

● 建幸 霞飞 编著



水果甜点

上海文化出版社

水果甜点

建幸 霞飞 编著

上海文化出版社

(沪)新登字 104 号

责任编辑：王龙娣

封面设计：何智明

摄影：高贵林

水果甜点

建幸霞飞编著

上海文化出版社出版、发行 上海绍兴路74号

兵书书店经销 吴县文艺印刷厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 6.5 插页 6 字数 85,000

1993年7月第1版 1993年7月第1次印刷

印数：1-3,000册

ISBN 7-80511-589-3/TS·97 定价：4.00元

鲜果色拉



红酒白梨杯



精致小橘船



橙汁炒香蕉



肉桂烙苹果



美酒烩苹果



橘子馅饼



草莓泡夫



草莓粉冻

草莓木司



草莓木司



桃子蛋塔



橙奶油冻



黄桃果冻

橙汁奶冻糕



橘汁果冻



橘橙格司



香蕉淇淋船

前 言

水果甜点，指的是用新鲜水果作主料，添加一部分辅料加工而成的各种甜食。它是当今国际上广为流行的食品之一，其最大的优点就是营养特别丰富，口味清新爽口，色泽纯朴自然。

这类甜点，无论是在高级宾馆、豪华酒店，还是一般小店、普通家庭都可以制作和享用。特别是在家庭里，与友人相会，知己畅谈，合家聚会，这时，如动手制作几款水果甜点，既添情趣，又省开支，真可谓是两全其美。本书中的水果甜点制法均为当今国际流行的方法，故它也是宾馆酒店等专业制作人员必备的参考书。

相信追求生活情趣的读者，一定会从本书中得到有益的启示，学到您所需要的东西，去美化您的生活，丰富您的餐桌，使生活变得更加缤纷绚丽，充满浪漫情趣。

编者 1992.8.11.于上海.

目 录

一、香蕉甜点	1
酒糖香蕉.....	1
香蕉木司.....	4
香蕉格司.....	6
香蕉雪岛.....	9
拔丝香蕉.....	11
精巧香蕉塔.....	14
橙汁炒香蕉.....	17
香蕉霜淇淋.....	19
香蕉冰淇淋.....	22
香蕉层酥饼.....	24
白雪蕉泥杯.....	28
香蕉富而.....	3
香蕉乳糕.....	5
香蕉布丁.....	7
香蕉松糕.....	10
香蕉泡夫.....	13
蛋乳烙香蕉.....	16
挂浆炸香蕉.....	18
香蕉奶油冻.....	20
香蕉淇淋杯.....	23
香蕉薄馅饼.....	26
香蕉淇淋船.....	29
二、苹果甜点	31
苹果馅饼.....	32
苹果福兰.....	34
苹果布丁.....	37
乳沫苹果.....	39
苹果酥卷.....	42
美酒烩苹果.....	44
肉桂烙苹果.....	46
派阿拉蒙.....	33
脆糖苹果.....	35
炸苹果圈.....	38
苹果酥饺.....	40
蜜汁苹果.....	43
糖水苹果杯.....	45
苹果薄馅饼.....	47

苹果霜淇淋·····	48	苹果酥面塔·····	49
苹果卡罗司·····	51	葡萄烙苹果·····	52
苹果奶冻糕·····	53	酥面包苹果·····	54
苹果蛋奶酥·····	56		

三、草莓甜点····· 58

奶油草莓·····	59	草莓果冻·····	60
草莓粉冻·····	61	草莓富而·····	63
草莓乳糕·····	64	草莓冰糕·····	65
草莓蛋糕·····	66	草莓蛋塔·····	68
草莓泡夫·····	69	草莓木司·····	71
草莓冰淇淋·····	72	草莓霜淇淋·····	73
草莓篱笆冻·····	74	淇淋草莓杯·····	76
草莓凝乳攀·····	77	草莓果酱排·····	79
草莓巴伐利亚·····	80	草莓卷筒蛋糕·····	81
草莓冷沙勿来·····	83	草莓果冻蛋糕·····	84

四、橘橙甜点····· 87

糖水橘子·····	87	橘汁果冻·····	88
橘肉银耳·····	89	香橙木司·····	90
橙汁乳糕·····	91	橘橙格司·····	92
橘子馅饼·····	94	橘橙冰糕·····	95
橙酱布丁·····	96	奇妙橙子·····	97
橙奶油冻·····	99	鲜橘冰杯·····	100
香橙冰淇淋·····	101	橘汁霜淇淋·····	102
橘子牛奶冻·····	103	橘味蛋奶酥·····	104

墨西哥冰杯·····	105	精致小橘船·····	106
橙汁奶冻糕·····	107	水果甜橙篮·····	109

五、桃子甜点····· 110

糖水桃子·····	111	桃泥富而·····	111
桃子木司·····	112	黄桃果冻·····	114
桃子蛋塔·····	115	桃子冰糕·····	116
桃杏冰杯·····	117	酒糖桃子·····	118
桃子乳酪·····	119	鲜桃果杯·····	120
桃子冰淇淋·····	121	桃子美而白·····	122
桃子霜淇淋·····	123	黄桃果馅饼·····	123
桃子王巴非·····	125	桃子奶油冻·····	126

六、菠萝甜点····· 128

菠萝果杯·····	128	菠萝果盅·····	130
菠萝冰糕·····	131	糖水菠萝·····	132
菠萝冰盆·····	133	菠萝松糕·····	134
菠萝蜜果冻·····	136	奶油菠萝冻·····	137
菠萝白粉冻·····	138	菠萝冰淇淋·····	139
菠萝油煎饼·····	140	菠萝霜淇淋·····	141
油炸菠萝块·····	142	菠萝果馅饼·····	143
夏威夷冰杯·····	145	菠萝面包片·····	146

七、其他水果甜点····· 148

糖水烩梨·····	149	果酱白梨·····	150
生梨奶粥·····	151	奶油梨茸·····	152

梨霜淇淋.....	153	鲜果色拉.....	154
杂果果冻.....	155	什锦果羹.....	156
西瓜果船.....	157	西瓜冰霜.....	158
荔枝圣代.....	159	柚汁冰霜.....	160
糖水枇杷.....	161	龙眼冰杯.....	161
葡萄搭仔.....	162	生梨康泡脱.....	163
红酒白梨杯.....	164	假山冰淇淋.....	165
柠檬巴伐利亚.....	166	柠檬冷沙勿来.....	167

一、香蕉甜点

香蕉，芭蕉科，多年生草本。其果实呈长柱形，果皮呈黄色，有棱角，气味芳香宜人，肉质糯滑，香甜可口。

香蕉，含有大量的碳水化合物、钾、镁和胡萝卜素，并含有多种维生素以及钙、磷、铁等其他营养物质。祖国医学认为，香蕉性味甘寒，具有清热凉肺、生津止渴、润肠解酒等功效，对增强体质和抵抗疾病也有很大的帮助。据说，常食香蕉还能使头发变黑，皮肤柔嫩。

香蕉的种类，有芭蕉和香蕉之分，芭蕉植株高大，果形短而稍圆；香蕉植株稍矮，果形小而微弯，目前我国云南、广东和广西等均有栽种，是我国四大经济水果之一。

选购香蕉时应挑选表面色泽鲜黄，顶端稍带果绿，果身粗壮肥圆，果香清甜淡雅，果肉柔糯软滑者。然而在水果甜品制作中，可视不同的需要加以选择。

酒糖香蕉(3客)