

# كيفية صنع كريمة

## كيفية صنع كريمة



### الفهرس

- 1 الكريمة
- 2 كيفية صنع كريمة
  - 2.1 المكونات
  - 2.2 طريقة التحضير
- 3 كريمة لباني من المطبخ الفرنسي
  - 3.1 المكونات
  - 3.2 طريقة التحضير

## الكريمة

تعدّ الكريمة هذا السائل الأبيض كثيف القوام من أشهر مواد التزيين في المطبخ وخصوصاً للحلويات، هناك العديد من الأنواع والمسميات للكريمة منها المخفوقة واللباني وهي الأشهر في المطاعم الفرنسية، تستخدم الكريمة كمادة تغلف فيها الكيك أو الدونات وغيرها من الحلويات الأخرى ويمكنك استخدامها كحشوة داخل قطع الجاتوه وقوالب الحلويات الكبيرة، أو كمادة تلتصق فيها قطع الكيك مع بعضها لعمل أشكال مختلفة لكافة المناسبات كالأعياد وحفلات الزفاف فيتميز أصحابها بها كأنها قطعة فنية.

يتساءل العديد عن السرعات الحرارية التي تحتويها الكريمة وكمية الدهون الموجودة فيها، وهل تؤثر على متبعي الحمية الغذائية وعلى الرشاقة، وغيرها من الأسئلة التي من شأنها الحفاظ على الصحة ومراقبة كل ما نتناوله، في الواقع تحتوي الكريمة على نسبة دهون لا تقل عن 35% وعلى 3870 سعر حراري لكل كيلو غرام من الكريمة، الجدير بالذكر أن هذه المواد يحتاجها الجسم لنمو العضلات ولنضارة البشرة ويمكننا أن نتحكم بنسبة الدهون باستخدام الحليب قليل الدسم أو خالي الدسم أو كطريقة أخرى يمكننا تقليل الحصص الغذائية من الكريمة وعدم تناول الكثير منها وممارسة الرياضة بشكل أكثر، ولتتعرفي على كيفية عمل الكريمة إليك الطريقة التالية:

## كيفية صنع كريمة

### المكوّنات

- كوبان من السكر.
- باض ثلاث بيضات.
- ملعقة صغيرة من عصير الليمون.
- ربع ملعقة صغيرة فانيليا.
- ملعقتان صغيرتان من الحيب البودرة.

### طريقة التحضير

- اخلطي جميع المقادير مع بعضها البعض، ويفضل استخدام الخلاط الكهربائي.
- استمري بالخلط حتى يصبح القوام ناعماً كثيفاً وأبيض اللون كالقطن.

## كريمة لباني من المطبخ الفرنسي

### المكوّنات

- لتر من الحليب.
- لتران من الماء البارد.
- قطع من الثلج.

## طريقة التحضير

- ضعي الحليب في وعاء واشعلي النار تحته.
- قبل أن يصل الحليب حالة الغليان ضعي وعاء الحليب في وعاء آخر يحتوي على الماء البارد جداً وحركيه حتى يبرد.
- ثم ضعيه في البراد لمدة 12 ساعة وبعدها ستلاحظين أن الحليب كونه طبقة كالرغوة.
- ارفعي الرغوة واحفظيها في وعاء بلاستيك واحرصي على استخدامها في مدة أكثرها يومين لأن الحليب من المواد سريعة التلف.

بإمكانك إعداد الطرق السابقة للكريمة في أي وقت، فهي سهلة ومكوناتها بسيطة جداً وقليلة التكاليف، ويمكنك استخدام العديد من النكهات الشهية المستخدمة في الحلويات حسب الرغبة، ولا تبالغي في خفق الكريمة كثيراً بالمضرب، إذ سيتغير لونها ويصبح مائلاً إلى اللون الأصفر، ويعني ذلك عملية فصل الدهن عن الحليب.

مجلوبة من “<http://baytdz.com/?id=143585> كريمة- صنع- كيفية

**##صنع, #كريمة, كيفية**

**#تزيين الأطباق**