

尚锦文化



点击率最高的

咖啡馆美食

〔韩〕李智惠 著
李天龙 译



中国纺织出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

点击率最高的咖啡馆美食 / (韩) 李智惠著; 李天龙译. —北京: 中国纺织出版社, 2012.11

ISBN 978-7-5064-9219-5

I. ①点… II. ①李… ②李… III. ①食谱 IV. ①TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第235660号

카페 브런치点击率最高的咖啡馆美食

Copyright ©2010, Lee, Ji-hye (李智惠)

All rights reserved.

Simplified Chinese translation edition ©2012 by China Textile & Apparel Press

This Simplified Chinese edition was published by arrangement with

Kyunghyang Media through Imprima Korea Agency

and Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co., Ltd.

著作权合同登记号: 图字: 01-2010-8012

责任编辑: 范琳娜 责任印制: 陈 涛

装帧设计: 水长流文化

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京佳信达欣艺术印刷有限公司 各地新华书店经销

2012年11月第1版第1次印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 9

字数: 102千字 定价: 32.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

点击率最高的

咖啡馆美食



〔韩〕李智惠 著
李天龙 译

Contents

目录

厨具与材料 · 4

家庭烘焙基础准备过程 · 7

第一章 咖啡屋餐点

花生酱香蕉吐司 · 9

水果薄饼 · 10

酸奶水果沙拉 · 12

蒜蓉面包 · 13

玉米饼鸡蛋卷 · 14

贝果肉松甜面包干 · 16

紫薯汤 · 18

面包布丁 · 20

西兰花土豆汤 · 22

意式蒜味烤面包片 · 24

芙蓉蛋 · 26

法式吐司 · 28

芙蓉蛋奶酪吐司 · 29

酸奶味多纳圈 · 30

鸡肉沙拉 · 32

法式三明治吐司 · 34

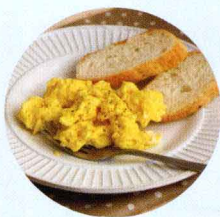
威化饼干 · 35

奶油沙司意大利面条 · 36

番茄意大利面 · 38

奶油烤意粉 · 40

蜂蜜吐司 · 42



第二章 咖啡屋甜点

奶油巧克力杏仁饼 · 44

干果圣诞蛋糕 · 46

摩卡泡芙 · 47

奶油巧克力蛋糕卷 · 48

葡萄干蛋糕 · 50

杏仁水果挞 · 52

柠檬蛋糕 · 54

南瓜奶油干酪蛋糕 · 56

无花果薄沙蛋糕 · 58

奶茶泡芙 · 60

蓝莓软饼 · 62

香草曲奇 · 64

酸奶红豆果冻 · 65

紫薯花朵饼干 · 66

生姜玛德琳 · 68

冰淇淋卷 · 70

苹果酥皮 · 72

伯爵茶曲奇 · 74

橙味意式脆饼 · 76

圣诞姜汁奶油蛋糕 · 78

白葡萄挞 · 80

焦糖蛋糕 · 82

巧克力布丁 · 84

意大利芝士饼 · 86

红豆蛋糕卷 · 88





- 焦糖布丁 · 98
- 奶油乳酪布丁 · 90
- 红茶烤饼 · 92
- 核桃派 · 94
- 橙色钻石 · 96

第三章 咖啡屋三明治

- 南瓜沙拉三明治 · 100
- 鸡肉沙拉三明治 · 101
- 猪排三明治 · 102
- 鸡肉铁板烧三明治 · 104
- 豆腐馅贝果 · 105
- 蛋黄酱干酪三明治 · 106
- 意大利白干酪三明治 · 107
- 金枪鱼蛋黄酱三明治 · 108
- 蔬菜煎蛋卷三明治 · 109
- 生菜沙拉三明治 · 110
- 鸡蛋熏猪肉三明治 · 112
- 三文鱼贝果三明治 · 113
- 酸奶水果三明治 · 114
- 奶酪果酱三明治 · 116
- 香蕉焦糖三明治 · 117
- 各种风味的贝果三明治 · 118
- 火腿三明治 · 122
- 比萨三明治 · 124



第四章 咖啡屋饮品

- 红薯拿铁咖啡 · 127
- 草莓酸奶 · 127
- 柠檬薄荷饮料 · 128
- 绿茶拿铁咖啡 · 128
- 枫糖浆奶茶 · 129
- 酸奶麦片冰糕 · 129
- 香蕉菠萝汁 · 130
- 香草奶昔 · 130
- 摩卡&绿茶酸奶思慕雪 · 131
- 甘薯冰淇淋 · 132
- 冰卡布奇诺 · 133
- 爱馥卡朵 · 133
- 橙子胡萝卜汁 · 134
- 冰橙汁 · 134
- 焦糖玛琪朵 · 135
- 黑巧克力冰淇淋 · 136
- 咖啡欧蕾 · 138
- 紫薯苹果汁 · 138
- 糖浆红茶和冰茶 · 139
- 摩卡咖啡 · 140
- 番茄苹果汁 · 140
- 番茄苏打 · 141
- 卡布奇诺 · 141
- 香草冰淇淋 · 142



厨具与材料



厨具



电子秤

若想在烘焙中减少失败的概率，就要准确计量材料，这是最重要的。若有电子秤就非常方便了，因为它能测出小到1克的重量。



量匙和量杯

取少量材料时，小的量匙是很有用的。比如，计量泡打粉或烘焙苏打等材料时非常好。量杯是计量液体材料时非常好用的工具。



搅拌碗

搅拌碗是在搅拌黄油和基本材料时必需的。又轻又大的不锈钢搅拌碗很好用。使用微波炉时需要的玻璃材质的搅拌碗也一同预备更好。



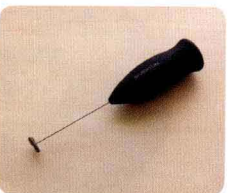
电动搅拌机

搅拌各种材料或给鸡蛋打泡时很好用的工具。能缩短制作时间，也不需要自己用力搅拌，轻松就能完成搅拌工作。



打蛋器

搅拌简单的材料或在奶油化的过程中使用的工具。若是没有电动搅拌器，也可以使用打蛋器来制作所有的项目。



牛奶打泡器

在制作拿铁咖啡或卡布奇诺时能够迅速打出丰富的热牛奶的泡沫。在制作咖啡屋饮品时至少要备上一个，而且价格也不算太高。

硅胶饭勺

搅拌材料或煮、炒时必需的工具。使用木质勺子也可以，但是硅胶材质的勺子，使用更广泛。



面筛

过滤材料中的不纯物质或筛粉类材料时使用的工具。筛网密度大，有手柄的筛子使用起来更方便。



刮板和奶油刀

刮板与硅胶勺子一起在铲材料或切开时使用。奶油刀是涂抹奶油或整平蛋糕面时使用的工具。



圆形模具

圆形模具是在家庭烘焙时最基本的工具，按不同尺寸预备1~2个就够。若是能选用底板能分离或有涂层的材质的话，使用起来会更方便。如果只是普通圆形模具，铺上烘焙纸使用就好。



松饼模具

初学者最先尝试要制作的项目可能就是松饼。使用时，铺上松饼烘焙纸即可。也可以在模具里面简单涂上黄油，再放入面团直接烘焙。用松饼模具不仅可以烘焙松饼，也可以烘焙芝士蛋糕或巧克力蛋糕等，可按个人的喜好应用。



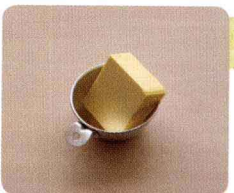
磅蛋糕模具

可以烘焙又长又大的磅蛋糕的模具。不仅可以烘焙磅蛋糕，当没有切片面包模具时，也可以烘焙基本切片面包。

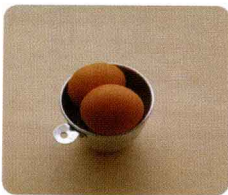


黄油

用牛奶制作的牛奶黄油，从它的味道或风味来看都非常好。烘焙时，最好不要购买加盐黄油，而是要购买无盐的。



材料



鸡蛋

鸡蛋要尽量选新鲜的，并且冷藏保存使用。个头不要过小或过大，相对来说买中等的，60克最佳。鸡蛋若是过大，材料会变稀。



白糖

除了白糖以外，有时还需要使用红糖、黑糖，但是通常使用最多的是白糖。除此之外，也有的使用绵白糖。



面粉

面粉分为低筋面粉、中筋面粉、高筋面粉等3种类型。制作饼干或蛋糕时最好用面筋含量较低的低筋面粉。中筋面粉是在制作一般食品时用的，高筋面粉是制作面包时用的。



果干类

果干类有葡萄干或酸莓、蓝莓等许多种。果干类若是处于浅湿状态，可以直接使用，但是用朗姆酒或利口酒浸泡后再使用的话，风味更美，也更柔软。



坚果类

像核桃或杏仁、胡桃等有着香脆味道的材料。简单烘烤一下或炒了之后再使用的话，就可以减少苦味，也更香脆。有瓣状、粉状、片状等形态。



泡打粉

制作曲奇或蛋糕时使之膨胀的材料，是最经常使用的材料。除了泡打粉以外，还有个材料叫烘焙苏打。泡打粉或烘焙苏打必须要跟面粉同计量，并要过筛后再使用。若不过筛使用的话，容易凝聚在一起发出苦味，所以要注意。



酸奶

酸奶是在制作松饼或芝士蛋糕时经常使用的。同时保留食品本身的味道，又想添加酸奶味的话，就添加原味酸奶产品来制作吧。



家庭烘焙 基础准备过程



1. 黄油和鸡蛋要提前放在室温下

若没有特别指定要用凉黄油时，黄油和鸡蛋一般要从冰箱里拿出来放在室温下。若是黄油过凉或过硬，添加其他材料的时候，不容易混合，当加入凉鸡蛋时，很容易发生黄油和鸡蛋像豆腐脑一样分离的情形。所以黄油和鸡蛋要提前拿出来，保持室温状态。



2. 材料要准确计量

烘焙时最基本、最重要的部分就是准确的计量。如果粗略估算来添加材料的话，因为搭配比率不协调，可能会产生面团变泞或变稀等失败的状况。



3. 面粉和其他粉类要过筛

面粉和其他粉类偶尔会掺杂块儿或不纯杂物。所以一定要用面筛筛好，要捣结碎块。而且在筛的过程中面粉里会加入空气，这样在制作曲奇或蛋糕时能够很好地膨胀。

4. 烤箱加热



烤箱要按烘焙所需的温度，在10~15分钟之前预热。预热好了，往烤箱里放面团时才不会塌下或流淌。没有预热或在和好面之后才预热，如果是泡沫面团，在预热期间，泡沫就会消失，所以要注意。



第一章



咖啡屋餐点

周末或者节假日，
在家做薄饼或意大利面，
就可以享受悠闲的美餐时间。偶尔以坐在咖啡屋里的心情，
制作威化饼干来品尝，也会带来别样的快乐。



花生酱香蕉吐司



材料

切片面包3片，花生酱2~3小勺，香蕉2个，冰淇淋、杏仁片各少量

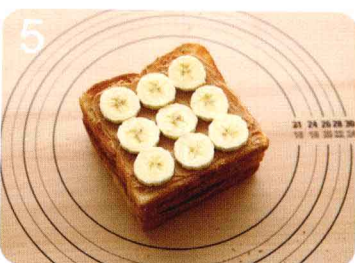
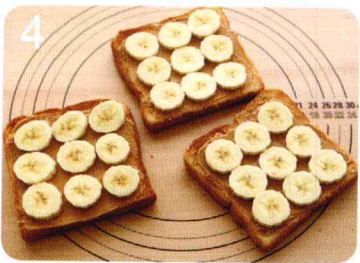
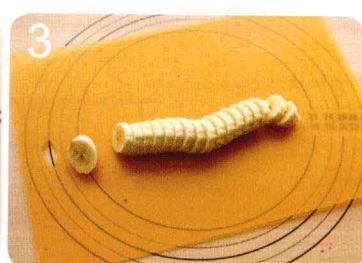


基础准备

- 若没有冰淇淋也可以省略，杏仁可以用其他坚果类来代替。

Tips

面包放入烤箱里稍微烤一下会很好吃。



做法

1. 用烤面包机把切片面包烤成金黄色。
2. 抹平花生酱。
3. 香蕉切成入口大小。
4. 摆在面包片上。
5. 放上香蕉的面包摺成一摞。
6. 加上冰淇淋，撒点杏仁即可。

水果薄饼

点击率最高的咖啡馆美食



烘焙薄饼面团的时候若是不好翻面，就用筷子轻轻往上挑一挑，就可以轻松翻开了。

材料

薄饼面团料

低筋面粉40克，鸡蛋1个，白糖20克，融化的黄油10克，牛奶120克

奶油料

凉生奶油100克，原味酸奶100克，白糖10克

其他

草莓适量，食用油少量

基础准备

- 草莓要洗净，摘掉梗，沥水。
- 黄油要融化跟牛奶搅拌均匀。低筋面粉要过筛。



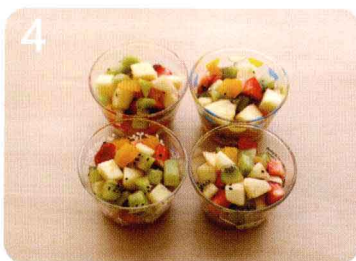
做法

1. 鸡蛋打散，再加入白糖搅拌。
2. 融化黄油跟牛奶一起搅拌后把它倒进鸡蛋液，再倒进过筛的低筋面粉，用打蛋器搅拌均匀。
3. 预热好的平底锅内侧简单刷上食用油，把薄饼面团盛上去铺开，烤成薄饼。
4. 凉生奶油倒进碗里，打出丰富的泡沫后加入白糖搅拌。
5. 打蛋器转动的痕迹开始出现在奶油里时，就放进原味酸奶搅拌成酸奶冰淇淋。
6. 再多加一点酸奶，做出坚实的酸奶冰淇淋。
7. 烤熟放凉的薄饼上放上适量酸奶冰淇淋，再把草莓切开放上去。
8. 把薄饼面团折叠裹好即可。

酸奶水果沙拉

材料

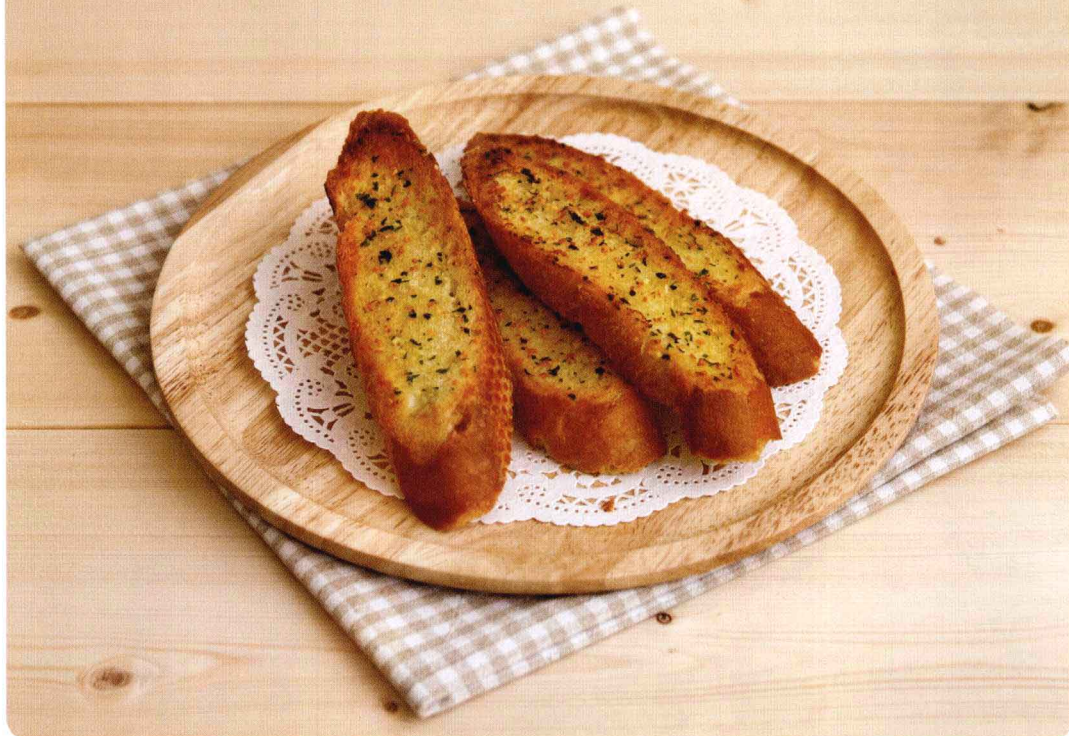
原味酸奶1~2盒，猕猴桃2个，苹果1/2个，草莓5~6个，橙子1个，蜂蜜2小勺，橙味利口酒2小勺



做法

1. 各样水果洗净。
2. 猕猴桃、苹果、橙子要去皮，和草莓均切成小块。
3. 水果和蜂蜜、橙味利口酒倒进碗里搅拌均匀。
4. 把拌好的各样水果盛在几个杯子里，留少许草莓。
5. 上面充分地浇上酸奶。
6. 放上草莓点缀。

蒜蓉面包



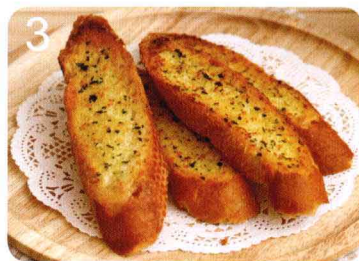
材料

黄油2小勺，橄榄油1/2小勺，
蒜蓉1/2小勺，白糖1小勺，盐
少量，罗勒粉少许，法式面包
5片



做法

1. 将软化的黄油和橄榄油、蒜蓉、白糖和盐、罗勒粉搅拌均匀。
2. 均匀地抹在切好的法式面包上，放入烤面包机中。
3. 烤成金黄色即可。





材料

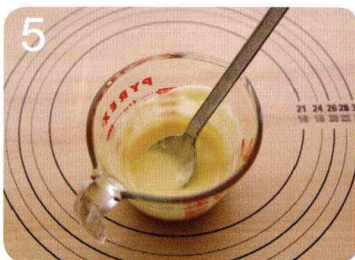
玉米饼5~6张，鸡里脊肉（或鸡胸脯肉）4~5片，面粉与面包屑少量，鸡蛋1~2个，盐和胡椒粉各少量，牛奶、食用油各适量，生菜3~4片，菊苣少量，小番茄4~5个，红辣椒少量

酱汁

蛋黄酱3小勺，芥末酱1小勺，柠檬汁1/2小勺，蜂蜜2小勺

基础准备

- 鸡肉为了去腥，要暂时浸泡在牛奶里，之后捞出沥干，撒盐和胡椒粉腌好。



做法

1. 把腌好的鸡肉按照面粉—鸡蛋—面包屑的顺序依次裹好，放进烧热的油里炸成金黄色。
2. 放在干净的纸巾上沥油。
3. 用电饼铛烤玉米饼，前后都要烤，烤软即可。
4. 生菜和菊苣要洗净，沥水，小番茄和红辣椒要切成易入口大小的块。
5. 酱汁材料拌匀。
6. 把各样蔬菜均匀地放在烤好的玉米饼上，再把炸好的鸡肉切好后放上去。
7. 把玉米饼卷起来。
8. 用烘焙纸或保鲜膜包裹好即可。