

HƯỚNG DẪN PHA CHẾ ĐỒ UỐNG

1. Mousse socola mịn thơm

Món tráng miệng này rất bổ dưỡng, vị socola thơm thơm ngậy ngậy rất quyến rũ. Mousse socola sẽ thực sự “thu phục” bạn trẻ đấy.

Nguyên liệu cho 6 phần ăn

80ml sữa
1 thanh socola đắng 250g
3 thìa đường
1/8 thìa muối
2 lòng đỏ trứng
4 lòng trắng trứng
1 chén heavy cream

Cách làm:

Cho socola vào đun cách thủy cho tan chảy hết rồi nhấc xuống
Cho sữa và đường vào nồi đun nóng gần sôi, khuấy cho tan hết đường rồi tắt bếp.
Trong lúc đun sữa bạn dùng đĩa hoặc đũa đánh lòng đỏ tan trứng. Từ từ rót sữa nóng vào, vừa rót sữa vừa đánh cho đến khi hỗn hợp quánh lại và bám vào thìa.
Lưu ý bạn nên cho một lượng nhỏ sữa vào trước để đền phòng lòng đỏ trứng chín quá nhanh, hỗn hợp dễ vón cục.
Cho tiếp socola chảy vào hỗn hợp, đánh đều.
Lấy một cái âu khác cho lòng trắng trứng và một ít muối vào, đánh đến khi lòng trắng trứng bông nổi lên. Cho 1/3 chỗ lòng trắng này vào hỗn hợp sữa trứng, trộn đều, sau đó dùng thìa vét nốt chỗ lòng trắng còn lại vào.
Cho kem heavy cream vào âu, đánh cho kem nổi bông. Cho 1/3 chỗ kem này vào hỗn hợp, trộn đều. Sau đó cho nốt chỗ kem còn lại vào, trộn đều lần nữa bằng thìa.
Chia kem này ra làm 6 cốc, đậy kín và cho vào tủ lạnh ít nhất 2 giờ
Lấy mousse ra dùng lạnh rất ngon và mát.

2. Cách pha chế Cappuccino Crema

Nguyên liệu:

- 50ml sữa tươi không béo, không đường
- 5 viên nước đá nhỏ
- 2 muỗng cà phê đường trắng
- 3 ấn nước mứt cam
- Và 1 hộp Espresso coffee / hoặc cà phê pha phin

Thực hiện:

- Trộn hỗn hợp sữa, nước đá, đường với nhau, rồi cho vào máy đánh cho đến khi lên bông kem là được (có thể dùng máy chuyên dụng, máy đánh kem hoặc máy sinh tố).
- Cho 3 ấn nước mứt cam vào phần cà phê này, rồi cho vào máy espresso coffee (có thể dùng máy sinh tố).
- Làm nóng tách cà phê bằng đá hoặc sứ trong lò nướng hoặc lò vi ba, rót cà phê vào tách trước, rồi cho hỗn hợp kem sữa vào.
- Rắc thêm một ít bột ca cao hoặc bột quế nếu thích.
- Dùng nóng. Don kèm với tách trà Lipton nóng.

Mách nhỏ: Pha cà phê phin sao cho ngon?

- Tráng phin cà phê với nước sôi. Cho 3 muỗng cafe bột vào phin. Lắc đều và ép nhẹ tay.
- Đổ một ít nước nóng (100°C) vào phin. Để khoảng 1 phút cho café thấm đều và nở.
- Cho thêm nước sôi vừa đủ dùng vào phin.

3. Pha chế milkshake dâu tây và bơ (clip)

1. STRAWBERRIES MILKSHAKE

Thành phần:

- 100g dâu tây tươi, cắt bỏ cuống, rửa sạch và để ráo
- 100ml sữa tươi không đường
- 2 viên kem dâu
- 1/2 muỗng cà phê Vanilla nước
- 40ml Nước đường
- Whipping Cream (kem tươi), đánh nổi
- Nước đá bào, hoặc đá đập nhuyễn

Thực hiện:

Chừa lại 2 quả dâu cắt lát. Cho phần dâu còn lại cùng với kem, sữa tươi, nước đường và nước đá đập nhuyễn vào máy xay, rót ra ly, trang trí kem tươi và vài lát dâu ở trên. Dùng lạnh.

2. AVOCADO MILKSHAKE

Thành phần:

- 1 quả bơ sáp chín
- 2 viên kem vani
- 1 hộp sữa chua
- 1/2 muỗng Vanila nước
- 30ml nước đường
- Nước đá đập nhuyễn

Thực hiện:

Cho bơ chín vào máy xay cùng với 1/2 thìa cà phê vanila nước, 1 hũ sữa chua, 30ml nước đường, một ít nước đá đập nhuyễn và 2 viên kem vani. Rót ra ly. Dùng lạnh.

4. Sôcôla sữa bạc hà và Sôcôla kem vani sữa

1. Sôcôla sữa bạc hà

Thành phần:

- 22g bột Milo
- Sữa đặc có đường
- Kem tươi, dùng máy đánh trứng đánh nổi đặc
- Sirô bạc hà
- Nước ấm
- Và đá bào (hoặc đá đập nhuyễn)

Thực hiện:

- Hòa tan bột sôcôla Milo nguyên chất với sữa đặc có đường trong nước ấm, cho thêm đá bào (hoặc nước đá đập nhuyễn) vào ly. Bật kem ở trên, thêm một ít sirô bạc hà. Trang trí thêm cây khuấy và ống hút.

2. Sôcôla kem vani sữa:

Thành phần:

- 22g bột Milo
- Sữa đặc có đường
- Kem vani (hoặc kem cà phê, kem chocolate, kem bạc hà)
- Nước ấm
- Và đá bào (hoặc đá đập nhuyễn)

Thực hiện:

- Cho bột sôcôla Milo và sữa đặc có đường vào nước ấm, khuấy tan, thêm đá bào hoặc nước đá đập nhuyễn.
- Vắt 1 - 2 vắt kem vani (hoặc kem cà phê, kem chocolate, hoặc kem bạc hà tùy theo sở thích) vì các mùi hương này đều hợp với hương sôcôla. Trang trí kem tươi ở trên, múng ăn kem và ống hút...

5. Pha chế rượu soju

Thời gian chuẩn bị: 3 phút

Thành phần:

- Rượu soju
- Nước khoáng Seltzer
- Nước ép táo

Thực hiện:

1. Sử dụng một phần rượu, một phần nước khoáng và một phần nước táo, đổ vào ly trộn cocktail, cho đầy đá vào. Đậy nắp lại và lắc đều.

2. Đổ ra ly martini và trang trí với một miếng táo hay đổ vào ly táo tươi. Thưởng thức nào.

Plus: Bạn có thể sử dụng 2 phần nước táo hay rượu táo cho 1 phần rượu soju.

6. Ba công thức pha chế cho món rượu táo

1. Rượu táo kết hợp với chanh và cam :

Công thức này thường được mọi người đem ra ứng dụng trong các dịp lễ mùa đông.

Nguyên liệu :

2 lít rượu táo nguyên chất.
1/2 tách nước ép cam.
1/4 tách nước ép chanh.
2 muỗng café mật ong.
3 thanh quế.
1 muỗng café hạt đậu khấu tròn.
2 miếng cam.
2 miếng chanh.

Trộn tất cả các thành phần trên với nhau và nấu cho sôi khoảng 10 phút, hoặc để lửa nhỏ để giữ ấm. Đổ ra ly và trang trí thêm một miếng cam, chanh hoặc một thanh quế. Uống lúc còn ấm.

2. Rượu táo nóng kết hợp với hương vị quả mâm xôi :

Còn công thức này thì không còn gì dễ hơn nữa, với màu đỏ và hậu ngọt, nó chắc chắn sẽ đem lại nhiều lời khen ngợi. Điểm nhấn của món thức uống này là nước ép quả mâm xôi nguyên chất, được bày bán ở rất nhiều siêu thị.

Nguyên liệu :

2 lít rượu táo nguyên chất.
1 tách nước ép quả mâm xôi để lạnh.
2 muỗng café mật ong
2 thanh quế.
1 tách rượu rum (tùy chọn)

Hòa lẫn các thành phần trên và mang đi nấu, để hỗn hợp sôi khoảng 10 phút hoặc để lửa nhỏ giữ ấm.

3. Rượu táo hoang dại :

Đây là một công thức rượu táo đầy sáng tạo.

Nguyên liệu :

2 lít rượu táo nguyên chất.
1 tách nước ép quýt.
1/2 tách rượu tequila (hoặc nhiều hơn nếu thích)
1/4 tách rượu có vị cam.

Cho rượu táo và nước quýt vào chảo, đun nóng lên (chú ý là chỉ đun tới khi nóng lên chứ không để hỗn hợp sôi) và tắt lửa hoặc để lửa riu riu. Trộn rượu tequila và rượu vị cam vào, cho ra ly, trang trí thêm một vài miếng chanh tươi.

8. Smoothies chuối

Nguyên liệu:

1 quả chuối chín

1 tách sữa tươi

2 thìa nước cốt dừa

1 hộp yaourt

2 thìa mật ong



Thực hiện:

Chuối bóc vỏ, cho vào tủ lạnh cho cứng lại, khi xay không cần đá để làm cho ly smoothies vẫn mát lạnh.

Cho các nguyên liệu vào máy xay nhuyễn.

Rót ra ly và trang trí.

9. Ngọt mát với Pudding xoài

Nguyên liệu:

500 gr kem sữa tươi (whipping cream) hoặc 1 cốc sữa tươi

4 quả xoài

3 gói gelatine

1 cốc nước nóng

$\frac{3}{4}$ chén đường



Cách làm:

Ngâm bột gelatine trong 1 ít nước độ 15 phút cho ngấm rồi sau đó cho đường và cho thêm nước vào đun sôi, vừa đun vừa ngoáy đều. Đun sôi trong vài phút rồi tắt bếp để nguội bớt một chút.

Lấy 3 quả xoài gọt vỏ rồi xay nhuyễn.

Cho phần xoài xay vào nồi gelatine, cho thêm kem sữa tươi hoặc sữa tươi đã chuẩn bị, ngoáy đều.

Sau đó rót hỗn hợp vào khuôn

Rót vào các hộp nhựa nhỏ có nắp hoặc vào các cốc giấy và cho vào tủ lạnh, để ít nhất 2 hoặc 3 giờ.

Gọt vỏ quả xoài còn lại, thái miếng và cho lên trên cốc pudding xoài, vừa để trang trí vừa ăn ngon hơn.

Ăn lạnh và cho thêm nước cốt dừa nếu thích

10. Pha chế rượu hoa quả

Nguyên liệu:

1 quả chanh

1 quả cam

2 quả đào

100 gr dâu tây

750 ml rượu vang

1 nhánh quế

200 gr đường

500 ml nước hoa quả ép (chọn loại mình thích : nước dưa, cam, xoài, táo...)

50 ml nước lạnh



Thực hiện:

Cam và chanh thái thành lát mỏng.

Đâu và đào thái miếng dày hơn một chút.

Cho chanh, cam và quế vào đun sôi với đường và nước lạnh.

Đợi cho nước đường nguội, đổ rượu vang vào.

Cho dâu, đào vào cốc, cho hỗn hợp trên và rót nước hoa quả ép vào. Cho thêm đá và thưởng thức.



11. Lipton tắc và rum

Nguyên liệu:

2 gói trà lipton

2 quả tắc

3 thìa cafe đường

3 thìa cafe rum

Đá viên

Thực hiện:

Cho nước sôi, hãm 1 tách trà, bỏ bã.

Vắt tắc ra cốc, cho đường khuấy tan. Cho thêm rum vào khuấy đều.

Dùng bình lắc đều trà với đá viên. Rót trà lên trên nước tắc đã pha.

12. Nước ép mướp đắng, kiwi

Nguyên liệu:

1 quả mướp đắng

2 quả kiwi

Mật ong (tùy theo khẩu vị)

Đá viên



Thực hiện:

Mướp đắng rửa sạch, bỏ ruột, thái nhỏ.

Kiwi gọt vỏ, thái nhỏ.

Ép mướp đắng và kiwi lấy nước.

Rót hỗn hợp nước kiwi và mướp đắng ra ly. Cho mật ong vào khuấy đều, thả vài viên đá vào và thưởng thức

13. Nước chanh siro dâu

Nguyên liệu:

1 quả chanh tươi

50 ml siro dâu

Đường

Đá viên



Thực hiện:

Pha nước chanh với đường và 2/3 ly nước lạnh, khuấy tan đường.

Rót siro dâu vào ly nước chanh, khuấy tan, bỏ thêm đá viên vào.

Trang trí cho đẹp và thưởng thức

14. Cách pha chế Vodka chanh, dâu tây

Nguyên liệu:

- 75ml vodka, 300gr chanh

- 80gr dâu tây, 30gr đường kính



Thực hiện:

- Giã dâu, lọc chanh.
- Lắc bằng bình lắc với đá.
- Rót vào ly champagne saucer.
- Trang trí bằng một trái dâu tây hoặc một lát chanh

15. Cách pha chế Capuchino đá

Nguyên liệu:

60 ml sữa tươi

30 ml café

3 thìa café đường



Pha chế

Cho một ít sữa tươi và một ít café vào ly, lắc đều

Đổ một lớp sữa tươi vào ly, cho tiếp sữa tươi, đá, café vào để tạo lớp thứ 2

Tiếp tục cho một ít sữa tươi lên mặt ly để tạo lớp thứ 3

Cuối cùng nhẹ tay trang trí một lớp café mỏng trên miệng ly

16. Hướng dẫn làm kem thanh long

Nguyên liệu

- 2 quả thanh long

- 50gr đường

- 240ml nước cốt dứa

- ½ quả chanh



Thực hiện

Bước 1:

- BỎ VỎ RỒI CẮT THANH LONG THÀNH TỪNG MIẾNG NHỎ.

Bước 2:

- XAY THẬT NHỎ THANH LONG VỚI ĐƯỜNG, NƯỚC CỐT DỪA VÀ NƯỚC CHANH.

Bước 3:

- Cho hỗn hợp vào làm lạnh tại ngăn đá

Bước 4:

- Trước khi ăn, các bạn lấy kem ra để khoảng 5' rồi dùng chức năng trộn của máy đánh trứng hoặc cho vào máy xay sinh tố xay nhuyễn lại là ăn được.

Để vỏ thanh long đựng kem vừa tiện lợi mà còn rất đẹp mắt

17. Pha chế cà phê ngũ sắc

Nguyên liệu

120ml cà phê,

5 thìa súp sữa đặc có đường,

Kem xít, kẹo màu,

1 bát đá bào.



Thực hiện

1. Lần lượt cho đá bào, cà phê, sữa đặc có đường vào máy xay sinh tố. Xay trong 2 phút cho hỗn hợp thật mịn, đẹp mắt.
2. Rót sinh tố ra 2/3 ly, sau đó xít kem vào cho đầy. Có thể trang trí kẹo màu lên trên cho đẹp mắt.

Bí quyết

Cà phê pha vừa, không quá đặc hoặc quá loãng. Tùy ý thích, bạn có thể gia giảm lượng sữa cho vừa miệng.

18. Pha chế cocktail từ gạo và rượu (clip)

Nguyên liệu & thực hiện:

1. Nu hồng

- 45ml nếp mới
- 10ml siro dâu

- 30ml cream (kem sữa tươi)
- Pp: xốc
- Trang trí: quả cherry
- Ly: martini

2. Nắng Saigon

- 30ml rượu lúa mới
- 10ml rượu chanh
- 30ml nước thơm
- 5ml nước đường
- Pp: xốc
- Ly: cocktail
- Trang trí : chanh

19. Pha chế Cocktail đào và Yaourt đào (clip)

1. Cocktail đào

Nguyên liệu

- 2 Miếng đào hộp
- 1 quả táo đỏ
- ¼ quả thơm
- 1 trái Kiwi
- ½ Trái thanh long
- 100gr nho ...
- 100g dâu tây
- 250ml nước đào hộp
- 1 quả chanh

- 50ml rượu rum

Thực hiện

- Đào cắt miếng vuông
- Thơm, kiwi gọt vỏ cắt miếng vuông
- Nho cắt đôi BỎ hạt nếu có
- Dâu tây cắt miếng vuông hoặc dùng cây múc tròn múc viên nhỏ
- Cho tất cả vào tô thủy tinh
- Chanh, mài nhuyễn phần vỏ, rồi vắt lấy nước
- Cho nước đào vào hỗn hợp trái cây cho vừa ngập, thêm nước chanh, vỏ chanh, rượu rum vào giúp cho cocktail có mùi thơm nhẹ của rượu là được, giữ lạnh cho đến khi dùng

2. Nước đào dâu

Nguyên liệu

- 120ml nước đào
- 3 quả dâu tây rửa sạch cắt nhỏ
- 1 quả chanh dây lấy nước
- 1 hũ sữa chua
- 2 muỗng cà phê đường
- Đá đập nhỏ

Thực hiện

- Cho dâu, nước đào, nước chanh dây, sữa chua, đường vào máy xay, cho đá vào xay mịn. Rót ra ly dùng lạnh

22. Pha chế chanh tuyết

Chuẩn bị:

4 quả chanh tươi to, nhiều nước,

Một ít sữa tươi

150g đường cát trắng,



Thực hiện:

Bổ đôi 2 quả chanh, vắt lấy nước, chú ý nạo hết cả phần tép chanh.

2 quả còn lại gọt vỏ, tách hết tất cả những tép chanh mỏng nước.

Cho hỗn hợp nước lọc, đá bào, chanh tươi, đường, sữa tươi vào máy xay sinh tố. Xay nhuyễn cho đến khi nào thấy bông trắng lên là được.

Đổ ra ly và trang trí cho đẹp. Sinh tố chanh tuyết được chế biến từ chanh tươi rất nhiều vitamin tốt cho sức khỏe và làn da của bạn

25. Sinh tố hồng đỏ

Nguyên liệu:

6 quả hồng

Sữa tươi

Đường kính

Chanh tươi

Đá bào

Thực hiện:

Cắt đôi quả hồng theo chuyền ngang để lấy hạt cho dễ

Dùng thìa múc hồng cho vào máy xay

Cho đường kính, sữa tươi, nửa quả chanh rồi xay lên cùng.

Thời gian xay rất nhanh. Thấy hỗn hợp đã đều cho tiếp đá bào vào máy xay tiếp 5 giây nữa

Trút ra ly uống ngay hoặc để vào tủ lạnh và thưởng thức

Sữa và chanh tươi trộn với nhau sẽ cho hỗn hợp không quá béo, không quá ngán vì có vị chua chua của chanh và cả hương thơm ngọt mát của hồng rất dễ chịu

26. Sinh tố khoai tây

Để làm món sinh tố này không hề khó mà khi thưởng thức thì vô cùng hấp dẫn. Cái vị nhạt nhạt nhưng bỏ bỏ của nó làm người ta có cảm giác rất thú vị.

Nào chúng ta cùng bắt đầu làm nhé!

Nguyên liệu:

- 1 củ khoai tây.
- 1 quả táo xanh.
- 2 thìa súp đường.
- 1/2 bát nước đun sôi để nguội.
- Một ít đá viên.

Thực hiện:

- Rửa khoai tây, luộc chín, bỏ vỏ.
- Rửa táo, để nguyên vỏ, cho vào máy ép lấy nước.
- Kế tiếp cho khoai tây, nước cốt táo vào máy xay sinh tố, xay nhuyễn.
- Hòa tan đường với nước đun sôi, đun trên lửa nhỏ.
- Nước đường sánh vàng cho vào hỗn hợp khoai tây và nước táo, hòa tan.

Chú ý:

Khoai tây có thể hấp thay luộc sẽ ngon hơn.

Trước khi dùng, cho sinh tố và đá vào bình lắc thật đều.

27. Pha chế cocktail tình yêu

Nhấp môi ly cocktail bạn sẽ cảm nhận được những mùi vị thật đặc biệt. Một chút ngọt, một chút chua lại có cả vị cay của rượu gin. Đó chính là những hương vị trong tình yêu của bạn. Hãy cùng người ấy cảm nhận nhé.



Nguyên liệu:

Dâu tây: 5 quả ép lấy nước

Rượu gin: 30ml

Apricot brandy: 15ml

Nước cốt chanh: 5ml

Sirô lựu: 5ml

Thực hiện:

Cho tất cả vào shaker, lắc đều cùng đá, rồi rót ra ly có chân cao, uống lạnh

28. Pha chế sinh tố cafe

Nguyên liệu

Cafe

Sữa,

Cacao

Đá



Thực hiện

Pha café.

Bỏ hỗn hợp gồm café, sữa, cacao và đá vào máy xay đều.

Múc ra ly, uống lạnh để có hương vị thơm ngon, đậm đà, mát lạnh.

29. Pha chế cocktail Coca - cola và Rum

Nguyên liệu:

100ml rượu Rum

1 lon Coca - cola

Đường

Nước lạnh

Đá viên

Thực hiện:

Cho đường hòa tan với nước, nấu sôi để có hỗn hợp nước đường.

Cho rượu Rum, nước đường và đá vào máy xay nhuyễn.

Rót hỗn hợp trên ra ly, có thể cho thêm đá viên, rót Coca - cola vào và trang trí.



30. Pha chế Cocktail Blue Riband

Mỗi loại cocktail mang hương vị riêng, phụ thuộc vào mỗi cách pha chế của từng người. Hôm nay chúng ta hãy cùng pha chế cocktail Blue Riband từ rượu Gin và Curacao để xem hương vị có gì đặc biệt không nhé.



Nguyên liệu:

30ml rượu Gin

30 ml rượu Curacao màu trắng

15ml rượu Curacao màu xanh

Đá viên



Thực hiện

Cho tất cả nguyên liệu vào bình lắc , lắc đều với đá và rót ra ly phục vụ.



Trang trí:

Có thể dùng trái cherry đỏ để trang trí thêm

31. Hướng dẫn pha chế sinh tố dứa

Nguyên liệu:

120 gr dứa

45 ml nước lọc

20 gr đường kính

½ ly đá bào

1 chút muối



Cách làm:

Dứa gọt vỏ, đánh mắt sạch.

Xắt dứa thành những miếng nhỏ để xay cho dễ và nhanh nhuyễn hơn.

Cho hỗn hợp dứa, nước lọc, đường theo tỷ lệ trên vào xay nhuyễn.

Đổ hỗn hợp nước dứa đã xay nhuyễn ra ly có đá bào đã chuẩn bị sẵn từ trước.

Trang trí cho đẹp mắt và thưởng thức.

32. Pha chế Cocktail caiprinha kiwi kiểu Brazil

Nguyên liệu:

Rượu mía Cacacha 90 ml; kiwi xanh 2 quả; đường 50g; chanh tươi 1 quả; soda 1 lon.



Thực hiện:

Cắt chanh thành từng miếng nhỏ rồi cho vào ly trộn cùng đường cát. Kiwi xanh gọt vỏ cắt đôi. Từ phần giữa trái cắt vài lát mỏng để trang trí. Phần kiwi còn lại cắt nhỏ hạt lựu cho vào ly. Cho đá viên vào ly rồi rót Cacacha vào, đổ soda lên trên.

33. Cách pha chế Cocktail cam dâu tây

Chuẩn bị nguyên liệu:

2 trái cam sành chín

100g dâu tây

40ml caramel

1 thìa cà phê đường kính

1 thìa cà phê rượu cognac

5ml mật ong



Thực hiện:

Cắt cam ra làm đôi, vắt lấy nước cốt, bỏ hạt.

Dâu tây rửa sạch, bỏ cuống, cắt lát mỏng, ướp với đường, rượu, mật ong và nước cốt cam chừng 20 phút cho ngấm.

Lấy hỗn hợp đã ướp trên đổ vào ly và bỏ vào tủ lạnh ướp khoảng 15 phút là có thể dùng được.

Cocktail cam dâu tây mát lạnh sẽ làm ngây ngất người thưởng thức.

34. Hướng dẫn làm sinh tố đu đủ

Nguyên liệu

1/2 quả đu đủ 300 gr.

2 thìa cà phê mật ong

Đá bào



Cách làm

Đu đủ gọt vỏ, cắt miếng nhỏ cho vào xay nhuyễn

Tiếp tục cho mật ong vào xay thêm 2 phút nữa rồi rót nước ra ly.

Cho thêm đá viên nếu muốn uống lạnh.



Chỉ mất chút thời gian bạn sẽ có ly nước ép đu đủ mát lạnh rất tốt cho sức khỏe trong mùa hè này

35. Pha chế sinh tố bơ yến nước sào

Nguyên liệu:

1kg bơ sáp,

2 lon nước yến,

2 thìa súp sữa đặc có đường,

1 cốc đá bào.



Thực hiện:

Bơ bỏ đôi, bỏ hạt, dùng thìa múc phần thịt bơ. Cho bơ vào máy xay sinh tố xay thật nhuyễn. Lắc đều lon nước yến, cho nước yến ra ly. Kế tiếp cho sữa đặc có đường vào ly nước yến, dùng thìa quấy thật mạnh.

Trong khi xay bơ, mở nắp máy xay sinh tố, từ từ cho phần hỗn hợp nước yến và sữa đặc có đường vào. Sau cùng cho đá bào vào, nhấn nút xay thêm một chút rồi tắt máy.

Thưởng thức:

Dùng lạnh

36. Cách pha chế sinh tố sầu riêng

Nguyên liệu:

¼ trái sầu riêng

½ ly sữa tươi

1 cốc đá bào



Thực hiện:

Sầu riêng lột vỏ, bỏ hạt lấy riêng phần thịt. Cho sầu riêng, sữa tươi vào say nhuyễn.

Đổ vào ly đá bào, đảo đều và thưởng thức.

Không chỉ có hương vị lạ, thơm ngon mà sinh tố sầu riêng có cách chế biến khá đơn giản và không mất nhiều thời gian, rất thích hợp để bạn khởi đầu một tuần làm việc mới hiệu quả hơn