

# Înghețată cu cocos și trandafiri

written by Andreea



Nu stiu altii cum sunt, dar eu cand ma gandesc la inghetata, imi inchipui valuri cremoase de racoare, aroma, nori pufosi si delicati, vis dulce, incantare a sufletului. Cu toate astea, pe blog la mine am postat prea putine retete de inghetata. As fi putut posta pana acum nu stiu alte cate retete de inghetata pe care le visez si noaptea, insa lipsa unei masini de facut inghetata mi-a mai spulberat din vise si m-a facut sa-mi dau seama ca neaparat trebuie sa fac rost de acest accesoriu in bucataria mea! Si ultima suta de metri, cu dedicatie pentru concursul Catalinei postez o reteta de inghetata cu cocos si trandafiri. Si incercand sa fiu pe gustul si celorlalte doua jurate din concurs, Andie și Andreea :), m-am gandit sa pregatesc o inghetata, vegana :). Usor de preparat, delicioasa si sanatoasa :). me luck people! ☐

Ingrediente:

- 1 nuca de cocos de marime medie
- 200 ml lapte cocos
- 2 linguri petale trandafiri comestibile
- 3 lingurite sirop de artar
- 2 lingurite apa de trandafiri
- (optional) 1 lingurita pudra de sfecla



Dupa cum spuneam si mai sus la ingrediente, am folosit la aceasta reteta petale uscate de trandafiri. Sunt micute, delicate si foarte parfumate. Puteti gasi la magazinele naturiste sau Plafar pungute cu petale sau boboci de trandafiri uscati comestibili.



In primul rand, spargeti nuca de cocos cu ajutorul unui ciocan, sau cum va pricepeti mai tare, eu am spart-o cu spatele lamei de la un cutit mai gros. Un tutorial bun gasiti si aici [□](#) .



curatati bucatile de partea maronie, astfel incat sa obtineti pulpa de cocos alba si curata (eventual treceti rapid bucatile curatate printr-un jet de apa ca sa indepartati orice bucatica maro). Puneti bucatile de cocos intr-un blender puternic. Daca nuca este proaspata si are apa inauntru, cu atat mai bine, adaugati-o si pe aceea :).



intre timp, incalziti laptele de cocos, si adaugati deasupra lui petalele uscate de trandafiri.



Amestecati usor si lasati laptele sa se infuzeze cu aroma placuta a petalelor de trandafiri (10 minute au fost de ajuns la mine).



porniti la putere maxima blenderul si blenduiti nuca de cocos timp de 3-4 minute



Daca doriti o consistenta mai fina a inghetatei, atunci mai blenduiti nuca de cocos pentru inca 2 minute. Ca sa o puteti blendui mai bine, puteti adauga 2 linguri lapte de cocos.



Pentru o textura mai frumoasa, puteti pastra in compozitie

petalele de trandafiri. Daca nu va incanta ideea, atunci strecurati laptele de cocos si aruncati petalele de trandafiri folosite. Eu le-am lasat in compozitie si tare mult mi-au placut!



Turnati laptele de cocos impreuna cu petalele de trandafiri peste nuca de cocos din blender, adaugati siropul de artar, apa de trandafiri si pudra de sfecla. Dupa cum spuneam, pudra de sfecla este optionala, ea nu influenteaza gustul final al inghetatei, ci doar da o culoare placuta naturala. Blend-uiti amestecul pentru inca 2 minute si sunteti gata. Veti obtine un amestec de consistenta unei smantani lichide. (consistenta depinde si de nuca de cocos, si petalele de trandafiri). Turnati compozitia intr-o caserola pe care o inchideti ermetic si o dati la congelator pentru 2 ore. Dupa 2 ore scoateti caserola si amestecati energic cu furculita. Repetati apoi operatiunea din ora in ora, de 3 ori.

Daca aveti masina de facut inghetata, rezolvati totul mult mai repede si mai placut :).



cu toate acestea, la final, inghetata mea a facut totusi ace, a trebuit sa o mai tin la temperatura camerei pentru 10 minute ca sa se inmoaie usor si sa o pot amesteca din nou. Pentru ca este vegana, aceasta inghetata are o consistenta un pic diferita, insa tare placuta.



puneti globuri generoase de inghetata in boluri (va puteti permite, doar e inghetata vegana! ☐ ) Pe deasupra presarati cateva petale de trandafiri uscate. pune fistic tocat. Acum mi-a venit ideea ☐



Este mai putin cremoasa, datorita faptului ca nu are in  
compozitie oua sau produse lactate, si datorita faptului ca la  
baza are nuca de cocos proaspata.



Una peste alta, este o inghetata delicata, foarte parfumata  
si placuta la gust.:)



Enjoy!