столе так много своих любимых блюд, в том числе йоркширский пудинг...»

