

甜品时间 冰棒

【美】雪莉·康顿斯基 著 曹光倩 译

Recipes for
fresh and
flavorful
frozen
treats



南海出版公司

甜品时间 冰棒

【美】雪莉·康顿斯基 著 曹光倩 译

Recipes for
fresh and
flavorful
frozen
treats

南海出版公司

2014·海口

图书在版编目 (CIP) 数据

冰棒 / (美) 康顿斯基著 ; 曹光倩译. -- 海口 :
南海出版公司, 2014.6
(甜品时间)
ISBN 978-7-5442-5845-6

I. ①冰… II. ①康… ②曹… III. ①冷冻食品 - 制
作 IV. ①TS277

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第000777号

著作权合同登记号 图字: 30-2014-028

TITLE: Ice Pops

BY: Shelly Kaldunski

Copyright © 2010 Weldon Owen Inc.

Original English language edition published by Weldon Owen Inc.

All rights reserved.No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the copyright owners.

Chinese translation rights arranged with Weldon Owen Inc.

Weldon Owen wishes to thank the following people for their generous support in producing this book: Ara Armstrong, Judith Dunham, Sean Franzen, Lauren Harwell, and Lesli Neilson.

本书中文简体版专有出版权经由中华版权代理中心授予北京书中缘图书有限公司。

TIANPIN SHIJIAN: BINGBANG

甜品时间: 冰棒



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划: 陈 庆

策 划: 邵嘉瑜

作 者: [美] 雪莉·康顿斯基

译 者: 曹光倩

责任编辑: 张 媛 雷珊珊

排版设计: 柯秀翠

出版发行: 南海出版公司 电话: (0898) 66568511 (出版) 65350227 (发行)

社 址: 海南省海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编: 570206

电子信箱: nhpublishing@163.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京利丰雅高长城印刷有限公司

开 本: 889毫米×1194毫米 1/24

印 张: 4

字 数: 60千

版 次: 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5442-5845-6

定 价: 32.00元

The background of the entire page is a close-up photograph of several ice pops resting on a dark, wet, and reflective surface. The surface is covered in water droplets and has a mottled appearance. In the top left, there is a yellow ice pop. In the top center, a chocolate-coated ice pop is partially visible. To its right is a red, ribbed ice pop. On the right side, a large yellow ice pop with a white stick is prominent. At the bottom left, another red, ribbed ice pop is visible. The central text is contained within a white, cloud-like shape with a scalloped top edge.

目录

关于冰棒	1
水果冰棒	13
巧克力冰棒	37
奶油冰棒	49
新口味冰棒	67
创意造型	84
索引	86

关于冰棒

五颜六色的冰棒是夏日消暑圣品。我们的童年都离不开冰棒，它是夏日消暑必备品，亦或是放学后在街道追逐卡车的战利品。手指上黏黏甜甜的味道及沾满污渍的衬衫都是拜冰棒所赐。事实上，尽管一些成年人养成了较为文雅的饮食习惯，但他们大部分都很难抵挡冰棒的诱惑。

冰棒同以往一样神奇，你在厨房就可把它轻松地制作出来。一罐鲜果汁，一个模具，一台冰箱，外加几个小时的冷冻时间就可制作出最纯正的冰棒。用新的“即时”冰棒机几分钟就可制作出来，甚至在一年中最热的日子也可以。无论用何种方式制作，冰棒的种类都绝对超出你的想象。书中介绍了独具创意的食谱、形状、颜色及所有情况适用的尺寸。

该书会介绍各种各样的冰棒，有简单的也有复杂的，并介绍如何把新鲜果泥变成鲜艳悦目、五颜六色的冰棒。

融化的巧克力或可可粉能制作出符合大众口味的巧克力冰棒；丝滑的蛋奶沙司加上香草、芳香的肉桂和热带椰子等材料可制作多种奶油冰棒。此外还有辛辣的芒果生姜、醉人的薰衣草越橘和橙子黑莓桑格利亚汽酒等新口味冰棒深受成年人喜爱。

不管是为家庭烧烤准备一个甜蜜收尾，还是为鸡尾酒会准备一个创意压轴，亦或为在户外玩了一个下午的儿童准备甜点，无需特殊场合，你都可以奉上制作容易且富有创意的冰棒。



冰棒种类

本书将介绍各种类型的冰棒，从水果冰棒到令你完全无法抗拒的新口味冰棒。你可以根据食谱混合、搭配不同口味，也可以制作多种分层，经过几次尝试以后你就可制作出属于自己的冰棒了。

水果冰棒

水果冰棒可能是人们最熟悉的一种冰棒。制作时，首先将成熟新鲜的当季水果放入搅拌机或食品加工机中制成果泥或用榨汁机榨成汁，加入糖和调料后倒入模具，冻结。

巧克力冰棒

巧克力冰棒有两种做法：一种是将溶解的可可粉倒入乳制品配料中，另一种是把融化的巧克力混入富含鸡蛋的蛋奶中。这两种方法都能制作出可口的巧克力冰棒。

新口味冰棒

不同于前面章节中介绍的经典口味，这些食谱介绍的是新颖且意想不到的口味，此类冰棒的制作材料为新鲜的香草、奇特的香料及可口的饮料等。带有酒香的冰棒等最符合成年人的口味。

奶油冰棒

制作口感浓郁又爽滑的奶油冰棒，首先要准备蛋奶沙司，配上搅拌的冰激凌，或混入酸奶、炼乳或加入其他乳制品。再配上各种调料就可制作出爽滑、多层或块状的奶油冰棒。

材料

冰棒制作简单，所需材料较少，因此材料挑选至关重要。从果汁到巧克力再到牛奶，一定要确保质量上乘，方可制作出口味绝佳、质地各异的冰棒。

水果 五颜六色的冰棒包装上会配上新鲜水果的图片。一些食谱只要求果汁；一些食谱要求切碎的新鲜果泥；还有一些食谱会建议将水果放入炖锅加热，以释放并浓缩香味。撇开制作方法，寻找最上乘的水果，尽可能在当季时购买。必要时，可使用高质量、不甜的冰冻水果。

乳制品&鸡蛋 制作奶油冰棒，需使用牛奶、奶油、半脂奶油、酸奶、酪乳甚至米浆等多种材料。若无其他建议，应使用全脂牛奶或酸奶，否则减少脂肪含量可能会导致冰棒冰渣过多。使用一级鸡蛋，越新鲜越好，这样才能制作出味道更可口的冰棒。

辅料 冰棒的辅料有很多种。典型的有高质量的巧克力和可可粉，香草豆荚或香草精及各种坚果。还有带来令人兴奋新口味的薄荷、罗勒等新鲜香草及肉桂、丁香等干香料。记住冷冻后口味会有所改变，所以比起其他食谱你需放入更多辅料。

液体 使用的液体会影响冰棒最终的口味。如使用的自来水味道奇怪，不妨代之以泉水或过滤水。茶、咖啡、葡萄酒及烈性酒也可使冰棒口味更独特。注意，酒精含量过高会使冰棒无法冷冻。在“即时”冰棒机中使用碳酸饮料前需查看使用说明。





工具

冰棒制作非常简单，无需特殊工具。普通的冰棒准备好碗、搅拌机、冰棒模具和冰箱，就可以开始制作了。另外多准备几个简单工具，还能制作出更多种类的冰棒。

厨具 制作水果冰棒所需的新鲜水果泥必须具备一台搅拌机或食物加工机。如果没有，也可用老式的食品粉碎机替代。制作奶油冰棒等其他口味的冰棒需使用小炖锅、筛子和木勺，因为制作时需过滤固体成分。此外，你还需要一把锋利的刀子、一个砧板外加一点冒险的刺激。

模具和冰棒机 你会惊讶于在家中有这么多工具可用来制作冰棒。一个制冰盒、一只不粘的松饼锅或单个的硅胶蛋糕杯就可轻松使冰棒成型。厨房用品商店以及购物网站上都有各种各样的模具，有传统形状的，也有星星、火箭、

鲜花、帆船等奇怪形状的。高科技也为我们带来了“即时”冰棒机，几分钟就可制作出冰棒。可放入冰箱冷冻的“Zoku快速冰棒机”（和冰淇淋机很像）为在家中制作冰棒带来了更多的便利。

冰棒棍和防滴罩 尽管可以用叉子或勺子来吃盘子中的冰棒，但多数情况下冰棒都是带着冰棒棍的。在厨房用品和工艺品店中可见到老式的木棍。许多冰棒模具带有冰棒棍，冷冻时能确保其保持直立。一些模具还带有防滴罩，可防止冰棒融化滴到手上。

从模具中取出冰棒

制作冰棒时会担心两件事：一是冰棒卡在模具里，二是冰棒棍滑出来或放歪了。根据以下步骤做出的冰棒不会有这些问题。

冷却 在倒入模具前先将放凉的蛋奶沙司和其他加热过的混合物冰浴冷却。具体方法是在大碗中倒入半碗冰和水，再将一个小一点的耐热碗置于其中，并将温热的混合物倒入小碗中，搅拌至冷却为止。

冻结 除非模具中有可使冰棒棍在冷冻过程中保持直立的盖，要不然就等冰棒凝结至半固态时再插入冰棒棍，并确保其放置的位置合适。另外，确保取出之前冰棒已完全冻结——如果没有完全冻结，脱模时冰棒棍可能会脱落。

脱模 将冰棒放置三到五分钟。如果有必要，可用温水冲一冲模具，待冰棒稍稍融化后即可将其从模具中取出。

创意做法

摒弃传统模具和木棍，让冰棒制作变得更有趣！

使用小果汁杯、硅胶蛋糕杯、玛德琳烤盘或其他普通的厨房用品来制作冰棒。

使用装饰吸管、竹签或肉桂棒等多种“冰棒棍”。

使用饼干棒、巧克力夹心饼干或意大利香脆饼干等可食用的冰棒棍。

根据说明书使用即时冰棒机。





提供冰棒

提供冰棒通常意味着也要为等待的人们递上餐巾纸。根据食谱按部就班地制作完成后还要耐心十足地等着冰箱冷冻，所以你会希望在为客人奉上冰棒时搞出点新花样。

奉上冰棒 可采用尽可能随意或欢快的方式奉上冰棒。比如，在后院烧烤时可用托盘盛放冰棒，在室内用餐时可单独放置在甜品碟或碗中。小水杯是极佳的选择，透过干净的玻璃可看到冰棒的形状及颜色，同时还可以避免冰棒融化后滴落。在节日派对上，可将冰棒放置在碎冰中。用小酒杯等小巧又吸引人的模具制作出的冰棒非常赏心悦目，客人可自己将冰棒从模具中取出。

在奉上冰棒时只有一个严格的要求：速度要快且提供大量餐巾纸！一旦将冰棒从冰箱中取出，你有十分钟左右的时间来把它吃完，要不然就化没了。你可以提前将冰棒从模具中取出，放到盘子或一张烘焙纸上，然后放回冰

箱，等想吃的时候再吃。商业化生产的冰棒可在冰箱中放置很长时间仍保持新鲜，但家庭制作的冰棒保质期相对较短。为使冰棒保持最佳口味及最均匀的质地，最好在三天之内食用。在放入模具冻结前，果泥或蛋奶沙司最多可密封冷藏三天。

运送冰棒 在聚餐时携带冰棒极具挑战性。在短途旅行时，要将还在模具中的冰棒放入全是冰的冰袋中，密封得严严实实才可以。干冰可将冰棒保存更长时间。如果到达目的地时，能有台冰箱并且时间充裕，那么你可以考虑携带一个盛放液体原料的密封罐和模具，等到达之后再制作冰棒。



水果冰棒

- 哈蜜瓜冰棒 15
- 酸梅冰棒 16
- 鲜桃冰棒 18
- 菠萝冰棒 19
- 蓝莓柠檬马鞭草冰棒 21
- 橘子佛手柑冰棒 22
- 树莓薄荷冰棒 24
- 柠檬酪乳冰棒 25
- 芒果生姜冰棒 27
- 粉红柠檬水冰棒 28
- 血橙冰棒 31
- 西瓜酸橙冰棒 32
- 大黄冰棒 35

