

Tasty Food
食在好吃

布丁奶酪果冻 一次就成功

杨桃美食编辑部 主编

鸡蛋、牛奶、咖啡、水果……调和出 168 种口味百变的甜品，
满口都是幸福快乐的滋味！



Tasty Food
食在好吃

布丁奶酪果冻 一次就成功

杨桃美食编辑部 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

布丁奶酪果冻一次就成功 / 杨桃美食编辑部主编

. -- 南京 : 江苏凤凰科学技术出版社 , 2015.10

(食在好吃系列)

ISBN 978-7-5537-4930-3

I . ①布… II . ①杨… III . ①甜食 - 制作 IV .

① TS972.134

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 148719 号

布丁奶酪果冻一次就成功

主 编 杨桃美食编辑部
责任编辑 张远文 葛 昀
责任监制 曹叶平 周雅婷

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷 北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本 718mm × 1000mm 1/16
印 张 10
插 页 4
字 数 250千字
版 次 2015年10月第1版
印 次 2015年10月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-4930-3
定 价 29.80元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

目录

CONTENTS

INTRODUCTION

导读

- 9 布丁、奶酪、果冻，自己制作简单又安心
- 10 制作布丁必备器具
- 11 制作布丁基础材料
- 12 胶冻原料大剖析
- 13 布丁、奶酪、果冻Q&A



PART 1

香浓蒸烤布丁

- 17 红茶鸡蛋焦糖布丁
- 18 焦糖牛奶布丁
- 19 枫糖布丁
- 20 焦糖烤布丁
- 21 焦糖苹果布丁
- 22 法式烧烤布丁
- 23 焦糖南瓜布丁
- 24 豆腐布丁
- 25 日式布丁
- 26 香草米布丁
- 26 栗子烤布丁
- 27 德式布丁塔
- 28 面包布丁
- 29 花生酱烤布丁
- 30 乌龙茶烤布丁
- 31 巧克力烤布丁
- 32 玉米布丁
- 32 约克夏布丁
- 33 法式覆盆子烤布丁
- 34 黑樱桃布丁
- 35 布丁蛋糕
- 36 香草鲜奶布丁
- 37 大理石奶酪布丁
- 38 咖啡布丁
- 39 蜂蜜炖奶布丁
- 39 卡布奇诺布丁
- 40 燕麦牛奶布丁
- 40 水果布丁
- 41 香草荚豆浆布丁
- 42 豆浆南瓜布丁
- 43 土豆火烤布丁
- 44 南瓜布丁
- 45 番薯布丁
- 46 菠萝布丁
- 47 豆奶玉米布丁
- 47 粉圆布丁
- 48 水蜜桃布丁
- 49 紫米烤布丁
- 50 奶酪烤布丁
- 51 伯爵茶布丁
- 51 热带风情布丁
- 52 蒸豆浆布丁
- 53 姜汁布丁
- 54 豆浆烤布丁





PART 2

冰凉凝结布丁

- | | | | | | |
|----|---------|----|----------|----|--------|
| 57 | 鸡蛋牛奶布丁 | 65 | 卡鲁哇咖啡布丁 | 74 | 港式芒果布丁 |
| 58 | 覆盆子布丁 | 66 | 吉士布丁 | 75 | 木瓜牛奶布丁 |
| 59 | 西谷米草莓布丁 | 67 | 红糖布丁 | 76 | 玫瑰花布丁 |
| 60 | 蓝莓奶酪布丁 | 68 | 焦糖香蕉牛奶布丁 | 77 | 椰香布丁 |
| 61 | 菠萝椰奶布丁 | 69 | 英格兰咖啡布丁 | 78 | 米布丁 |
| 62 | 双色冰激凌布丁 | 70 | 草莓布丁 | 79 | 红酒布丁 |
| 63 | 双色火龙果布丁 | 71 | 百香果布丁 | 80 | 芒果布丁 |
| 64 | 桂花红糖布丁 | 72 | 菠萝胡萝卜布丁 | 82 | 意式米布丁 |
| 65 | 卡鲁哇布丁 | 73 | 柳橙酸奶布丁 | | |

- | | | | | | |
|----|---------|-----|---------|-----|---------|
| 84 | 经典香草鲜奶酪 | 100 | 柠檬奶酪 | 115 | 意式奶酪 |
| 85 | 原味鲜奶酪 | 100 | 熊猫豆腐 | 116 | 抹茶豆腐奶冻 |
| 85 | 鲜奶酪 | 101 | 香叶苹果奶酪 | 116 | 抹茶奶酪 |
| 86 | 杏仁奶酪 | 102 | 香蕉奶酪 | 117 | 抹茶炼奶酪 |
| 87 | 抹茶红豆奶酪 | 103 | 百香椰奶酪 | 118 | 香蕉巧克力酥冻 |
| 87 | 薰衣草奶酪 | 104 | 巧克力炖奶 | 119 | 山药芋头奶酪 |
| 88 | 哈密瓜奶酪 | 104 | 覆盆子奶冻 | 119 | 榛果奶酪 |
| 88 | 玫瑰花奶酪 | 105 | 覆盆子奶酪 | 120 | 巧克力奶酪 |
| 89 | 莲香椰奶桂花糕 | 106 | 巴伐利亚奶酪 | 121 | 奶酪樱桃奶冻 |
| 90 | 紫薯奶酪 | 107 | 水蜜桃鲜奶冻 | 122 | 菠萝奶冻 |
| 91 | 牛奶冻 | 107 | 鳄梨奶酪 | 122 | 巧克力奶冻 |
| 91 | 南洋椰子奶冻 | 108 | 白酒水果奶酪 | 123 | 椰奶奶酪 |
| 92 | 提拉米苏酪 | 109 | 水果奶酪 | 124 | 原味炖奶 |
| 93 | 芝麻奶酪 | 109 | 双层水果奶冻 | 125 | 双皮炖奶 |
| 93 | 咖啡奶酪 | 110 | 伯爵奶酪冻 | 126 | 姜汁炖奶 |
| 94 | 百香果奶酪 | 111 | 中华奶酪 | 126 | 红豆炖奶 |
| 95 | 咖啡奶冻 | 111 | 杏仁奶酪 | 127 | 巧克力香橙冻 |
| 96 | 芒果奶酪 | 112 | 柠檬乌龙茶奶酪 | 128 | 炖奶鲜果球 |
| 97 | 草莓奶酪 | 113 | 豆腐奶酪 | 128 | 椰汁炖奶 |
| 98 | 蓝莓奶酪 | 114 | 黑豆奶冻 | | |
| 99 | 酸奶草莓奶冻 | 114 | 水果豆奶酪 | | |





PART 4

缤纷清凉果冻

- | | | | | | |
|-----|----------|-----|---------|-----|---------|
| 130 | 抹茶冻 | 140 | 猕猴桃果冻 | 151 | 水晶果冻 |
| 130 | 红茶冻 | 141 | 薰衣草果冻 | 152 | 樱桃红酒冻 |
| 131 | 番石榴魔芋果冻 | 142 | 金黄芒果冻 | 153 | 白酒水果果冻 |
| 132 | 柠檬水果冻 | 143 | 火龙果果冻 | 154 | 鸡尾酒水果冻 |
| 133 | 双莓冻 | 144 | 西瓜牛奶魔芋冻 | 155 | 香瓜冻 |
| 134 | 香草菠萝芒果果冻 | 145 | 椰子荔枝果冻 | 155 | 葡萄柚果冻 |
| 135 | 甜香瓜果冻 | 146 | 桑葚冻 | 156 | 啤酒冻 |
| 135 | 红酒苹果冻 | 147 | 绿茶猕猴桃冻 | 157 | 香橙山药果冻 |
| 136 | 柳橙果冻 | 147 | 冬瓜柠檬茶冻 | 158 | 普洱桂花冻 |
| 137 | 银耳冰糖红枣冻 | 148 | 甘梅番石榴冻 | 159 | 桂圆养生冻 |
| 138 | 柚子红茶冻 | 148 | 脆李果冻 | 160 | 牛奶咖啡双色冻 |
| 139 | 柚子茶冻 | 149 | 可乐西红柿冻 | | |
| 139 | 芒果冻 | 150 | 什锦水果冻 | | |

Tasty Food
食在好吃

布丁奶酪果冻 一次就成功

杨桃美食编辑部 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

布丁奶酪果冻一次就成功 / 杨桃美食编辑部主编

. -- 南京 : 江苏凤凰科学技术出版社 , 2015.10

(食在好吃系列)

ISBN 978-7-5537-4930-3

I . ①布… II . ①杨… III . ①甜食 - 制作 IV .

① TS972.134

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 148719 号

布丁奶酪果冻一次就成功

主 编 杨桃美食编辑部
责任编辑 张远文 葛 昀
责任编辑 曹叶平 周雅婷

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷 北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本 718mm × 1000mm 1/16
印 张 10
插 页 4
字 数 250千字
版 次 2015年10月第1版
印 次 2015年10月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5537-4930-3
定 价 29.80元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

目录

CONTENTS

INTRODUCTION

导读

- 9 布丁、奶酪、果冻，自己制作简单又安心
- 10 制作布丁必备器具
- 11 制作布丁基础材料
- 12 胶冻原料大剖析
- 13 布丁、奶酪、果冻Q&A



PART 1

香浓蒸烤布丁

- 17 红茶鸡蛋焦糖布丁
- 18 焦糖牛奶布丁
- 19 枫糖布丁
- 20 焦糖烤布丁
- 21 焦糖苹果布丁
- 22 法式烧烤布丁
- 23 焦糖南瓜布丁
- 24 豆腐布丁
- 25 日式布丁
- 26 香草米布丁
- 26 栗子烤布丁
- 27 德式布丁塔
- 28 面包布丁
- 29 花生酱烤布丁
- 30 乌龙茶烤布丁
- 31 巧克力烤布丁
- 32 玉米布丁
- 32 约克夏布丁
- 33 法式覆盆子烤布丁
- 34 黑樱桃布丁
- 35 布丁蛋糕
- 36 香草鲜奶布丁
- 37 大理石奶酪布丁
- 38 咖啡布丁
- 39 蜂蜜炖奶布丁
- 39 卡布奇诺布丁
- 40 燕麦牛奶布丁
- 40 水果布丁
- 41 香草荚豆浆布丁
- 42 豆浆南瓜布丁
- 43 土豆火烤布丁
- 44 南瓜布丁
- 45 番薯布丁
- 46 菠萝布丁
- 47 豆奶玉米布丁
- 47 粉圆布丁
- 48 水蜜桃布丁
- 49 紫米烤布丁
- 50 奶酪烤布丁
- 51 伯爵茶布丁
- 51 热带风情布丁
- 52 蒸豆浆布丁
- 53 姜汁布丁
- 54 豆浆烤布丁





PART 2

冰凉凝结布丁

- | | | | | | |
|----|---------|----|----------|----|--------|
| 57 | 鸡蛋牛奶布丁 | 65 | 卡鲁哇咖啡布丁 | 74 | 港式芒果布丁 |
| 58 | 覆盆子布丁 | 66 | 吉士布丁 | 75 | 木瓜牛奶布丁 |
| 59 | 西谷米草莓布丁 | 67 | 红糖布丁 | 76 | 玫瑰花布丁 |
| 60 | 蓝莓奶酪布丁 | 68 | 焦糖香蕉牛奶布丁 | 77 | 椰香布丁 |
| 61 | 菠萝椰奶布丁 | 69 | 英格兰咖啡布丁 | 78 | 米布丁 |
| 62 | 双色冰激凌布丁 | 70 | 草莓布丁 | 79 | 红酒布丁 |
| 63 | 双色火龙果布丁 | 71 | 百香果布丁 | 80 | 芒果布丁 |
| 64 | 桂花红糖布丁 | 72 | 菠萝胡萝卜布丁 | 82 | 意式米布丁 |
| 65 | 卡鲁哇布丁 | 73 | 柳橙酸奶布丁 | | |

- | | | | | | |
|----|---------|-----|---------|-----|---------|
| 84 | 经典香草鲜奶酪 | 100 | 柠檬奶酪 | 115 | 意式奶酪 |
| 85 | 原味鲜奶酪 | 100 | 熊猫豆腐 | 116 | 抹茶豆腐奶冻 |
| 85 | 鲜奶酪 | 101 | 香叶苹果奶酪 | 116 | 抹茶奶酪 |
| 86 | 杏仁奶酪 | 102 | 香蕉奶酪 | 117 | 抹茶炼奶酪 |
| 87 | 抹茶红豆奶酪 | 103 | 百香椰奶酪 | 118 | 香蕉巧克力酥冻 |
| 87 | 薰衣草奶酪 | 104 | 巧克力炖奶 | 119 | 山药芋头奶酪 |
| 88 | 哈密瓜奶酪 | 104 | 覆盆子奶冻 | 119 | 榛果奶酪 |
| 88 | 玫瑰花奶酪 | 105 | 覆盆子奶酪 | 120 | 巧克力奶酪 |
| 89 | 莲香椰奶桂花糕 | 106 | 巴伐利亚奶酪 | 121 | 奶酪樱桃奶冻 |
| 90 | 紫薯奶酪 | 107 | 水蜜桃鲜奶冻 | 122 | 菠萝奶冻 |
| 91 | 牛奶冻 | 107 | 鳄梨奶酪 | 122 | 巧克力奶冻 |
| 91 | 南洋椰子奶冻 | 108 | 白酒水果奶酪 | 123 | 椰奶奶酪 |
| 92 | 提拉米苏酪 | 109 | 水果奶酪 | 124 | 原味炖奶 |
| 93 | 芝麻奶酪 | 109 | 双层水果奶冻 | 125 | 双皮炖奶 |
| 93 | 咖啡奶酪 | 110 | 伯爵奶酪冻 | 126 | 姜汁炖奶 |
| 94 | 百香果奶酪 | 111 | 中华奶酪 | 126 | 红豆炖奶 |
| 95 | 咖啡奶冻 | 111 | 杏仁奶酪 | 127 | 巧克力香橙冻 |
| 96 | 芒果奶酪 | 112 | 柠檬乌龙茶奶酪 | 128 | 炖奶鲜果球 |
| 97 | 草莓奶酪 | 113 | 豆腐奶酪 | 128 | 椰汁炖奶 |
| 98 | 蓝莓奶酪 | 114 | 黑豆奶冻 | | |
| 99 | 酸奶草莓奶冻 | 114 | 水果豆奶酪 | | |





PART 4

缤纷清凉果冻

- | | | | | | |
|-----|----------|-----|---------|-----|---------|
| 130 | 抹茶冻 | 140 | 猕猴桃果冻 | 151 | 水晶果冻 |
| 130 | 红茶冻 | 141 | 薰衣草果冻 | 152 | 樱桃红酒冻 |
| 131 | 番石榴魔芋果冻 | 142 | 金黄芒果冻 | 153 | 白酒水果果冻 |
| 132 | 柠檬水果冻 | 143 | 火龙果果冻 | 154 | 鸡尾酒水果冻 |
| 133 | 双莓冻 | 144 | 西瓜牛奶魔芋冻 | 155 | 香瓜冻 |
| 134 | 香草菠萝芒果果冻 | 145 | 椰子荔枝果冻 | 155 | 葡萄柚果冻 |
| 135 | 甜香瓜果冻 | 146 | 桑葚冻 | 156 | 啤酒冻 |
| 135 | 红酒苹果冻 | 147 | 绿茶猕猴桃冻 | 157 | 香橙山药果冻 |
| 136 | 柳橙果冻 | 147 | 冬瓜柠檬茶冻 | 158 | 普洱桂花冻 |
| 137 | 银耳冰糖红枣冻 | 148 | 甘梅番石榴冻 | 159 | 桂圆养生冻 |
| 138 | 柚子红茶冻 | 148 | 脆李果冻 | 160 | 牛奶咖啡双色冻 |
| 139 | 柚子茶冻 | 149 | 可乐西红柿冻 | | |
| 139 | 芒果冻 | 150 | 什锦水果冻 | | |







导读 Introduction

布丁、奶酪、果冻， 自己制作简单又安心

布丁、奶酪、果冻是简单易学又不麻烦的甜点，就算是烘焙初学者也能轻松上手，没有繁杂的制作程序，更没有复杂的材料，想吃随时都能做。

更重要的是，自己做布丁、奶酪及果冻，不必添加多余的食品添加剂，用最天然的材料，最简单的方式，你就能轻松享用。

制作布丁必备器具

想要亲手制作香滑柔顺的美味布丁，并不需要太多或太昂贵的器具就可以轻松完成。简单的工具操作，超省时又省力的制作方法，一定会让你得到最大的制作乐趣和成就感，现在，我们一起来准备吧！

打蛋器



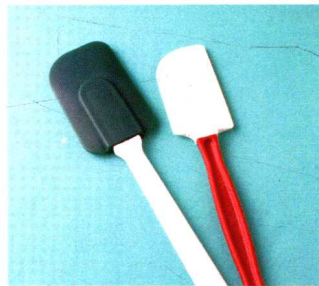
使用打蛋器，轻松地就能将所有制作布丁的材料一起搅拌均匀。一般的打蛋器可区分为电动打蛋器和直形打蛋器。由于布丁是一种较为简单的甜点，所以只需要用直形打蛋器，即可轻松搅拌好所有的材料。

量杯和量匙



量杯和量匙都是用来测量材料的容器，只是依照测量材料的不同，可选择不同的测量容器。如：牛奶、鲜奶油等液状材料，有时因用量多，所以最好是使用量杯来装取；而量匙则适宜用来测量少量的粉类或液态材料。

刮刀



这是将制作完成的布丁液倒入模型中的很好用的器具。利用刮刀，很容易就能将略为黏稠又带点流质的布丁液装入模型中，但是如果家中没有这样的器具，也可以用汤勺替代使用。

筛网



有些材料必须过筛后，才能呈现出布丁特有的细致滑嫩感，如：制作蒸烤布丁的布丁液，就一定要过筛，否则蒸烤出来的布丁虽然可以食用，但在口感上却会有明显的差异。多了一个过筛的动作，可是会让吃在嘴里的布丁，更让人难忘！

磅秤



所有的材料都有一定的比重，精确地测量出材料所需的量，是做好布丁的首要工作，特别是胶冻原料的测量，往往一点疏忽就很容易导致布丁制作的失败。其实只要准确地测量出每种材料所需的分量，美味的布丁就已经成功一半了。

布丁模型



布丁模型是让布丁成型的最佳容器。布丁模型五花八门，选用的容器，最好是能耐高温的，因为布丁液往往是经由加热后才倒入容器中，因此最好能考虑到容器是否能耐热，再决定是否作为布丁的模型。