

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。



咖啡椰汁西米露。

- 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。

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。

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、西米用温水泡发十分钟左右。
- 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。



雪梨西米盅。

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既可关火。
- 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。 撰文/整理 刘浩华

创建国家食品安全示范城市

食安·心才安

佛山市食品安全有奖举报电话：12345,12331

新修订的《食品安全法》明确规定：对查证属实的举报应当给予举报人奖励，对举报人的相关信息，政府和监管部门要予以保密，同时对企业内部举报人给予特别保护。

佛山市创建国家食品安全示范城市工作领导小组