

# Кавай маршмеллоу

ТАН ФЕЙ ШИНГ



# Пока горячо!

Издательство АСТ  
Москва



# Посвящается

Моему мужу Джианлонгу,  
нашим детям Мун Ю и Мун Жонг  
и моим родителям



# Оглавление

Благодарности	5
Вступление	6
Основные инструменты и оборудование	9
Основные ингредиенты	13
Простые маршмеллоу на желатине	18
Простые маршмеллоу на агар-агаре (зефир)	22
Простые маршмеллоу без сахара	26
Маршмеллоу с разными вкусами на желатине	28
Маршмеллоу с разными вкусами на агар-агаре	31
Консистенция маршмеллоу-массы	33
Присыпка/покрытие	35
Украшаем маршмеллоу	38
Как хранить маршмеллоу	40
Начинки для маршмеллоу	42
Часто задаваемые вопросы	52
Вкусно-классные	57
Мило-волшебные	89
Идеальное совпадение	101
Шаблоны	152
Меры и веса	158



# Благодарности

Прежде всего, благодарю бога за то, что дал мне вдохновение и силы для изобретения и создания новых сладостей, пока я жонглирую кучей обязанностей, заботой о семье и работой преподавателем кулинарии.

Я благодарна за неоценимую поддержку моему мужу, который был и визуальным и аудио-консультантом по созданию контента, и подопытным кроликом для тестирования сладостей, и поставщиком уникальных ингредиентов, которые мне требовались.

Спасибо моим детям, которые честно говорили, что выглядело мило, а что не очень, и которые рады были дегустировать мои маршмелловые творения и другие сладости.

Благодарю своих родителей за поддержку и помощь, например присмотр за детьми, когда мне нужно было передохнуть.

Еще я хотела бы поблагодарить:

- ♥ Глорию и Эми за то, что помогли мне начать это маршмелловое приключение, и за то, что вдохновляли меня своей креативностью;
- ♥ Присти за то, что научила пользоваться гелевыми красителями, чтобы рисовать мелкие детали на маршмеллоу;
- ♥ «Marshmallow Making Madness» за огромное количество информации про самодельные маршмеллоу и за то, что они стали удобной платформой, чтобы учиться и делиться опытом про маршмеллоу;
- ♥ Плюшевого мишку Момо, который захотел прославиться. Это мой источник вдохновения для маршмеллоу-медведей;
- ♥ Лидию, моего редактора, которая дала мне возможность написать эту книгу, за ее бесконечное терпение и поддержку, за то, что она оказалась такой понимающей, когда дело касалось моего загруженного расписания. Мне сложно представить лучшего редактора.



Было время, когда маршмеллоу казались мне просто мягкими, «пушистыми» сладостями, которые можно поедать прямо из пакета, насыпать в кружку с горячим шоколадом или поджаривать над костром. И хотя другие кондитеры уже делали маршмеллоу-персонажей, я никогда не думала заняться подобным — мне это казалось слишком скучным. Все изменилось, когда кто-то попросил научить его делать фигурки из маршмеллоу на одном из моих занятий по кондитерскому делу, подтолкнув меня к детальному изучению этой темы. И вот тогда я и узнала, сколько там всего, чтобы учиться, изучать и открывать!

Я была новичком, но до меня эту дорогу уже извели, а значит, было много экспертов, которые могли мне помочь. До того, как я создала свой первый маршмеллоу, Глория (@miscellaneousmao)\* и Эми (@cookingwithamyu)\* поделились со мной опытом создания маршмеллоу в виде известных персонажей и подсказали несколько полезных хитростей. Присти (@by.pristy) объяснила, как пользоваться гелевым красителем, чтобы рисовать на фигурках мелкие детали. Группа в Facebook (деятельность компании Meta признана в РФ экстремистской) «Marshmallow Making Madness» предоставила огромное количество информации о практических аспектах создания маршмеллоу. Я очень благодарна каждому, кто составил мне компанию в этом сладком путешествии.

Так что же оказалось настолько необычным, чтобы посвятить этому книгу? Я очень рада рассказать, что изобрела новый способ приготовления маршмеллоу, который не похож на отсаживание вручную массы на слой кукурузного крахмала (что сейчас чаще всего используется

---

\* Принадлежат компании Meta, которая была признана экстремистской и запрещена на территории РФ

при создании фигурок из маршмеллоу). В моем методе используются шаблоны, что позволяет кондитерам создавать партии фигурных маршмеллоу, которые получаются одинаковыми по форме и размеру, поэтому выглядят более эстетично. Еще я придумала, как использовать сахарозаменители, чтобы те, кто придерживается специальных диет, тоже могли насладиться вкусняшками.

А кроме моих открытий я поделюсь рецептами вегетарианских маршмеллоу на агар-агаре, массой начинок и вкусов, а еще тем, как все это можно совместить с выпечкой и десертами.

Хотя мы назвали книгу «Кawaii маршмеллоу пока горячо!», наши маршмеллоу не требуют запекания во время готовки. Так что вместо обычного пожелания счастливой выпечки я желаю вам...

**Счастливой  
маршмеллизации!**

*Тан Фэй Шинг*



# Основные инструменты и оборудование

## ● *Электронные весы*

Такие ингредиенты, как сахар и яичные белки, для создания маршмеллоу должны быть очень точно отмерены, чтобы получилась нужная консистенция. Для точности выбирайте электронные весы с шагом в 1 г.

## ● *Мерные ложки*

Соль, бутилированные экстракты и ароматизаторы более точно отмеряются мерными ложками.

## ● *Кондитерский термометр*

Нужен, чтобы измерять температуру сиропа во время приготовления маршмеллоу на желатине. Инфракрасные термометры (для бесконтактного измерения температуры) и термометры с длинным металлическим щупом отлично подойдут.

## ● *Маленький сотейник*

В сотейнике варится сахарный сироп до того, как его добавляют к яичным белкам. Не берите сотейник больше 14 см в диаметре, чтобы уровень сиропа всегда был достаточным для правильного измерения температуры и нагрева. Сотейник с носиком облегчит вливание струйки сиропа в белки. Сотейник может быть как из нержавеющей стали, так и антипригарным. Если у вас нет маленького сотейника, удваивайте количество ингредиентов из рецептов простых маршмеллоу.

## ● *Сито*

Большое сито с мелкой сеткой используется для просеивания крахмала и других мелкодисперсных ингредиентов, а также чтобы удалить лишний крахмал с готовых маршмеллоу. Маленькие ситечки используются, чтобы просеять небольшое количество ингредиентов в виде пудры, например чайные порошки, чтобы избавиться от комочков.

## ● *Электрический миксер*

Необходим для взбивания итальянской меренги, которая формирует основу маршмеллоу-фигурок. Многие кондитеры используют ручные миксеры, но я предпочитаю планетарный, потому что с ним легче одновременно перемешивать белки и вливать сироп.

Если вы пользуетесь ручным миксером, используйте тяжелую металлическую миску, потому что легкая миска может перевернуться во время взбивания белков.

## Основные инструменты и оборудование ●

### ● *Миски для смешивания*

Миски разных размеров нужны для разных целей. В большой миске из нержавеющей стали можно сделать маршмеллоу на основе итальянской меренги. Протрите миску бумажным полотенцем и лимонным соком или уксусом, чтобы убрать любые загрязнения, потому что их присутствие может помешать хорошо взбить белки. Используйте небольшие миски, чтобы разделить массу для маршмеллоу и покрасить ее в разные цвета. Миски, пригодные для микроволновки, нужны, чтобы размягчить массу, если она затвердела и ее невозможно отсадить.

### ● *Лопатки*

Большая силиконовая лопатка пригодится, если нужно собрать массу со стенок миски. Маленькая лопатка подойдет для замешивания цвета.

### ● *Венчики*

Маленькие металлические или силиконовые венчики отлично подходят для размешивания желатина в холодной жидкости (для маршмеллоу на желатине) или для взбивания сиропа агар-агара (для маршмеллоу на основе агара), когда объем небольшой.

### ● *Кондитерские мешки и кондитерские конусы из ориентированного полипропилена\** (ОПП)

Одноразовые пластиковые кондитерские мешки и конусы разных размеров используются для отсаживания массы. Когда требуется маленькое количество массы или растопленного шоколада для создания мелких деталей, конусы из ОПП помогают лучше контролировать поток массы. Вырежьте лист ОПП в форме равностороннего треугольника и сверните его в конус. Отрежьте кончик конуса на нужный размер и зафиксируйте верх конуса, сложив его и склеив.

### ● *Насадки для кондитерских мешков*

Их используют для создания разных форм маршмеллоу. Насадки в форме открытой звезды или лепестка используются, чтобы создавать суккуленты или цветы. Круглые насадки нужны там, где важна симметрия, например чтобы сделать голову и тело сибу-ину.

### ● *Противни для выпекания*

Плоские противни позволяют без проблем выполнить работу по отсаживанию массы маршмеллоу.

### ● *Бумажные шаблоны*

Позволяют придерживаться единообразия форм.

### ● *Бумага для выпечки*

Нужна для того, чтобы застелить противень, или для кондитерского гвоздика. Она полупрозрачная, поэтому шаблон под ней хорошо виден. Кроме того, готовые маршмеллоу легко отходят от слегка смазанной бумаги.

---

\* Легкая, прочная и гибкая пластиковая пленка из полипропиленовой смолы. Прим. ред.

● *Ацетатная пленка*

Чтобы легко снять маршмеллоу с бумаги для выпечки, проведите небольшим кусочком ацетатной пленки под маршмеллоу. Для фигурок обычного размера я использую кусочек размером 3 × 6 см. Чем больше сладость, тем больше размер пленки. Используйте пленку, которая достаточно прочная, чтобы держать форму, но и достаточно гибкая, чтобы ее можно было согнуть.

● *Шпажка/Скрайбер/Тонкая кисть*

Слегка намоченная шпажка или скрайбер используются, чтобы выравнивать пики на отсаженных маршмеллоу. Также эти инструменты можно использовать вместо тонкой кисти, чтобы прорисовать мелкие детали персонажей. Очень хорошо для тонких линий подходят кисти для маникюра.

● *Силиконовые/Фольгированные формы*

Я использую силиконовые и фольгированные формы, выложенные бумагой для выпечки, чтобы готовить начинку. Силиконовые отлично подойдут для маршмеллоу необычных форм. В смазанные емкости легко отсаживать маршмеллоу, а потом доставать их.

● *Кисть для пищевых продуктов*

Откажитесь от специальной кисти для удаления лишней присыпки. Я отдаю предпочтение веерообразным кистям с мягкой щетиной, которая не оставляет следов, если случайно ткнуть ею в маршмеллоу. Веерообразная форма позволяет использовать сразу две стороны: широкая часть подходит, чтобы смахивать присыпку с больших поверхностей, а узкая часть идеальна для вычищения присыпки из отверстий.

● *Кондитерский гвоздик*

Используется для отсаживания цветочных маршмеллоу, особенно зефира.



# Основные ингредиенты

## ● Желатин

Желатин – то, что придает маршмеллоу характерную упругую текстуру. Этот бесцветный и безвкусный ингредиент получают из животного коллагена: рыбьей и свиной кожи, шкур крупного скота, говяжьих и свиных костей. Желатин можно найти в листовой форме или в виде порошка. Для маршмеллоу можно использовать обе формы; в этой книге я использую порошковую.

Желатин нужно замочить в холодной воде или другой холодной жидкости (10°C или холоднее) как минимум на 10 минут, потом отжать лишнюю влагу, растопить и смешать с итальянской меренгой. Когда разводите порошковый желатин, используйте 1 часть желатина и 4 части воды.

Использовать желатин для маршмеллоу не так уж легко: есть много факторов, которые влияют на его твердость и застывание. Поэтому нет единой меры, которая подходила бы всем рецептам. Базовые рецепты с использованием сахара и без него для маршмеллоу на основе желатина — только рекомендации. Корректируйте количество добавленных ингредиентов или меняйте способ приготовления, ориентируясь на факторы ниже.

### **Источник желатина**

Желатин из рыбы, говядины или свинины самый легкодоступный. Впрочем, некоторые не хотят использовать говяжий или свиной желатин. Разные источники желатина подразумевают разную температуру плавления. Говежий и свиной желатин плавятся при 35–38°C, а желатин из рыбы — при 24–27°C. На моей кухне круглый год температура 25,5–31°C. Если бы я работала с желатином из рыбы, он бы расплавился сразу. Поэтому я выбираю говяжий, когда работаю с маршмеллоу дома, а вот когда преподаю в хорошо кондиционированных студиях, использую рыбный.

### **Сила Блума**

Сила Блума — мера силы и плотности желатина.

У кулинарного желатина бывает разная сила Блума: от 125 до 265 Блум. До 150 Блум — слабый желатин, 150–220 — средний, больше 220 — сильный. В этой книге я использую говяжий желатин, имеющий силу 170 Блум.

Корректируйте количество используемого желатина, основываясь на силе Блума. Например, используйте меньше желатина (уберите ½–1 чайную ложку или 1–2 г, не больше) при силе больше 170 Блум, если вы работаете в условиях, схожих с моими.

## Основные ингредиенты ●

### **Температура среды и влажность**

Желатин — медленно застывающий гель. Он начинает застывать, когда внешняя температура ниже его температуры плавления. Он может застывать даже больше 24 часов. Но чем ниже окружающая температура, тем быстрее он застынет и тем жестче станет.

Слишком быстрое застывание желатина повлияет на удобство отсаживания, и будет не просто разгладить трещинки и пики. Если такое случится, попробуйте:

- 1) уменьшить количество желатина на 1–2 г (но не больше);
- 2) работать в более теплом помещении (лучше, если там будет как минимум 20°C);
- 3) поддерживать температуру маршмеллоу-массы в мешке/миске между 27°C и 30°C. Для этого можно хранить массу в кондитерском мешке на противне в выключенной духовке (но со включенным светом).

С другой стороны, работа в теплом и влажном помещении может спровоцировать более медленное застывание желатина. Оставьте маршмеллоу подсохнуть на 8 часов или в холодильнике на срок от 30 минут до 2 часов перед покраской/присыпанием. Работа в помещении с кондиционерами поможет желатину быстрее застыть.

### **Замедляющие факторы**

Их влияние на формирование геля уменьшит силу желатина и помешает маршмеллоу застыть как надо (если они вообще застынут). Вот эти факторы:

- сильные кислоты, например сок цитрусовых;
- ингредиенты с высокой концентрацией алкоголя (больше 40%);
- ингредиенты с большим содержанием соли;
- длительное воздействие жара (больше 60°C);
- энзимы, содержащиеся в корне имбиря и свежих фруктах (киви, папайе, ананасе, персике, манго, гуаве и инжире). Если эти свежие фрукты довести до кипения, энзимы пропадут.

Если избежать влияния замедляющих факторов невозможно, добавьте больше желатина (увеличьте на ½–1 чайную ложку или на 1–2 г), чтобы компенсировать потерю его силы.

## ● Агар-агар

Как и желатин, агар-агар — желирующий агент, часто используемый в еде и напитках.

Его получают из водорослей, а значит, он подходит вегетарианцам (кстати, мои маршмеллоу на агар-агаре не веганские, потому что содержат яичные белки).

У агара тоже есть разные уровни силы Блума. Обычно это 700–1200 Блум, 900 Блум идет как стандартный показатель. Так как у него сила Блума гораздо больше, чем у желатина, маршмеллоу в итоге выходят более твердыми и имеют другую текстуру.

Агар можно найти в форме порошка или хлопьев. Я использую в этой книге порошковую форму с силой Блума 700. Жидкость для замешивания порошка агара-агара должна быть холодной или комнатной температуры. Размешивать нужно в течение 10 минут, потом

довести до кипения и варить в течение 3–5 минут. Затем можно смешивать с нужными ингредиентами и оставлять застывать.

Замедляющие факторы для агар-агара такие же, как и у желатина, однако он может выдерживать более высокую температуру, потому что его температура плавления находится между 85°C и 95°C. Корректируйте количество агара в зависимости от силы Блума и наличия замедляющих факторов.

Застывание агар-агара происходит при температуре от 38°C до 40°C, поэтому маршмеллоу на его основе не нужно подсушивать или убирать в холодильник, даже если в комнате тепло. Агар застывает гораздо быстрее, чем желатин, так что при работе с ним действуйте быстро. Но имейте в виду, что маршмеллоу на агар-агаре будут подсыхать при повышенной влажности достаточно долго, примерно 1–2 дня.

### ● Сахар

Белый сахар-песок или сахарная пудра чаще всего используются для приготовления маршмеллоу на желатине или агар-агаре, но можно использовать и другие виды сахара.

Тростниковый сахар добавит карамельную нотку, но коричневый (особенно темно-коричневый) сахар более гигроскопичный, чем белый, так что маршмеллоу будут более влажными. Сироп из такого сахара также будет подниматься при кипении гораздо выше, поэтому подберите сотейник с очень высокими стенками, чтобы ничего не вылилось.

Заменители сахара можно использовать, чтобы сделать кето-маршмеллоу или их аналог для диабетиков, но с аналогами не все может пройти гладко. Имейте в виду, что некоторые люди могут иметь непереносимость альдитов\*. Маршмеллоу без сахара в этой книге сделаны на основе аллюлозы\*\*. Я не использую ксилит, потому что он может быть опасен для домашних животных при попадании внутрь. Эритрит, хотя и является широко доступным и наиболее частым заменителем сахара с нулевой калорийностью/нулевым гликемическим индексом, не совсем подходит для маршмеллоу, потому что он легко рекристаллизуется, делая маршмеллоу грубыми. К тому же, аллюлоза менее сладкая, чем сахар, даже если использовать одинаковое их количество.

### ● Яичные белки

Хотя маршмеллоу можно сделать и без яичных белков, в этой книге декоративные маршмеллоу будут на основе итальянской меренги. А она делается из яичных белков, что позволяет маршмеллоу-массе дольше сохранять нужную для отсаживания консистенцию.

Всегда используйте свежие яйца комнатной температуры, чтобы результат получился идеальным. Следите, чтобы в белки не попало ни капли желтка, а в миске для смешивания не было никакой грязи, чтобы меренга хорошо взбилась. Имейте в виду, что во влажном климате она может взбиваться дольше.

---

\* Альдиты (или сахарные спирты) — растительные вещества, используемые как заменители сахара и подсластители. *Прим. ред.*

\*\* Низкокалорийный сахарозаменитель. *Прим. ред.*