

家庭自制冷饮食品

编著

尹正 俞世忠

尹建国 尹陇州

劲牛祝君幸福
JINNIUZHUJUNXINGFU

陕西电子工业部开利电冰厂



前 言

随着我国人民生活水平日益提高的需要，家庭电器设备逐年增多，尤其是电冰箱正在进入千家万户，如何利用电冰箱制作家庭冷饮食品，引起了人们广泛的兴趣。在炎暑酷热的季节食用家庭自制的冷饮食品，不但能增加营养，而且使人身心畅快，实属提神醒脑、消暑解热的美味佳品。

本书参照上海、广州、北京有关“家用电器”和“自制冷食”，及国内民间保健饮料等有关资料，结合笔者在实际工作中的体会而编的，内容通俗、易懂、实用，供同志们参考。

由于本人水平有限，缺点和错误在所难免，恳请读者批评指正。

俞世忠 尹陇州

1988年5月1日

目 录

第一章 绪言	(1)
第二章 如何正确使用家庭电冰箱	(3)
第一节 电冰箱的原理与使用	(3)
一、电冰箱的原理	(3)
二、电冰箱各部件名称	(5)
三、如何装置电冰箱	(9)
四、开始使用的注意事项	(9)
五、正确贮藏食物的方法	(10)
六、调节温度控制器	(11)
七、怎样制取冰块	(12)
八、如何除霜	(13)
九、如何清洁维护冰箱	(13)
十、其它	(13)
第二节 作好电冰箱的卫生	(15)
第三节 如何使用电冰箱制作冷饮食品	(16)
第三章 家庭冷饮制品原料的选择与处理	(18)
第一节 甜味料类	(18)
一、食糖	(18)

二、糖精.....	(20)
三、蜂蜜.....	(20)
四、各种甜味料在冷饮食品中的应用.....	(21)
第二节 乳与乳制品类.....	(24)
一、鲜乳.....	(25)
二、炼乳.....	(26)
三、乳粉.....	(28)
第三节 蛋与蛋制品类.....	(31)
一、蛋品在冷饮食品中的作用.....	(31)
二、蛋品结构及化学成分.....	(31)
三、蛋品引起变质的原因.....	(31)
四、蛋的保管.....	(32)
第四节 油脂类.....	(33)
一、油脂在冷饮食品中的作用.....	(33)
二、油脂分类及化学组成.....	(33)
三、油脂酸败对人体的危害.....	(34)
第五节 果品与果制品类.....	(34)
一、果仁类.....	(34)
二、果脯、果干类.....	(36)
三、可可、咖啡类.....	(38)
四、鲜瓜果及罐头在家庭冷饮制品中的使用.....	(40)
五、鲜果汁在家庭冷饮制品中的使用.....	(40)
六、果酱在家庭冷饮制品中的使用.....	(41)
七、红果、枣泥的制法.....	(41)
第六节 食品添加剂类.....	(43)
一、增稠剂.....	(43)

二、着色剂·····	(46)
三、香料·····	(48)
四、防腐剂·····	(50)
第七节 淀粉和豆类·····	(51)
一、淀粉在家庭冷饮制品中的作用·····	(51)
二、淀粉性能与成品·····	(52)
三、豆类在家庭冷饮制品中的选用·····	(52)
第四章 家庭冷饮制作方法 ·····	(54)
第一节 家庭制作清凉饮料·····	(54)
一、自制冰块·····	(54)
1. 白冰块·····	(54)
2. 豆类冰块·····	(55)
3. 果味冰块·····	(55)
4. 牛奶冰块·····	(55)
5. 制冰方法·····	(55)
二、果露酒类·····	(56)
(一)冰镇优质白糖冰水·····	(56)
(二)冰镇香蕉果露冰水·····	(57)
(三)冰镇桔子果露冰水·····	(57)
(四)冰镇菠萝冰水·····	(58)
(五)冰镇薄荷冰水·····	(58)
(六)其它冰镇果露水·····	(58)
三、果汁类·····	(61)
(一)冰镇什果汁·····	(61)
(二)冰镇酸梅汁·····	(63)

(三)冰镇菠萝汁.....	(64)
(四)冰镇椰子汁.....	(64)
(五)冰镇桔子汁.....	(64)
(六)冰镇咖啡.....	(64)
(七)冰镇可可.....	(65)
(八)冰镇红果汁.....	(65)
(九)冰镇西瓜汁.....	(65)
四、奶质类.....	(66)
(一)冰镇可可牛奶.....	(66)
(二)冰镇咖啡牛奶.....	(68)
(三)冰镇鲜牛奶.....	(68)
(四)冰镇果味牛奶.....	(69)
(五)冰镇麦乳精.....	(69)
(六)冰镇红茶牛奶.....	(70)
五、流质类.....	(71)
(一)冰镇酸梅汤.....	(71)
(二)冰镇山楂汤.....	(72)
(三)冰镇绿豆汤.....	(73)
(四)冰镇赤豆汤.....	(73)
(五)冰镇莲子.....	(74)
(六)冰镇红果.....	(74)
(七)冰镇荔枝汤(汁).....	(74)
(八)冰镇枣蜜汤(汁).....	(75)
(九)冰镇糖汁荸荠.....	(76)
(十)冰镇杏块汤.....	(77)
(十一)冰镇蜜梨汤.....	(78)

(十二)冰镇苹果汤.....	(78)
(十三)冰镇川桔汤.....	(79)
第二节 家庭自制民间传统清凉饮料.....	(79)
1. 冰镇鲜橙汁泡水.....	(79)
2. 冰镇绿豆汤泡水.....	(80)
3. 冰镇冬瓜荷叶露.....	(80)
4. 冰镇荷叶凉茶.....	(80)
5. 冰镇鲜藕凉茶.....	(81)
6. 冰镇凉藕糕.....	(81)
7. 冰镇芭蕉花汤.....	(81)
8. 冰镇酸梅汤.....	(81)
9. 冰镇西瓜翠衣汤.....	(81)
10. 冰镇翠衣凉茶.....	(82)
11. 冰镇扁豆汁.....	(82)
12. 冰镇食盐冬瓜汤.....	(82)
13. 冰镇盐菠萝汁.....	(82)
14. 冰镇枇杷竹叶凉茶.....	(82)
15. 冰镇蕃茄甜汤.....	(83)
16. 冰镇芝麻叶茶.....	(83)
17. 冰镇绿豆汤.....	(83)
18. 冰镇薄荷凉茶.....	(83)
19. 冰镇食盐甘草水.....	(83)
20. 冰镇菊花水.....	(84)
21. 冰镇凉盐茶.....	(84)
22. 冰镇金银花汤.....	(84)
第三节 家庭自制花色冷食.....	(84)

1. 巧克力木斯	(84)
2. 咖啡冰激凌	(85)
3. 冰激凌烩水果	(85)
4. 酿馅青椒	(85)
5. 清凉菠萝糕	(86)
6. 甜脆雪耳盅	(86)
7. 香草凉糕	(87)
8. 可可奶糕	(87)
9. 水晶肘	(87)
10. 意式雪花奶汁宾昔(维纳斯梦)	(88)
11. 日式冷冻甜酒点心(特制)	(89)
12. 俄式家酿格瓦斯	(90)
13. 酸梅汁	(91)
14. 家制冰激凌	(91)
15. 烩水果	(91)
16. 红果酪	(92)
17. 西瓜酪	(92)
18. 冰糖西瓜露	(93)
19. 冷冻奶糕	(93)
20. 冷冻奶豆腐	(93)
21. 冷食——木斯	(94)
22. 自制冰激凌	(95)
23. 白桃森	(95)
24. 雪人	(95)
第四节 家酿酒品饮料	(96)
1. 家酿啤酒饮料	(96)

2. 家酿江米甜酒.....	(97)
3. 自制汽水、汽酒.....	(98)
第五节 家制奶质饮料.....	(100)
1. 家庭自制酸牛奶.....	(100)
2. 奶粉自制酸奶.....	(101)
第六节 消暑祛疾的宜儿冷饮.....	(101)
1. 藕汁蜜糖露.....	(101)
2. 蜜糖银花露.....	(102)
3. 红糖绿豆沙.....	(102)
4. 红萝卜荸荠饮.....	(102)
5. 川贝冰糖米汤饮.....	(102)
6. 云香绿豆糖水.....	(102)
7. 茅根竹蔗水.....	(103)
8. 马蹄糖水.....	(103)
第七节 独特风味保健饮料.....	(103)
1. 柏叶饮.....	(103)
2. 杏酪饮.....	(104)
3. 水芝饮.....	(104)
4. 香橼饮.....	(104)
5. 青梅汤.....	(104)
6. 凤髓汤.....	(105)
7. 益元汤.....	(105)
8. 红枣扁豆汤.....	(105)
9. 鲜藕汁.....	(106)
10. 白萝卜汁.....	(106)
11. 西瓜蕃茄汁.....	(106)

第八节 家庭特制冷饮品	(106)
1. 自制汽水	(106)
2. 牛奶巧克力冻	(107)
3. 苹果木斯	(107)
4. 杏仁木斯	(108)
5. 鸡蛋木斯	(108)
6. 蜂蜜酸奶	(109)
7. 冷烩蜜桃	(109)
8. 冻可可	(109)
9. 红酒梨	(109)
10. 奶油冰糕	(110)
11. 可可冰激凌	(110)
12. 格瓦斯	(110)
13. 酸梅汤	(111)
14. 烩水果	(111)
15. 红果酪	(111)
16. 西瓜酪	(112)
17. 冰糖西瓜露	(112)
18. 冷冻奶糕	(113)
19. 冰糖奶豆腐	(113)
20. 三鲜汁	(113)
第九节 广式家庭自制风味冷食	(114)
(一)甜冻红豆	(114)
(二)甜冻莲子	(114)
(三)甜冻菠萝	(114)
(四)甜冻杂果	(115)
(五)啫喱	(115)

第一章 绪 言

冷饮食品为广大群众盛夏消暑的佳品，在我国有着悠久历史。早在周朝时期，人们已用天然冰为消暑服务，古书记载“长安冰雪至夏则价等璆”，所指就是用冰之事。

宋真宗时，有将果汁调合各种奶汁，放上冰块，制成冰酪。宋代诗人杨万里一首咏冰酪的五绝：

似腻还成爽，如凝又似飘。

玉来盘底碎，雪向日冰消。

据上所述，可算是雪糕的雏型。十三世纪，意大利人马可波罗来到中国，写成《东方见闻录》有“在东方的黄金国（指中国）里，居民们喜欢吃奶冰”的记述，从此冰酪才传到欧洲。一五五〇年，意大利才制成“冰激凌”。这种以中国冰酪制法为基础而发明的冰激凌，就是近代的“雪糕”的鼻祖。“雪糕”于一七三〇年才传入英国，因此，“雪糕”一词，英国《牛津大词典》至一七六九年版才收入。美国一九二〇年，才有雪糕生产。

我国的冷饮制品，具有独特民族风味，花色品种繁多，普遍受到广大人民的欢迎。在国际市场上，也有一定声誉，特别是在冷饮制作方法、风味、花色品种上形成各种独特风格。尤其是家庭自制饮料更丰富多彩，被人民大众所公认。

近年来，由于广大人民群众物质文化生活的不断提高，

家用电器的普及，人们对家庭冷饮制品的品种、质量的需求，也相应的提高了。尤其是家庭冷饮冷食制品作为盛夏消暑食品，深受人们的欢迎。

但是，在冷饮冷食品制作中，使用的原料均含有丰富的奶、蛋、糖、果汁、淀粉等类，一旦被细菌污染，极易生长繁殖。家庭冷饮成品不再加热处理，直接食用，如果不讲究卫生，不按科学制作，不但不能制作出美味可口的冷食品，还会引起肠道疾病和食物中毒。因此，学会科学地制作冷饮食品，是确保人们身体健康的条件。

第二章 如何正确使用 家庭电冰箱

第一节 电冰箱的原理与使用

一、电冰箱的原理

电冰箱共分四大部分：即制冷系统、控制系统、箱体部分及附属件。图 1 为制冷系统及电气系统图。

（一）制冷系统的工作原理：是利用压缩机在制冷系统管道内进行周期性的吸气和排气，达到循环制冷。冷藏箱内的热量，通过箱内空气自然对流传递至蒸发器管道内温度较低的制冷剂，然后制冷剂将吸收的全部热量由压缩机压到冷藏箱外的冷凝器，通过冷凝器将热量传递至周围空气中，周而复始，冷藏箱内即可达到理想的冷藏温度。图 2 为工作原理图。

（二）控制系统：包括半自动化霜温度控制器和继电器灯开关等。

1. 半自动化霜控制器是利用感温管来控制压缩机电的开关，使冷藏室保持在一定的冷藏温度并附有半自动化霜结构。

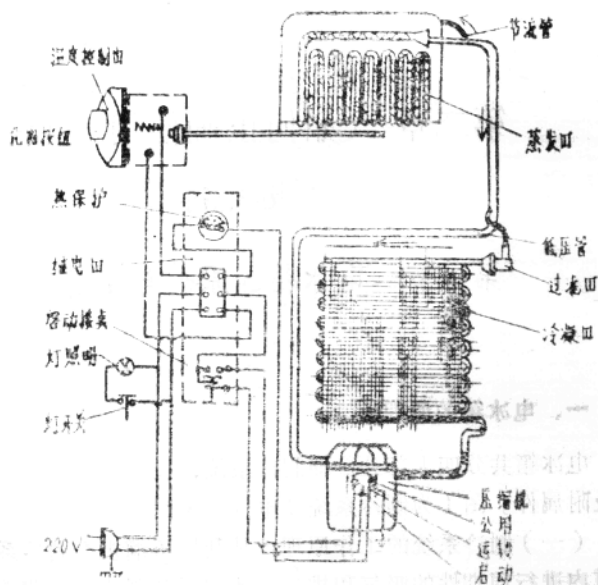


图 1

制冷系统及电气系统图

2. 继电器有两个作用，一个是保证冰箱突然的超负荷电流过大或机壳过热时，切断电路，使电机停止运转，以达到保护电机的目的，另一个是它能满足电机启动时的需要。

3. 灯开关控制冷藏室内的照明灯，冰箱开门时灯亮关门时灯灭。

(三) 箱体部分：包括前门、外箱、冰藏箱、门壁等。

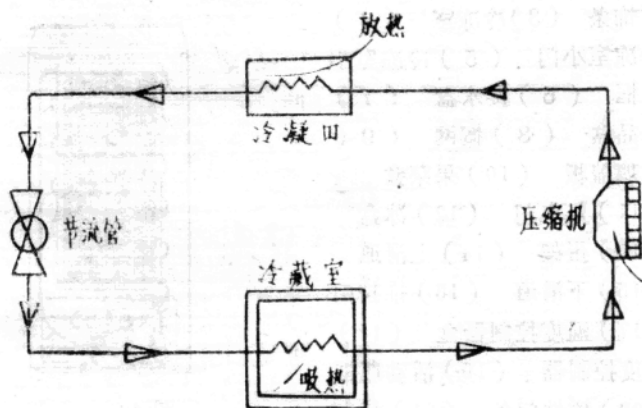


图 2

二。电冰箱各部件名称 (如图 3、4)。

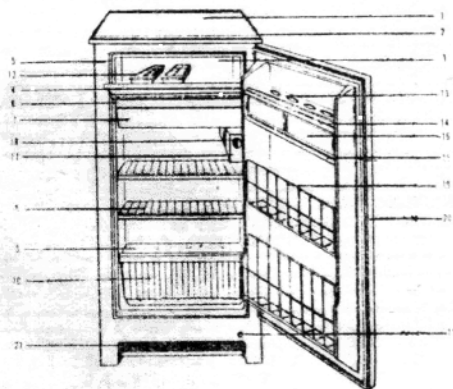


图 3

(1) 台面板 (2) 台
 面饰条 (3) 冷冻室 (4)
 冷冻室小门 (5) 冷冻室小
 门框 (6) 接水盘 (7)
 肉品盒 (8) 搁网 (9)
 玻璃盖板 (10) 果菜盒
 (11) 灯电门 (12) 冰盒
 (13) 蛋架 (14) 上滑道
 (15) 下滑道 (16) 推拉门
 (17) 温度控制器盒 (18)
 温度控制器 (19) 活动瓶框
 (20) 磁性门条 (21) 蒸发
 皿 (22) 冷凝器 (23) 时
 间继电器和热保护继电器。

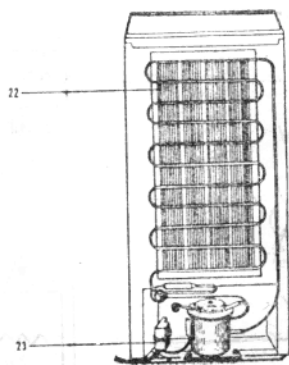


图 4

附：日本东芝电冰箱各部件名称如图 5。

各部分名称及作用 IDENTIFICATION AND FUNCTIONS OF PARTS

