

Lindaの厨房手工果酱

博客百万点击量

Linda 施佳伶 著

果酱女王教你做蓝带风、纯天然

极品果酱

网络热销果酱女王的 28款超美味热销手工果酱配方+54种绝赞吃法

畅销到要排队的超火爆果酱，你也可以自己做哦！

本书收录了台湾果酱女王倾囊相授的

手工果酱的制作方法和秘诀，

并独家奉送果酱创意料理食谱，

让你不仅能随时吃到顶级果酱，

而且不再只会用果酱涂面包，

堪称“史上最强果酱书”！





果酱女王教你做蓝带风、纯天然

极品果酱

 Linda 施佳伶 ◎著

河南科学技术出版社
· 郑州 ·

台湾邦联文化事业有限公司授权河南科学技术出版社在中国大陆独家出版发行本书简体字版本。

版权所有，翻印必究。

著作权合同登记号：图字16—2011—185

图书在版编目(CIP)数据

果酱女王教你做蓝带风、纯天然极品果酱 / 施佳伶著. —郑州：河南科学技术出版社，2012. 5

ISBN 978-7-5349-5505-1

I. ①果… II. ①施… III. ①果酱—制作 IV. ①TS255. 43

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第014591号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市经五路66号 邮编：450002

电话：(0371) 65737028 65788613

网址：www.hnstp.cn

策划编辑：刘 欣

责任编辑：杨 莉

责任校对：李淑华

封面设计：张 伟

责任印制：张艳芳

印 刷：北京盛通印刷股份有限公司

经 销：全国新华书店

幅面尺寸：185 mm×235 mm 印张：9 字数：145 千字

版 次：2012年5月第1版 2012年5月第1次印刷

定 价：36.00元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系调换。

手作达人、果酱达人，样样做出精彩！

Linda（施佳伶）是我多年的好友，但偶尔——尤其当她化身为拼布包手作达人时，我会变成她的粉丝。她既会做拼布，又非常会做菜，还非常会做果酱。不过她是真人不露相，认识她好一阵子之后，才知道她集十八般武艺于一身。



话说当年我跟她在某大型网络书店是同事，网络业务大多靠键盘和鼠标作业，未必会经常私下碰面交流。直到有一天，有个机会拜访Linda的住处，看见缝纫机、熨衣板、插满珠针的针插，我才知道原来世界上有一种人，当她有空时，会在家里缝缝补补。再后来，我听说Linda终于在网络上开店，销售自己设计制作的手工拼布包，我更是常往她家跑，就怕肥水流入外人田——好朋友做的好看的包包，我当然是天字第一号主顾，买得不亦乐乎！

Linda做任何事都讲究品位，每个拼布包她都花很多时间与心血，工细手巧密密缝，所以，别说我们这些人是越看越喜欢，到后来，连她自己也不得出售了。

还好，没多久她又施展出另一项专长——手工果酱，制作过程同样秉持对品质、品味的坚持，更融合健康厨艺和过人创意。这样更好了，大大满足我吃果酱的欲望，加之台湾是水果王国，水果不但种类多、滋味好，而且四季都有，我再也不用担心会断货。如今Linda还把私房果酱做法写成书，真是太“慷慨济世”了！

在此要谢谢苹果屋社长冠茜，她相信我推荐的达人Linda，促成了本书的出版；也谢谢我的学妹——本书执行主编雅君的耐心与细心，成就了这么一本漂亮精致的果酱书。最后呢，我要借机对Linda说：“为了这本果酱书，你真的辛苦了！不仅是手工果酱，也期待拼布包快重出江湖，我会一直是你的头号粉丝！”

台湾主妇联盟生活消费合作社《绿主张》月刊主编

王荣光



从不满意名牌果酱，到自己做出名牌

一切，都从朋友送了一罐名牌手工果酱开始。

当初，热爱与人分享美食的Linda（施佳伶老师），邀请朋友到家中品尝那罐传说中的高档果酱，当瓶盖“咄”一声打开，虽然果香四溢，可是挖出来的果酱却稀稀的，好吓人，让大伙儿既失望又傻眼。

学食品营养的Linda有多次自制果酱的经验，那天之后，她更积极解开疑惑，勤加研究，努力找回记忆中“真正的美酱”。她用心开发的成果让亲友大为“惊艳”，大家甚至都建议她开店。后来碰上爱猫经常生病，必须天天上医院报到，Linda决定为爱猫辞职，也终于借此机会实践以厨艺创业的梦想，开始上网卖精心研发的手工果酱。

本着“每罐果酱都做给自己和家人吃”的诚意，Linda做果酱着实大费苦心——为找出最美味的配方，她不断在试吃和重做中探索；为坚持用料健康自然，她不计成本选用价格比普通砂糖贵六倍的天然海藻糖和吃后不燥热的无漂白冰糖，而且，做到全程不加水，不用人工色素、化学香料、防腐剂等添加物，只单纯用新鲜水果熬煮出天然风味。

她如此坚持，终于获得身边一群挑剔鬼的认可——包括身为营养师的大妹和曾定居法国、尝遍法国家庭手工果酱的弟弟的支持，在众亲友的鼓励下，“Lindaの厨房手工果酱”于2009年3月正式上线！

两年多来，“Lindaの厨房手工果酱”排在果酱社群、网络团购的热门名单上，热销之外，更因其精致的口感与包装，屡被选为婚宴派对伴手礼。有即将远嫁异国的新娘甚至特来请教，就为了做出“Linda的极品果酱”要讨未来公婆欢心！

如今，Linda也常受邀做果酱制作教学。为了让更多人尝到天然手工果酱的美味，她热诚地将多年的经验与心得整理成书，期待与大家分享！



↑ Linda的手工果酱包装精致

本书执行主编

整雅君



尽情做果酱、吃果酱吧！

遗传了祖父、祖母的烹饪天分，从小对美食没有抵抗力的我，不但喜欢吃美食，更喜欢下厨做菜和朋友一起分享。

我在农家出生长大，常看长辈们在厨房忙进忙出，煮三餐、做点心，还有做酱菜、渍物、腌肉、香肠等，逢年过节还会搓汤圆、包粽子、做年糕……我常有样学样，还自创把面团捏成鸭子、把汤圆掐成星星、把红豆汤加入牛奶里……虽然总免不了被骂一顿，但仍深深爱上厨房热闹的氛围。后来上大学时，便选了食品营养系。

不过刚踏入社会时，我并没有把“在厨房工作”当正经事，下厨只是上班族的我回家后的享乐时光，有时做些和同事分享的点心，或是假日为好友聚会大显身手。后来，为了照顾生病的爱猫“贝果”，又碰上金融海啸，我重新思考生活和曾经的梦想，于是辞掉朝九晚五的工作，决定走入厨房开始第二次人生。

就在某次参加好友的“品尝名牌果酱party”之后，我开始确定自己对果酱的研究热情和竞争优势，决定自制纯天然、更优质的果酱来创业，于是在网上出售自己做的果酱。从食材的挑选、搭配、切洗、糖渍、熬煮、装罐，到最后的分享，每个细节我都乐在其中，也获得了网友们的回应，说手工果酱如何提升了他们的三餐品位、生活乐趣、健康指数，等等，让我很开心选择了做果酱作为生活的“正经事”。

对美食没有抵抗力，倒使我练就了一门专长，
很开心选择了做果酱作为生活的“正经事”。





“哇，好好吃哦！这怎么煮的？”
听人家这么说，我就觉得好满足！

虽然做果酱时，光是削果皮、切水果就得耗上大半天，一个人静静地在厨房准备食材，思绪渐渐沉淀，很像在修行参禅（“果酱禅”），而一想到今天煮好的果酱会是哪种滋味，心情又随之振奋起来，那是何等的甜蜜！

曾有朋友问我：“为什么你这么喜欢待在厨房啊？”其实打从会下厨开始，我就很喜欢听到大家惊喜地问：“哇，好好吃哦！这怎么煮的？”只要看着大家吃得津津有味的表情，我就很开心满足！这份分享的成就感就是我厨房人生的动力，促使我流连在厨房中，熬煮各款各味的果酱，变化新的食谱，研究让人吃得开心的甜点，然后大家一起吃光它！

第一次把自己钻研的私房果酱秘诀出书来与大家分享，过程既紧张又辛苦。感谢这段时间支持我的家人们，与帮忙扛水果、果酱及器具的费莉莎和陈容真两位好友，以及本书的主编雅君。坦白说，我既兴奋又紧张，但本着对健康与美味的坚持，以及分享天然美食的热忱，在此很诚心地告诉大家：制作天然健康的美味果酱真的不难。只要学会几个基本做法，就能运用四季新鲜的水果来配制，再加上植物香料、果干、坚果、酒类、茶饮等，更能变化出无限多独创花样果酱，延伸出成百上千种咸甜冷热皆宜的果酱吃法。

现在，快忘掉那些教条式的果酱做法，感受一下听到锅中噗噜噗噜的声响时，期待起锅后与亲友们分享幸福滋味的心情，用最轻松的小朋友玩黏土的方式，一起来制作Linda的“自由式果酱”吧！



Lindaの厨房手工果酱

施佳伶 Linda

推荐序 手作达人、果酱达人，样样做出精彩！

编者序 从不满名牌果酱，到自己做出名牌

作者序 尽情做果酱、吃果酱吧！



PART 1 知识秘诀篇 6大关键知识点，掌握手工果酱不败诀窍！

- 10 关键知识点① 果酱，实现保留水果风味的愿望
- 12 关键知识点② 做出极品果酱的8大条件
- 16 关键知识点③ 自制果酱的10项必备工具
- 20 关键知识点④ 自制果酱的3种基本食材
- 28 关键知识点⑤ 果酱一煮就成功的7大步骤
- 34 关键知识点⑥ 让果酱更美味的3大秘诀



PART 2 单品果酱篇 取最简单食材，熬出浓醇香！

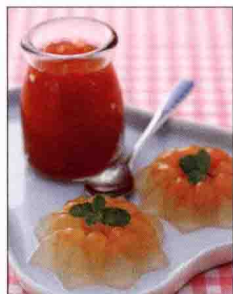


- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 44 苹果果酱 46 草莓果酱 48 柑橘果酱 50 紫葡萄果酱 52 甜柿果酱 54 加州李果酱 | <ul style="list-style-type: none"> × 爽脆多汁的红富士，单一芳醇的清新口感 × 超级大众缘，最受欢迎的口味 × 台湾的本土滋味，淳朴乡间的Marmalade × 如紫水晶般的光泽，比酒酿更鲜醇的美味 × 特选日本品种，打造香甜的蜜饯般口感 × 镶满紫红色宝石，柔软弹滑的酸甜滋味 |
|--|---|

PART 3 双种果酱篇 用两种水果，交融出双重鲜美！



- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 58 红苹果葡萄柚果酱 60 金枣柳橙果酱 62 雪梨百香果果酱 64 芭蕉凤梨果酱 66 柠檬洛神花果酱 | <ul style="list-style-type: none"> × 引入柚皮香气，创造微苦回甘的成熟美感 × 四种味道，融合出层次丰富的橙果风味 × 雪白的弯月梨片，香气怡人口感爽脆 × 双料甜味加柠檬，水果的完美混搭 × 绯红的花朵，演绎出清新解渴的酸甜滋味 |
|---|--|



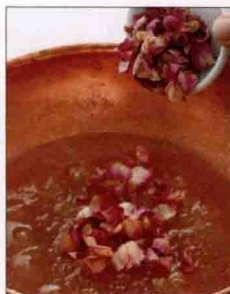
PART 4 香料果酱篇 加天然调味料，创造新口感！

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 70 肉桂苹果果酱 72 香草青苹甜瓜果酱 74 丁香柳橙果酱 76 八角黑糖香蕉果酱 78 粉红胡椒蜜柚果酱 | <ul style="list-style-type: none"> × 带有原木馨香的古老香料，创造经典风味 × 点点香草，融合出甜蜜微酸的美妙口感 × 清爽香气，伴随浓浓橙香的酸甜美味 × 柔软弹滑的质地，三层甜味的惊喜 × 不可思议的梦幻香料，色彩缤纷的新奇滋味 |
|---|---|

PART 5 花草果酱篇

引自然植物，增添原野香气！

- 82 玫瑰苹果果酱 × 倾听浪漫的传说，品尝初恋的美好
- 84 桂花雪梨果酱 × 采摘一把秋日幽香，成就清新淡雅的糖煮梨
- 86 薄荷青柠果酱 × 仿佛一碗柠檬冰，保留夏日的清新凉爽
- 88 迷迭香甜桃果酱 × 淡雅的香气，融入鲜桃的甜美口感之中
- 90 薰衣草火龙果果酱 × 汁多味甜的白色果肉，包裹一分紫色浪漫
- 92 马鞭草奇异果果酱 × 宛如绿油油的大草原，飘散着青草香



PART 6 综合果酱篇

多元素材，丰富味觉层次！

- 96 多C水果绿茶果酱 × 富含维生素C，营养满分的多种鲜果
- 98 柳橙红茶酒香果酱 × 奔放橙酒交织高雅伯爵，营造成熟香气
- 100 香蕉兰姆巧克力果酱 × 微苦香醇的美味平衡，爱不释“口”的浓郁甜香
- 102 木瓜香草葡萄干果酱 × 金黄中点缀黑珍珠，化身孩子也爱的口味
- 104 番茄红酒无花果果酱 × 酒酿果干的华丽口感，衬托番茄好滋味
- 106 西洋梨焦糖果酱 × 冬季的圣诞热情，混搭蜜糖的怀旧风情



PART 7 果酱吃法篇

54种创意果酱食谱，不可思议的味蕾新搭档！

- 110 滋味鲜美的果酱料理** 果酱佐菜品，料理滋味更鲜美
- 110 01 柚香涮肉片 · 111 02 意式苹果什锦炖肉 · 112 03 香橙肉丝 · 113 04 鸡柳鲜蔬橙香沙拉
 - 114 05 李子果酱拌鸡丝 06 奇异果酸烩鱼片 · 115 07 青柠香拌花枝 08 水果鲜虾沙拉
 - 116 09 桂花雪梨糯米藕 · 117 10 茄汁金黄马铃薯 · 118 11 凉拌百香银芽 12 柚香凉拌山药
 - 119 13 夏威夷沙拉卷 14 香蕉果酱蔬菜棒



120 幸福满分的果酱糕点 果酱伴糕点，香甜可口更浪漫

- 120 15 幸福草莓可丽饼 · 121 16 香蕉巧克力魔杖夹心 · 122 17 苦甜巧克力果酱水果塔
- 123 18 黑糖香蕉千层酥 · 124 19 玫瑰苹果法国吐司 20 芭蕉凤梨蛋糕
- 125 21 香蕉巧克力松饼 22 橙香火腿黑麦面包 · 126 23 西洋梨焦糖牛角 24 火龙果酱佐司康
- 127 25 甜柿果酱贝果 26 洛神柠檬香烤馒头 · 128 27 金橙奶油杯子蛋糕 28 橘汁雪花糕
- 129 29 甜柿酱麻糬 30 烤棉花糖佐柳橙果酱 · 130 31 酸甜李子苏打饼干 32 牛奶饼干佐木瓜果酱
- 131 33 青柠甜瓜果酱夹心 34 迷迭香甜桃蝴蝶酥



132 口口留香的果酱甜品 果酱入甜品，丰富口味更醉人

- 132 35 甜瓜香槟冰沙 36 葡萄红茶冰沙 · 133 37 薰衣草火龙果棒棒冰 38 圣诞焦糖冰淇淋
- 134 39 薄荷青柠冷饮 40 水果柚香气泡水 · 135 41 多C热水果茶 42 橘香拿铁
- 136 43 玫瑰苹果奶茶 44 肉桂苹果豆奶 · 137 45 草莓牛奶燕麦粥 46 木瓜椰汁鲜奶露
- 138 47 紫玉抹茶白粉圆 48 奇异果果酱优格 · 139 49 桂花雪梨银耳汤 50 迷迭香甜桃爱玉
- 140 51 雪梨百香豆花 52 柠檬洛神杏仁冻 · 141 53 牛奶布丁佐番茄果酱 54 红苹果葡萄柚果冻





果酱女王教你做蓝带风、纯天然

极品果酱

 Linda 施佳伶 ©著

河南科学技术出版社
· 郑州 ·

手作达人、果酱达人，样样做出精彩！

Linda（施佳伶）是我多年的好友，但偶尔——尤其当她化身为拼布包手作达人时，我会变成她的粉丝。她既会做拼布，又非常会做菜，还非常会做果酱。不过她是真人不露相，认识她好一阵子之后，才知道她集十八般武艺于一身。



话说当年我跟她在某大型网络书店是同事，网络业务大多靠键盘和鼠标作业，未必会经常私下碰面交流。直到有一天，有个机会拜访Linda的住处，看见缝纫机、熨衣板、插满珠针的针插，我才知道原来世界上有一种人，当她有空时，会在家里缝缝补补。再后来，我听说Linda终于在网络上开店，销售自己设计制作的手工拼布包，我更是常往她家跑，就怕肥水流入外人田——好朋友做的好看的包包，我当然是天字第一号主顾，买得不亦乐乎！

Linda做任何事都讲究品位，每个拼布包她都花很多时间与心血，工细手巧密密缝，所以，别说我们这些人是越看越喜欢，到后来，连她自己也不得出售了。

还好，没多久她又施展出另一项专长——手工果酱，制作过程同样秉持对品质、品味的坚持，更融合健康厨艺和过人创意。这样更好了，大大满足我吃果酱的欲望，加之台湾是水果王国，水果不但种类多、滋味好，而且四季都有，我再也不用担心会断货。如今Linda还把私房果酱做法写成书，真是太“慷慨济世”了！

在此要谢谢苹果屋社长冠茜，她相信我推荐的达人Linda，促成了本书的出版；也谢谢我的学妹——本书执行主编雅君的耐心与细心，成就了这么一本漂亮精致的果酱书。最后呢，我要借机对Linda说：“为了这本果酱书，你真的辛苦了！不仅是手工果酱，也期待拼布包快重出江湖，我会一直是你的头号粉丝！”

台湾主妇联盟生活消费合作社《绿主张》月刊主编

王荣光



从不满意名牌果酱，到自己做出名牌

一切，都从朋友送了一罐名牌手工果酱开始。

当初，热爱与人分享美食的Linda（施佳伶老师），邀请朋友到家中品尝那罐传说中的高档果酱，当瓶盖“咄”一声打开，虽然果香四溢，可是挖出来的果酱却稀稀的，好吓人，让大伙儿既失望又傻眼。

学食品营养的Linda有多次自制果酱的经验，那天之后，她更积极解开疑惑，勤加研究，努力找回记忆中“真正的美酱”。她用心开发的成果让亲友大为“惊艳”，大家甚至都建议她开店。后来碰上爱猫经常生病，必须天天上医院报到，Linda决定为爱猫辞职，也终于借此机会实践以厨艺创业的梦想，开始上网卖精心研发的手工果酱。

本着“每罐果酱都做给自己和家人吃”的诚意，Linda做果酱着实大费苦心——为找出最美味的配方，她不断在试吃和重做中探索；为坚持用料健康自然，她不计成本选用价格比普通砂糖贵六倍的天然海藻糖和吃后不燥热的无漂白冰糖，而且，做到全程不加水，不用人工色素、化学香料、防腐剂等添加物，只单纯用新鲜水果熬煮出天然风味。

她如此坚持，终于获得身边一群挑剔鬼的认可——包括身为营养师的大妹和曾定居法国、尝遍法国家庭手工果酱的弟弟的支持，在众亲友的鼓励下，“Lindaの厨房手工果酱”于2009年3月正式上线！

两年多来，“Lindaの厨房手工果酱”排在果酱社群、网络团购的热门名单上，热销之外，更因其精致的口感与包装，屡被选为婚宴派对伴手礼。有即将远嫁异国的新娘甚至特来请教，就为了做出“Linda的极品果酱”要讨未来公婆欢心！

如今，Linda也常受邀做果酱制作教学。为了让更多人尝到天然手工果酱的美味，她热诚地将多年的经验与心得整理成书，期待与大家分享！



↑ Linda的手工果酱包装精致

本书执行主编

整雅君



尽情做果酱、吃果酱吧！

遗传了祖父、祖母的烹饪天分，从小对美食没有抵抗力的我，不但喜欢吃美食，更喜欢下厨做菜和朋友一起分享。

我在农家出生长大，常看长辈们在厨房忙进忙出，煮三餐、做点心，还有做酱菜、渍物、腌肉、香肠等，逢年过节还会搓汤圆、包粽子、做年糕……我常有样学样，还自创把面团捏成鸭子、把汤圆掐成星星、把红豆汤加入牛奶里……虽然总免不了被骂一顿，但仍深深爱上厨房热闹的氛围。后来上大学时，便选了食品营养系。

不过刚踏入社会时，我并没有把“在厨房工作”当正经事，下厨只是上班族的我回家后的享乐时光，有时做些和同事分享的点心，或是假日为好友聚会大显身手。后来，为了照顾生病的爱猫“贝果”，又碰上金融海啸，我重新思考生活和曾经的梦想，于是辞掉朝九晚五的工作，决定走入厨房开始第二次人生。

就在某次参加好友的“品尝名牌果酱party”之后，我开始确定自己对果酱的研究热情和竞争优势，决定自制纯天然、更优质的果酱来创业，于是在网上出售自己做的果酱。从食材的挑选、搭配、切洗、糖渍、熬煮、装罐，到最后的分享，每个细节我都乐在其中，也获得了网友们的回应，说手工果酱如何提升了他们的三餐品位、生活乐趣、健康指数，等等，让我很开心选择了做果酱作为生活的“正经事”。

对美食没有抵抗力，倒使我练就了一门专长，
很开心选择了做果酱作为生活的“正经事”。





“哇，好好吃哦！这怎么煮的？”
听人家这么说，我就觉得好满足！

虽然做果酱时，光是削果皮、切水果就得耗上大半天，一个人静静地在厨房准备食材，思绪渐渐沉淀，很像在修行参禅（“果酱禅”），而一想到今天煮好的果酱会是哪种滋味，心情又随之振奋起来，那是何等的甜蜜！

曾有朋友问我：“为什么你这么喜欢待在厨房啊？”其实打从会下厨开始，我就很喜欢听到大家惊喜地问：“哇，好好吃哦！这怎么煮的？”只要看着大家吃得津津有味的表情，我就很开心满足！这份分享的成就感就是我厨房人生的动力，促使我流连在厨房中，熬煮各款各味的果酱，变化新的食谱，研究让人吃得开心的甜点，然后大家一起吃光它！

第一次把自己钻研的私房果酱秘诀出书来与大家分享，过程既紧张又辛苦。感谢这段时间支持我的家人们，与帮忙扛水果、果酱及器具的费莉莎和陈容真两位好友，以及本书的主编雅君。坦白说，我既兴奋又紧张，但本着对健康与美味的坚持，以及分享天然美食的热忱，在此很诚心地告诉大家：制作天然健康的美味果酱真的不难。只要学会几个基本做法，就能运用四季新鲜的水果来配制，再加上植物香料、果干、坚果、酒类、茶饮等，更能变化出无限多独创花样果酱，延伸出成百上千种咸甜冷热皆宜的果酱吃法。

现在，快忘掉那些教条式的果酱做法，感受一下听到锅中噗噜噗噜的声响时，期待起锅后与亲友们分享幸福滋味的心情，用最轻松的小朋友玩黏土的方式，一起来制作Linda的“自由式果酱”吧！



Lindaの厨房手工果酱

施佳伶 Linda

推荐序 手作达人、果酱达人，样样做出精彩！

编者序 从不满名牌果酱，到自己做出名牌

作者序 尽情做果酱、吃果酱吧！



PART 1 知识秘诀篇

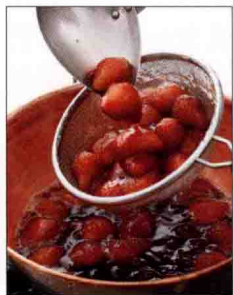
6大关键知识点，掌握手工果酱不败诀窍！

- 10 关键知识点① 果酱，实现保留水果风味的愿望
- 12 关键知识点② 做出极品果酱的8大条件
- 16 关键知识点③ 自制果酱的10项必备工具
- 20 关键知识点④ 自制果酱的3种基本食材
- 28 关键知识点⑤ 果酱一煮就成功的7大步骤
- 34 关键知识点⑥ 让果酱更美味的3大秘诀



PART 2 单品果酱篇

取最简单食材，熬出浓醇香！



- 44 苹果果酱 × 爽脆多汁的红富士，单一芳醇的清新口感
- 46 草莓果酱 × 超级大众缘，最受欢迎的口味
- 48 柑橘果酱 × 台湾的本土滋味，淳朴乡间的Marmalade
- 50 紫葡萄果酱 × 如紫水晶般的光泽，比酒酿更鲜醇的美味
- 52 甜柿果酱 × 特选日本品种，打造香甜的蜜饯般口感
- 54 加州李果酱 × 镶满紫红色宝石，柔软弹滑的酸甜滋味

PART 3 双种果酱篇

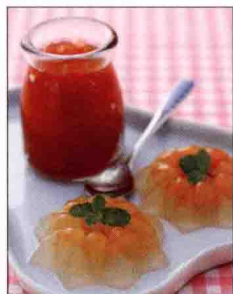
用两种水果，交融出双重鲜美！



- 58 红苹果葡萄柚果酱 × 引入柚皮香气，创造微苦回甘的成熟美感
- 60 金枣柳橙果酱 × 四种味道，融合出层次丰富的橙果风味
- 62 雪梨百香果果酱 × 雪白的弯月梨片，香气怡人口感爽脆
- 64 芭蕉凤梨果酱 × 双料甜味加柠檬，水果的完美混搭
- 66 柠檬洛神花果酱 × 绯红的花朵，演绎出清新解渴的酸甜滋味

PART 4 香料果酱篇

加天然调味料，创造新口感！

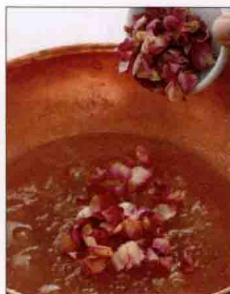


- 70 肉桂苹果果酱 × 带有原木馨香的古老香料，创造经典风味
- 72 香草青苹甜瓜果酱 × 点点香草，融合出甜蜜微酸的美妙口感
- 74 丁香柳橙果酱 × 清爽香气，伴随浓浓橙香的酸甜美味
- 76 八角黑糖香蕉果酱 × 柔软弹滑的质地，三层甜味的惊喜
- 78 粉红胡椒蜜柚果酱 × 不可思议的梦幻香料，色彩缤纷的新奇滋味

PART 5 花草果酱篇

引自然植物，增添原野香气！

- 82 玫瑰苹果果酱 × 倾听浪漫的传说，品尝初恋的美好
- 84 桂花雪梨果酱 × 采摘一把秋日幽香，成就清新淡雅的糖煮梨
- 86 薄荷青柠果酱 × 仿佛一碗柠檬冰，保留夏日的清新凉爽
- 88 迷迭香甜桃果酱 × 淡雅的香气，融入鲜桃的甜美口感之中
- 90 薰衣草火龙果果酱 × 汁多味甜的白色果肉，包裹一分紫色浪漫
- 92 马鞭草奇异果果酱 × 宛如绿油油的大草原，飘散着青草香



PART 6 综合果酱篇

多元素材，丰富味觉层次！

- 96 多C水果绿茶果酱 × 富含维生素C，营养满分的多种鲜果
- 98 柳橙红茶酒香果酱 × 奔放橙酒交织高雅伯爵，营造成熟香气
- 100 香蕉兰姆巧克力果酱 × 微苦香醇的美味平衡，爱不释“口”的浓郁甜香
- 102 木瓜香草葡萄干果酱 × 金黄中点缀黑珍珠，化身孩子也爱的口味
- 104 番茄红酒无花果果酱 × 酒酿果干的华丽口感，衬托番茄好滋味
- 106 西洋梨焦糖果酱 × 冬季的圣诞热情，混搭蜜糖的怀旧风情



PART 7 果酱吃法篇

54种创意果酱食谱，不可思议的味蕾新搭档！

- 110 滋味鲜美的果酱料理** 果酱佐菜品，料理滋味更鲜美
- 110 01 柚香涮肉片 · 111 02 意式苹果什锦炖肉 · 112 03 香橙肉丝 · 113 04 鸡柳鲜蔬橙香沙拉
 - 114 05 李子果酱拌鸡丝 06 奇异果酸烩鱼片 · 115 07 青柠香拌花枝 08 水果鲜虾沙拉
 - 116 09 桂花雪梨糯米藕 · 117 10 茄汁金黄马铃薯 · 118 11 凉拌百香银芽 12 柚香凉拌山药
 - 119 13 夏威夷沙拉卷 14 香蕉果酱蔬菜棒



120 幸福满分的果酱糕点 果酱伴糕点，香甜可口更浪漫

- 120 15 幸福草莓可丽饼 · 121 16 香蕉巧克力魔杖夹心 · 122 17 苦甜巧克力果酱水果塔
- 123 18 黑糖香蕉千层酥 · 124 19 玫瑰苹果法国吐司 20 芭蕉凤梨蛋糕
- 125 21 香蕉巧克力松饼 22 橙香火腿黑麦面包 · 126 23 西洋梨焦糖牛角 24 火龙果酱佐司康
- 127 25 甜柿果酱贝果 26 洛神柠檬香烤馒头 · 128 27 金橙奶油杯子蛋糕 28 橘汁雪花糕
- 129 29 甜柿酱麻糬 30 烤棉花糖佐柳橙果酱 · 130 31 酸甜李子苏打饼干 32 牛奶饼干佐木瓜果酱
- 131 33 青柠甜瓜果酱夹心 34 迷迭香甜桃蝴蝶酥



132 口口留香的果酱甜品 果酱入甜品，丰富口味更醉人

- 132 35 甜瓜香槟冰沙 36 葡萄红茶冰沙 · 133 37 薰衣草火龙果棒棒冰 38 圣诞焦糖冰淇淋
- 134 39 薄荷青柠冷饮 40 水果柚香气泡水 · 135 41 多C热水果茶 42 橘香拿铁
- 136 43 玫瑰苹果奶茶 44 肉桂苹果豆奶 · 137 45 草莓牛奶燕麦粥 46 木瓜椰汁鲜奶露
- 138 47 紫玉抹茶白粉圆 48 奇异果果酱优格 · 139 49 桂花雪梨银耳汤 50 迷迭香甜桃爱玉
- 140 51 雪梨百香豆花 52 柠檬洛神杏仁冻 · 141 53 牛奶布丁佐番茄果酱 54 红苹果葡萄柚果冻





PART

1

知识秘诀篇

6大关键知识点， 掌握手工果酱不败诀窍！

自己做手工果酱，不只是希望保留水果的天然风味，更希望使其美味加分，如高级甜点般诱人。其实实现这一点并不难，只要准备10项工具、3种食材，加上Linda指点的特殊食材，就可轻松做出新鲜健康的极品果酱！

