

# DIY 西米甜点 让你清凉一“夏”

时值三伏天,很多人总是想吃一些清凉又爽口的小甜品,但天气炎热又不想出门,该怎么办?不如学着自己DIY,在家里就能轻松吃到美味甜品!本期,笔者为给大家介绍几款消暑甜点,均采用各种甜品的“百搭神器”——西米制作而成,快来动手试一试吧!



芒果西米露

## 1 沙棘酸奶西米露

- 原料:沙棘汁 50g、西米 20g、酸奶 50g。
- 做法:
  - 1、西米 20g。
  - 2、煮一锅水,烧开,放入西米,煮 15 分钟左右至西米变成透明色。最好用
  - 不粘锅,否则煮的过程中需不停搅拌防止西米粘锅。
  - 3、杯中放入酸奶。
  - 4、接着放煮好的西米。
  - 5、最后倒入沙棘汁。
  - 6、完成。



沙棘酸奶西米露.webp。

## 2 咖啡椰汁西米露

- 原料:咖啡粉 1 勺、椰浆 60ml、西米 50g、枫糖浆 1 勺。
- 做法:
  - 1、西米备好。
  - 2、水开后入锅,煮开即转小火。
  - 3、煮的时候不断的多次加水,并且不断搅拌,直到把西米煮到透明。
  - 4、煮好的西米捞出滤水备用。
  - 5、咖啡豆研磨成粉,用咖啡机的量勺取一大勺,放入制取漏斗。
  - 6、压实。
  - 7、用咖啡机制作一杯
  - 浓缩咖啡,咖啡大约有 40 毫升。
  - 8、制得的浓缩咖啡大约在 30--40 毫升。
  - 9、在咖啡中加一勺枫糖浆。
  - 10、搅拌均匀。
  - 11、椰子取出椰汁备用。
  - 12、在杯子底部放入煮好的西米。
  - 13、先把浓缩咖啡全部倒入,再把椰汁倒入,搅拌均匀即可享用。

小窍门:椰子汁和咖啡没有固定比例,按自己喜好调整即可。



咖啡椰汁西米露。

## 3 芒果西米露

- 原料:芒果 1 个、西米半碗、椰奶 1 杯。
- 做法:
  - 1、准备。
  - 2、把西米放入锅中煮 10 分钟左右。
  - 3、沥出冲凉水。
  - 4、继续重新煮 10 分钟
  - 左右。
  - 5、重复煮至没有白点为止。
  - 6、芒果切小块。
  - 7、杯子中放入西米。
  - 8、到入椰奶。
  - 9、放入芒果丁。



雪梨西米盅。

## 4 雪梨西米盅

- 原料:雪梨两个、西米 50 克、蜜桂花适量。
- 做法:
  - 1、准备食材。
  - 2、西米用温水泡发 10 分钟左右。
  - 3、雪梨对半切开,挖
  - 出果核。
  - 4、泡好的西米控干水份备用。
  - 5、将西米盛入雪梨上锅大火烧开蒸三十分钟。
  - 6、出锅浇上蜜桂花即可。



椰奶西米小丸子。

## 5 椰奶西米小丸子

- 原料:西米 50 克、椰子粉 3 袋、缤纷小丸子 240 克、清水 190 克。
- 做法:
  - 1、备好食材。
  - 2、煮西米。锅中水开倒入小西米。
  - 3、保持沸腾边煮边搅拌,煮至尽量看不到小白芯时关火,然后盖上锅盖焖 10 分钟左右。
  - 4、经过盖焖的西米已经变得完全透明了,再将煮好的西米取出倒入凉开水碗中备用。
  - 5、煮丸子。从冰箱里取出小丸子,待锅中水烧开逐个下入小丸子。
  - 6、开中小火煮至小丸子全部浮起后即可关火。
  - 7、用漏勺将彩色小丸子捞出放入碗中。
  - 8、煮椰浆。煮丸子的同时将椰子粉和清水倒入奶锅中,搅拌均匀后开中小火煮至沸腾关火。
  - 9、最后将西米舀出放在丸子上,再倒上椰浆。
  - 10、好看又好吃的椰奶西米小丸子就完成了。
  - 11、彩色小丸子还有馅料:抹茶味。

### ●小窍门:

1、彩色小丸子,亲可以自制也可以跟我一样买现成的 2、没有椰子粉也可以换成椰浆或是牛奶,味道同样好喝 3、煮西米时得有耐心不能大火,且边煮边搅拌否则会粘连糊底,煮至尽量看不到小白芯再关火盖焖,这样西米才会变得完全透明Q弹更好吃

## 6 熔岩西米水果捞

- 原料:西米 30 克、红肉火龙果半个、粉蕉 1 只、炼乳适量。
- 做法:
  - 1、准备食材:西米 30 克、红肉火龙果半个、粉蕉 1 只、炼乳适量。
  - 2、将 800 毫升清水加入玻璃杯中,启动蒸煮程序。
  - 3、水烧至沸腾后,加入西米。

4、煮西米的过程中,需要偶尔用筷子搅拌一下壶里的西米,防止粘底。  
5、在沸水的状态下,煮 15 分钟左右,西米会转为透明状态。  
6、火龙果和粉蕉分别切丁,先放入红肉火龙果,然后放入粉蕉,最上面放入煮熟了的热西米。  
7、让西米的余热温暖下层的水果粒。

8、淋入适量的炼乳调味,吃的时候搅拌均匀即可。  
9、淋入炼乳后,随着炼乳的下渗,每一个侧面展现不一样的熔岩画风,品尝之前,可以美美地欣赏一番。

### ●小窍门:

煮西米需要在待水沸腾后再放入,沸腾状态下煮 15 分钟左右,西米完全透明即可。



熔岩西米水果捞。