

我家
My Family

招牌 点心

宅门夜宴

我的宅门夜宴，我的看家厨艺，
近五十道招牌点心，
演绎风花雪月私房味道。
甜言蜜语，食话食说；
中点营养，西点精致。



我家招牌菜

MY FAMILY SPECIALISM
MENU SELECTION



Medicinal Herb Preserve Your Health

图书在版编目(CIP)数据

我家招牌点心 / 温玲玲主编. — 广州: 广东经济出版社, 2006.11
(我家招牌菜)

ISBN 7-80728-434-X

I. 我… II. 温… III. 面点 - 食谱 IV. TS972.132

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 125038 号

出版	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号)
发行	广东新华发行集团
经销	湛江南华印务公司
印刷	(湛江市霞山区绿塘路 61 号)
开本	889 毫米 X 1194 毫米 1/24
印张	4
版次	2006 年 11 月第 1 版
印次	2006 年 11 月第 1 次
书号	ISBN 7-80728-434-X/TS · 113
定价	全套 (1~4 册): 72.00 元

如发现印装质量有问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市合群一马路 111 号省图批 107 号

电话: (020) 83780718 83790316 邮政编码: 510100

邮购地址: 广州市水荫路 11 号 11 楼 邮政编码: 510075

(广东经世图书发行中心) 电话: (020) 37601950

图书网站: <http://www.gebook.com>

· 版权所有 翻版必究 ·

我家
My Family

招牌 点心



我家招牌菜

MY FAMILY SPECIALISM
MENU SELECTION

温玲玲 主编

中国轻工业出版社
CHINA LIGHT INDUSTRY PRESS

[我的夜宴我做主]

有朋自远方来，不亦乐乎？

圣人之言，如鸣在耳，待客之道，佳肴为先——

开一桌美味家宴，摆一副齐全“金樽”，

享南北风味，尽宾主之兴。

我的“夜宴”我做主！

——亲创我家招牌菜——款待东西南北客

热情好客仿佛已成为我们生活的一部分，甚或一种传统习惯、一种文化美德。高兴归高兴，热情归热情，“夜宴”之中，“柴米油盐”的事还是一样都不能少。

美味、营养不在话下，主人的心意和手艺自然是不能少的。有心的主人还要根据客人的情况选择菜式，比如一个四川人来做客，做菜的时候就要考虑“香、辣、麻”的特点，当然也可反其道而行之。而对于一个从未沾“辣”的江浙或广东人，鲜香麻辣只落得客人“汗涔涔”地躲避不及、主人“脸红红”地不好意思。所以做菜待客也要因人而异、因时而变，其中也大有学问。总之一句话：力求宾至如归，客尽欢颜。

“我家招牌菜”丛书让您邀客到家或面对“突然来客”时，均可从容应对。下厨烹肴，从青菜豆腐到山珍海味，蒸、炒、烧、拌，轻松烹出您所独具的家常味道，在展现您厨艺风采的同时，体现您作为主人的独到用心——

我家招牌靓粥：餐前来碗靓粥，暖胃暖心，开启食欲。

我家招牌好菜：各类常见食材，科学搭配，吃得营养，吃得开心。

我家招牌汤煲：家庭常食汤羹，或营养滋补，或清爽淡雅、清润滋补，美味不可言说。

我家招牌点心：各式甜品点心，中式之营养、西式之精致，饭后一碟，意犹未尽。

在家下厨不比酒店厨师，很多小细节还需您自己注意，本丛书特设一栏目“我家小巧手”，告诉您操作时需注意的一些小技巧，以便做菜之时不因小处之误而失佳肴本味。

清闲的时候，邀二三知己，佳节之庆，呼四五亲朋，宾主欢聚，就清风明月，觥筹交错，夜色流光，客尽主欢，生活滋味，简简单单。

“夜宴”之后，是否尝出一种“简单生活方式”的味道？是为序。

赖咏（生活图书策划人）

丙戌年秋于穗“犀文膳书坊”



CONTENTS

我家招牌菜《我家招牌点心》



甜点，不可抗拒的魅力……4

奶油菠萝	7
芝士吐司	9
可可布丁	11
金银满堂	13
团团圆圆	15

红豆西米	17
秋意绵绵	19
西米火龙果	21
冰糖炖雪米	23
雪耳炖木瓜	25

蜜汁土豆	27
姜醋猪脚蛋	29
琉璃桃仁	31
雪蛤膏炒鲜奶	33
莲子桂圆冻	35

凤梨露冰沙	37
散烩八宝	39
碧绿豌豆羹	41
炸香蕉	43
什锦苹果	45
拔丝香蕉	47
冰糖鸽蛋银耳	49

中国的味道，中国的点心……50

雪花蛤士蟆	53
琥珀连心	55
夹沙甜肉	57
雪里藏红	59
椰丝糯米糍	61

橙汁甘露	63
甜藕桂花果子干	65
杞子荔枝冻	67
甜栗荔枝奶露	69
玫瑰豆沙角	71

清爽马蹄糕	73
香煎南瓜饼	75
红豆糕	77
芝士番薯饼	79
清凉西瓜冻	81

冰淇淋牛奶咖啡	83
巧克力花生豆	85
什果沙拉	87
凤凰西多士	89
奶香可可	91
可可奶昔	93
焦糖香蕉	95

甜点， 不可抗拒的魅力

TIANDIAN

BUKEKANGJUDEMELI

甜点，对所有人尤其是女孩子而言，似有一种不可抗拒的魔力，可热可凉，可甜可酸，酸酸甜甜，滋味千样，外形更是变化多姿，虽不似主菜般举足轻重，却也自有一番风流。很多人将它比喻为爱情，放眼各甜品店，情侣亲密共食的镜头比比皆是。

从全世界来看，甜点发展至今，已形成四种不同的风格——

营养美味中式甜品

选料 中式甜品在原料的选取方面比较讲究。中国药食同源，在食补、食疗等方面积累了丰富的经验，不少中式甜品在选料时加入了名贵的药材，例如以纯天然的植物，如莲子、红枣、银耳、芝麻、核桃等为素材，加入一点低热量高营养的草材，如雪蛤、燕窝等。

成品 以慢火细炖、万千营养集于一盅的成品，既口感丰富，同时又可以达到某种保健功效。

花团锦簇西式甜品

选料 西点、西饼是以面粉、油脂、鸡蛋、糖、乳品等为主要原料，辅以各种添加剂，按特定的工艺制成，是西餐的重要组成部分，在西餐中起举足轻重的作用，是西方文化的一颗璀璨明珠。

成品 西式的甜品花团锦簇，尤以意大利、法国为盛。西式甜品如西式蛋糕，由其形状、香味带来的诱惑力常常让顾客驻足。一块块奶油蛋糕只需静静地躺在那儿，就能引来无数来往客人的目光。

异国椰香泰式甜品

选料 柔软香绵的泰式甜品离不开糯米、鸡蛋和各色蔬菜水果，尤其不可或缺的是椰汁，几乎每一样甜品里都有椰香的存在，有的作为甜汤的汤底、有的揉入香韧的甜点之中、有的淋在甜点表面作为酱汁。为了让椰香更浓郁，泰厨还会在椰汁里加些盐，美味随即倍增。

成品 没有面粉、油脂，以蒸、煮为特色的泰式甜品少油腻，滋味温和，极具清新健康理念。



5

简约淳朴日式甜品

又称和风甜品。和风甜品的特点是几乎不带一点人为改造的痕迹，连调味也是点到为止。看似平淡的甜品，细品之下，也会发现其中的深厚内涵。如果说食物能反映一个民族的个性，那么和风甜品就应该代表了日本民族以简约、淳朴为一切事物的最高标准的特征。





菜 品 特 色

色黄白，味酸甜。菠萝果形美观，汁多味甜，有特殊香味，是深受人们喜爱的水果。



奶 油 菠 萝

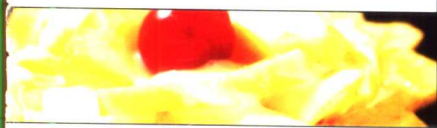
N A I Y O U B O L U O



→ 招 牌 用 料

原 料：菠萝 1/2 个，樱桃 1 个。

调 料：鲜奶油 30 克，砂糖 20 克。



→ 招 牌 做 法

1



1.将菠萝去皮去心，切成片，放入淡盐水中浸泡约10分钟，取出整齐地摆在碟中。

2



2.在鲜奶油中加砂糖，用抽条抽起，倒在菠萝上面。

3



3.再把樱桃放在奶油上面即成。

→ 我 家 小 巧 手

菠萝在食用前宜削皮切块、用盐水浸泡，一则可以除去其涩味，二则可以抑制菠萝中蛋白酶的活性，以防止食后产生过敏反应。



菜 品 特 色

色泽焦黄，入口鲜美，味浓不腻。



芝士吐司

Z H I S H I T U S I



招牌用料

原料：烤面包片4~6片、蛋黄2个。



调料：芝士200克、啤酒100毫升、黄油、芥末、辣椒面、辣酱油、西红柿各少许。

招牌做法

①



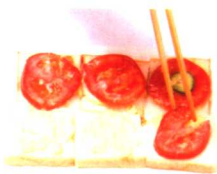
1.把煎锅置文火上，下黄油烧热，把擦碎的芝士、啤酒、蛋黄等搅在一起，先放一点到烧热的黄油里，随即下入芝士末，向同一方向不停地搅动。

②



2.当芝士融化呈芝士软团时，加一点啤酒混合物，继续搅动，直至加入足够的啤酒混合物，制成一种柔软滑润的少司，在低温下置10分钟。

③



3.调好口味，当其成奶油状时，用勺或刀涂在烤黄的面包片上，放入盘中，上放蘸鸡蛋煎好的西红柿片，即成。

我家小巧手

做西红柿煎蛋时，可先用滚水将西红柿烫一遍，这样会很容易将皮剥下来。



菜 品 特 色

软嫩可口，色美香甜。



可可布丁

K E K I H H H I N G



招牌用料

原料：黄油 150 克、牛奶 400 毫升、鸡蛋 5 个、面粉 200 克、砂糖 300 克。

调料：可可粉 30 克、玉米粉 40 克、香草粉、杞子各少许。



招牌做法

1



1. 将面粉、可可粉一起过筛，放入盆内，加入砂糖(200 克)、牛奶(150 毫升)、蛋黄(3 个)搅好，再加入化软的黄油和杞子搅匀。

2



2. 将蛋清(5 个)用抽条抽起，与和好的面糊混合，装入抹好黄油的布丁模子里，装八成满，上锅蒸 30 分钟取出(蒸时不要掀盖)。

3



3. 将余下的牛奶、砂糖下锅烧开，加入玉米粉、蛋黄(2 个)、香草粉、玉米粉、蛋黄都用水稀释，熬成汁，即可得少司。上桌时，将布丁扣入杯内，浇上汁即成。

我家小巧手

牛奶营养丰富，是“最接近完美的食品”，应多食，但幼儿及消化不良的人则不能多饮牛奶。



菜 品 特 色

满盘金黄，内里好似嵌透明白玉，入口香甜软糯，回味无穷。

12

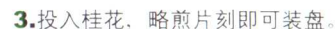




调 料：熟猪油、桂花各适量。



2



13

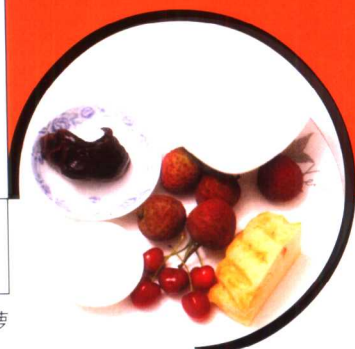
菜 品 特 色

一大盘小小圆圆的豆沙丸子，加入明黄色的菠萝以及红色的樱桃，色彩缤纷，芳香怡人。



团 团 圆 圆

T U A N T U A N Y U A N Y U A N



→ 招 牌 用 料

原 料：糯米粉 250 克、猪油豆沙 250 克、菠萝 100 克、荔枝 10 粒、红樱桃 10 粒。

调 料：白糖 75 克。

→ 招 牌 做 法

1



1.糯米粉中加水125毫升左右，揉成不黏手的面团，分成40份；荔枝去壳、核。

2



2.豆沙分成40份搓圆成小丸子。每份糯米面团搓圆，揪扁，包入小豆沙丸，收口搓圆。菠萝切成丁块。

3



3.加清水约500毫升煮沸，投入豆沙丸子，煮沸，加少许冷水再煮沸，改用文火焖至丸子全部上浮。投入菠萝丁、樱桃及其汁水、白糖、荔枝肉，离火盛碗即成。

→ 我 家 小 巧 手

糖水水果要后放、稍煮、勾芡宜薄，这样煮出来的“团团圆圆”才会色美又芳香。