

让您的餐桌更加靓丽

巧做水果拼盘

编著 平野泰三 (日)

翻译 王奕红 陈娟

孙 宁 王振华

江苏科学技术出版社



巧 做 水 果 拼 盘

让您的餐桌更加靓丽

Orange
Papaya
Pineapple
Melon
Grapefruit
Strawberry
Apple
Kiwifruit
Mango
Lime
Watermelon
Grape
Persimmon
Cherry
Pear
Fig
Plum
Banana
Peach
Loquat
Pepino
Feijoa
Whitesapote
Treetomato
Avocado
Cherimoya
Hornedmelon
Starfruit
Redpithaya
Babaco

平野泰三(日) 编著
王奕红 陈娟 翻译
孙宇 王振华



江苏科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

巧做水果拼盘/(日)平野泰三编著; 王奕红等译.
南京: 江苏科学技术出版社, 2001.4

ISBN 7-5345-3317-1

I.巧... II.①平...②王... III.水果-凉菜, 拼盘 IV.TS972.114

中国版本图书馆CIP数据核字 (2001) 第13213号

平野泰三: 1956年生于东京。毕业于拓殖大学。在美国俄勒冈州留学一年, 就在那里他被水果的魅力所征服, 并着手进行研究。周游南美洲、欧洲、东南亚地区及大洋洲, 回国后又进入东京新宿烹饪师专门学校学习, 现在高野水果茶室工作。著述有《水果的雕切与拼盘技巧》(合著, 柴田书店)、《水果乐园——水果切拼与甜点制作》(柴田书店)、《水果拼切入门》等。

≠165-0035

东京都中野区白鹭2-7-9

电话03-3339-6231



巧做水果拼盘

编 著 平野泰三(日)
翻 译 王奕红 陈娟 孙宇 王振华
责任编辑 孙连民

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路47号, 邮编:210009)
经 销 江苏省新华书店
制 版 南京人民印刷厂制版分厂
印 刷 江苏新华印刷厂
(南京市中央路145号, 邮编:210009)

开 本 787mm×1092mm 1/20
印 张 6
版 次 2001年4月第1版
印 次 2002年1月第3次印刷
印 数 10 001-15 000册

标准书号 ISBN 7-5345-3317-1/Z·532
定 价 36.00元



图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换

Copyright © 1998 Taizo Hirano

All rights reserved.

First Published in 1998 by Kodansha Ltd., Tokyo, Japan.

Chinese Simplified Character Edition Copyright © 2001 Jiangsu Science and
Technology Publishing House, China.

Published under license from Kodansha Ltd.

© 1998年 平野泰三

版权所有。

株式会社讲谈社1998年在日本首次出版。

中文简体字版版权 © 2001江苏科学技术出版社。

由日本株式会社讲谈社授权江苏科学技术出版社出版发行。

合同登记号 图字: 10-2001-017号

总策划: 胡明琇 黄元森

版权策划: 邓海云

装帧设计: 刘旭东

责任编辑: 孙连民



篇首语—4



美丽的季节，
温馨的日子，
请用水果来款待

目 录 C O N T E N T S

- 情人节—7
让甜蜜的芳香捎去爱的信息
- 花季—11
甜瓜变花瓶，餐桌鲜花开放
- 孩子们的聚会—14
丰盛的水果大饱口福，童趣盎然乐无边
- 成人聚会—19
晚秋的午后，双颊绽着鸡尾酒的绯红
- 圣诞节—22
香飘四座的果树是今晚的主角



水果图鉴



柑橘类、苹果、桃子、柿子等—26

甜分分布—28

水果的什么部位最甜？

甜瓜—30

水果切拼用具图鉴—32

西瓜、草莓、樱桃、葡萄等—34

厨房与水果—36

水果万事通大辞典

梨、巴巴果、火龙果及其他—38

健康与水果—40

水果有什么作用？

各种热带水果—42

水果拼盘的配角们—44



水果切拼法

橙子—46

番木瓜—52

菠萝—58

甜瓜—64

葡萄柚—70

草莓—76

苹果—80

猕猴桃—84

芒果—88

柠檬和酸橙—92

西瓜—96

葡萄—99

柿子—100

樱桃—101

梨—102

无花果—104

李子—105

香蕉—107

桃子—108

枇杷—110

茄瓜—111

费约果—112

香肉果—112

树番茄—113

鳄梨—114

南美番荔枝—115

角瓜—116

洋桃—117

火龙果—118

巴巴果—119



让您的餐桌更加靓丽
巧做水果拼盘



Orange
Papaya
Pineapple
Melon
Grapefruit
Strawberry
Apple
Kiwifruit
Mango
Lime
Watermelon
Grape
Persimmon
Cherry
Pear
Fig
Plum
Banana
Peach
Loquat
Pepino
Feijoa
Whitesapote
Treetomato
Auocado
Cherimoya
Hornedmelon
Starfruit
Redpitahaya
Babaco

平野泰三(日) 编著
王奕红 陈娟 翻译
孙宇 王振华

江苏科学技术出版社



篇首语—4



美丽的季节，
温馨的日子，
请用水果来款待

- 情人节—7
让甜蜜的芳香捎去爱的信息
- 花季—11
甜瓜变花瓶，餐桌鲜花开放
- 孩子们的聚会—14
丰盛的水果大饱口福，童趣盎然乐无边
- 成人聚会—19
晚秋的午后，双颊绽着鸡尾酒的绯红
- 圣诞节—22
香飘四座的果树是今晚的主角

目 录 C O N T E N T S



水果图鉴

- 柑橘类、苹果、桃子、柿子等—26
- 糖分分布—28
- 水果的什么部位最甜？
- 甜瓜—30
- 水果切拼用具图鉴—32
- 西瓜、草莓、樱桃、葡萄等—34
- 厨房与水果—36
- 水果万事通大辞典
- 梨、巴巴果、火龙果及其他—38
- 健康与水果—40
- 水果有什么作用？
- 各种热带水果—42
- 水果拼盘的配角们—44



水果切拼法

- 橙子—46
- 番木瓜—52
- 菠萝—58
- 甜瓜—64
- 葡萄柚—70
- 草莓—76
- 苹果—80
- 猕猴桃—84
- 芒果—88
- 柠檬和酸橙—92
- 西瓜—96
- 葡萄—99
- 柿子—100
- 樱桃—101
- 梨—102
- 无花果—104
- 李子—105
- 香蕉—107
- 桃子—108
- 枇杷—110
- 茄瓜—111
- 费约果—112
- 香肉果—112
- 树番茄—113
- 鳄梨—114
- 南美番荔枝—115
- 角瓜—116
- 洋桃—117
- 火龙果—118
- 巴巴果—119



篇首语

关于水果，我的心中珍藏着许多美好的回忆。那还是在美国俄勒冈州立大学留学的时光，那里的家家户户都种有果树，那满院沁人心脾的芬芳甚至让我感受到了一种文化冲击。从此，我被水果迷住了，不由自主地走进了它的世界，也学会了一些适合水果拼盘制作的切拼技巧。本书以切拼为主，介绍了水果拼盘方法、水果料理和一些水果知识。看着美，闻着香，吃着甜——这就是水果的魅力。希望本书能帮您把每天的餐桌打扮得更加靓丽。

水果艺术家 平野泰三

美丽的季节，
温馨的日子，
请用水果来款待

Let's Enjoy Fruits Party

Fruit is lovely to look at and nice to eat.
Using seasonal fruits, let's have a party!
Your room will be filled with wonderful scent.



水果奶汁烤菜选用大量应时草莓，配猕猴桃，浇上牛奶蛋糊和甜酱汁沙司，做成奶汁烤菜。草莓配牛奶蛋糊，无论冷配热配均出类拔萃。请趁热享用。巧克力水果是道出奇简单的甜点，只要在水果上裹上溶化的巧克力即可。瞧，多诱人啊！

水果奶汁烤菜和巧克力水果

SEASONAL
FRUIT
COOKING



美味尽在其中

拿切拼水果当礼物也是个好主意，精美的包装更能体现水果自身的完美，堪称绝妙。再配上精致的果盒或丝带，简洁大方。而且应尽早送，避免香气走失。

提起情人节，大家脑子里便会浮现出红白颜色、巧克力、草莓等印象，让我们根据这些印象，充分调动水果的色彩、芳香和季节感来扮美我们的餐桌。用丰盛的水果，做成拼盘也好，简单地装饰一下也行。看着赏心悦目，闻着香气宜人，最后还可品尝其美味，真是其乐陶陶。在情人节的这一天，推荐您用可爱的草莓做为主要的水果。用它制成的甜点，更能给您带来美好的回忆。





情人节
让甜蜜的爱
芳香捎去的信息

颜色选用红白两色，巧克力加草莓。水果也是重要的爱情天使，赏心悦目之间，谈话也不知不觉地热烈了起来。

用餐巾和水果把两人的茶点时间装扮得更为靓丽！

餐巾布置也不可小觑。用红白两色餐巾制造出喜庆氛围，与水果相映生辉。巧配餐巾，真是别有情趣。



水果奶汁烤菜

[材料] 4人量

草莓 10颗
 猕猴桃 2个
 牛奶蛋糊沙司

A 面粉 50克
 糖 100克
 蛋黄 4个
 牛奶 500毫升

甜酱汁沙司

B 蛋黄 2个
 全蛋 1个
 糖 40克
 白葡萄酒 50毫升
 柠檬汁 5毫升

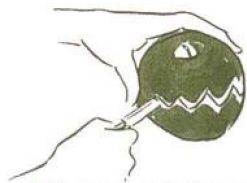
[制作方法]

- 草莓去蒂，纵切半，猕猴桃剥皮，切成片。
- 做牛奶蛋糊沙司。将A的材料放进大碗中拌匀，再徐徐加入热牛奶，搅拌后倒进锅里。
- 文火加热，同时仔细拌和，注意不要粘锅，直到成糊状。
- 做甜酱汁沙司。将B倒入大碗，拌匀。加水煮，同时徐徐滴进榨柠檬汁和白葡萄酒，打至发泡。
- 将④铺在耐热器皿底部，草莓和猕猴桃一层层交替排放。
- 往水果间浇上甜酱汁沙司，放进温度为250℃的烤箱，烤至表面成黄褐色。

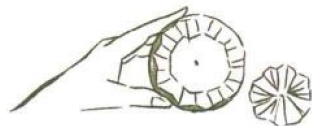


花式水果（苹果）

材料 苹果/橙子



①将小刀伸进距苹果柄1/3处，切V字型一圈。



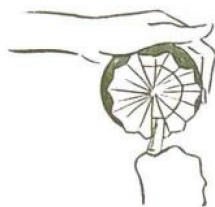
②取出果肉就成了苹果杯。若苹果立不住，可将其底部削成水平状。



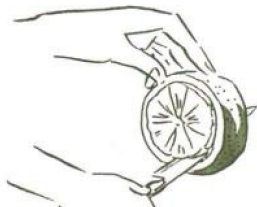
③沿圈均照此将苹果剖开，注意不要错位。



④将橙子横剖成两半，削去底部，露出果肉。



⑤将葡萄柚刀伸进离皮1厘米处剖开果肉。



⑥小刀伸进皮与肉之间，穿过橙子。转动橙，连圈切开。



⑦小心切，注意中间不要错开。

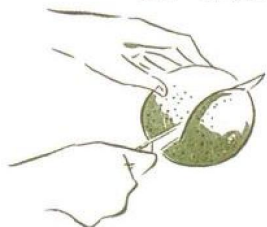


⑧取出果肉切块，摆放在⑤的苹果杯里。

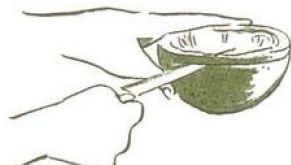


花式水果（葡萄柚）

材料 葡萄柚/草莓/猕猴桃/苹果



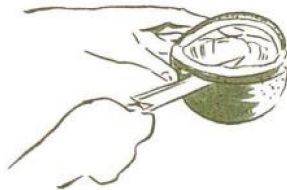
①将葡萄柚距柄1/3处横剖两半。



②将刀伸进距切口（2/3部分）2~3厘米宽处切开半边。



③为了让2/3部分保持稳定，可将底部切成水平状。



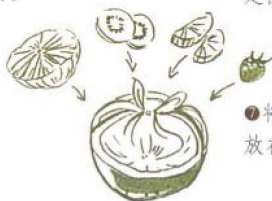
④另一面也同样切开，两边各留约1厘米粘连处。



⑤皮与肉之间插进葡萄柚刀，转圈切开，取出果肉。

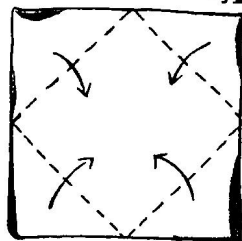


⑥拉起切断的皮，用丝带或布置会场用的插棒等固定住。

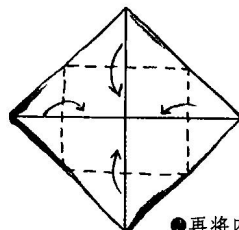


⑦将切下的水果再摆放在葡萄柚杯中。

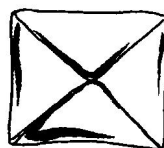
巧叠餐巾



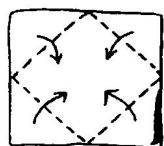
①将餐巾的四角往里叠。



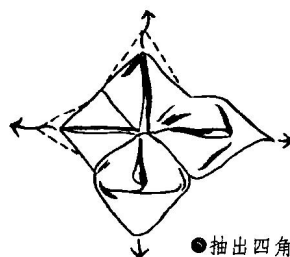
②再将四角往里叠。



③叠成了这样。



④翻过来，再叠四角。



⑤抽出四角里侧的部分。



用当花瓶的甜瓜肉做的汤。使用搅拌器可提高制作速度。尽情吮吸这甜甜的、淡淡的芳香吧！可加白葡萄酒，这样就带点成熟的滋味。充盈着透明感的餐具向我们宣告了春天的到来。



甜瓜汤

S E A S O N A L
F R O N T I A L
C O O K I N G

花季 甜瓜变花瓶，餐桌鲜花开放

水果变成了花瓶，
房间里到处飘逸着
鲜花和水果的芬芳。

装点宗旨是可以一直欣赏美丽的花姿。这个季节里，要用整水果，甜瓜最为适合，它看着舒服，吃着可口，从色彩来看，也与春光烂漫的花枝和谐一致。

甜瓜的果肉可做成汤，调料、酱等，为保证香味，注意不要过甜。

除了甜瓜，菠萝、西瓜也可设计得十分辉煌，果肉也可灵活安排在菜或甜点里。选用的花以奔放的热带花卉为上。



甜瓜花瓶

水果与花乃最佳搭档，里面放插花座或把花直接插入果肉皆可。甜瓜适合配些可爱的小花。

尽情享受春光

春日的花枝统一为中间色比较赏心悦目，纤纤细花沐浴着春日的阳光，显得格外娇艳。中间的水果色拉伴有甜瓜的装扮，甜蜜的芬芳滋润着别的水果和蔬菜色拉。这一刻令人如此心旷神怡，不禁忘却了时间的流逝。