

Романова Виктория

Летние десерты

БЕЗ ДУХОВКИ



Холодные сладости быстро и просто!

Романова Виктория

Летние десерты без духовки

«Автор»

2026

Виктория Р. А.

Летние десерты без духовки / Р. А. Виктория — «Автор», 2026

«Летние десерты без духовки» — это сборник лёгких, холодных и быстрых сладостей для жары, когда не хочется включать духовку и стоять у плиты. Внутри — понятные пошаговые рецепты на каждый день и для гостей: муссы и кремы, чизкейки в стаканчиках и холодные торты, ягодные трайфлы, сорбеты, гранита, домашнее мороженое без машинки, десерты с йогуртом, творогом и фруктами, а также конфеты и шоколадные вкусы без выпечки. Все рецепты рассчитаны на доступные продукты и минимальную технику — холодильник, морозилку и блендер (где нужно). В каждом десерте важны две вещи: свежий летний вкус и предсказуемый результат. Откройте книгу на любой странице — и соберите свой идеальный летний десерт за считанные минуты.

© Виктория Р. А., 2026

© Автор, 2026

Романова Виктория

Летние десерты без духовки

1) Клубнично-йогуртовый чизкейк в стаканчиках (без выпечки)

Выход: 6 порционных стаканов по 200–250 мл

Время: 25 минут + 2–4 часа на охлаждение

Ингредиенты

Основа:

Печенье песочное/«Дижестив» – 250 г



Сливочное масло – 100 г



Крем:

Сливочный сыр – 400 г



Густой йогурт/греческий – 250 г



Сахарная пудра – 90–120 г (по вкусу)



Ваниль – 1 ч. л.



Лимонный сок – 1–2 ст. л.



Желатин – 10 г + вода 60 мл (или листовой 5–6 г)

Начинка:

Клубника – 350–450 г



Сахар – 1–2 ст. л. (если нужно)



Приготовление

Основа. Печенье измельчите в крошку. Масло растопите, смешайте с крошкой до вида «влажного песка». Разложите по стаканам, утрамбуйте ложкой. Уберите в холодильник.

Желатин. Залейте желатин водой, дайте набухнуть 10 минут. Нагрейте (не кипятить), чтобы растворился, остудите до тёплого состояния.

Крем. Смешайте сливочный сыр, йогурт, пудру, ваниль и лимонный сок до гладкости. Влейте тёплый желатин тонкой струйкой, постоянно мешая.

Клубника. Часть ягод нарежьте кубиком, часть можно пробить блендером в пюре. Сладость отрегулируйте сахаром.

Сборка. На основу выложите крем (можно чередовать слой крема и ягоды/пюре). Сверху – клубника.

Охлаждение. Дайте стабилизироваться 2–4 часа. Подавайте холодным.

2) Бананово-шоколадный мусс из авокадо

Выход: 4 порции

Время: 10 минут + 30 минут охлаждение (по желанию)

Ингредиенты

Авокадо спелое – 2 шт. (мякоть ~250–300 г)



Банан – 1 большой



Какао – 35–45 г



Мёд/сироп/сахар – 2–4 ст. л. (по вкусу)



Щепотка соли



Ваниль – 1 ч. л.



Молоко/растительное молоко – 2–4 ст. л. (по необходимости)



Шоколад тёмный – 30 г (опционально)



Приготовление

Авокадо очистите, удалите косточки. Банан нарежьте.

Сложите в блендер: авокадо, банан, какао, подсластитель, соль, ваниль.

Пробейте до крема. Если густо – добавляйте молоко по ложке до нужной текстуры.

Разложите по креманкам. При желании вмешайте рубленый шоколад.

Охладите 20–30 минут – вкус станет ярче, текстура плотнее.

3) Кофейная панна-котта без духовки

Выход: 6 порций

Время: 15 минут + 4 часа охлаждение

Ингредиенты

Сливки 20–33% – 400 мл



Молоко – 200 мл



Сахар – 70–90 г



Кофе крепкий (эспрессо/растворимый) – 100 мл



Желатин – 10 г + вода 60 мл



Ваниль – 1 ч. л.



Щепотка соли



Приготовление

Желатин замочите в воде на 10 минут, затем растворите, слегка нагрев.

В кастрюле соедините сливки, молоко, сахар, соль. Нагрейте до горячего состояния (не кипятить), размешайте сахар.

Влейте кофе, снимите с огня, добавьте ваниль.

Введите растворённый желатин, тщательно перемешайте. Процедите через сито для идеальной гладкости.

Разлейте по формочкам/стаканам, остудите и уберите в холодильник минимум на 4 часа.

Подавайте с шоколадной стружкой или какао.

4) Лимонный крем (lemon curd) + ягодный слой в стакане

Выход: 6 порций0

Время: 20 минут + 1 час охлаждение

Ингредиенты0

Лимонный крем:

Лимонный сок – 120 мл (2–3 лимона)



Цедра лимона – 1–2 ч. л.



Яйца – 2 шт. + желток 1 шт.



Сахар – 120 г



Сливочное масло – 80 г



Слой:

Ягоды (малина/черника/смородина) – 300 г



Сахар – 1–2 ст. л. (по желанию)



Печенье/гранола – 150 г (для хруста)



Приготовление

Крем. В миске взбейте яйца и желток с сахаром. Добавьте лимонный сок и цедру.

Поставьте на водяную баню или готовьте на очень слабом огне в сотейнике, постоянно помешивая, пока крем не загустеет (он должен покрывать ложку). Не кипятить.

Снимите с огня, вмешайте масло кубиками до гладкости. Процедите. Остудите.

Ягоды разомните (частично можно оставить целыми).

Сборка: печенье/гранола → лимонный крем → ягоды. Охладите хотя бы 1 час.

5) Творожный десерт «Рафаэлло» в стаканчиках

Выход: 6 порций

Время: 15 минут + 1–2 часа охлаждение

Ингредиенты

Творог 5–9% – 400 г



Сметана 20% или густой йогурт – 200 г



Сахарная пудра – 80–110 г



Ваниль – 1 ч. л.



Кокосовая стружка – 80–100 г + ещё для посыпки



Белый шоколад – 60–80 г (опционально)



Миндаль – 30–40 г (опционально)



Печенье – 120–150 г (опционально, для слоя)



Приготовление

Творог протрите через сито или пробейте блендером с йогуртом/сметаной до гладкости.

Добавьте пудру и ваниль, перемешайте.

Вмешайте кокосовую стружку. Если используете шоколад – растопите и тонкой стружкой вмешайте (десерт станет плотнее).

В стаканы можно добавить крошку печенья, затем творожный крем.

Посыпьте кокосом, добавьте миндаль. Охладите 1–2 часа.

б) Сливочно-ягодное желе слоями

Выход: форма 18–20 см или 6–8 порций0

Время: 25 минут + 4–6 часов охлаждение

Ингредиенты0

Ягодный слой:

Ягоды – 400 г



Вода – 150 мл



Сахар – 80–120 г



Желатин – 12 г + вода 70 мл

Сливочный слой:

Сливки 10–20% или молоко – 300 мл



Сахар – 50–70 г



Ваниль – 1 ч. л.



Желатин – 10 г + вода 60 мл



Приготовление

Замочите оба желатина отдельно.

Ягодный слой: ягоды прогрейте с водой и сахаром 3–5 минут, пробейте блендером и (по желанию) процедите от косточек. Вмешайте растворённый желатин.

Вылейте в форму/стаканы слой ягодного желе примерно на половину. Охладите до схватывания (40–60 минут).

Сливочный слой: нагрейте сливки/молоко с сахаром до растворения, добавьте ваниль. Вмешайте растворённый желатин, остудите до тёплого.

Аккуратно влейте сливочный слой на схватившийся ягодный. Уберите в холодильник минимум на 3–4 часа.

7) Тирамису без яиц в стаканчиках

Выход: 6 порций

Время: 20 минут + 4 часа охлаждение

Ингредиенты

Маскарпоне – 350 г



Сливки 33% – 250 мл (холодные)



Сахарная пудра – 70–90 г



Ваниль – 1 ч. л.



Савоярди – 180–220 г



Кофе крепкий – 250 мл (остуженный)



Какао – для посыпки



Амаретто/ром – 1–2 ст. л. (опционально)



Приготовление

Взбейте сливки до мягких пиков.

Отдельно перемешайте маскарпоне с пудрой и ванилью до гладкости.

Аккуратно вмешайте сливки в маскарпоне лопаткой.

Кофе смешайте с ликёром (если используете).

Савоярди быстро окунайте в кофе (1–2 секунды), выкладывайте в стаканы, затем крем. Повторите слои.

Охладите 4 часа. Перед подачей присыпьте какао.

8) Холодный манговый «рисовый пудинг» на кокосовом молоке (без плиты – на готовом рисе)

Выход: 4 порции

Время: 10 минут + 1 час охлаждение

Ингредиенты

Рис отварной (лучше клейкий/круглый) – 300 г готового



Кокосовое молоко – 250 мл



Сахар/сироп – 2–3 ст. л.



Щепотка соли



Манго – 1–2 шт. (или 250 г замороженного)



Лайм/лимон – 1–2 ч. л. сока (по желанию)



Кунжут/кокосовая стружка – для подачи



Приготовление

Смешайте рис с кокосовым молоком, сахаром и солью. Важно: рис должен быть полностью остывшим.

Попробуйте: при необходимости добавьте ещё сиропа и чуть лайма/лимона.

Манго нарежьте кубиком или пробейте часть в пюре.

Разложите рис по креманкам, сверху – манго/пюре. Охладите 1 час.

9) Шоколадная салями (десерт-рулет без выпечки)

Выход: 1 «батон» ~700–800 г0

Время: 15 минут + 2 часа охлаждение

Ингредиенты

Печенье (простое, без начинки) – 300 г



Сливочное масло – 120 г



Сахарная пудра – 80 г



Какао – 35–40 г



Молоко – 60–80 мл



Орехи (грецкие/фундук) – 80 г



Ваниль – 1 ч. л.



Щепотка соли



Кокос/пудра для обсыпки – по желанию



Приготовление

Печенье поломайте: часть в крошку, часть – крупными кусочками (так будет «рисунок» на срезе).

Орехи порубите.

Масло растопите. Смешайте масло, какао, пудру, соль, ваниль. Влейте молоко, добейтесь густой шоколадной массы.

Соедините шоколадную массу с печеньем и орехами, перемешайте.

Выложите на пищевую плёнку, сформируйте плотный рулет, закрутите края.

Охладите 2 часа. Нарезьте ломтиками.

10) Фруктовый «ледяной» торт из йогурта (semifreddo без духовки)

Выход: форма 20–22 см0

Время: 20 минут + 6–8 часов заморозка

Ингредиенты

Греческий йогурт/густой натуральный – 500 г



Сгущённое молоко – 250–300 г (по вкусу)



Сливки 33% – 250 мл (холодные)



Ваниль – 1 ч. л.



Ягоды/фрукты (клубника, персики, черника) – 300–400 г



Печенье – 200 г (опционально, для дна)



Масло – 80 г (если делаете дно)



Приготовление

Если нужен «корж»: печенье в крошку, смешать с растопленным маслом, утрамбовать в форму с пергаментом, убрать в морозилку на 10 минут.

Взбейте сливки до мягких пиков.

Смешайте йогурт со сгущёнкой и ванилью.

Аккуратно вмешайте взбитые сливки.

Фрукты/ягоды нарежьте (замороженные – не размораживать полностью, чтобы не дали много воды), вмешайте в массу или выкладывайте слоями.

Вылейте в форму, разровняйте, накройте плёнкой и заморозьте на 6–8 часов.

Перед подачей дайте постоять 10–15 минут при комнатной температуре, чтобы легче резалось.

11) Арбузно-лаймовый сорбет (в блендере)

Выход: ~1 л0

Время: 10 минут + 3–4 часа заморозка

Ингредиенты

Арбуз без косточек (мякоть) – 900–1000 г



Сахар/мёд/сироп – 80–120 г (по вкусу)



Лайм/лимон – 2–3 ст. л. сока



Щепотка соли



Мята – по желанию



Приготовление

Нарежьте арбуз кубиками, уберите в морозилку на 3–4 часа (или на ночь) до твёрдого состояния.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.