

SPOON DESSERTS

冰凉凉
滑溜溜的

杯装甜点



(日) 安食雄二
(日) 和泉光一
(日) 片冈隆春
(日) 奥田 胜

(日) 孙 成顺
(日) FredCriC Madelaine
(日) 野崎洋光
(日) 森重正浩

著

许 军 谭颖文 译



冰凉凉滑溜溜的 杯装甜点



将专业的甜点师傅们制作出的最棒的点心，用杯装的方式介绍给大家！香嫩滑溜溜的口感、华丽的视觉，再加上简单的组合方法，正是杯装甜点的魅力所在。本书委托诸多甜点师傅，从大家熟悉的招牌甜点到最新式的作品，满满的各式各样的杯装甜点，用讨人喜爱的杯子装上最诱人的甜点，邀请大家一块来共飧美食。

(日) 安食雄二 (日) 孙成顺
(日) 和泉光一 (日) FredCric Madelaine 著
(日) 片冈隆春 (日) 野崎洋光
(日) 奥田 胜 (日) 森重正浩

许军 谭颖文 译

ICHIRYU CHEF NO TOTTEOKI CUP DESSERT

Copyright © 2006 SEKAI BUNKA PUBLISHING INC. All rights reserved.

Original Japanese edition published by SEKAIBUNKA PUBLISHING INC., Tokyo.

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with

SEKAI BUNKA PUBLISHING INC., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc.,

Tokyo through LEE's Literary Agency, Taipei.

摄影: 松本祥孝
青山纪子
岡田ナツ子

アートディレクション: 大藪胤美(フレーズ)
デザイン: 石原志保 佐藤理恵(フレーズ)

取材: 関澤真紀子

鈴木美和

スタイリング: 関澤真紀子

編輯: 石川貴之 伊藤尚子 荒木典子

© 2011, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本世界文化社授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版简体中文版本。著作权合同登记号: 06-2010第139号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

冰凉凉滑溜溜的杯装甜点/(日)安食雄二,和泉光一,片冈隆春等著;许军,谭颖文译. —沈阳:辽宁科学技术出版社,2011.6

ISBN 978-7-5381-6932-4

I. 冰… II. ①安… ②和… ③片… ④许… ⑤谭… III. ①糕点加工 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第069498号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 沈阳市北陵印刷厂有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 6

字 数: 100千字

印 数: 1~5000

出版时间: 2011年6月第1版

印刷时间: 2011年6月第1次印刷

责任编辑: 康 倩

封面设计: 袁 舒

版式设计: 袁 舒

责任校对: 李淑敏

书 号: ISBN 978-7-5381-6932-4

定 价: 25.00 元

联系电话: 024-23284367

邮购热线: 024-23284502

E-mail: 987642119@qq.com

http://www.lnkj.com.cn

冰凉凉滑溜溜的 杯装甜点



将专业的甜点师傅们制作出的最棒的点心，用杯装的方式介绍给大家！香嫩滑溜溜的口感、华丽的视觉，再加上简单的组合方法，正是杯装甜点的魅力所在。本书委托诸多甜点师傅，从大家熟悉的招牌甜点到最新式的作品，满满的各式各样的杯装甜点，用讨人喜爱的杯子装上最诱人的甜点，邀请大家一块来共飧美食。

(日) 安食雄二 (日) 孙成顺
(日) 和泉光一 (日) FredCriC Madelaine 著
(日) 片冈隆春 (日) 野崎洋光
(日) 奥田胜 (日) 森重正浩

许军 谭颖文 译

目录 Contents



- 介绍本书的甜点师傅 4
- 杯装甜点制作成功的8大重点 6
- 3大胶冻原料 9
- 制作杯装甜点时需要的工具 12

指定素材的招牌杯装甜点

布丁.....16

- 招牌布丁.....17
- 奶酪布丁.....20
- 豆浆布丁.....22
- 芒果布丁.....23



水果冻.....24

- 葡萄柚果冻
- 橘子果冻.....25
- 香蕉奶冻.....27
- 苹果果冻.....28
- 石榴果冻.....30



杏仁豆腐·法式杏仁布丁.....32

- 杏仁豆腐.....33
- 法式杏仁豆腐.....35

饮料果冻.....38

- 咖啡果冻.....39
- 红茶果冻.....41
- 花茶果冻.....43
- 香槟黑醋栗奶冻.....45

饮料果冻.....48

- 水羊羹、抹茶水羊羹.....49
- 杏桃果冻 佐黑砂糖蜜淋酱.....51
- 芝麻豆腐 佐抹茶淋酱.....53
- Nikita.....56
- 蜂蜜冰淇淋.....59
- 诺曼底冰淇淋.....62
- 杯装草莓松饼.....66

本书说明

- 书内使用的微波炉功率为600W。使用功率500W的微波炉时，制作时间约增加1.2倍；
- 书内若无特别标示，则以全蛋60g（M大小）、净重55g、蛋黄20g、蛋白35g为准。
- 在各个甜点师傅提供的点心食谱当中“特别准备的工具”，会标明图上使用的玻璃杯容量，以供参考。



令人眼睛一亮的最新杯装甜点

杯装蒙布朗……69

杯装半熟芝士……73

覆盆子果冻与青柠慕斯……76

热带巧克力……79

巧克力甜橘……82

红宝石……83

巴伐利亚奶茶……86

酸奶、蜂蜜果冻与小雪人……87

杯装甜点问与答……90

甜点师傅们的御用素材……93

甜点食谱补充资料……92

打发鲜奶油

用纸做挤花袋



摄影

松本祥孝

青山纪子（P23、30、31、33、34）

冈田夏子（P25~P29）

艺术指导

大薮胤美

设计

石原志保 佐藤理惠

撰文

关泽真纪子（P4、P5、P16、P24、P38各一款，
P17~P21、P23、P30~P37、P39~P43、
P56~P61、P66~P75、P79~P86）

铃木美和（P4、P5、P16、P24、P38各一款，P20、
P25~P29、P45~P53、P62~P65、P76~P78、
P87~P89）

造型设计

关泽真纪子

介绍本书的甜点师傅



安食雄二

安食师傅的杯装甜点宛如百宝箱。布丁、巧克力、蜂蜜、焦糖，全部幸福地在杯子里舞动。“比如宴会这类的场合，大家各自拿个空杯，开心地挑着自己喜欢的点心把它们一个一个地装进去”。



和泉光一

“做蛋糕时，可以享受到如盖房子般紧密细致组合的乐趣，至于杯装甜点，则像是在一定玻璃杯中创意收纳的趣意”，和泉师傅这样说。他所做出来的甜点，每个都华美时尚。

“并没有装满的规定，所以大家可以随意填装。同时，通过每个人挑选的器皿，也会改变甜点给人的印象”。



片冈隆春

“FRUIT PARLOR的点心食谱，特点是做出的果冻能让大家直接尝到水果的香甜好滋味”，如其所言，片冈师傅让大家重新品尝到水果果冻的美味。挑选香甜水果、搅打果汁等找出水果风味极致的技术，无愧片冈师傅的美名。“大家一定要试着用其他水果来做甜点”。



奥田 胜

经由令人意想不到的素材以及口感的组合，奥田师傅的蛋糕给大家惊奇与满足。奥田师傅源源不绝的构想，从装盛的器皿也展现出多样化构造与味道。“唯有杯装甜点才能完成这样的构思，脑海中想着顶极柔软的口感后再动手是最好的做法”。



这是一批被公认的优秀甜点师傅。
为了让专业的味道在家里也能做出来，
他们用心指导大家制作与标示材料分量。
让读者一睹每位师傅做出来的杯装甜点的魅力。



孙 成顺

孙师傅给读者带来的是有些朴实风格、怀旧、天然味道的招牌甜点。孙师傅的甜点之所以美味，正因为他专注于中国饮食文化思想强调的医食同源。

“芒果可以让人恢复精神，杏仁能够滋润喉咙和干燥的肌肤，白木耳会使肌肤滑嫩，这些都是既美味又可调整体质的中式甜点”。



Fred CriC Madelaine

“杯装甜点的魅力，在于能够享受到入口即化的柔软、口齿留香等合而为一的整体感”，Frederic Madelaine这样说。他所做出来的杯装甜点都是集结了个人童心的特点。“可任意挑选添加的装饰或上层摆饰也是很有趣的过程”。



野崎洋光

野崎师傅教各位读者们认识胶冻原料，用比条状寒天更易处理的粉末寒天或粉末吉利丁（Gelatine），就能做出简单好吃的甜点。“日式甜点可以在饭后吃，因为它易消化且不会造成身体的负担，非常棒！介绍给大家的是就算第一次做的人也可以成功的食谱，所以请多多尝试让自己熟练”。



森重正浩

出自森重师傅手中的料理都有一个故事，令享用的人除了品尝到美味外，还能有所感动。这次在书中介绍的食谱中，也完美展现出圣诞节的热闹、适合炎炎夏日的沁凉鸡尾酒。“不单是要能品味出杯装甜点的纤细口感与香气，由于杯子是透明的，所以视觉的美感也很重要。”



杯装甜点制作

成功的8大重点

制作杯装甜点时，少不了的就是“胶冻原料”。除了本书介绍的几种材料外，鲜奶油或巧克力也具有凝结的作用。了解每一种胶冻原料的特征和使用方式，才能做出自己想要的杯装甜点。

1

第一步

将工具及材料准备好。

制作甜点最要紧的是：按照步骤循序渐进。一旦决定好要做哪一道甜点，就要仔细阅读食谱，掌握好制作流程。杯装甜点等待冷却的时间很重要，若能把握住这些时间来进行其他的步骤，就可以让过程更加顺利。准备好所需的工具与材料，并尽可能挑选新鲜水果和鸡蛋。接着要以1g为单位的电子秤（P12）来仔细计算分量。

为了重现甜点专家的味道，书中记载师傅们指导的分量。因此，请大家称出正确的分量。如有需要冰块の場合，请别忘了要准备哟。



蛋搅拌后称重。

2

请事先

准备好玻璃杯。

本书中的甜点均使用玻璃杯来盛装。所以事前应彻底洗净。如有脏污，甜点的魅力就会减半。本书使用的玻璃杯容量，会在点心食谱中“特别准备的工具”中记载，不过，不是一模一样也可以。只要调整分量，也可以利用家中现有的杯子。并不是只有玻璃杯才可以盛甜点，精美的陶瓷杯也很适合。将甜点藏在陶瓷杯中，还可以享受尚未吃前不知内容为何的乐趣。



3

放进 烤箱预热。

要使用烤箱时，请在烤前20分钟即开始预热烤箱。本书考虑到打开烤箱门时烤箱的温度会下降，所以将预热温度设定在比实际温度还高20℃。将搅拌好的材料放进烤箱后，就要将温度降到指定的温度。

烤的温度和时间，是甜点师傅们用家庭电烤箱制作所测得的数字。虽然考虑到适合家庭制作，但因为烤箱的机种不同等因素，还是会有所差异。点心食谱上的温度及时间终究是大约的标准，请大家配合所使用的烤箱特性加以调整。

4

请留出 冷藏室的空间。

杯装甜点通常需经过冷藏室的冷却步骤。若是在需要冷却时打开冷藏室才发现，里头塞满了东西没有空间……不就让辛辛苦苦才做好的点心全报销了。先考虑杯子的大小，确保冷藏室有足够的空间。再将拌好的材料倒入玻璃杯中，最好放在盘子上以防翻倒。

此外，为了不让辛辛苦苦做出来的甜点沾染到其他食物的味道，如果可以的话，将味道较强烈的食物先放到别处，或者使之完全密封后再放入冷藏室。



5

准备好各种合适的 胶冻原料。

吉利丁或寒天等胶冻原料的准备方法各异。所以请大家按照食谱来做好准备。

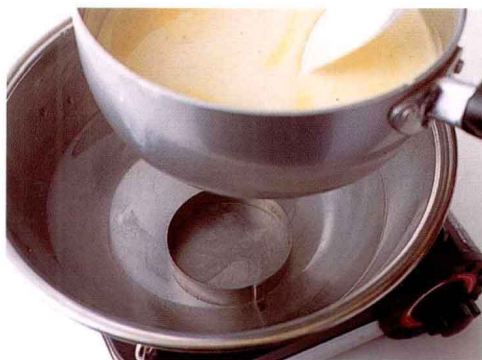
基本上，粉末吉利丁要加入约5倍量的冷水去泡涨，而片状吉利丁要放入冷水发涨；条状寒天或丝状寒天应用水泡软，粉末寒天则无须准备工作；鹿角菜胶（Carrageenan）要与砂糖充分地混合。P9~P11会介绍所有的胶冻原料，请大家细心地阅读。胶冻原料的准备，是使杯装甜点成功的重要步骤。

6

按照用途
来区分工具。

在制作杯装甜点时，除了拌匀打发之外，还常常会有冷却、加热的步骤，本书中虽然使用的是玻璃碗，不过泡在冰水中冷却或在热水中加温，用导热性佳的不锈钢碗才是最有效率的。

冷却溶解胶冻原料时，为防止部分凝结，要用橡胶匙缓缓搅拌；浸泡在热水中时，师傅们会在下面放小模型当底座，好让锅或碗稳定。这些都是大家必学的小技巧！若没有小模型，也可用小碟子代替。有了它们，在进行其他的准备时，就不需一直用手固定锅或碗，也不用担心热水会跑进去了。



泡入热水时，在锅或碗底下放模型以稳定。

7

消除
表面上的气泡。

果冻或布丁在凝固时，气体会变成表面上的泡泡。虽然说不非得去掉不可，但是不去掉，就会损害作品的美感。不可以用汤匙来消除，甜点师傅们有更简单、更迅速的方法！

用酒精喷雾（P13）的话，一下子就会吹掉表面上的气泡，让气泡瞬间消失，且酒精蒸发后，不会影响到香气与味道。此外，还有传统方法，就是拿烹饪纸或厨房纸巾（避免用厚的）紧密地覆盖在果冻的表面，再慢慢地剥起来就可以完全去除气泡了。



用酒精喷雾消除气泡。



用烹饪纸（P12）消除气泡。



用厨房纸巾（避免用厚的）消除气泡。

8

等一层凝固之后
再做下一层。

做层状的杯装甜点时，等到第一层完全凝固后才可以倒入第二层，这点非常重要。若是太早倒入的话，辛辛苦苦做成的甜点，就可能变成非你预期的样子。不要焦躁，一层一层、按部就班来做才能完成作品。



3 大胶冻原料

制作杯装甜点时，少不了的就是“胶冻原料”。除了本书介绍的几种材料外，鲜奶油或巧克力也具有凝结的作用。了解每一种胶冻原料的特征和使用方式，才能做出自己想要的杯装甜点。

吉利丁

柔软且有弹性，创造出特殊口感，而易溶于口中。

原料：动物蛋白质（胶原）
溶解温度：50~60℃
凝固温度：15~20℃
凝固后的溶解温度：25~30℃

片状吉利丁



粉末吉利丁



吉利丁的凝固作用会因产品的不同而有所不同。也有那种不用泡涨的方便型吉利丁粉。

吉利丁是动物的骨或皮里的胶原蛋白，经加热后而抽取出的物质。分有片状干燥的“片状吉利丁”和磨成粉末的“粉末吉利丁”。吉利丁做出来的果冻，其特征为软糯有弹性、黏滑易溶于口。同时，它还可以将打泡产生空气的奶油一并凝固。几乎不会发生离水（即凝结后水分分离）的现象。

不过，如果用吉利丁来凝固强酸液体，或者含分解蛋白质酵素的水果（如凤梨或木瓜之类）时，则会不易凝结。

用吉利丁凝结的甜点，在室温（约25℃以上）就会开始融解。所以，夏季时，在享用前最好都要冰在冷藏室中，小心带着走会融化。

使用方式

片状吉利丁

冷水（夏季时则要用冰水）中浸泡10~15分钟后等它发涨。须注意的是：使用温水或长时间浸泡，会让吉利丁溶于水。所以若从水中捞出时，一定要完全拭净水分，并在使用前用塑料袋包好。倒入液体溶解时，则要小心过度加热会减弱它的凝固作用。



粉末吉利丁

倒入5倍（点心食谱中也有例外的比例）的冷水中。若反过来将水倒进吉利丁粉，则会结块。理想的做法是把它放进冷藏室中，约半天时间让它恢复到原状。倒入液体溶解粉末吉利丁时，要注意会因过度加热而降低其凝固作用。



寒天

不具弹性会碎裂。吃下去有“滑溜溜”的感觉。

条状寒天



丝状寒天



粉末寒天



原料：红藻类（海菜、发菜等）
溶解温度：90~100℃
凝固温度：30~40℃
凝固后的溶解温度：70℃以上

寒天是熬煮海菜、发菜等海藻类提炼出的黏性多醣类，具有凝固、干燥的特质。其特征是凝结对力强，所以会成块，撕开就碎裂。要做出滑顺的口感，就非得用寒天不可。寒天溶液在40℃左右就会开始凝结，而一旦凝固，即使在夏天的室温下也不会融化。只不过，长时间加热寒天，或者是溶液为强酸的话，都很难让寒天凝固。此外，它具有易离水（凝固后与水分离）的特性。

“条状寒天”、“丝状寒天”是将琼脂自然干燥做出来的东西。“粉末寒天”或者是“片状寒天”则是人工干燥制成。粉末或片状寒天无须泡水，使用方便。

使用方式

条状寒天、丝状寒天

丝状寒天泡水2小时以上让它变软，而条状寒天不泡软也可以使用，粉末寒天则没有泡软的必要。



条状寒天、丝状寒天拧干撕成小块，粉末寒天可直接倒入液体中，等完全溶化后再加热。需注意的是，若没有完全溶解的话，会很难凝固。



其他材料的凝固力

果胶 (P94)

主要是以柑橘类或苹果等为原料的胶冻原料。果胶有两种不同的特性。请大家使用点心食谱所指示的果胶（本书所载的

是混合果冻PC-50）。不可以用一般果酱的果胶。果胶要保持光滑的霜状，要先与砂糖充分搅拌后，再倒入液体。



葛粉

豆种植物，葛根淀粉，常用于制作糕点或日本料理上的高级食材。葛粉做出的甜点带有独特的黏稠口

感。不过，与空气接触后容易干燥。将葛粉捣碎与其他材料充分混合后，再进行加热。仔细搅拌葛粉至呈泥膏状后，涂平就会产生透明感。



鹿角菜胶

易与水分离，具有滑溜溜的口感。



鹿角菜胶有3种特性不一的产品。市售的鹿角菜胶，将3种特性不一的产品任意搭配。因此，每个产品的特色也不同。

原料：红藻类（鹿角菜、杉藻等）
溶解温度：70℃以上
凝固温度：40~60℃
凝固后的溶解温度：60℃以上

鹿角菜胶是熬煮鹿角菜、杉藻等海藻而提炼出的黏质多醣类，以“AGAR”为名出售。尽管原料与寒天相似，但却不像吉利丁或寒天一样要用冰镇溶液以凝固，它是因矿物质或蛋白质起反应而凝结。而且在60℃时开始凝固，常温下并不会溶解，就算冷冻也不会丧失原本的特性。它会适当地离水（凝固之后与水分离），口感极佳。此外，鹿角菜胶具透明感，可以让甜点师傅展示材料的颜色。但是，与吉利丁相比，口中融化的感觉较差些。

使用方式

先与砂糖完全地混合后再使用，不可以单独使用。



加水加热，将温度提高至80~85℃时，就会完全溶解。但要注意，温度如果再提高，鹿角菜胶就不会凝固了。



凝胶剂

吉利丁、寒天、鹿角菜胶或是果胶，这些胶冻原料都叫做“凝胶剂”。凝胶，即指液体在冷却之后，会失去流动性而呈固化状态。凝胶剂的分子构造为细长的锁链，在温热的液体中分子构造会分解，然后一旦液体的温度下降，则其分子构造会再度集结成锁链状。此时，锁链状的分子之间包裹住液体，凝结成果冻状（凝胶状）。

蛋

将蛋加热，蛋白质就会改变性质而凝固。故可活用此性质做成的代表性甜点就是布丁。蛋白与蛋黄的凝固温度有些差异，但在70~80℃时会完



全凝固。这个温度远低于水的沸点。所以几乎是用蛋来凝固的布丁，倘使加热过度就会出现“洞洞”，因此，要控制好烘烤的温度。

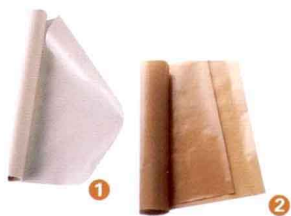
制作杯装甜点时需要的工具

除了锅具这一基本工具之外，本书还会介绍制作杯装甜点需要的其他工具。



电子秤

推荐大家用这种以1g为单位，最高计算至1kg的电子秤，它附有减掉玻璃杯重量后算出正确重量的净重功能，相当方便。



烹饪纸 (图①)

矽胶树脂加工制造的玻璃纸。烹饪纸为半透明具耐油性，可铺在桌子、模型上面或做成纸制挤花袋。

烤箱用纸 (图②)

具耐久性，可以在烤盘上重复使用，特点就是不易烤焦。



烤盘

冷却果冻等流质或烤布丁时使用，有一定深度的平底盘使用起来更方便。



打泡器、橡胶匙、木匙

运用在溶解凝固剂里将鲜奶油打成泡，打泡器要选择有弹性、握把处牢固的。橡胶匙则应挑选耐热性佳的矽胶制品。木匙应为甜点专用的，避免产生味道。



手摇搅拌器

能够迅速将奶油打泡的机器。速度调节有3段，搅拌匙大的比较好用。



侧口汤勺、量杯、汤匙

要将果冻之类的液体倒入杯中，使用便于倾倒的工具会很方便。汤匙在倒入少量或装杯时使用。



面粉筛 (图①)

篱用筛 (图②)

煮茶器 (图③)

这些是为了做出好吃的甜点，所必须要用到的工具。网眼小的滤器也会使用到，在家中可使用多功能万用筛。



榨汁器

在挤柠檬等柑橘类果汁时使用。中心可以改变大小的挤汁器，可以对照柑橘大小来做变化。



果汁机

将苹果或凤梨等含高纤维的水果做成果汁时使用。本书中的苹果果冻的红色果汁，就是用果汁机打出来的。



挤花袋

将奶油挤到杯子时使用。聚酯树脂制成的或布料做的材质比较好用。也有抛弃式聚酯树脂做的挤花袋，卫生且便利。



圆形挤花嘴 (图①)

星形挤花嘴 (图②)

依用途区分，不管是星形挤花嘴还是花形、菊花形，角度愈多可以让甜点造型愈华丽。



温度计

溶化鹿角菜胶 (AGAR)，需要掌握液体的温度时使用。在处理高温糖浆时，会用到附有保护壳的200℃的温度计。



酒精喷雾

以酒精为主要成分的杀菌、消毒喷雾，也可以用在食品上。用于彻底消除果冻等表面产生的气泡。另外，还可以用来消毒手或工具。

