

美化生活系列

冰点

大家族



最流行的时尚冰点

千变万化的口味 详细的做法说明
让你不必上街也可以品尝世界级的可口冰点

大众文艺出版社

5272

31

2



责任编辑：卢昌五 邹艳玲 付巧凤

总体策划：越华工作室

装帧设计：金玲 志祥

封面设计：汤凡

图书在版编目 (CIP) 数据

美化生活系列 / 阿瑛编著

——北京：大众文艺出版社，2003.9

ISBN 7-80171-366-4

I. 美… II. 阿… III. 生活——知识

IV. TS976.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 067484 号

美化生活系列·冰点大家族

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编：100007)

长沙市美术印刷有限公司印刷 新华书店经销

开本 889 × 1092 毫米 1/24 印张 17.5

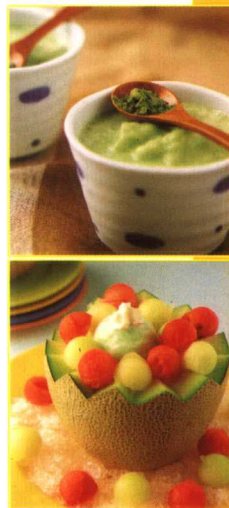
2004 年 7 月北京第 1 版 2004 年 7 月长沙第 1 次印刷

ISBN 7-80171-366-4/TS·6 定价：79.00 元 (共五册)

美化生活系列

Sorbet family

冰点大家族



大众文艺出版社

Contents

目录

开篇小常识·····	4
开设冰店的基本设备·····	7
冰砂是怎样制成的·····	9

一、传统刨冰篇

红枣桂圆冰·····	12
红豆牛奶冰·····	13
仙草冰·····	14
芋头、地瓜圆冰·····	15
雪耳莲子冰·····	16
酸梅冰·····	17
杨桃冰·····	18
凤梨冰·····	19
柠檬爱玉冰·····	20
粉圆冰·····	21
甜瓜盅·····	22

二、流行创意冰品篇

草莓牛奶冰·····	24
芒果牛奶冰·····	25
咖啡牛奶冰·····	26
乌龙茶冰·····	27

莓子冰·····	28
麦啤·····	29
旧金山风暴·····	30
玫瑰茶冰·····	31
柠檬薄荷冰·····	32
芒果爽·····	33
果冻百汇·····	34
加州阳光·····	35
巴塞隆纳·····	36



三、异国冰品篇

港式杏香木瓜燕窝·····	38
港式哈密瓜西米捞·····	39
港式芋头西米捞·····	40
港式芒果布丁·····	41
港式水果party总汇·····	42
日式抹茶冰·····	43
日式白玉冰·····	44
日式布丁冻·····	45
日式金瓜冻·····	46
日式冰淇淋总汇冰·····	47

美式莓子黛克利	48
美式玛格丽特	49
翡冷翠	50
蓝色之恋	50
法国香槟	51
紫色多娜	51

四、水果冰砂篇

荔枝哈密瓜冰砂	53
番茄冰砂	54
健康橘子冰砂	55
奇异果冰砂	56
抹茶甜瓜冰砂	57
苹果冰砂	58
热带风情冰砂	59
西瓜汁、西瓜蜜	61
杨桃冰砂	62
草莓冰砂	63
凤梨冰砂	64
乌梅冰砂	64
柠檬冰砂	65

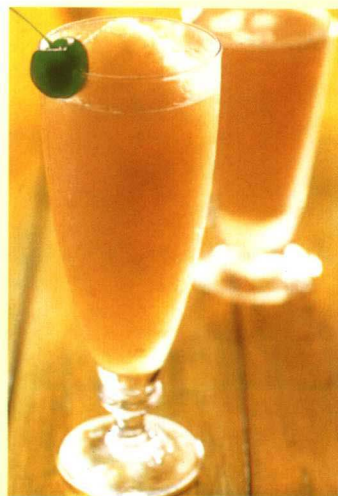


蓝莓冰砂	66
葡萄冰砂	66
柳橙冰砂	67
水蜜桃冰砂	68
蔬果冰砂	68
百香果冰砂	69
什锦水果冰砂	69

五、水果花草冰砂、星座冰砂

芒果紫罗兰冰砂	71
苹果洛神冰砂	71
木瓜薰衣草冰砂	72
奇异果马鞭草冰砂	72
红西瓜柠檬草冰砂	73
哈密瓜玫瑰冰砂	73
玫瑰花蜜冰砂	74
出水芙蓉	75
黑森林	75

罗马之恋	76
放肆情人	76
欧陆风情	77
迷宫情迷	77
翡翠之吻	78
深情款款	78
你依我依	79
梦幻之恋	79
仲夏激情	80
真情难收	80
神魂颠倒	81
永恒之吻	81
忘情水	82
紫色梦幻	82
X情人	83
缠绵	83



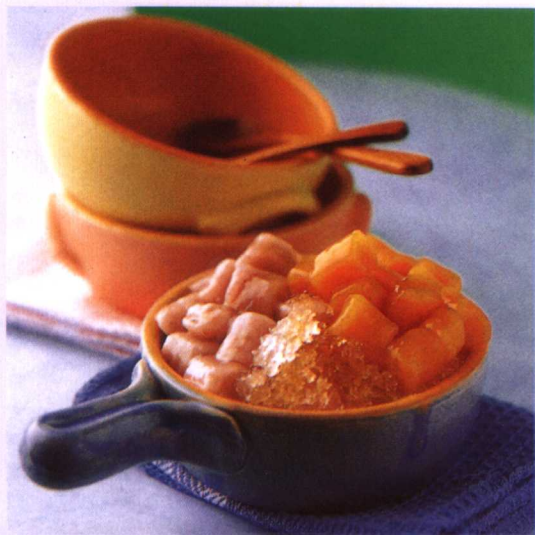
开

扁

小

常

识



开篇小常识 / 4

制作冰品前,该了解、注意些什么呢?以下这些小常识是你不可不知的……

1、芋头及地瓜如何煮才好吃?

因为芋头及地瓜质地松软,如果以大火滚沸来煮,很容易散成泥汤,所以要以中小火慢煮,其间尽可能不去搅拌它,以免将芋头及地瓜搅散了。待8分熟时,移至焖烧锅来焖煮,此时才加冰糖,煮至糖份入味、熟透、香Q即可。

2、芋圆及地瓜圆要如何做?

● 芋圆

【材料】 芋头约1公斤重、地瓜粉(太白粉)约950克、细白砂糖约45克

【做法】 先将芋头削皮,切成厚片,入滚水慢火煮至软熟,捞出放凉后捣成泥状,再加上地瓜粉及砂糖,以加地瓜粉来调整粉团黏度,搓揉至不黏手为止。接着将粉团揉成比手指稍粗一些的长条状,再分切成2公分大小,这就是芋圆的做法。

● 地瓜圆

【材料】 地瓜约1公斤重、地瓜粉(太白粉)约1500克、细白砂糖约35克

【做法】 先将地瓜削皮,切成厚片,入滚水慢火煮至软熟,捞出放凉后捣成泥状,再加上地瓜粉及砂糖,以加地瓜粉来调整粉团黏度,搓揉至不黏手为止。接着将粉团揉成比手指稍粗一些的长条状,再分切成2公分大小即可。

- 3、红枣又称为“大枣”。因含糖量高，古人又称为“蜜枣”。红枣对于加强营养、补血益气、健胃强身、美容养生都有极大的裨益，是一种天然滋补佳品。
- 4、粉圆是以甘薯粉、太白粉、酱色为材料，因材料取自红心番薯，所以又有红心粉圆封号，目前市面上常见的生粉圆可分为“湿粉圆”及“干粉圆”二种。
- 5、龙眼不仅是名贵的滋补佳果，也是一味自古以来治病疗疾的良药。龙眼味甘质润、性平温和，具开胃健脾、滋肤养颜，补虚长智的功用。
- 6、杨桃又有“星星果”（star fruit）之称，性寒、利尿、止痛、解酒毒，分甜味品种和酸味品种。
- 7、又低，丰富的维生素C可帮助新生细胞的形成及伤口愈合，亦可加强吸收铁质、以利于红血球及组织生长。
- 8、凤梨含丰富维他命C，具帮助消化蛋白质的特殊功能，饭后食用可帮助消化。
- 9、木瓜含有蛋白质、维生素A、C等，营养之高为水果上品，且热量低，深受减肥者喜爱。



- 10、荔枝味甘酸性温，最益肝脾、生津益血理气止痛。荔枝鲜果采下后，素有“一日色变、二日香减、三日味变、四、五日外色香皆尽矣”。
- 11、蕃茄中含有果胶，具有整肠作用，每天吃番茄更可抑制牙龈出血及高血压引起的眼底出血。
- 12、奇异果含丰富维他命C，而所含果胶有降低血中胆固醇浓度效用，因此对健康很有帮助。
- 13、“仙草”，别称仙人草，仙草汁清热解渴、凉血、利尿、降血压。

14、红糖浆、凤梨味红糖浆及白糖浆如何做?

【材料】 二砂(黄糖) 500克、水
350毫升、麦芽糖 50克

● 红糖浆做法:

- 1、先将水烧开,再将二砂分次加入,搅拌溶化,过程中要将浮渣捞出。
- 2、将麦芽糖加入煮至溶化。
- 3、将糖浆浓缩至适当稠度即可。
- 4、可储存于冰箱一星期以上。

● 凤梨味糖浆做法:

只需在熬煮过程中,加入约50毫升的凤梨罐头糖浆(此时水需减少50毫升)。

● 白糖浆做法:

- 1、将350毫升水烧开后,再将500克的二砂分次加入。
- 2、搅拌均匀,煮至溶化浓缩即可。

19、冰淇淋和雪波的特色比较:

项 目	冰 淇 淋	雪 波
乳 脂 肪	15%	3—4%
空气含量	80—100%	20—40%
原 料	调味	天然水果
食用温度	-18℃	-8℃—-12℃
糖 份	16—28%	11%以下

- 15、洛神花主要分部于山坡地,洛神花有消暑降火气,活络气血循环等功效。
- 16、玫瑰花气味清香、味甘纯甜,含有丰富的维他命C,多饮可预防感冒,对脑及肝脏有益。
- 17、芒果味美,营养也算丰富,但其性湿热,不宜多食。
- 18、豌豆是高蛋白质的食物,其鲜绿的颜色,深受各民族喜爱,相传连慈禧太后都抵挡不了它。



开设冰店的基本设备



削冰机

刨冰机

1. 一削冰机 (刨冰机)

削冰机可分为手动式、电动式两种，一般家庭多使用手动式，营业场所则以电动式为主。

电动式削冰机又分为传统国内产品及新型日制产品，传统国产削冰机必须自制大型冰块，机体较为笨重，但价格较便宜，需要快速量产时，较为快速方便。新型日制削冰机可使用一般制冰机的冰块，制作上虽较为精致，但速度较慢且产品价格高。

2. 一冰砂机

冰砂机不论在机体构造还是在使用范围上，都和果汁机有所不同，好的冰砂机有下列特点：

- 1、单一指令操作方便。
- 2、操作次数记忆显示，轻易估算销售量。
- 3、方形 GE 亚克力透明搅拌壶，质轻耐用，可重叠置放节省空间。
- 4、搅拌壶附刻度，可使产品规格化，提供客人口味稳定的饮料及冰砂。
- 5、可搭配装潢设计成嵌入式主机。
- 6、内建 30 组搅拌程式，可依原物料特性，选择效果最佳的搅拌转速和时间。
- 7、强力多角度不锈钢刀，经久耐用，并使物料搅拌均匀。

3. 一果汁机

果汁机可选择营业用的专业机种，较适合店面使用，营业机种不论马达强度、刀片设计，都较适合长时间使用，美国机种是不错的选择。



冰砂机

4、—制冰机

对于冰店来说，制冰机是相当重要的生财工具，有些冰店是以买冰方式以供需求，但须注意卫生的问题和方便性。

选择制冰机的重点：

- 1、每天最高制冰量是否适合店内需求。
- 2、制冰机的机型样式是否适合店内装潢及设计。
- 3、制冰机制出的冰块样式，是否适合店内产品使用，另外，冰块的硬度、洁净程度，也是考虑的重点。

5、—冷冻冰箱

冷冻冰箱是开冰店的必需品，不论是选择进口品牌或是国内的冷冻冰箱，切记要选择组装完整的机器，尽量不要挑选拼装机，不然以后在使用及维修上都相当麻烦。另外，温度的稳定及内部承架和空间的设计也相当重要。再依店面的空间大小，有直立式及卧式两类可选择。不妨依预估客流量来选择冰箱大小。

6、—冷藏冰箱

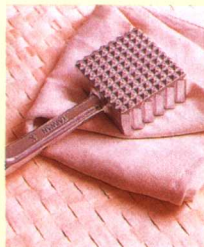
冷藏冰箱也是开冰店的必需品之一，尽量不要选择拼装机，选择的重点在于温度的稳定及内部承架和空间的设计，再依店面的空间大小，有直立式及卧式两类可选择。可依预估客流量选择冰箱大小。

7、—工作台水槽

工作台水槽对营业店面相当重要，多在此做材料的清洗及处理，工作中的产品制作及清洗。工作台可依实际上的需要量身订做，水槽也可从使用方便考虑，对其深度、宽度、长度上做适度的设计及更改。



制冰机



敲冰器 & 冰袋



磅秤 & 量杯

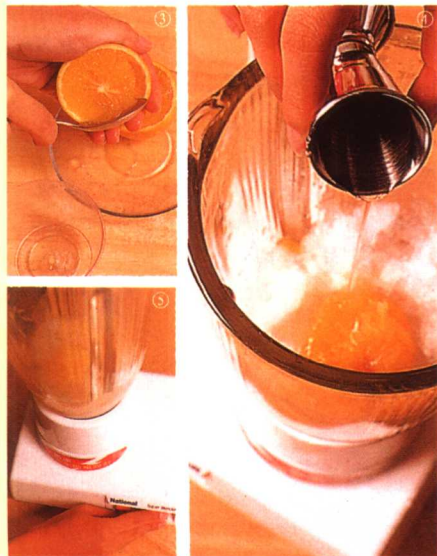
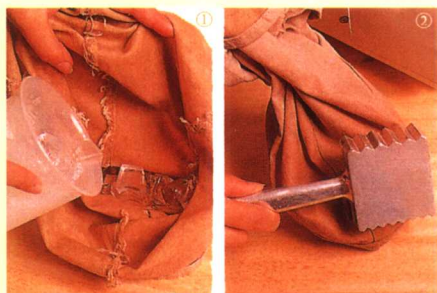
压汁器、砧板 & 水果刀、削皮刀



冰砂是怎样制成的

全世界正在流行的冰砂，不仅夏天广受欢迎，秋冬也延续发烧，餐饮业者纷纷将其列入下午茶主打商品之一。

其实做冰砂并不难，只要将手边容易取得的材料，如水果、咖啡、花草茶、香料，加入冰块及果糖，以果汁机或冰砂机搅打，就可以尝到像小石子般细细沙沙、浓稠又有嚼感的冰砂了。



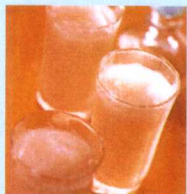
【做法】

- 1、冰块放入冰袋（或坚固的厚布）中包好。
- 2、以敲冰器将冰块敲碎。
- 3、水果洗净切小块，或以汤匙挖出果肉备用。
- 4、将碎冰、果肉及其他材料放入果汁机中。
- 5、以高速先搅打10秒钟，再以酒吧长匙略微拌一拌后，继续搅打20秒钟即可。



做出好喝冰砂的诀窍

- 1、材料须新鲜，确保洁净。
- 2、所有材料的份量要准确测量，不可任意删减，材料过少会没味道；过多易太浓。
- 3、以果汁机制作冰砂，冰块须敲碎，才容易搅打成细泥状，且不伤害机器。
- 4、冰块须放足够，否则打出来的冰砂会太稀。
- 5、较大的水果，须先将果肉切小块，以利果汁机搅打均匀。
- 6、市售的果糖糖份浓度有 90% 及 65% 两种；若糖份浓度为 90%，不可直接倒入果汁机中，须以果糖与冷开水 2 : 1 的比例（如：60 毫升果糖加 30 毫升水拌匀）稀释成糖水，再倒入果汁机制作冰砂，才不会太甜或无甜味。太甜的果糖会吸走冰砂本身的香味，不够甜则香味不易释放出来。若糖份浓度为 65%，则不须以冷开水稀释。
- 7、自制糖水做法如下：
以 650 克细砂糖加上 600 毫升水煮滚即可，可一次多煮些，放冰箱冷藏备用。



PART-1

传统

创冰篇





红枣桂圆冰

【材料】 红枣12颗、桂圆干50克、枸杞10克、水500毫升、二砂300克、碎冰1大勺

【做法】

- 1、先将水注入锅中煮开，将红枣、桂圆、枸杞一起加入锅中。
- 2、以小火煮20分钟，将味道煮出。
- 3、将红枣、桂圆、枸杞捞出备用，留下汤汁。
- 4、再将汤汁重新煮开，二砂糖分次加入，煮化浓缩，放凉备用。
- 5、将碎冰于盘中堆成山形，将红枣、桂圆、枸杞置于其上。
- 6、淋上一圈调味糖浆即可。

红豆牛奶冰

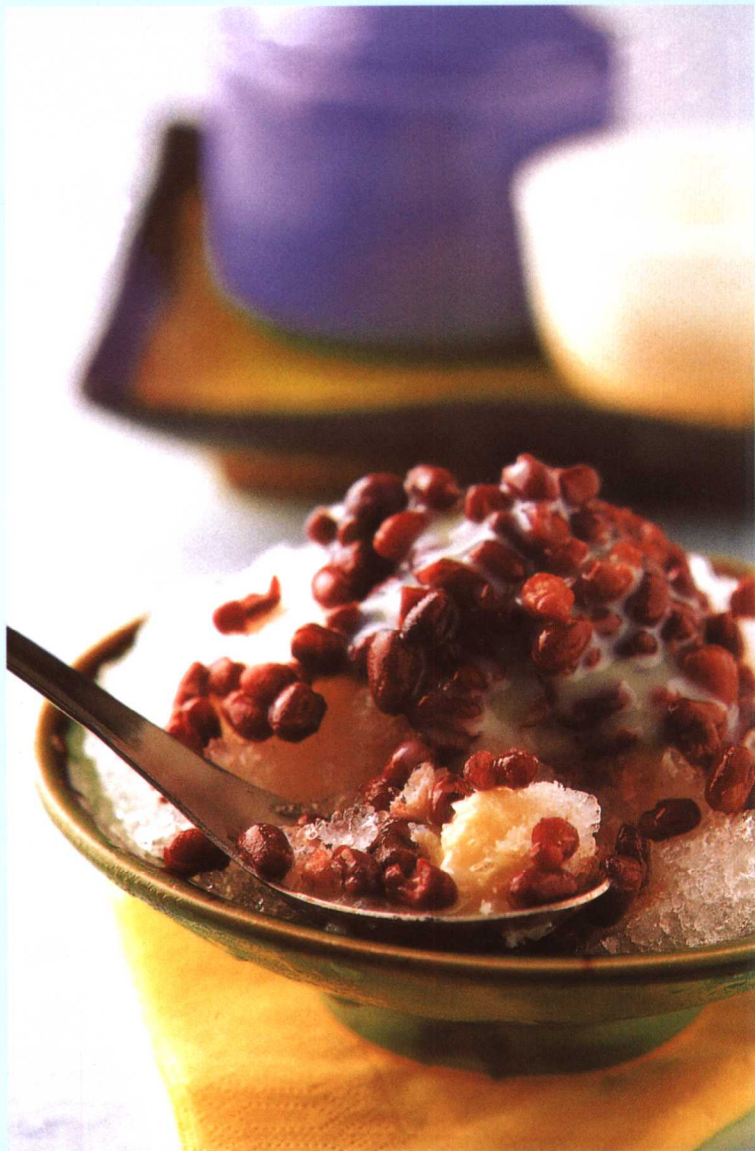
【材料】蜜红豆1大匙、炼乳30毫升、
奶水30毫升、红糖浆30毫
升、碎冰1大勺

【做法】

- 1、先在盘中将碎冰堆成山形，淋上部分红糖浆。
- 2、再将红豆自然铺于冰上。
- 3、先淋上一圈炼乳、再淋上一圈奶水、最后淋上剩余红糖浆即可。

★ 煮红豆小秘诀：

- 1、红豆须先泡冷水约半天，将水倒掉。
- 2、重新加入冷水以高于红豆约一公分为宜，在电锅外锅加二杯水，压电源。
- 3、直到红豆煮至捏下去有软度时，加入白砂糖，并于外锅再加半杯水，压下电源直到再跳起即可。





仙草冰

【材料】 仙草1块、红糖浆适量、蜂蜜少许、碎冰适量

【做法】

- 1、先将仙草切成两个手掌大小正方形块。
- 2、用粗孔刨刀将一块仙草刨成条状。
- 3、再将另一块仙草切成小方块状。
- 4、先将小方块仙草铺于容器底部，再将碎冰加至容器的9分满。
- 5、在碎冰上再加上条状仙草，淋上红糖浆及蜂蜜即可。

芋头、地瓜圆冰

【材料】 煮熟的芋头圆、地瓜圆各8颗、凤梨味红糖浆45毫升、碎冰1大勺

【做法】

- 1、先在盘中将碎冰堆成山形。
- 2、再将芋头圆、地瓜圆分别铺上。
- 3、最后淋上凤梨味红糖浆即可。

