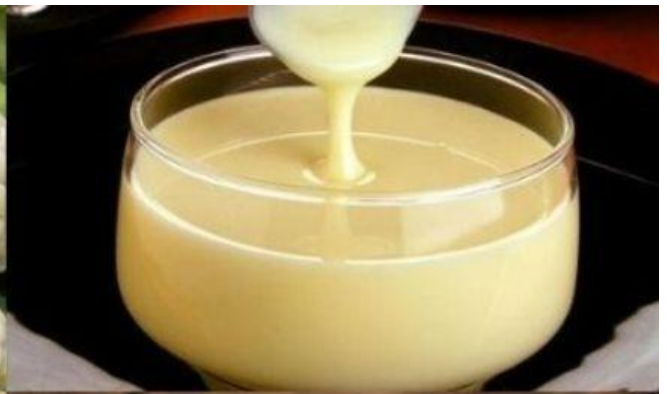


Với hương vị thơm ngon, sữa ngô là thức uống yêu thích nhiều người. Bạn đã biết cách làm sữa ngô tại nhà ngon – sánh – mịn mà không tốn quá nhiều thời gian? Tham khảo ngay gợi ý dưới đây của chúng tôi nhé.

Cách làm sữa ngô nếp

- Nguyên liệu làm sữa ngô nếp (bắp nếp):

- Ngô nếp 3 trái
- Lá dứa 10 gr
- Sữa đặc 100 ml
- Đường phèn 30 gr
- Tinh chất vani 1 muỗng cà phê
- Muối 1 ít
- Nước 1.5 lít



- Cách chế biến sữa ngô nếp (bắp nếp):

Bước 1: Sơ chế ngô nếp

Ngô nếp mua về bạn cắt bỏ phần râu già, lột bớt lớp lá già bên ngoài và giữ lại phần lá non.

Sau đó, rửa sạch phần lá non và râu ngô rồi ngâm trong nước muối loãng 5 - 7 phút. Tiếp đó, bạn tách lấy hạt ngô và giữ luôn phần cùi nhé!



Bước 2: Luộc cùi và vỏ ngô

Bắc nồi lên bếp, cho lần lượt 1.5 lít nước, 10gr lá dứa, cùng phần cùi, râu và vỏ ngô vào nồi, nấu trong khoảng 20 - 25 phút rồi tắt bếp.

Dùng rây lọc lấy phần nước luộc và để nguội.

Bước 3: Xay và lọc nước hạt ngô

Bạn cho hết phần hạt ngô cùng nước luộc cùi và vỏ ngô đã để nguội vào máy xay sinh tố. Tiến hành xay nhuyễn trong khoảng 2 - 3 phút.

Ngô sau khi xay xong, bạn đổ qua vải lọc để lọc lấy nước cốt. Nếu sử dụng rây lọc thì bạn lọc 2 - 3 lần để sạch hết phần lợn cợn nhé!

Bước 4: Nấu sữa ngô

Bạn cho hỗn hợp nước hạt ngô đã lọc vào nồi rồi bắc lên bếp, cho vào 1 muỗng cà phê tinh chất vani, 100ml sữa đặc, 30gr đường phèn cùng 1 ít muối.

Vặn lửa nhỏ, khuấy đều hỗn hợp sữa ngô trên bếp khoảng 10 - 12 phút rồi tắt bếp và để nguội.



Bước 5: Hoàn thành

Sau khi sữa ngô đã nguội, bạn đổ sữa vào các chai nhỏ rồi bảo quản trong ngăn mát tủ lạnh là có thể sử dụng trong khoảng 5 - 7 ngày.

Khi uống chỉ cần đổ ra ly, bỏ thêm vài viên đá nhỏ là thưởng thức được rồi.



Bước 6: Thành phẩm

Sữa ngô nếp khi thưởng thức có mùi thơm thơm, thanh mát với vị béo bùi của sữa đặc và ngô quyện cùng vị ngọt thanh của đường phèn, không hề bị ngán.

Sữa ngô không chỉ thơm béo hấp dẫn mà còn cung cấp nhiều dinh dưỡng nữa đấy!
Thử làm ngay bạn nhé!

Cách làm sữa ngô bằng máy làm sữa hạt

- Nguyên liệu

- Máy làm sữa hạt
- 1-2 bắp ngô Mỹ: hay còn gọi là ngô ngọt, tùy vào độ to nhỏ
- Sữa tươi 500ml
- Sữa đặc khoảng 50g
- Nước lọc 1 lít

- Đường hoặc chất tạo ngọt tự nhiên

- Hướng dẫn thực hiện:

Bước 1: Tách hạt ngô ra khỏi bắp

Bạn nên tách ngô bằng dao, gọt dần từ ngoài vào trong. Nên nhớ đừng gọt quá sâu vào phần lõi ngô, sữa sẽ bị bã, không được mịn.

Giữ lại lõi ngô, cho vào luộc với phần nước lọc trong khoảng 15 – 20 phút



Bước 2: Sử dụng máy làm sữa hạt

Cho toàn bộ hạt ngô đã tách, nước luộc lõi ngô và sữa tươi vào máy. Chọn chế độ “sữa hạt nấu” hoặc “sữa thảo mộc” tùy theo từng máy Sau khi hết thời gian khoảng 25 phút, bạn nhanh tay cho thêm sữa đặc vào và ngoáy đều cho tan hết.

Cũng có thể cho thêm đường nếu nhà bạn muốn uống ngọt, còn mình làm theo công thức là vừa vì mình muốn cảm nhận vị ngọt của ngô hơn. Sữa ngô uống ấm cũng rất tốt mà uống lạnh thì cực mát, nên bạn có thể cho vào các chai thủy tinh rồi để tủ lạnh để hương vị càng dễ chịu.



Cách làm sữa ngô bằng sữa ông thọ

- Nguyên liệu:

- 4 bắp ngô vàng(ngô nếp) thường bán ở chợ
- 500 ml sữa tươi
- 200g đường trắng
- 1 hộp sữa ông thọ
- 2,5 lít nước lọc

- Cách làm sữa ngô bằng sữa ông thọ:

Bước 1: Sơ chế nguyên liệu món sữa ngô.

Tách hạt ra khỏi cùi bắp, các bạn có thể dùng dao hoặc nạo để làm cho nhanh. Sau đó cho vào rổ rửa sạch.

Mở lon sữa đặc đổ ra bát.

Bước 2: Các bước thực hiện món sữa ngô.

- Đầu tiên các bạn cho lõi ngô và nước lọc vào nồi đun sôi. Khi nước sôi khoảng 5 phút thì các bạn tắt bếp và vớt bỏ lõi ngô ra ngoài.
- Tiếp theo, các bạn cho hạt ngô cùng với một ít nước luộc ngô vào máy xay sinh tố xay nhuyễn. Bạn có thể chia làm 2 lần ngô và cho 2 lần nước để tránh bột ngô quá đặc
- Lọc nước ngô đã xay để loại bớt cùi ngô bằng đồ lọc hoặc các bạn có thể sử dụng một mảnh vải trắng mỏng. Cho phần nước đã lọc vào đun cùng với phần nước luộc lõi ngô còn lại. Các bạn nhớ vừa đun vừa đảo đều để tránh phần bột ngô sánh cháy ở đáy nồi.



- Khi nước ngô sôi thì các bạn cho sữa tươi, sữa đặc vào đảo đều tay. Các bạn có thể nếm thử, nếu như thấy nhạt thì cho thêm đường. Khi hỗn hợp này sôi lần nữa thì tắt bếp.



Lưu ý khi làm món sữa ngô:

- Trong trường hợp bạn không mua được ngô vàng thì có thể dùng ngô nếp đều được.
- Mình sẽ cung cấp cho các bạn một số lợi ích của ngô: khoa học đã chứng minh rằng, trong mỗi bắp ngô có chứa hơn 80 chất có lợi, bao gồm chất xơ, vitamin, khoáng tố, protit, đường, tinh bột, các chất chống oxy hóa và dầu béo. Do đó, ngô mang lại nhiều lợi ích sức khỏe như: chống táo bón và các bệnh đường ruột, giúp sáng mắt, phòng ngừa bệnh tim mạch, bảo vệ thai phụ, người thiếu máu, chống stress, suy giảm trí nhớ.
- Với cách làm sữa ngô này, sau khi lọc nước ngô, các bạn có thể sử dụng phần bã trộn với sữa chua không đường dùng để tắm trắng và làm mịn da rất tốt.
- Bạn có thể dùng nóng hoặc lạnh tùy thích, nhưng nhớ phải bảo quản trong tủ lạnh và chỉ dùng trong 3 ngày thôi nhé.

Cách làm sữa ngô bằng máy ép chậm

- Nguyên liệu:

- 4 trái ngô Mỹ
- 500ml sữa tươi không đường
- 200ml sữa đặc
- 1 lít nước lọc
- ½ muỗng cà phê muối

- Cách làm sữa ngô bằng máy ép chậm như sau:

Bước 1: Sơ chế ngô

Ngô mua về, bạn lột sạch lớp vỏ bên ngoài và râu ngô. Phần vỏ thì bạn bỏ đi, còn râu ngô giữ lại và rửa sạch nhé!

Bạn dùng dao, gọt phần hạt ngô, phần cùi sau khi gọt cũng giữ lại để nấu cùng với râu ngô.

Bước 2: Nấu nước râu ngô

Chuẩn bị 1 lít nước lọc rồi đổ vào nồi có cùi và râu ngô, đậy kín nắp nồi rồi nấu trong 15 phút trên lửa vừa ta sẽ được phần nước ngô thanh ngọt.

Bước 3: Ép sữa ngô

Bạn cho phần hạt ngô đã gọt vào máy ép chậm, ép lấy nước. Máy sẽ tự lọc hết phần xác, chỉ giữ lại phần sữa ngô sạch, không dăm xơ.

Chuẩn bị 1 lít nước lọc rồi đổ vào nồi có cùi và râu ngô, đậy kín nắp nồi rồi nấu trong 15 phút trên lửa vừa ta sẽ được phần nước ngô thanh ngọt.



Bước 4: Nấu sữa ngô

Nồi nước ngô sau khi nấu bạn vớt hết cùi và râu ra, cho phần nước ngô ép vào nồi nước ngô cùng $\frac{1}{2}$ muỗng cà phê muối, khuấy đều tay, liên tục trên lửa vừa bạn nhé!

Nấu như vậy trong vòng 15 - 20 phút thì hỗn hợp ngô trên sẽ sánh lại. Khi đó, bạn cho vào đáy 500ml sữa tươi không đường. Nhớ là đổ nhẹ nhàng, vừa đổ vừa khuấy đều tay cho hỗn hợp quyện lại với nhau.

Sau cùng, bạn cho 200g sữa đặc vào nồi, tiếp tục khuấy đều trên lửa nhỏ trong 5 phút là món sữa ngô bằng máy ép chậm của chúng ta hoàn thành.



Bước 5: Thành phẩm

Sữa ngô bằng máy ép chậm nhanh gọn, đơn giản lại vô cùng thơm ngon, béo ngậy. Màu sữa ngô đẹp mắt cùng hương vị ngô đặc trưng, thơm nức mũi, chắc chắn sẽ làm bạn mê mẩn. Bạn có thể bảo quản sữa ngô trong chai thủy tinh rồi để trong tủ lạnh, dùng lạnh sẽ ngon hơn đấy nhé!

Cách làm sữa ngô nếp hạt sen

- Nguyên liệu làm sữa ngô hạt sen:

- Hạt sen: 100gr
- Bắp: 2 trái
- Lá dứa
- Sữa tươi, sữa đặc
- Đường: 2 muỗng

- Muối: ½ muỗng

- Cách làm:

Bước 1: Sơ chế nguyên liệu

- Nếu sử dụng hạt sen tươi, bạn tiến hành bóc vỏ, bỏ tim sen, rửa sạch. Hoặc bạn có thể mua hạt sen khô đã tách vỏ và tách tim sen ngay từ đầu, để tiết kiệm thời gian nấu sữ. Tuy nhiên bạn cần ngâm hạt sen khô với nước muối loãng để hạt sen mềm trở lại.
- Trái bắp rửa sạch, tách phần hạt. Có thể sử dụng ngô ngọt tách sẵn tiện lợi.

Bước 2:

Cho vào nồi phần hạt sen, bắp, lá dứa, nước lọc vào nồi. Có thể thêm phần cùi bắp để tận dụng tối đa phần dinh dưỡng trong trái bắp.

Bật bếp và nấu sôi trong vòng 20 phút. Bạn nên để lửa vừa phải để hạt sen và ngô chín đều, mềm và chảy ra nhiều dưỡng chất.Đợi đến khi hỗn hợp nước sôi, cho muối trắng và đường vào khuấy đều cho tan ra. Hạ nhỏ lửa. Đun thêm 15p nữa thì tắt bếp.

**Bước 3:**

Bắp và hạt sen sau khi luộc xong đen xay nhuyễn, dùng rây lọc bỏ phần xác.

Trong quá trình chế biến sữa bắp hạt sen và sữa bắp nói chung. Nhiều chị em gặp phải tình trạng phần bắp bị tách ra và lắng xuống, chứ không được hòa quyện nhất quán tạo thành hỗn hợp đồng nhất. Vì thế nếu công đoạn này bạn xay là lọc càng kỹ, món sữa của bạn sẽ càng sánh mịn hơn.



Bước 4: Đun sôi hỗn hợp với sữa tươi, sữa đặc. Nêm đường tạo vị ngọt phù hợp với sở thích. Bạn cần chú ý khuấy đều tay vì các tinh chất bắp rất dễ bị lắng xuống dưới đáy nồi khi đun.

Bước 5: Cho sữa ra cốc nếu muốn dùng ngay, phần còn lại cho vào hũ thủy tinh dùng dần.

Hy vọng với những thông tin mà chúng tôi chia sẻ đã giúp bạn bỏ túi cho mình công thức làm sữa ngô thơm ngon, sánh mịn ngay tại nhà. Chúc các bạn thành công!