

新健康大系

营养与保健系列

家庭用配方，取材轻松客厅变成咖啡馆
开店量配方，成本精算一圆头家致富梦

咖啡馆

实实在在 127 道香醇浓郁的冰热咖啡

KA FEI GUAN

吴彦柏 著

Toku Chao 摄影



科学出版社
www.sciencep.com

内 容 简 介

本书介绍了实实在在的127道香醇浓郁的冰热咖啡，家庭配方、取材轻松，可使您的客厅变成咖啡馆。本书还介绍了开店量配方、成本精算，可以圆您致富梦。

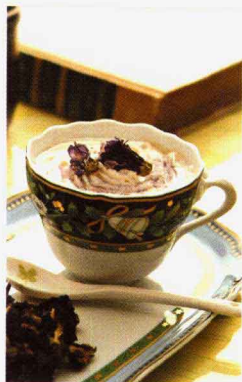
图书在版编目(CIP)数据

咖啡馆：实实在在127道香醇浓郁的冰热咖啡/吴彦柏
著；Toku Chao摄影。—北京：科学出版社，2004
(营养与保健系列)
ISBN 7-03-012706-4

I.咖… II.①吴… ②T… III.咖啡-配制 IV.TS273

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第123995号

书名/作者 咖啡馆：实实在在127道香醇浓郁的冰热咖啡/ 吴彦柏
本书中文繁体字版于2003年由“出版菊文化事业有限公司”www.ecook.com.tw出版
中文简体字版于2003年经“出版菊文化事业有限公司”(P.C. Publishing Co.,)
授权由“科学出版社”在中国内地出版发行



设计制作：腾莺图文设计公司

策划编辑：李 夏 / 文案编辑：李 斌 / 责任校对：鲁 素
责任印制：钱玉芬 / 封面设计：东方上林 张 放

2004年2月第 一 版 开本：787×1092 1/20
2004年2月第一次印刷 印张：6
印数：1~6 000 字数：84 000

定价：26.00元

(如有印装质量问题，我社负责调换)

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

http://www.sciencep.com

双青印刷厂 印刷

科学出版社总发行 各地新华书店经销

新健康大系

营养与保健系列

TS273

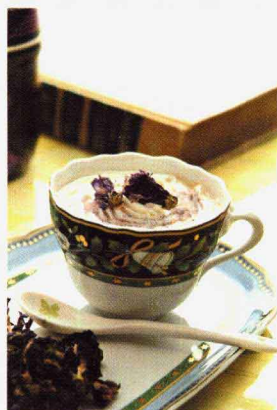
W900

咖啡 · 馆 Cafe House

实实在在127道香醇浓郁的冰热咖啡

吴彦柏 著

Toku Chao 摄影



科学出版社

873681 北京

CONTENTS

如何使用这本书——4



21道『咖啡馆点用率』

TOP 10

- 拿铁跳舞咖啡 6
- 维也纳咖啡 7
- 焦糖玛琪哈朵咖啡 8
- 意大利咖啡 9
- 蓝山咖啡 10
- 鸳鸯情人咖啡 11
- 卡布基诺咖啡 12
- 贵夫人欧蕾咖啡 12
- 曼特宁咖啡 13
- 曼巴咖啡 13
- 摩卡咖啡 14

PART 1

- 冰拿铁咖啡 15
- 飘浮冰咖啡 16
- 卡布基诺冰咖啡 17
- 皇家冰咖啡 18
- 香浓招牌冰咖啡 19
- 墨西哥落日冰咖啡 20
- 夏威夷冰咖啡 20
- 巧克力香浓冰咖啡 21
- 焦糖冰咖啡 21
- 彩虹冰咖啡 22

32道『精心调配的花式咖啡』

PART 2

- 香草天堂咖啡 24
- 伊莉莎白咖啡 25
- 夏日恋情咖啡 26
- 蛋蜜咖啡 27
- 果酱咖啡 28
- 玛克兰咖啡 29
- 瑞士摩卡咖啡 30
- 麦咖啡 31
- 戴安娜咖啡 32
- 布流罗咖啡 33
- 巴巴利安咖啡 34
- 豪华咖啡 34
- 爪哇摩卡咖啡 35
- 罗马假期咖啡 35
- 豪博咖啡 36
- 甜蜜滋味咖啡 37

- 瑞士冰咖啡 38
- 蓝带分层冰咖啡 39
- 墨西哥日出冰咖啡 40
- 瓦娜冰咖啡 41
- 伊甸园冰咖啡 42
- 椰奶香浓冰咖啡 42
- 卡巴娜冰咖啡 43
- 夏威夷激情冰咖啡 43
- 欧风冰咖啡 44
- 法式贵族冰咖啡 45
- 粉黛冰咖啡 46
- 美式冰咖啡 46
- 百香冰咖啡 47
- 库勒冰咖啡 47
- 薄荷霜冻冰咖啡 48
- 英式冰咖啡 49



30道『不能没喝过的经典咖啡』

PART 3

- 超浓咖啡 51
- 香草咖啡 52
- 玫瑰咖啡 53
- 蜜思梅咖啡 54
- 牙买加顶级咖啡 54
- 蜂王咖啡 55
- 抹茶咖啡 55
- 摩卡基诺咖啡 56
- 美式摩卡咖啡 57
- 椰风摩卡咖啡 58
- 香浓意式咖啡 58
- 康宝蓝咖啡 59
- 碳烧咖啡 59
- 榛果拿铁咖啡 60
- 香橙咖啡 61



20道

『随意微醺的 酒香咖啡』



- 爱尔兰咖啡 74
- 柠檬皇家咖啡 75
- 茴香奶油咖啡 76
- 苏格兰咖啡 76
- 卡鲁哇咖啡 77
- 蓝带香浓咖啡 77
- 皇家火焰咖啡 78
- 热情火焰咖啡 79
- 贝礼斯咖啡 80
- 亚历山大咖啡 80
- 黑玫瑰冰咖啡 81
- 教皇冰咖啡 81
- 意大利尼斯冰咖啡 82
- 浓情蜜意冰咖啡 83
- 恋情冰咖啡 84
- 杏仁咖啡 84
- 艾迪古巴冰咖啡 85
- 洛加冰咖啡 85
- 库巴冰咖啡 86
- 英格兰冰咖啡 87

- 午夜香吻冰咖啡 62
- 印尼冰咖啡 63
- 翡冷翠冰咖啡 64
- 彩虹冰淇淋咖啡 64
- 摩卡可可冰咖啡 65
- 综合水果咖啡 65
- 蒙娜丽莎冰咖啡 66
- 霜冻冰咖啡 67
- 香浓泡沫冰咖啡 68
- 樱桃冰咖啡 68
- 法兰西斯冰咖啡 69
- 水蜜桃冰咖啡 69
- 墨西哥炎日咖啡 70
- 椰香冰咖啡 71
- 茉莉冰咖啡 72

PART 4

24道『量身定做的 星座咖啡』



PART 5

- 牧羊座 03/21-04/20 89
- 金牛座 04/21-05/20 90
- 双子座 05/21-06/20 91
- 巨蟹座 06/22-07/22 92
- 狮子座 07/23-08/22 93
- 处女座 08/23-09/22 94
- 天秤座 09/23-10/22 95
- 天蝎座 10/23-11/21 96
- 射手座 11/22-12/21 97
- 摩羯座 12/22-01/19 98
- 水瓶座 01/20-02/19 99
- 双鱼座 02/20-03/20 100

PART 6

如何煮一杯好咖啡

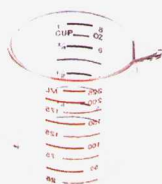


- 虹吸式咖啡机 102
- 滤袋式冰咖啡 104
- 意大利式咖啡机 106
- 牛奶泡及各式拉花 107
- 摩卡壶 108
- 滤杯式热咖啡 109
- 鲜奶油打发 109
- 咖啡的二三事 110
- 各种咖啡的特性 110
- 调配咖啡的最佳组合 111
- 如何选购、烘焙、保存 111
- 煮咖啡的份量 112
- 为好咖啡加分——温杯 112
- 各种制作咖啡的方式 112
- 品味咖啡的方法 113
- 如何品尝好的咖啡 113
- 咖啡与健康 113
- 一杯咖啡的成本 113
- 咖啡的基本器具、材料 114

作者序 客厅变成咖啡厅VS一圆咖啡头家梦 118

(毫升)	量匙(大匙/茶匙) 1大匙=3茶匙
30毫升	2大匙
15毫升	1大匙
10毫升	2茶匙

1杯=200毫升



1茶匙=5毫升

1/2茶匙=2.5毫升



1大匙=15毫升

1/4茶匙=1.25毫升

特别注意:

1.书中使用的材料除了一些必须以上述的毫升或量匙计量之外,多半以“分”为单位,也就是所有的计量均以使用的杯子来计算,这是按照比例做最方便的计算法,所以尽管使用不同大小的器皿,也能够制作出口味相同的咖啡。

例:拿铁咖啡(第6页)的材料中有用到意大利热咖啡4分、鲜奶4分、牛奶泡2分,指的意思就是以你选定的杯子为准,去掉留下的空间,将杯子的高度分为10等份,加入意大利热咖啡4分,鲜奶4分,牛奶泡2分,如此的计算方式,既不会因杯子的大小而有所限制,也不会有材料难以计算的问题。

2.书中材料所写的鲜奶油,如果没有特别标示为“未打发”,均代表已打发过且装入挤花袋或奶油枪可供使用的奶油。

3.书中的成本分析因家庭采购量小,以零售价格来计算;开店量多为大量采购的批发价,成本相对较低。这些金额会随着物价及进货厂商、品牌、地区而有所差异,故此为一个成本的基础建议。

咖啡的中文、英文名称

材料成本:标示出家庭量与开店量不同成本来计算材料所需的费用,帮你精打细算

咖啡成品图

材料名称与分量:清楚标示家庭量和开店量,您可以根据情况做调整

做法:教你真材实料的制作一杯香醇咖啡

一杯好Cafe:提供做咖啡的独家妙方,让您掌握乘胜追击、领先同业的小法宝,并提供材料使用及替换的技巧,让您的咖啡更加与众不同、风味独特

印尼冰咖啡

Indonesian Ico Coffee

材料名称与分量

家庭量(1杯)

开店量(10杯)

材料名称

分量

家庭量

开店量

咖啡粉

1大匙

10大匙

鲜奶

1大匙

10大匙

牛奶泡

2分

20分

冰块

1大匙

10大匙

糖浆

1大匙

10大匙

可尔可

1大匙

10大匙

巧克力片

1片

10片

做法

1.将咖啡粉加入鲜奶、冰块、糖浆、巧克力片搅拌均匀。

2.将鲜奶加入咖啡粉中搅拌均匀。

3.将牛奶泡加入咖啡粉中搅拌均匀。

4.将冰块加入咖啡粉中搅拌均匀。

5.将糖浆加入咖啡粉中搅拌均匀。

6.将可尔可加入咖啡粉中搅拌均匀。

7.将巧克力片加入咖啡粉中搅拌均匀。

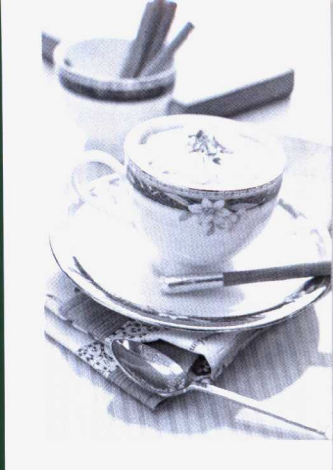
8.将咖啡粉加入咖啡粉中搅拌均匀。

9.将咖啡粉加入咖啡粉中搅拌均匀。

10.将咖啡粉加入咖啡粉中搅拌均匀。

PART 1

人气咖啡馆



成本 家庭量20元
开店量12元

* 本书成本计算单位为新台币，4元
新台币≈1元人民币，成本可根据
内地的实际成本计算。

Latte Coffee

拿铁跳舞咖啡

材料	家庭量	开店量
意大利热咖啡	4分	4分
鲜奶	4分	4分
牛奶泡	2分	2分

用杯

玻璃有把手的爱尔兰咖啡杯250毫升，附
长汤匙、冰糖包

做法

- ① 用奶泡壶先加热鲜奶到60℃，倒入杯中
4分满
- ② 将打好的奶泡，挖入杯中至6分满
- ③ 从正中央上面慢慢倒入黑浓意大利咖啡
到杯子的8分满，咖啡会在鲜奶及奶泡
中间，形成上下波动的状态，所以又叫
跳舞咖啡

1杯好Cafe

用意大利咖啡机制作奶泡，以玻璃杯
放鲜奶4分满，打奶泡，温度只能打至
60~65℃，温度不能太高，要有一层
奶泡，倒咖啡时要在正中央慢慢倒才
能形成牛奶→咖啡→奶泡的层次。



Vienna Coffee

维也纳咖啡

成本 家庭量23元
开店量14元



材料

	家庭量	开店量
曼巴或意大利		
综合热咖啡	8分	8分
鲜奶油	适量	适量
巧克力膏	15毫升	15毫升
七彩米	适量	适量

用杯

咖啡杯150~250毫升，附咖啡匙、糖包

做法

- ① 曼巴或意大利咖啡盛入杯子8分满，上挤一层鲜奶油花
- ② 加一些巧克力膏，撒一些七彩米，你也可以先在杯中加10毫升巧克力膏，撒一些可可粉增添风味

1杯好Cafe

巧克力膏用尖嘴瓶可画出造型线条，若是大杯的，还可以在杯中倒入加热的鲜奶及奶泡，增加份量。





焦糖玛琪哈朵

成 家庭量25元
本 开店量18元

咖啡

材料

	家庭量	开店量
意大利咖啡	100毫升	100毫升
鲜奶	300毫升	300毫升
焦糖膏	15毫升	15毫升
焦糖糖浆	15毫升	15毫升

用杯

500毫升大杯，附咖啡匙、糖包

做法

- ① 用钢杯加鲜奶打成奶泡，搅拌均匀
- ② 将意大利咖啡盛入杯中，加入鲜奶及奶泡至全满
- ③ 在正中央淋入一些焦糖糖浆，在奶泡上面用焦糖膏挤出网状的图案

1□杯□好Cafe

意大利咖啡要好喝，奶泡要打到绵密，从正中央倒入杯中，焦糖膏用尖嘴瓶划出造型。你也可用虹吸式咖啡机手工现煮出意大利咖啡。

成本 家庭量16元
开店量10元

意大利咖啡

材料	家庭量	开店量
咖啡粉	2~2.5大匙	2.5~3匙
热水	200毫升	200毫升

用杯

咖啡杯150~180毫升，附咖啡匙、奶油球、糖包

做法

- ① 咖啡槽先按热水温热
- ② 意式磨豆机磨豆成粉，将粉倒入槽中铺平
- ③ 将压块用力向下压紧到8分满
- ④ 将槽由左往右锁紧
- ⑤ 按键煮浓咖啡到小的意式杯中

1杯好Cafe



您也可改用手工现煮，必须煮出浓厚的劲道，又要顺口甘醇，所以拨法要快，准确，力道顺畅。

Espresso Coffee



蓝山咖啡

成本 家庭量15元
开店量 9元

材料	家庭量	开店量
咖啡粉	1.5~2大匙	2~2.5大匙
热水	200毫升	200毫升

用杯

咖啡杯150~180毫升，附咖啡匙、奶油球、糖包

做法

- ①以虹吸式单冲法50秒，将咖啡粉、热水放入，以小火加热50~55秒
- ②第一次轻拨6下，第30秒再轻拨12下，关火倒水即可盛入杯中(十字拨法)



1杯好Cafe

拨法要轻柔，力道要慢、顺畅。浓淡口感全看煮的过程下手轻重而定，决不能煮得太酸、太苦或有涩味。



鸳鸯情人咖啡

成 家庭量20元

本 开店量13元

Tea & Coffee

材料	家庭量	开店量
曼巴咖啡或		
意大利咖啡	1/3杯	1/3杯
热水	1/3杯	1/3杯
红茶	2包	2包
三花奶水	30毫升	30毫升
鲜奶油(未打发)	15毫升	15毫升
炼乳	10毫升	10毫升
奶精粉	1大匙	1大匙
果糖	15毫升	15毫升
鲜奶油	适量	适量

用杯

350毫升马克杯或250毫升热拿铁杯，附长咖啡匙

做法

- ① 将热水、红茶包泡成红茶汁备用
- ② 杯中倒入咖啡4分满，将三花奶水、鲜奶油(未打发)、炼乳、奶精粉、果糖，搅拌均匀
- ③ 再从上慢慢倒入红茶到9分满，挤上鲜奶油花即可



1□杯□好Cafe

咖啡要够浓；红茶请选用高级锡兰红茶、斯里兰卡红茶包或用立顿红茶包，注意泡茶的时间、温度，三花奶水、鲜奶油(未打发)、炼乳、奶精粉也可择一加入。



Cappuccino Coffee

卡布基诺咖啡

成本 家庭量25元
开店量16元

材料	家庭量	开店量
意大利热咖啡	8分	8分
鲜奶油	适量	适量
肉桂粉	少许	少许
柠檬皮	少许	少许
肉桂棒	1支	1支

用杯

150~180毫升咖啡杯，附咖啡匙、糖包

做法

- ①杯中盛入意大利咖啡8分满，先撒一点肉桂粉，上面再挤鲜奶油花
- ②用刮刀刮上柠檬绿丝或细丁，再撒一点肉桂粉，附上一根肉桂棒即可

1□杯□好Cafe

意大利咖啡必须煮的够浓烈。肉桂可健胃，可驱风寒，但不能太多。柠檬皮可用刮刀刮取绿皮部分，或用刀切成丝。

贵夫人欧蕾咖啡

Cafe Au Lait

成本 家庭量25元
开店量18元

材料	家庭量	开店量
热咖啡	半杯	半杯
热鲜奶	半杯	半杯
绿薄荷酒	10毫升	10毫升
鲜奶油	适量	适量

用杯

150~250毫升，附咖啡匙、糖包

做法

- ①杯中加半杯综合热咖啡或曼巴咖啡，再倒入半杯温热鲜奶
- ②上挤一层鲜奶油花，开店的朋友可多淋上10毫升薄荷酒，你也可先将鲜奶用蒸汽打出奶泡取代鲜奶油

1□杯□好Cafe

咖啡可依个人需要选用中等浓度的咖啡，也可将鲜奶倒入咖啡中加热。



成本 家庭量15元
开店量 9元



曼特宁咖啡

材料	家庭量	开店量
咖啡粉	2~2.5大匙	2~3大匙
热水	200毫升	200毫升

用杯

咖啡杯150~180毫升，附咖啡匙、奶油球、糖包

做法

- ①以虹吸式单冲法60秒，将咖啡粉、热水放入，以小火加热60秒
- ②第一次重拨6~12下，第40秒再重拨18下，关火倒水即可盛入杯中(正十字拨法)

1□杯□好Cafe

拨法要强，力道要够，次数要多。咖啡烘焙得太浅、太过，或是煮得不好都会有酸味、涩味。

曼巴咖啡

材料	家庭量	开店量
咖啡粉	1.5~2.5大匙	2~3大匙
热水	200毫升	200毫升

用杯

咖啡杯150~180毫升，附咖啡匙、奶油球、糖包

做法

- ①以虹吸式单冲法60秒，将咖啡粉、热水放入，以小火加热60秒
- ②第一次轻拨6~12下，第40秒再重拨18下，关火倒水即可盛入杯中(或用虹吸式双冲法，第二次25秒，正十字拨法)

1□杯□好Cafe

柔中带刚的力道，比例为曼7巴3，也就是曼特宁1.5大匙，巴西0.5大匙。

Mandheling & Biazil Coffee



成本 家庭量15元
开店量 9元



摩卡咖啡

成本 家庭量15元
开店量 9元

材料	家庭量	开店量
咖啡粉	1.5~2大匙	2~2.5大匙
热水	200毫升	200毫升

用杯

咖啡杯150~180毫升，附咖啡匙、奶油球、糖包

做法

- ①以虹吸式单冲法60秒，将咖啡粉、热水放入，以小火加热55秒
- ②第一次轻拨6下，第40秒再轻拨12~18下，关火倒水即可盛入杯中(正十字拨法)



1杯好Cafe

拨法须轻柔中带有顺畅，才能表现出摩卡独特的野性风味，酸滑甘醇，如果煮不好，则酸味会过重，且有涩味、怪味、杂味。



冰拿铁咖啡

Latte Ice Coffee

成本 家庭量35元

本 开店量27元

材料	家庭量	开店量
果糖	24毫升	30毫升
碎冰	适量	适量
冰鲜奶	90毫升	90毫升
冰咖啡	150~180毫升	150~180毫升
鲜奶油	适量	适量
巧克力屑	少许	少许

用杯

果汁杯350毫升(高脚的), 附长咖啡匙、吸管

做法

- ① 杯中先加果糖、碎冰至3分满
- ② 再加冰鲜奶至4分满, 充分搅拌
- ③ 用吧叉匙挡住, 慢慢倒入冰咖啡形成层次
- ④ 上挤一层鲜奶油, 以巧克力屑装饰即可



1□杯□好Cafe

果糖、鲜奶、碎冰部分一定要搅拌均匀, 冰咖啡用综合冰加曼特宁, 倒咖啡时要慢, 冰咖啡要够黑, 层次才会鲜明。上层的鲜奶油也可用奶泡替换。