



杨进书 曲松 双福等 ◎ 编著

美味披萨

Delicious Pizza 一学就会

最受欢迎菜品完全收录 高清图片 详细做法全图解

精致 美味 最喜欢

- ▶ 美味蔬果披萨 海鲜披萨 肉类披萨
- ▶ 最具人气披萨美食
- ▶ 一本全收录！

- ▶ 全方位地介绍美味披萨 食材、酱料、馅料、礼仪、制作方法，
- ▶ 经典，美味，全面，
- ▶ 让你足不出户，尽飨披萨美食的传奇。



化学工业出版社

时尚美食馆

惬意生活，尽飨美味披萨盛宴

Pizza

美味披萨



一学就会

杨进书 曲松双 福等 编著

书
章



化学工业出版社

·北京·

内 容 提 要

去披萨店细细品尝或打电话叫个披萨外卖都是一种惬意的生活，其实，披萨的制作方法非常简单，所以自己动手制作美味披萨，既能满足自己的表现欲望，又能满足口腹之欲，是两者兼得的享受！

本书精选近60款时尚流行的披萨，以精美的菜品图片、详细的步骤文字和步骤图将披萨的制作全程解析，方便读者学习和制作。蔬果类、海鲜类、肉类，种类丰富，满足您的不同口味需求，而书中的一些披萨文化介绍也会提升您的生活品位。

随书赠送精美光盘，大厨全程演示美味披萨制作，实用超值！

图书在版编目(CIP)数据

美味披萨一学就会 / 杨进书, 曲松, 双福等编著. — 北京: 化学工业出版社, 2010.6
(时尚美食馆)
ISBN 978-7-122-08483-5

I. 美… II. ①杨… ②曲… ③双… III. 面食-食谱-意大利 IV. TS972.132

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第080610号



责任编辑: 李娜
责任校对: 郑宇

摄影: 双福 SF 文化工作室
装帧设计: www.shuangfu.cn

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011)
印 装: 北京画中画印刷有限公司
720mm×1000mm 1/16 印张 5 字数 120 千字
2010年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)
售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 29.80 元(附光盘)

版权所有 违者必究

PART1 缤纷多彩的披萨文化

美味披萨的趣味来历	2
制作美味披萨的常用工具	3
制作美味披萨的材料	4
简单的披萨进食礼仪	6

PART2 美味的披萨制作

田园享受·美味蔬果披萨



薄荷披萨	8
彩椒披萨	10
风干番茄披萨	11
黑椒披萨	12
鸡蛋披萨	13
混合奶酪披萨	14
茭瓜披萨	16
芦笋披萨	17
玛格瑞塔披萨	18
美式辣味披萨	19
什锦蔬菜披萨	20
四季披萨	21

苦瓜蜂蜜披萨	22
酸黄瓜披萨	24
香草小葱披萨	25
意式朝鲜蓟披萨	26
意式紫苏披萨	27
杂菌披萨	28
紫甘蓝披萨	29
西兰花披萨	30
菠萝披萨	32
橙味披萨	33
橄榄披萨	34
苹果蜂蜜披萨	35
香蕉披萨	36

什锦海鲜披萨	51
意式鳕鱼披萨	52
牡蛎彩椒披萨	54
青口蘑菇披萨	55
刀鲜蘑菇蔬菜披萨	56
蛤蜊杂菌披萨	57
扇贝番茄披萨	58
什锦贝壳披萨	59
皮蛋肠海鲜披萨	60

饕餮追求 · 美味肉类披萨



鲜美绝伦 · 美味海鲜披萨



牡蛎鸡腿菇披萨	37
金枪鱼披萨	38
彩椒蛤蜊披萨	40
凤尾鱼披萨	41
拿波里鲜虾番茄披萨	42
红鲷鱼披萨	44
龙虾披萨	45
青口披萨	46
鳗鱼披萨	48
墨鱼披萨	49
三文鱼蘑菇披萨	50

香肠蘑菇披萨	61
风干牛肉披萨	62
彩椒火腿披萨	64
叉烧披萨	65
干果火腿披萨	66
火腿披萨	67
鸡肉披萨	68
芦笋香肠披萨	69
夏威夷鸡胸披萨	70
肉酱披萨	72
萨拉米披萨	73
香草培根披萨	74
小牛肉披萨	75
羊肉披萨	76

PART

01

缤纷多彩的

Pizza

披萨文化

美味的披萨面饼，丰富多彩的披萨配料，还有那令人垂涎欲滴的马苏里拉奶酪，披萨带给人们的诱惑就是如此巨大！其实，在家中准备合适的材料制作美味披萨非常简单，并且丝毫不比披萨店的披萨逊色。

- ◎ 美味披萨的趣味来历
- ◎ 制作美味披萨的常用工具
- ◎ 制作美味披萨的材料
- ◎ 简单的披萨进食礼仪



美味披萨的趣味来历



“披萨” 是一种由特殊的饼底、奶酪、酱汁和馅料做成的具有意大利风味的食品。但是这种食品已经超越语言与文化的障碍，成为全球通行的名吃，受到各国消费者的喜爱。然而这种美食究竟源于何时何地，现在却无从考究。大家都自然地认为这是400年前意大利那不勒斯的面包师傅首创的。

那么到底是谁发明了披萨呢？有人认为，披萨来源于中国：当年意大利著名旅行家马可·波罗在中国旅行时最喜欢吃一种北方流行的葱油馅饼。回到意大利后他一直想能够再次品尝，但却不会烤制。一个星期天，他同朋友们在家中聚会，其中一位是来自那不勒斯的厨师。马可·波罗灵机一动，把那位厨师叫到身边，“如此这般”地描绘起中国北方的香葱馅饼来。那位厨师也兴致勃勃地按马可·波罗所描绘的方法制作起来。可忙了半天，仍无法将馅料放入面团中。此时已快下午两点了，大家已饥肠辘辘。于是马可·波罗提议就将馅料放在面饼上吃。大家吃后，都叫“好”。这位厨师回到那不勒斯后又做了几次，并配上了那不勒斯的奶酪和香料，大受食客们的欢迎，从此“披萨”就流传开了。

据统计，意大利总共有两万多家披萨店，其中那不勒斯地区就有1200家。大多数那不勒斯人每周至少吃一个披萨，有些人几乎每天午餐和晚餐都吃。食客不论贫富，都习惯是将披萨折起来，拿在手上吃。这便成为现在鉴定披萨手工优劣的依据之一。披萨必须软硬适中，即使将其如“皮夹”似的折叠起来，外层也不会破裂。



制作美味披萨的常用工具

◎披萨铲

将披萨呈放射状切开后，披萨铲可以完整地盛起一块披萨。



◎刀

主要用来切放在披萨面团上的配料。



◎烤盘

制作披萨时，先将面团放在烤盘上，然后才能把披萨放入烤箱烤制。烤盘的材质经常为铝合金，利于导热，使上面的材料受热均匀。



◎擀面棍

擀制披萨面团的工具，材质分木材与大理石两种。



◎温度计

在制作面团时需要大约45℃的温水，让面团里的酵母在最适合的环境下发酵成有弹性且松厚的面皮。所以温度计就成为必需的工具之一。



◎滚刀

可以快速利落地切开披萨。



◎烤箱

用来烤制披萨。



制作美味披萨的材料

上等的披萨必须具备4个特质：新鲜饼皮、上等奶酪、顶级披萨酱和新鲜的馅料。

披萨面团制作

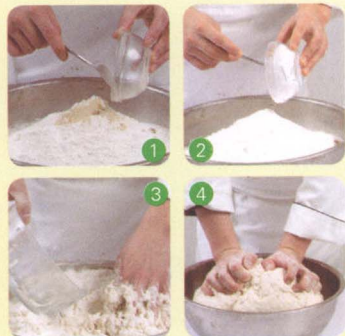
◎基础披萨面团制作



原料

高筋面粉250克，低筋面粉250克，即溶酵母粉4克，糖25克，盐5克，橄榄油25克，约45℃温水250毫升。

制作



1.将高筋面粉和低筋面粉倒入面盆，加入即溶酵母粉。

2.加入糖、盐。

3.加入温水，将面团和成片状，加入橄榄油，继续将面团揉压至无碎屑，揉成长条状，不断甩打几次，增加面团筋性。

4.将面团揉光滑，发酵30分钟即可。

◎如何判断面团是否已经发酵好了？

用手指沾些面粉，插入面团并小心抽出，若面团不会马上弹回，表示已经发酵好。

若压下后会快速弹回，则表示发酵时间还不够；相反，如果长期下陷不弹回，则表示发酵过度。

★注：披萨面坯也可以在大型超市买到。

披萨酱制作

意大利番茄酱

原料

番茄500克，洋葱120克，大蒜60克，紫苏10克，橄榄油50毫升。



制作



大蒜、洋葱剥皮洗净切成碎末。



将番茄用热水烫一下，将皮去掉，切成碎末。



锅内注橄榄油烧热，加入大蒜末炒香，随后加入洋葱末炒香。



加入紫苏。



放入番茄末煮制成酱，晾凉，适量取用即可。

披萨常用奶酪

马苏里拉奶酪是做披萨的首选奶酪，烤制后的马苏里拉奶酪会变得相当黏稠，能拉出很多的丝，用别的奶酪可能就没有它的效果好了，正宗的西餐披萨一般都选用马苏里拉奶酪。

马苏里拉奶酪别名马祖里拉奶酪、莫索里拉奶酪、莫扎雷拉奶酪等，是意大利南部坎帕尼亚和那不勒斯地方产的一种淡味奶酪，真正的马苏里拉奶酪是用水牛奶制作的，不过现代比较常见的是普通牛奶的制品。普通牛奶制品色泽淡黄，含乳脂约50%；正宗水牛奶制品色泽很白，有一层很薄的光亮外壳，未成熟时质地很柔顺，很有弹性，容易切片，成熟期为1~3天，成熟后，就变得相当的软，风味增强了，不过之后迅速变质，保质期不超过1周。正宗水牛奶制品拥有普通牛奶制品无法企及的甜度和深广度，风味要好得多，不过，质地更软，弹性上要欠缺不少。水牛奶制作的马苏里拉奶酪一般放在乳清中保存，购买时需特别小心，避免变质。

★注：马苏里拉奶酪可以在大型超市购买，也可以在网上订购。

美味的披萨馅料

其实披萨馅料非常丰富，无论是蔬菜、水果、海鲜、肉类，都可以搭配成美味披萨，你尽可选择自己喜欢的口味进行制作，但是馅料务求新鲜，味道才会更迷人。



简单的披萨进食礼仪



食用时用滚刀将披萨均匀切开（如果是在餐厅，厨师会切好），取一块放入餐盘中，用刀叉食用，食用前可以根据自己的口味加上一些胡椒粉。切好的饼呈三角状，左手拿叉、右手拿刀的人将饼的尖端转向左侧，从此处下刀。要切一块吃一块，切碎再吃不雅观，也不易保持温度。

披萨的吃法与“休闲”餐饮十分吻合，讲究的你可以使用刀叉细细品味。不过，随意的你若是直接用手就着绵绵长长的马苏里拉乳酪把美味披萨送入嘴中，也别有一番滋味在其中。值得注意的是：出炉即食，风味最佳。按照国际惯例，披萨要在出炉后的30分钟之内送到顾客手中。在披萨的故乡那不勒斯，仍然保持最传统的吃法，不是流行的平摊和分割，而是把披萨折上两折，成为锥形。看着很像咧着嘴的中式馅饼。其实吃意大利披萨，最重要的是吃它底下的饼，上面的馅料只是做调味用的。



PART

02

美味的

Pizza

披萨制作

蔬果、海鲜、肉类，披萨的美味配料一直挑战着你的想象力，只有你想不到的，没有披萨做不到的。不同配料，各自赋予披萨独特的口味享受。

烘烤后的焦香味道，马苏里拉奶酪倾倒世界的拉丝效果，同样是披萨风靡世界的一大原因。

◎田园享受·美味蔬果披萨

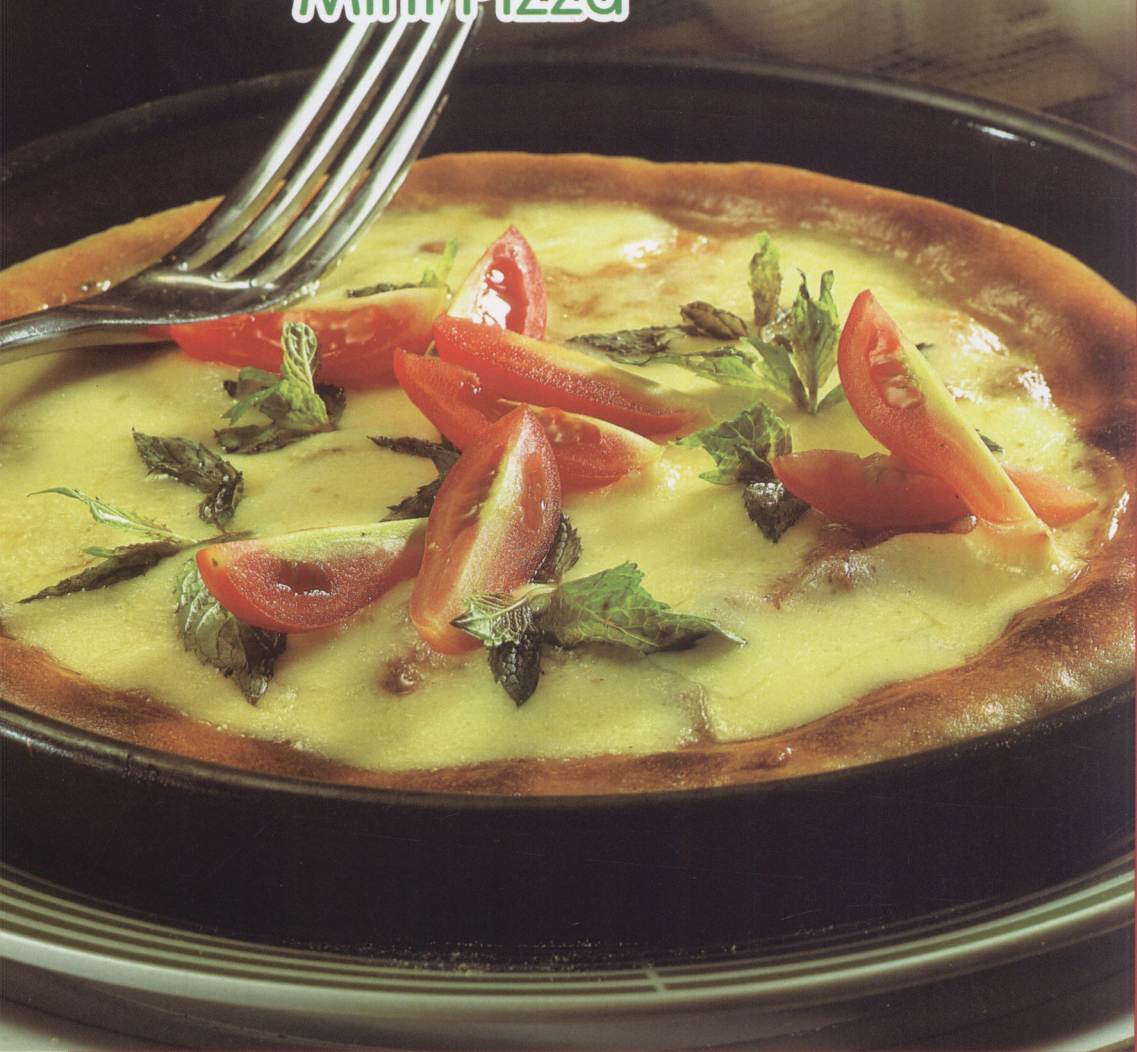
◎鲜美绝伦·美味海鲜披萨

◎饕餮追求·美味肉类披萨



薄荷披萨

Mint Pizza



Tips:

1. 薄荷叶口感清凉，使用量可以根据个人口味调整。
2. 新鲜薄荷常用于制作料理或甜点，用以去除鱼及羊肉腥味；或搭配水果及甜点，用以提味。

pizza

制作



主料

披萨面团100克。

配料

马苏里拉奶酪100克，番茄酱50克，小番茄角适量。

调料

薄荷叶、阿里根努香草、盐、橄榄油各适量。



1 2



3 4



特色

薄荷具有清凉刺激感，常用来作为药品来提神醒脑，但其作为调味品也颇受欢迎，这款披萨大量使用薄荷，口感清凉，较为开胃爽口。

1. 薄荷叶洗净，摘出叶片备用。
2. 将披萨面团擀成5毫米厚的面坯，放入刷橄榄油的烤盘中，涂抹上番茄酱。
3. 均匀撒上马苏里拉奶酪、盐、阿里根努香草，淋少许橄榄油，放入烤箱280℃烘烤5分钟，撒上薄荷叶。
4. 用小番茄角装饰，淋少量橄榄油即可。

彩椒披萨

Peppers Pizza

主料

披萨面团200克。

配料

马苏里拉奶酪100克，番茄酱50克，各种彩椒适量。

调料

阿里根努香草、盐、橄榄油各适量。



特色

彩椒作为辣椒中的培育品种，果肉厚实，辣味不重，并且具有一定甜味，搭配马苏里拉奶酪制成披萨配料，营养丰富，滋味非凡。



制作

1. 将彩椒洗净，切成细丝备用。
2. 将披萨面团擀成5毫米厚的面坯，放入刷橄榄油的烤盘中，涂抹上番茄酱。
3. 放上切好的彩椒丝，均匀撒上马苏里拉奶酪、盐、阿里根努香草，淋少许橄榄油。
4. 放入烤箱280℃烘烤5分钟。
5. 淋少量橄榄油即可。

主料

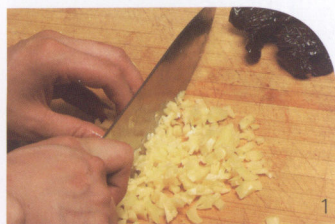
披萨面团100克。

配料

马苏里拉奶酪、风干番茄各100克，番茄酱50克，珍珠洋葱适量。

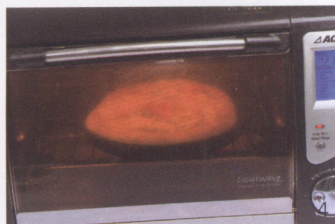
调料

阿里根努香草、盐、橄榄油各适量。



特色

虽然好的披萨就是好的面团加新鲜的番茄酱，但是风干番茄并未失去本身风味，并因为风干而增添了一种更细密的变化，喜爱番茄的人不可不尝一下。



制作

1. 马苏里拉奶酪切碎；风干番茄切成丝备用。
2. 将披萨面团擀成5毫米厚的面坯，放入刷橄榄油的烤盘中，涂抹上番茄酱。
3. 放上切好的风干番茄，均匀撒上马苏里拉奶酪、盐、阿里根努香草、珍珠洋葱，淋少许橄榄油。
4. 放入烤箱中250℃烘烤5分钟。
5. 淋少量橄榄油即可。

风干番茄披萨

Dried Tomato Pizza

黑椒披萨

Black Pepper Pizza

主料

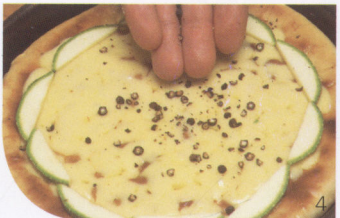
披萨面团100克。

配料

茭瓜150克，马苏里拉奶酪100克，番茄酱50克。

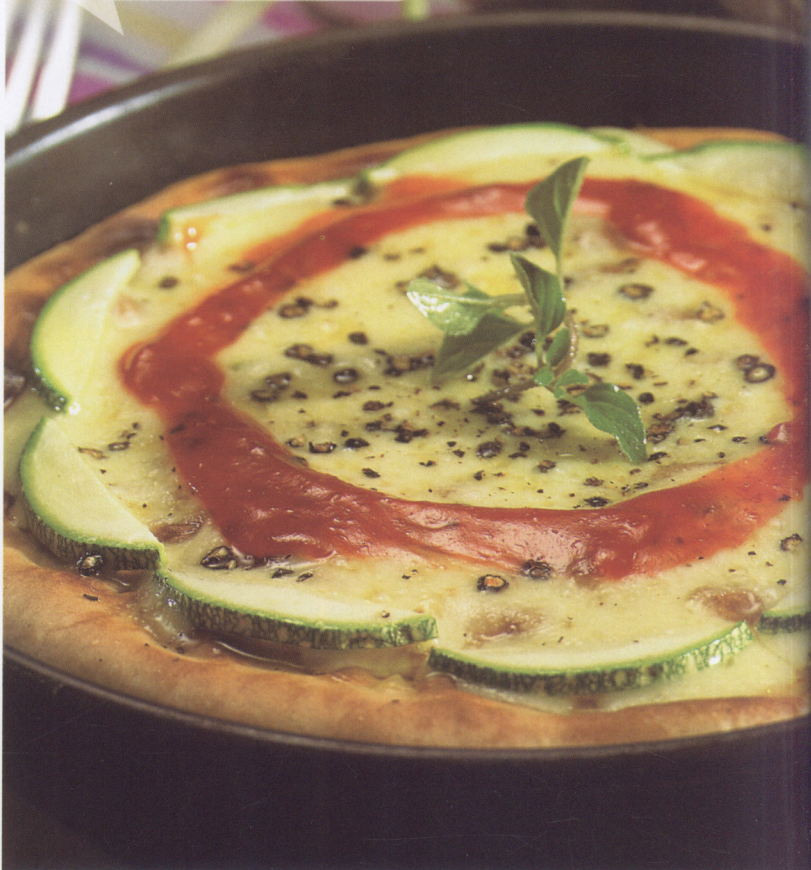
调料

黑胡椒、阿里根努香草、盐、橄榄油各适量。



特色

黑胡椒配合茭瓜作为这款披萨的调配料，属于辛辣刺激与绵软香甜的配合，味道相互中和后，提升着这款披萨的适口度，味道美妙。



制作

1. 黑胡椒切碎。
2. 茭瓜洗净切片。
3. 将披萨面团擀成5毫米厚的面坯，放入刷橄榄油的烤盘中，涂抹上番茄酱。
4. 用茭瓜装饰披萨边，均匀撒上马苏里拉奶酪、盐、阿里根努香草，放上切好的黑胡椒，淋少许橄榄油。
5. 放入烤箱250℃烘烤5分钟，淋少量橄榄油和番茄沙司即可。

