

家中的快乐

ice cream

冰淇淋

亢亮◎主编



劲爆

冰爽价
¥23.80

吉林科学技术出版社

家中的

亢亮◎主编

快乐冰淇淋



吉林科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

家中的快乐冰淇淋 / 亢亮主编. -- 长春 : 吉林科学技术出版社, 2010.7

ISBN 978-7-5384-4825-2

I. ①家… II. ①亢… III. ①冷冻食品—配方②冷冻食品—制作 IV. ①TS277.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第102838号



主 编: 亢 亮

专家顾问: 张奔腾

策 划: 车 强

责任编辑: 车 强 赵 渤

封面设计: 张 跃

版式设计: 董芳芳 张 丛 周鸿雁 史红斌 林 凡 齐海红

吉林科学技术出版社出版、发行

版权所有 翻印必究

发行部电话/传真: 0431-85677817 85651628 85635177

85651759 85600611 85670016

编辑部电话: 0431-85629318 85635176

Email: jlkjbqs@163.com

网址: www.jlstp.com

社址: 长春市人民大街4646号 邮编: 130021

印刷: 长春第二新华印刷有限责任公司

如有印装质量问题, 可寄出版社调换

710mm×1000mm 16开本 10印张

2010年7月第1版 2010年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5384-4825-2

定 价: 23.80元



作者简介

Zuozhejianjie



亢亮

公共营养师, 健康咨询师, 高级西式面点师, 面包大师。多次被派往顶级的香格里拉酒店培训学习, 现任商贸饭店(香格里拉酒店集团成员)饼房厨师长。

在工作的14年中收集整理了世界各地(如法国、德国、俄罗斯、英国、意大利、土耳其以及东南亚等地)大量关于西式糕点, 面包的制作工艺资料, 并本着不断创新的理念, 将灵感与艺术相结合, 追寻探索美味, 营养, 健康的新潮流。推陈出新, 自成一格。曾主编《面包教室》一书, 并多次接受饮食类杂志的专访。

邮箱: frank.kang1978@yahoo.com.cn

主 编 亢 亮

副 主 编 文 浩

编 委 徐 纲 芦光宇 张沙沙 单阿静 刘 丹 王 敏 刘 双
陶 佳 郑超远 李 志 张王海 范春阳 张 琳 张笑颜
谭龙巍 王 东 赵 亮 康 静 计晓峰 李 雪

专家顾问 张奔腾

摄影指导 杨跃祥

摄 影 姜丽丽 于小宏 张启为 韩继成 路世平 高 伟 李德富
咸树勇 王 明 吕 建 储之光

鸣谢单位

- 沈阳市东腾云饼屋
- 沈阳市金粮食品原料有限公司
- 沈阳市桂泽食品添加剂
- 沈阳市绍隆食品添加剂



前言



Preface

据文献记载，在2000多年前，中国就有食用冰淇淋的记录，当时中国人及阿拉伯人非常喜爱冰淇淋这种美味的甜点。直到1533年，马可·波罗才将这种冰淇淋的配方带回了意大利，欧洲人才有机会尝到冰淇淋。后来，经由法国厨师改良，以牛奶为主料，取代冷冻水果做成的冰淇淋，才逐渐发展为现在我们所食用的冰淇淋。冰淇淋含有人体所必需的多种维生素、氨基酸、钙、蛋白质、脂肪等，可说是一种令人喜悦的营养食品。炎热的夏天吃不下饭该怎么办？别担心，来杯冰淇淋吧！别看这只是一杯像果泥一样的食品，它却可以为身体提供足够的热量和维生素，常食可补充纤维、钙质，尤其对小朋友更是抵挡不住的诱惑。

在本书即将出版之际，我特别感谢著名烹饪大师张奔腾先生的知遇之恩，由于他的举荐和帮助，使我的技艺及专业知识得到了施展；感谢谭立师傅的指导和厚爱，他教会我很多，使我的灵感得以升华；更感谢香格里拉集团，它是我事业发展和进步的“天梯”，这一份份情缘我会永远铭记于心。

愿此书能成为您家庭生活的好帮手，将快乐幸福带给家人和挚友。

亢亮

2010年6月

目录

Contents



冰淇淋制作的主要原料介绍

冰淇淋制作的主要工具介绍

Part
I

冰淇淋



蓝莓冰淇淋
黄桃冰淇淋
覆盆子冰淇淋
草莓冰淇淋
芒果冰淇淋
奇异果冰淇淋
香蕉冰淇淋
凤梨冰淇淋
黑巧克力冰淇淋
白巧克力冰淇淋
巧克力薄荷冰淇淋
咖啡冰淇淋
杏仁冰淇淋
焦糖核桃冰淇淋
榛子冰淇淋
开心果冰淇淋
花生冰淇淋

夏威夷果冰淇淋
西梅冰淇淋
朗姆提子冰淇淋
蛋奶酒冰淇淋
提拉米苏冰淇淋
南瓜冰淇淋
玉米冰淇淋
番茄冰淇淋
玉桂冰淇淋
姜味冰淇淋
绿茶冰淇淋
红枣酸奶冰淇淋
绿豆麻酱冰淇淋
橙味冰淇淋
哈密瓜冰淇淋
奶油红果冰淇淋
杏脯冰淇淋



松子冰淇淋
红枣冰淇淋
香梨冰淇淋
焦糖冰淇淋
陈皮冰淇淋
腰果冰淇淋

绿茶红豆冰淇淋
无花果冰淇淋
金桔冰淇淋
柠檬冰淇淋
香草冰淇淋

Part
2

冰霜



柠檬冰霜
香橙冰霜
草莓冰霜
芒果冰霜
蓝莓冰霜
黑加仑冰霜
苹果冰霜
桑子冰霜
热情果冰霜
椰子冰霜

薄荷冰霜
黄梅果冰霜
西瓜冰霜
红果冰霜
草莓胡萝卜冰霜
火龙果玉米冰霜
凤梨青瓜冰霜
香槟冰霜
葡萄冰霜
可乐冰霜



Part
3

冰蛋糕

三色巧克力冰蛋糕
巧克力苹果冰蛋糕
白巧克力桑子冰蛋糕
芝士咖啡冰蛋糕
榛子冰蛋糕

香橙冰蛋糕
奶香红豆冰蛋糕
焦糖冰蛋糕
草莓冰蛋糕
红茶冰蛋糕





冰淇淋制作的主要原料介绍

淡奶油

是指动物性奶油，也称为食用奶油，脂肪含量在16%~22%之间。它可以综合冰淇淋的香味。

牛奶

牛奶的水分含量达87.5%用于调节冰淇淋的质感和味道，牛奶用量的多少会左右冰淇淋的口感。

鸡蛋

不但能丰富冰淇淋的味道，更能增加冰淇淋的色泽。

白砂糖

也称作食用蔗糖，是我们最常用的一种糖源。

柠檬汁

是新鲜柠檬经榨挤后得到的汁液，酸味极浓，伴有淡淡的苦涩和清香味道。

蜂蜜

是一种营养丰富的天然滋养食品，也是最常用的滋补品之一。

香草粉

是香草豆中的提取物，在冰淇淋的制作中起到增加香味的作用，也是西点制作不可缺少的调味品之一。

蛋黄

蛋黄的主要成分是17.5%的蛋白质，32.5%的脂肪，还有大约48%的水和2%的矿物质，以及多种维生素。

蛋白

蛋白又分浓蛋白，稀蛋白。浓蛋白：靠近蛋黄的部分蛋白，浓度较高。稀蛋白：靠近蛋壳的部分蛋白，浓度较稀。

矿泉水

是从地下深处自然涌出的或经人工采集的、未受污染的地下矿水。



冰淇淋制作的主要工具介绍

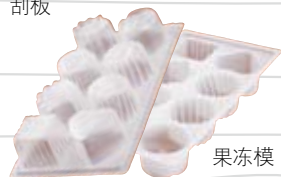


刮板



量杯

手动打蛋器



果冻模

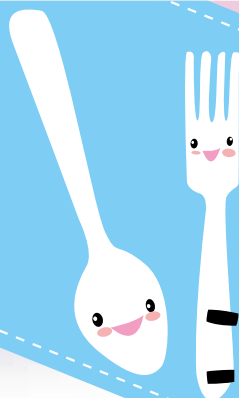


手持打蛋器



家用榨汁机





Part
1

Bingqilin.

冰淇淋





爱心小贴士

新鲜的蓝莓果粒只能通过进口才可以买到，所以大家购买听装的蓝莓替代。制作的时候要沥干汁水，取出果粒，当加入蓝莓粒后注意不要过分搅拌。



蓝莓冰淇淋

配料 Ingredients

蓝莓果蓉	100克
蓝莓果粒	70克
白砂糖	200克
橙汁	45克
蛋黄	8个
淡奶油	700克
香草粉	5克

做法 Step By Step



1

将淡奶油打至七分发备用。



2

将鸡蛋黄和白糖一同隔水加热至85℃，不断搅拌再加入香草粉。



3

然后加入蓝莓果酱、蓝莓果粒。



4

再加入橙汁。



5

最后加入打发的淡奶油，装入容器中，放入冰箱冷冻4小时，取出即成。



爱心小贴士

搅打淡奶油时要避免搅打时间过短，搅打时间过短会影响冰淇淋的蓬松感。搅打好的淡奶油应该是介于液体和固体之间的状态。用刮板挑起后，可以缓慢的向下流动。



黄桃冰淇淋

配料 Ingredients

黄桃罐头	300克
淡奶油	430克
牛奶	175克
白砂糖	150克
蛋黄	6个
香草粉	5克



做法 Step By Step



1

将黄桃200克打成黄桃蓉，剩余的黄桃切成小丁备用。



2

将淡奶油搅打至7分发备用。



3

将蛋黄、白糖一同隔热水加热至85℃并打发。



4

将打发的蛋黄和黄桃蓉一同搅拌，再加入牛奶和香草粉。



5

待温度降至40℃时，加入打发的淡奶油，放入冰箱冷冻4小时，取出后即可食用。



爱心小贴士

覆盆子俗称桑葚，在北方的五月份可以买到，它的季节性非常强，也就只有一个星期的盛产时间，所以想要品尝这种口味冰淇淋的朋友们，您可千万不要错过时机。



覆盆子冰淇淋

配料 Ingredients

覆盆子果蓉	120克
蛋黄	5个
白砂糖	160克
淡奶油	550克
柠檬汁	15克
牛奶	175克

做法 Step By Step



1 将淡奶油搅打至7分发备用。



2 将牛奶、蛋黄和白糖一同隔热水加热至85℃。



3 待温度降至40℃，再加入柠檬汁、覆盆子果蓉。



4 然后加入打发的淡奶油。



5 装入容器中，放入冰箱冷冻4小时，取出后装入杯中即成。