

Lody malaga

Składniki

na ok. 0,5 litra lodów (pudełko o wymiarach 10x10x5 cm)

50 g daktyli ⁽¹⁾

50 g prażonych nerkowców ⁽¹⁾

1 jajko ⁽²⁾

10 g miodu ⁽³⁾

200 ml śmietanki ⁽⁴⁾

Wykonanie

1. Daktyle i nerkowce mielimy na gładką masę.
2. Żółtko ubijamy z miodem na jasną, niemal białą, masę.
3. Kremówkę ubijamy na sztywno, uważając, żeby jej nie „przebić” (ubijana za długo stanie się masłem).
4. Białka ubijamy na sztywno*.
5. Wszystkie masy łączymy i delikatnie mieszamy.
6. Zamrażamy przez co najmniej 4 godziny**.

Wskazówki

⁽¹⁾ **daktyle i orzechy:** suszone owoce i orzechy, które kupujemy nie powinny zawierać szkodliwych konserwantów (sorbinian sodu, dwutlenek siarki itd.) czy dodatków (wiecie, że suszona żurawina składa się w 45% z białego cukru?!); dobre suszone owoce są ciemne, a nie pomarańczowe

⁽²⁾ **jajka:** 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 pieczętce; żółtko jajka, zgodnie z nazwą, powinno być żółte, a nie pomarańczowe)

⁽³⁾ **miód:** jeśli chcecie mieć dobry miód, zadbajcie o to, by był ze sprawdzonego źródła – najbezpieczniej jest po prostu znać pszczelarza; dobry miód (z wyjątkiem akacjowego) krystalizuje się po kilku miesiącach od zebrania (czyli najpóźniej zimą)

⁽⁴⁾ **śmietanka:** śmietanka powinna mieć w składzie tylko śmietankę, nic więcej (o tym, jaką śmietankę wybrać piszemy [w tym poście](#))

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

- (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