

ДАРИГА БОЙКО

Хочешь
БАББЛ
ТИ?

Рецепты с тапиокой, матчей и кофе

УДК 641.87
ББК 36.991
Б77

Во внутреннем оформлении использованы фотографии и иллюстрации:
AB-7272, Adcharin Chitthammachuk, Aedka Studio, Africa Studio, AK-Media, Amallia Eka, Beliphotos, Brent Hofacker, Buntovskikh Olga, Candice Bell, CreatoraLab, D_Ravie, Dina Photo Stories, dvdnlyn, Ekaterina Markelova, Elena Veselova, Evgeniya Khudyakova, feconuy, Foodphototasty, Gorol Lena, I Putu Gede Pageh Usianto, Ilham Ps, Inna Dodor, Jangqq, Jiri Hera, Julia Mikhaylova, Julie208, Lazhko Svetlana, Le Minh Trang, Magician ART, Muklis_7, mydesign94, Nadezda Barkova, NaMong Productions92, Noi Pattanan, Nungning20, OKing, Oksana Karuna, Peeratouch Vatcharapanont, PhotoMavenStock, Pixel-Shot, ricardoelinte, Rimma Bondarenko, Sann von Mai, Shaiith, SherSor, slavantonov, Sokor Space, sungsu han, Thaisshutter2528, thaweerat, Thinh Nguyen, TWINS DESIGN STUDIO, V-anila, Viktoriia Ablohina, Vladislav Noseek, Volobuiev, Wenkang Shan, Yalcin Sonat, yogi hadijaya, yugoro, ZahyMaulana, Zhane Luk, Johnny Dream / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Бойко, Дарига.

Б77 Хочешь бабл ти? Рецепты с тапиокой, матчей и кофе / Дарига Бойко. — Москва : Эксмо, 2025. — 128 с. : цв. ил. — (Кулинария. Азиатский тренд).

ISBN 978-5-04-218340-9

Добро пожаловать в самую фотогеничную и трендовую вселенную напитков! Бабл ти с тапиокой, матча с градиентами, корейские клубничные милк-дринки, вьетнамский кофе со сгущенкой, фиолетовые таро-латте и синие анчан-чай — всё, что вы видели в трендах соцсетей, теперь можно легко приготовить дома!

Эта книга для тех, кто хочет вау-эффекта не только в жизни, но и в соцсетях. Для тех, кто любит азиатскую эстетику, пробует новое и превращает напиток в стиль.

УДК 641.87
ББК 36.991

ISBN 978-5-04-218340-9

© Дарига Бойко, текст, 2025
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4	Matcha latte.....	76
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ.....	6	Matcha tonic.....	78
Тапиока.....	8	Matcha pineapple.....	78
Холодная пена.....	12	Dirty matcha.....	80
Сиропы.....	14	Matcha lemonade.....	82
Травяное желе (Grass Jelly).....	18	Strawberry matcha.....	84
Сырная шапка (Cheese Foam).....	22	Blueberry matcha.....	84
Яичная шапка.....	28	Dalgona matcha.....	86
Заваривание матчи.....	30	Matcha frappe.....	86
БАБЛ-ТИ.....	32	Matcha coco latte.....	88
Классический бабл-ти.....	34	Mango matcha.....	88
Жасминовый бабл-ти.....	36	КОФЕ И ЧАЙ.....	90
Улун бабл-ти.....	36	Вьетнамский кофе.....	92
Окинава бабл-ти.....	38	Кори кохи (Kori Kohi).....	94
Хоккайдо бабл-ти.....	40	Дальгона кофе.....	96
Тигровый бабл-ти.....	42	Айншпеннер (сеульская версия).....	98
Матча бабл-ти.....	44	Медово-лимонный чай.....	100
Бабл-латте.....	46	Кокосовый латте.....	100
Бабл-мокко.....	46	Вьетнамский кокосовый кофе.....	102
Розовый бабл-ти.....	48	Индийский чай-латте	
Таро бабл-ти.....	50	(Masala Chai Latte).....	104
Убе бабл-ти.....	52	Сэгва ча (корейский чай с инжиром).....	106
Манговый бабл-ти.....	54	Суджонгва.....	106
Черничный бабл-ти.....	54	Омиджа.....	108
Голубой бабл-ти.....	56	Китайский чай с желе.....	108
«Дубайский» бабл-ти.....	58	ФРУКТОВЫЕ НАПИТКИ.....	111
Какао бабл-ти.....	58	Клубничное молоко.....	112
Дынный бабл-ти.....	60	Банановое молоко.....	114
Бамбл бабл-ти.....	60	Лимонад сгущенка-лайм.....	114
Тропический бамбл бабл-ти.....	62	Арбузный лимонад.....	116
Cherry bubble punch.....	62	Хваче.....	118
Манго-саго.....	64	Смузи из авокадо.....	120
Saging con yelo.....	66	Шоколад-авокадо смузи.....	122
Бабл-тоник.....	68	Медовый цитрон.....	124
Персиковый якульт бабл.....	68	Клубничный пунш.....	124
МАТЧА.....	71	Лимонад мята-арбуз.....	126
		Клубничный зеленый чай.....	126

ВВЕДЕНИЕ

Вы держите в руках книгу про **бабл-ти**. И нет, это не просто чай. Это легенда и звезда TikTok. Это тот самый напиток с шариками, который вы точно видели у кого-то в сторис.

Бабл-ти, боба, тапиока — называйте, как хотите, вас в любом случае поймут. «Бабл» происходит от английского слова «bubble» — пузырь. А вот «боба» или 波霸 (на языке оригинала) появилась раньше, но... Дело в том, что слово «боба» на тайваньском жаргоне означает «большая грудь». Все из-за формы шариков. А сами шарики — это тапиока из муки корня маниоки (спасибо Южной Америке, кстати).

Шарики из тапиоки — не просто вкусная добавка. За ними стоит целая история и долгий путь от уличных ларьков на Тайване до модных кофеен в Нью-Йорке, Сеуле и даже в местном ТЦ за углом. Когда-то бабл-ти был просто напитком, который азиатские мигранты пили, чтобы вспомнить о доме. А теперь это уже целая культура с фанатами, мемами и кафе, где вы можете выбрать не только вкус, но и цвет шариков. Да и сами шарики теперь могут быть не только из крахмала тапиоки! Лопающиеся железные шарики с соком внутри, низкокалорийные шарики из конжака — альтернатив миллион!

Но бабл-ти — лишь часть яркой и разнообразной вселенной азиатских напитков. Рядом с ним — **японская матча**: густой, насыщенный зеленый чай, который давно стал синонимом дзен-энергии и утреннего ритуала. Есть и разнообразные корейские пунши — **сладкие фруктовые напитки**, которые подают охлажденными, и сливочные корейские милк-динки с клубникой или бананом, знакомые всем, кто хоть раз заглядывал в азиатский супермаркет. А как насчет тайского лимонада с лаймом? Или вьетнамского **кофе** со сгущенкой — крепкого, сладкого и бодрящего? Все эти напитки — про то же, что и бабл-ти: про удовольствие, про культуру, про вкус, который несет в себе целую историю.

Эта книга не учебник и не энциклопедия, а гайд по вхождению в бабл-ти вселенную. Вы научитесь готовить не только бабл-ти, но и другие известные азиатские напитки, которые можно сделать «бабл», просто добавив шарики тапиоки.

Готовы? Тогда берите трубочку потолще, и мы отправимся в мир, где чай — это не просто чай, а приключение с целой палитрой вкусов, текстур и культур.





ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ



ТАПИОКА

ШАРИКИ ТАПИОКИ (БОБА) С НУЛЯ

Время подготовки: 20 минут

Время приготовления: 50 минут

Общее время: 1 час 10 минут

Выход: примерно 1 стакана боба

ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто

вода — **65 мл**

сахар (от сахара зависит цвет и вкус готового продукта, но это некритично) — **45 г**

тапиоковый крахмал — **110 г**

Сироп

вода — **200 мл**

сахар — **200 г**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовьте тесто: смешайте сахар с водой и доведите до кипения. Добавьте крахмал тапиоки (предварительно просеяв) и тщательно перемешайте до однородности.

2. Сформируйте шарики: когда тесто остынет до комфортной температуры, раскатайте его в тонкие жгуты и нарежьте на маленькие кусочки. Скатайте каждый кусочек в шарик размером с горошину.

3. Сварите боба: вскипятите воду в большой кастрюле. Добавьте сформированные шарики и варите на среднем огне, пока они не всплывут на поверхность (происходит это быстро), постоянно помешивая. Уменьшите огонь до минимума и продолжайте варить еще 20–30 минут. Сваренные шарики (они будут легко жеваться) отбросьте на сито и тщательно промойте холодной водой (это предотвратит слипание и разваривание тапиоки в кашу). Переложите в контейнер, где они будут храниться в сиропе.

4. Приготовьте сироп: смешайте горячую воду с сахаром до полного растворения, доведите до кипения, но не давайте смеси долго кипеть. Поместите сваренные шарики боба в этот сироп и дайте настояться не менее 30 минут.



СОВЕТЫ

Берите кастрюлю побольше.

Важна скорость! Как только вы растопили сахар в воде и добавили треть крахмала тапиоки, нужно быстро замесить оставшийся крахмал, пока тесто не остыло и не затвердело.

Если тесто стало сухим или рассыпчатым, слегка увлажните руки водой, чтобы вернуть ему эластичность. Держите рядом миску с водой, чтобы увлажнять руки во время скатывания шариков.

Хранение

Невареные шарики тапиоки: после того как шарики будут просыпаны крахмалом, их можно оставить высохнуть на противне на ночь, а потом переложить в контейнер или пакет. В сухом и прохладном месте они могут храниться 2–3 месяца и будут готовы к варке в любое время.

Сваренные шарики: храните сваренные боба в сиропе, чтобы сохранить их текстуру и предотвратить слипание. Время «жизни» готовой тапиоки — до пяти часов, дальше она начнет черстветь и «реанимировать» ее не выйдет. Готовую тапиоку можно заморозить и хранить до полугода, а еще сразу сварить в сиропе, предварительно не размораживая.

Тапиока производится из крахмалистого корня маниоки, а саго — из внутренней части или сердцевины ствола пальмы саго.

СОВЕТЫ ПО ВАРКЕ САГО

Чтобы предотвратить слипание шариков саго в большие комки, убедитесь, что в кастрюле достаточно воды: в процессе варки они значительно разбухнут.

Мешайте саго в течение минимум минуты после добавления в кипящую воду — таким образом она не прилипнет ко дну и стенкам кастрюли.

Убавьте огонь почти на минимум: высокая температура может привести к неравномерному приготовлению шариков — края будут разварены, а центр останется твердым.

Готовые шарики саго должны быть полностью мягкими и прозрачными без белых точек в центре. После закипания дайте саго повариться 10 минут с закрытой крышкой, пока они не станут прозрачными.

В конце варки переложите саго в ледяную воду: это поможет прекратить процесс приготовления и сохранить текстуру. Оставьте саго на 2–3 минуты и слейте в дуршлаг.



ХОЛОДНАЯ ПЕНА

Холодная пена — это вспененное охлажденное молоко или сливки с вкусовой добавкой, которую обычно наливают поверх напитков со льдом.

Приготовление идеальной холодной пены зависит от пузырьков, которые образуются при взбивании ингредиентов. Чем больше однородных и мелких пузырьков вы сможете создать в пене, тем бархатистее будет текстура. В домашних условиях для этого подойдет обычный френч-пресс или капучинатор.

Холодную пену добавляют только в холодные напитки, потому что в горячих она слишком быстро растает.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- 1.** Налейте в френч-пресс сливки, молоко и ванильный сироп.
- 2.** Наденьте крышку и начинайте энергично поднимать и опускать поршень. Пенка увеличится в объеме примерно в два раза.
- 3.** Вылейте пенку сверху на холодный напиток и сразу подавайте.

