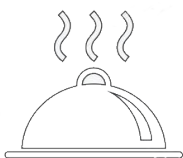


# Латте макиато во френч-прессе



6 ч 0 мин



1 порции



2 ингредиента

## ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ

Калорийность:	126 Ккал
Белки:	6.9 грамм
Жиры:	7.6 грамм
Углеводы:	7.8 грамм

# Ингредиенты

Категории: [Завтраки](#)

Ингредиент	Кол-во
Молотый кофе	3 чайные ложки
Молоко	150 мл

# Инструкция

1. Прогреваем френч-пресс горячей водой. Насыпаем в него молотый кофе. Я насыпаю около 4 чайных ложек, это около 36 грамм.
2. Заливаем кипяченой водой температурой 90 градусов 150 г. Заметьте, что если залить крутым кипятком, то кофе будет терять свои лучшие вкусовые и ароматные качества. Немного перемешиваем.
3. Затем накрываем френч-пресс крышкой с поршнем, так чтобы поршень немного соприкасался с кофе.
4. Завариваем кофе около 4–5 минут. Не больше, чтобы кофе не терял свои свойства.
5. Когда останется около 1 минуты до окончания заваривания, 150 г пастеризованного молока разогреваем в микроволновке 2 минуты.
6. Когда кофе заварится, опускаем поршень медленно вниз, затем выливаем кофе в разогретый стакан из которого потом будет наливать кофе тонкой струей в молоко. Моем френч-пресс.
7. Наливаем разогретое молоко во френч-пресс, затем поступательными движениями водим поршень вверх-вниз и видим, что молоко взбивается в пену. Делать это надо около 20–30 секунд.
8. Наливаем вспененное молоко в бокал для латте и даем постоять около 20 секунд, чтобы появилась грань между пеной и молоком.
9. Выливаем медленно кофе в центр бокала с молоком.
10. Сверху пены можно добавить натертого шоколада.