

20

杨桃文化·新手食谱系列

茶果子

32 道精彩实用的中西日式茶点

陈明里[台湾]著 汕头大学出版社

喝茶可以止渴，吃茶却能解馋

32 道精彩实用的中、西、日式点心
开创出令您意想不到的茶叶美味

超值价
15元



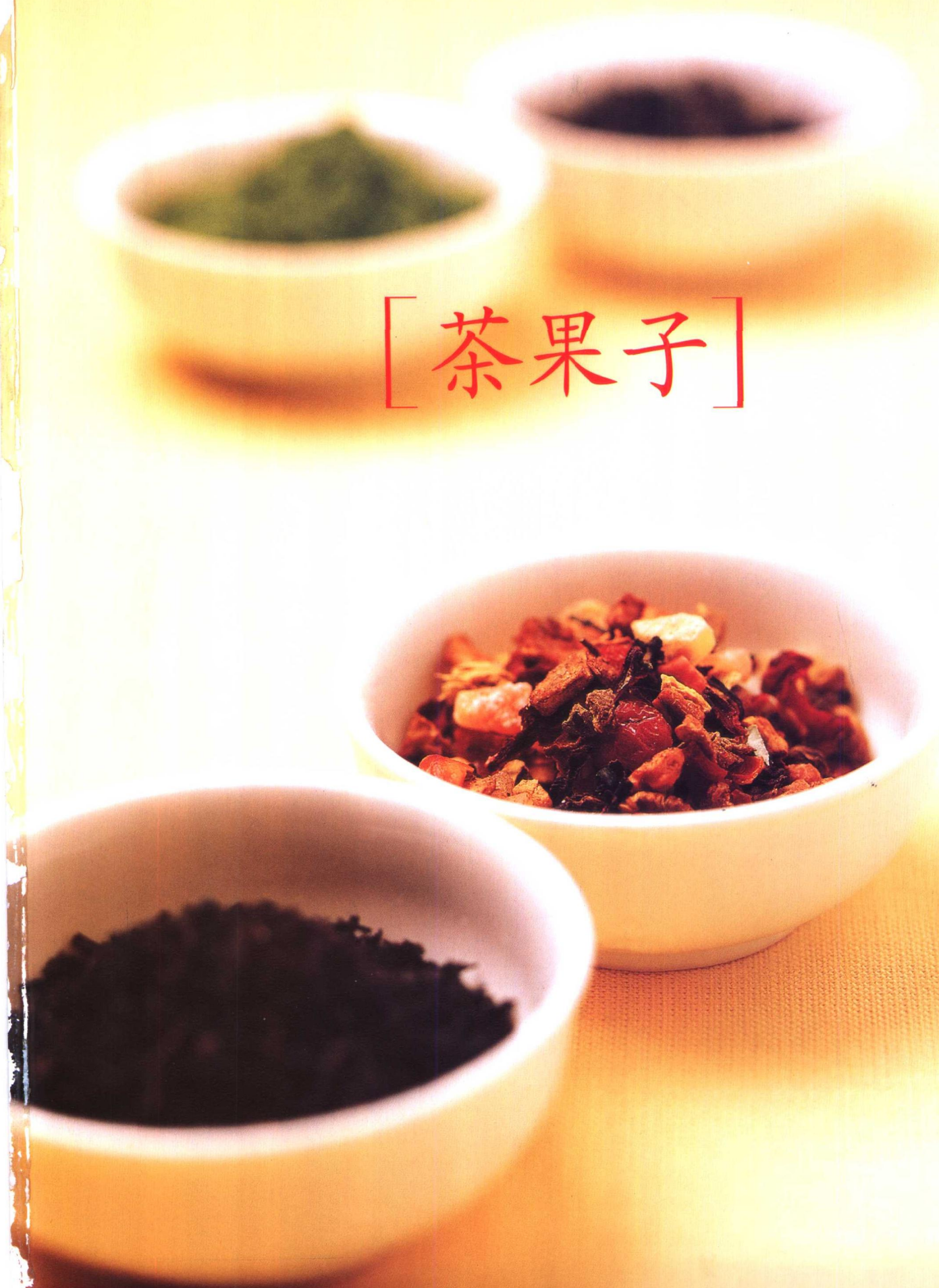
意想不到的茶叶美味

汕头大学出版社近期推出 [杨桃文化 新手食谱系列]

完整收录各款中西美食，
从经典美味、家常菜色到热门小吃，
带你进入幸福的美食天堂，教你餐餐吃出美味与健康！

吃也能瘦身 7天瘦身饮食计划	40大日本料理排行榜	干面酱	炒饭·烩饭	精美下酒菜	30种炸鸡秘方曝光
咖啡馆轻食	三人套餐	10分钟轻松做电锅菜	怎么做排骨最好吃	腌渍菜泡菜	微波炉电磁炉轻松料理
夏日清凉饮料	速食饭盒自己做	芳香植物料理美容书	最受欢迎的50道台湾小吃	饭团·寿司60种	家传牛肉面配方大公开
和洋中盖饭	金黄卤味50种	打个蛋做35种料理	菜饭拌饭	吃素最美丽	茶果子
10分钟做广东粥	30种美容瘦身汤	50种面包抹酱	30种面包创意变化	40种手工果酱	沙拉酱
酸奶DIY	家常意大利面	饺子的40种变化	你最想学的40道南洋料理	台湾特产DIY	35种包子馒头

[茶果子]



茶果子 目录

导读 Introduction

啜饮四季风光，浅尝茶香风情.....4

与 茶香 的另类邂逅.....5

中和甜腻口感的最佳配方

红茶风点心..... 6

红茶杏仁巧克力.....7

红茶猫舌饼.....8

红茶甜甜圈.....10

红茶海绵蛋糕.....11

红茶松饼.....11

红茶元宝.....11

红 茶 叙 语12

The Fair of Black Tea

红茶磅蛋糕.....13

红茶法式薄饼.....14

微苦的成熟风韵

抹茶果子..... 16

抹茶蜂蜜蛋糕.....17

抹茶起司蛋糕.....18

日式抹茶松糕.....20

双色白玉.....21

翡翠凉果.....21

和风茶巾包.....21

目录 Contents

抹茶物语22

The Fair of Maccha

抹茶水羊羹.....23

和风茶酥点.....24

甘醇的怀旧滋味

乌龙茶点..... 26

茶叶红豆糰.....27

乌龙茶酥.....28

乌龙茶花卷.....30

茶糕小点.....31

茶香酥饼.....31

乌龙茶冻.....31

.....32

The Fair of Oo-long Tea

茶香马拉糕.....33

茶馅卷饼.....34

平凡点心的华丽演出

花果茶西点..... 36

卡蕾多儿.....37

花果茶土司.....38

香橙果茶蛋糕.....40

花果茶司康.....41

果茶手工饼干.....41

花果茶麦芬蛋糕.....41

花果茶情事.....42

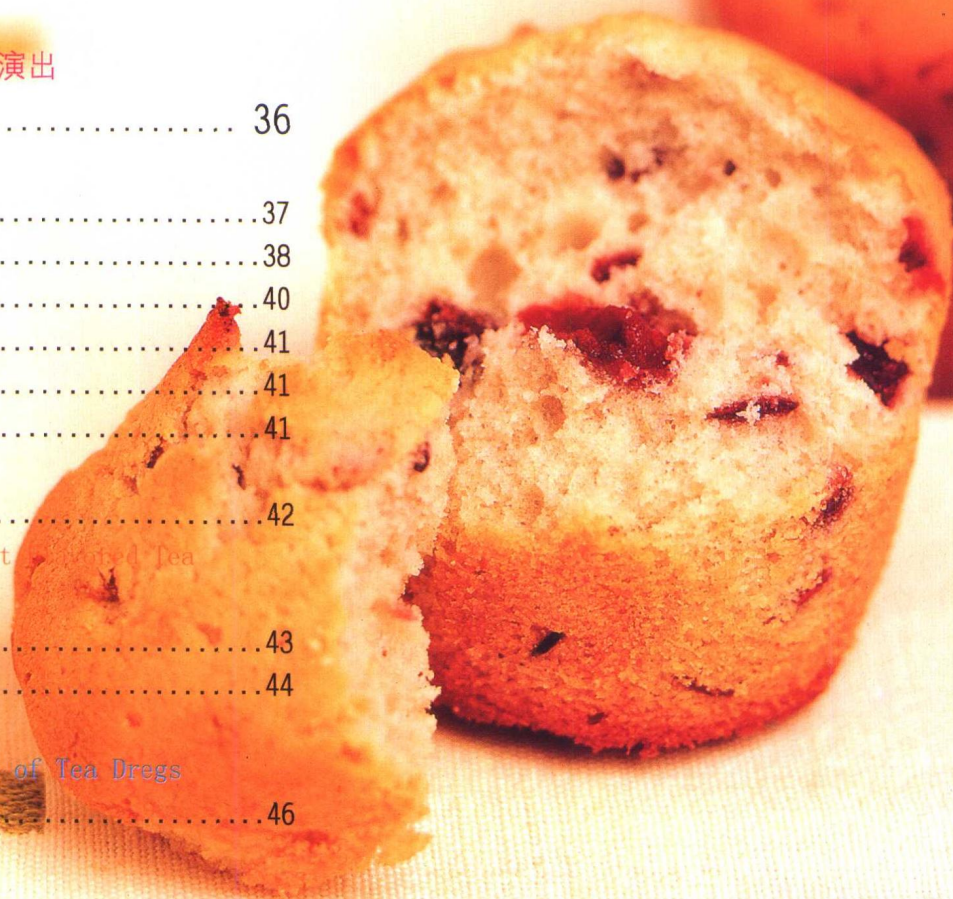
The Fair of Fruit Flavored Tea

花果茶贝果.....43

果香慕斯蛋糕.....44

The Applications of Tea Dregs

茶渣再利用.....46



啜饮四季风光 导读 *Introduction*

浅尝茶香风情

The Four Seasons of Tea

初春的早晨，热乎乎的红茶松饼惹人垂涎，轻啜一口弥漫着佛手柑香味的伯爵红茶，活力的一天就从红茶的轻涩里揭开序幕。

夏天，是蝉鸣与阳光的季节，漫步在古老的京都石板路上，在红伞茶亭下坐着享用抹茶与和风果子，嘴里咀嚼的是甘甜苦涩的成长回忆。

凉秋时节，在云雾笼罩的小小山城，饮着琥珀色的茶水，品尝茶香浓郁的点心，心里却多了份迷蒙怀旧的愁绪。

在寒冷却不可能飘雪的国度，酒红色液体氤氲着模糊视线的水蒸气，花果茶有着与酒一样的温暖，却多了一股甜蜜的滋味。



与 茶 香 的另类邂逅

中国人饮茶的历史久远，数千年的茶香滋味在人们喉间停驻已久，早已形成一种光凭想像就能体会的反射气味。饮茶之于中国人，是件理所当然之如呼吸空气的事，在中国，喝茶是一种很平凡的解渴方式，也是一种不需要刻意经营的生活仪式。

不过除了你我最熟悉的中国茶，来自欧洲的花果茶与日本独有的抹茶，以及自中国远嫁至英国的红茶，都以后起之秀的姿态，各自发展出一片天地，为茶饮世界增添不少光彩。

A close-up photograph of a white ceramic teacup filled with a vibrant red liquid, likely fruit-flavored tea. A silver spoon rests on the rim of the cup, holding a single, golden-brown sugar cube. The cup is placed on a matching white saucer. In the background, another similar cup is visible but out of focus. The overall lighting is warm and soft, creating a cozy atmosphere.

花果茶其实只称得上是一种类似于茶的饮料，此外所有茶类，依制作时发酵程度的不同，分为不发酵茶、半发酵茶以及全发酵茶。不发酵茶不需经过萎凋、发酵程序，如绿茶、抹茶；半发酵茶则多了发酵、揉捻等程序，发酵程度从10%~70%，如包种茶、铁观音、乌龙茶等，而红茶就属于全发酵茶，也就是说其发酵程度达100%。

不同的茶，有着不同的风格与品味，光是嗅闻香气，你便能体会不同茶叶各自的心情。饮茶多年，你是否早已习惯了红茶的轻涩、抹茶的微苦、乌龙的甘醇以及花果茶的酸甜芳香？所以这一次，我们就要将以上各有特色的茶香风味，融入中、西、日式三种点心里，让饮茶不再是对号入座的味觉，而是让人眼睛为之一亮、令味蕾苏醒的另类风情。

中和甜腻口感的最佳配方

红茶风点心

红茶 *Black Tea*

当浓郁的奶油和着轻涩茶香，
恰到好处的滋味便逐渐在口中
蔓延开来……

红茶杏仁巧克力

■分量：约30片■

材料

红茶茶包.....2包
苦甜巧克力.....200克
烤熟杏仁角.....50克

做法

1. 巧克力切细碎后，置于容器中，以隔水加热方式加温(温度不可超过50℃)，并以同方向搅拌直到巧克力熔化，即可离火。
2. 以汤匙舀取熔化巧克力，倒在平盘上整形成猫舌状，趁巧克力尚未凝结前，洒上适量杏仁角即可。



下午茶的起源

下午茶起源于英国是众所皆知的，不过最早开始有喝下午茶习惯的，却是一位嫁到英国的葡萄牙公主，而且当时喝的更是中国茶，而非英国红茶。

话说一位名为凯萨琳的葡萄牙公主因远嫁英国，因而将珍贵的中国茶作为嫁妆带到英国，当时的英国人很注重早餐，中餐却极为简便，一方面晚餐时间又很晚才开始，所以凯萨琳公主便会在下午时间喝茶，并品尝点心充饥，这便是下午茶的开始。而后在18世纪40年代，英国人开始了喝下午茶的风潮，到了维多利亚时代，英国女皇更是每天都喝下午茶，使下午茶成为全国普及化的饮食风尚。



1

为防止浸水后茶渣沾黏于茶袋上，可先将茶叶倒在滤茶器中再浸入热水中



2

猫舌饼的面糊需拌至所有材料融合，并呈光滑浓稠状



3

利用汤匙背面将面糊涂抹均匀，大小厚度均需一致以免烤焦



4

出炉后必须趁热迅速将其卷起，否则饼干定型后即无法卷起

红茶猫舌饼

分量：约30片



准备工作：将1包红茶茶包浸泡于200克的沸水约1分钟后，取出茶包沥干

材料

1. 低筋面粉.....80克
- 糖粉.....80克
2. 蛋白.....40克
3. 红茶茶汁(冷).....50克
4. 红茶茶渣.....1包

做法

1. 材料1混合过筛备用。
2. 将蛋白与茶汁、茶渣与过筛的粉类置于容器中，以打蛋器朝同一方向搅拌，直到面糊十分光滑，即盖上保鲜膜冷藏约1小时。
3. 取出面糊，以汤匙舀取适量置于烤盘上，再以汤匙背面将面糊抹平成为0.2厘米厚的圆薄片，即可放入已预热至150℃的烤箱，烤约6~7分钟即可。
4. 将烤盘取出移至台面上，手戴干净棉布手套，趁热——将面皮卷起即完成。



红茶甜甜圈

分量：10个

准备工作：将1包红茶茶包浸泡于200克的沸水约1分钟后，取出茶包沥干。

材料

1. 低筋面粉.....460 克
泡打粉.....20 克
奶粉.....30 克
2. 白油.....40 克
糖粉.....60 克
盐.....5 克
3. 蛋.....20 克
4. 红茶茶汁(冷).....140 克
5. 红茶茶渣.....1 包
6. 白色巧克力.....200 克

做法

1. 材料1混合过筛备用。
2. 材料2混合打发，将蛋分次加入拌匀后，再将茶汁分次加入拌匀。
3. 将材料1加入拌匀后，再加入茶渣混合拌匀。
4. 将面团静置10分钟后擀成厚约1厘米，用模型压出甜甜圈面皮，以180℃油温双面各油炸1分钟即可捞起。
5. 将巧克力切碎，以隔水加热方式熔化（不超过50℃），将冷却后的甜甜圈沾上熔化巧克力，亦可洒上红茶点缀。



红茶 Black Tea

雾水酝酿的酸涩气



红茶海绵蛋糕

分量: 8寸模 1个

准备工作: 将1包红茶茶包浸泡于200克的沸水约1分钟后, 取出茶包沥干

做法

1. 将蛋4个、细砂糖180克混合加温至40℃, 离火快速搅拌打发至泛白、泡沫稳定, 再慢速轻拌至光滑细致。

2. 将低筋面粉120克与奶粉3克混合过筛2次, 加入做法1中快速拌匀至无颗粒状。
3. 沙拉油30克加入面糊拌匀, 再将冷却茶汁30克加入拌匀。
4. 将泡软红茶渣1包加入面糊拌匀, 即可装模入烤箱以180℃烤约35分钟, 出炉倒扣冷却即可。

红茶元宝

分量: 10个



准备工作: 将1包红茶茶包浸泡于200克的沸水约1分钟后, 取出茶包沥干

做法

1. 蛋2个、细砂糖110克与蜂蜜5克置于容器中打至8分发, 泡沫细致光滑状。
2. 将低筋面粉100克过筛2次后, 加入冷却茶汁50克拌匀,

最后加入熔化奶油30克拌匀。

3. 将面糊静置约30分钟, 即可舀取适量面糊倒入不沾平底锅中, 以中低温干煎单面至熟即可。
4. 可以将打发鲜奶油或卡士达酱挤于面皮中央, 再将面皮捏合定形即可。

红茶松饼

分量: 8片

准备工作: 将1包红茶茶包浸泡于200克的沸水约1分钟后, 取出茶包沥干

做法

1. 将蛋2个、细砂糖90克混合加温至40℃, 即离火快速搅拌打发至泛白, 再慢速轻拌至光滑细致。

2. 将低筋面粉150克、奶粉4克、小苏打粉2克、泡打粉2克混合过筛, 加入做法1拌匀, 再将冷却茶汁35克加入拌匀。

3. 将熔化奶油30克加入拌匀即为面糊, 即可舀入烧温的平底锅, 以中低温将两面煎至金黄色即可。



红茶叙语

◎红茶产品与品级

目前全球的红茶产品，以中国祁门、斯里兰卡的锡兰、印度大吉岭以及东非肯尼亚、印尼爪哇等地所产红茶最为闻名，台湾产红茶则以日月潭产品的阿萨姆品种品质最佳。以外观形状来区分，红茶的主要品级有条形和碎形两种。在制作过程中，将茶叶揉捻成细长条状的，就是条形红茶；而再经过切、撕、揉等过程而形成细碎状的茶叶，则为碎形红茶，通常被制为冲泡茶包。以上两种皆可用来制作西点，不过一般都利用茶包来制作较为便利，但若希望仍能品尝到茶叶口感者，则可以条形红茶来制作。

◎红茶的选购

无论你要买的是红茶、绿茶或乌龙茶，选购茶叶时，不外乎观看茶叶外形、闻茶香、品尝茶汤与观察茶渣四个步骤。若要选购条形红茶，必须挑选叶形完整而且大小整齐均匀的，不要含有太多茶梗或杂物者，而且茶叶必须完全干燥不能受潮。茶水颜色以清澈透亮不混浊为佳，茶泡好之后可以嗅闻茶香，以辨别茶叶的香气或检查有没有焦味、烟味等异味。至于泡开后的红茶茶渣，大致是呈现黄红至红褐色。

◎美味红茶冲泡法

正确的红茶冲泡法，是将茶叶放入事先以热水冲过的温热茶壶中，若要冲泡1人份，则需使用3克的茶叶（约1小尖匙），再注入1杯沸腾的热水，盖上壶盖等待2~3分钟后，即可倒出饮用。如果想要饮用冰红茶，则需先以3克茶叶冲泡半杯沸水，同样等待2~3分钟后，即为上述2倍浓度的红茶，此时在杯中加入8分满的冰块，再注入2倍浓度的热红茶，加入砂糖调味即为好喝的冰红茶。

◎红茶的保存

市售的红茶大致有锡罐、纸罐、纸盒、纸袋、铝箔袋等包装方式，一般在未开封情况下，自制造日期起可保存2至3年不等，开封后则需尽快饮用完毕。红茶需存放在阴凉干燥的场所，而且要避免日照，收藏时建议以密封性良好、可有效隔绝空气及湿气的玻璃真空瓶为主。若以原包装的锡罐保存，则需留意质软的锡罐变形，以免无法密闭。不过若因为气候潮湿，建议亦可置于防潮箱或冰箱里保存，但因茶叶有吸臭功能，若存放于冰箱，则需确定包装密闭。

红茶磅蛋糕

准备工作：将一包红茶茶包浸泡于200克的沸水约一分钟后，取出茶包沥干

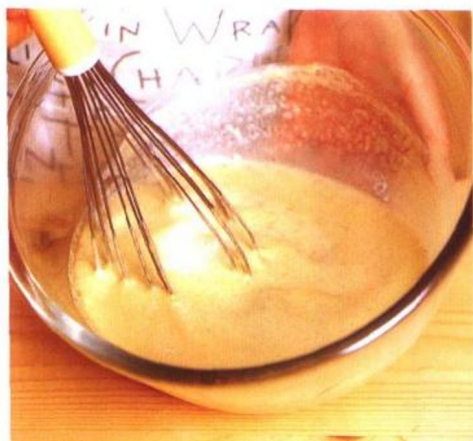
分量：4 小条

材料

- 1. 奶油.....145 克
- 2. 低筋面粉.....145 克
- 奶粉.....6 克
- 泡打粉.....1 克
- 3. 细砂糖.....130 克
- 盐.....1 克
- 4. 蛋.....145 克
- 5. 红茶茶渣.....1 包
- 6. 红茶茶汁(冷).....14 克

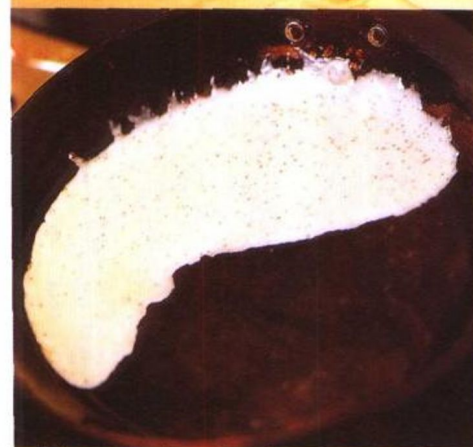
做法

- 1. 奶油切片待其软化，材料2混合过筛备用。
- 2. 将材料1、2拌匀打发至体积变大、泛白，再加入材料3拌匀。
- 3. 蛋亦分次加入拌匀至糖溶化无颗粒状，即可加入红茶渣拌匀。
- 4. 红茶汁分2次加入拌匀，即可将面糊倒入抹油洒粉的模型中，最后放入已预热至170℃的烤箱烤约35分钟即可。



1

法式薄饼的面糊必须很稀且需静置，才能煎成如蛋皮般的厚薄度



2

舀取1勺面糊倒入倾斜锅中，再顺势以转圆圈的方式将面糊布满锅面



3

红茶酱汁需以小火熬煮至光亮且汁液浓稠



4

为求酱汁质感滑顺，熬煮完成后需过滤

红茶法式薄饼

分量：约20片

准备工作：将1包红茶茶包浸泡于400克的沸水约1分钟后，取出茶包沥干



材料

低筋面粉.....	150克
蛋.....	1个
蛋黄.....	1个
细砂糖.....	20克
融化奶油.....	35克
沙拉油.....	10克
香橙酒.....	25克
红茶茶汁(冷).....	380克
红茶茶渣.....	1包

红茶酱汁材料

1. 红茶茶包.....	1包
沸水.....	300克
细砂糖.....	100克
蛋黄.....	2个
2. 香橙酒.....	20克
柳橙汁.....	1/4个
柳橙皮屑.....	少许

做法

1. 低筋面粉过筛后即可将所有材料一起混合拌匀，静置约30分钟。
2. 以低温加热平底锅，锅中抹油，将适量面糊倒入锅中以小火微煎，至底面有金黄烙印即可扣出于盘上。
3. 酱汁做法：将茶包浸于沸水中1分钟后即可取出茶包，取250克冷却的茶汁加入细砂糖、蛋黄拌匀，煮至光亮浓稠即可滤除颗粒，再加入酱汁材料2拌匀即成红茶酱汁。
4. 将数片红茶薄饼折成扇形排盘，洒上水果颗粒，淋上红茶酱汁即可食用。

P.S.第1次煎薄饼前，锅子需抹一层薄油，之后即可不用。

