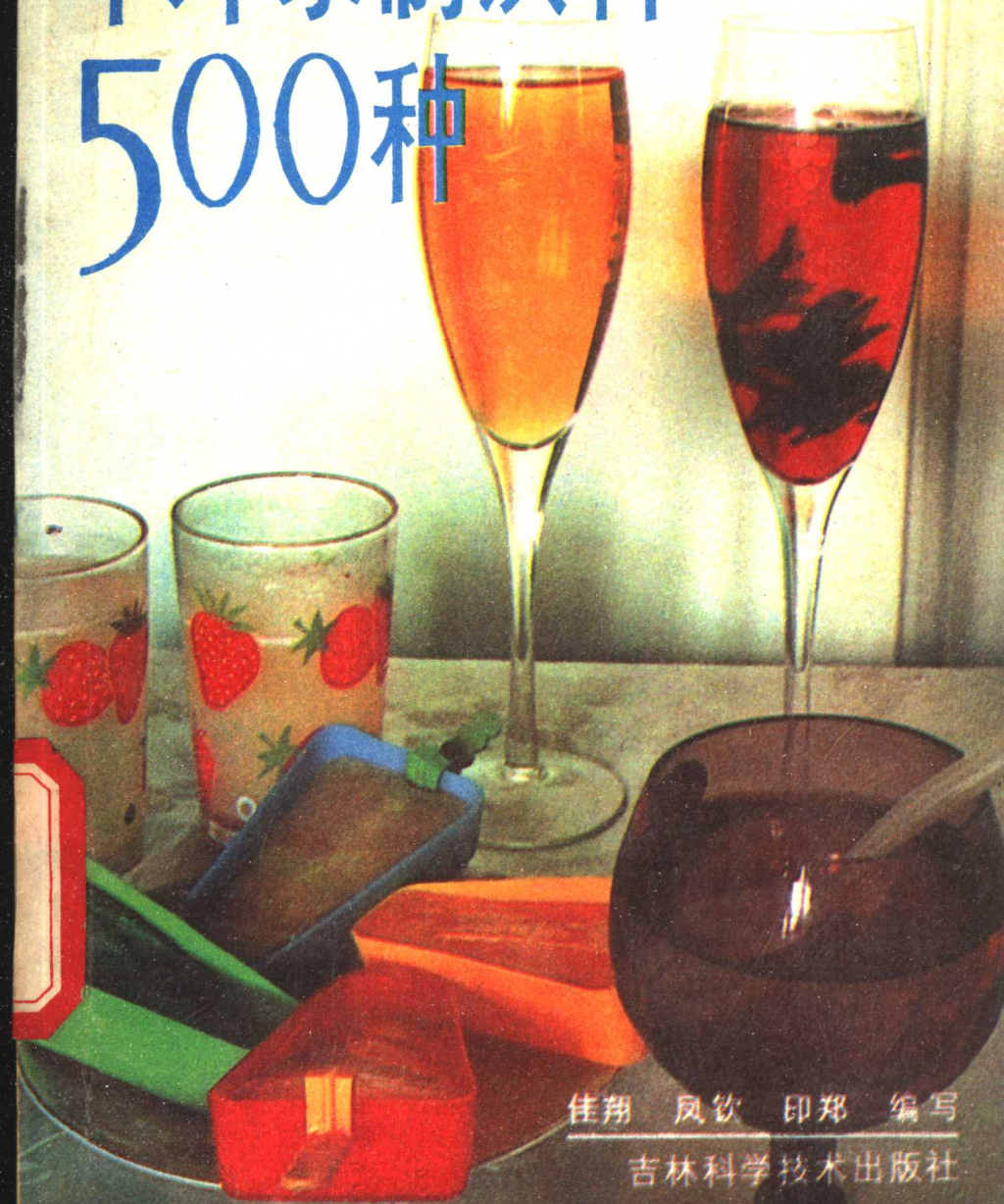


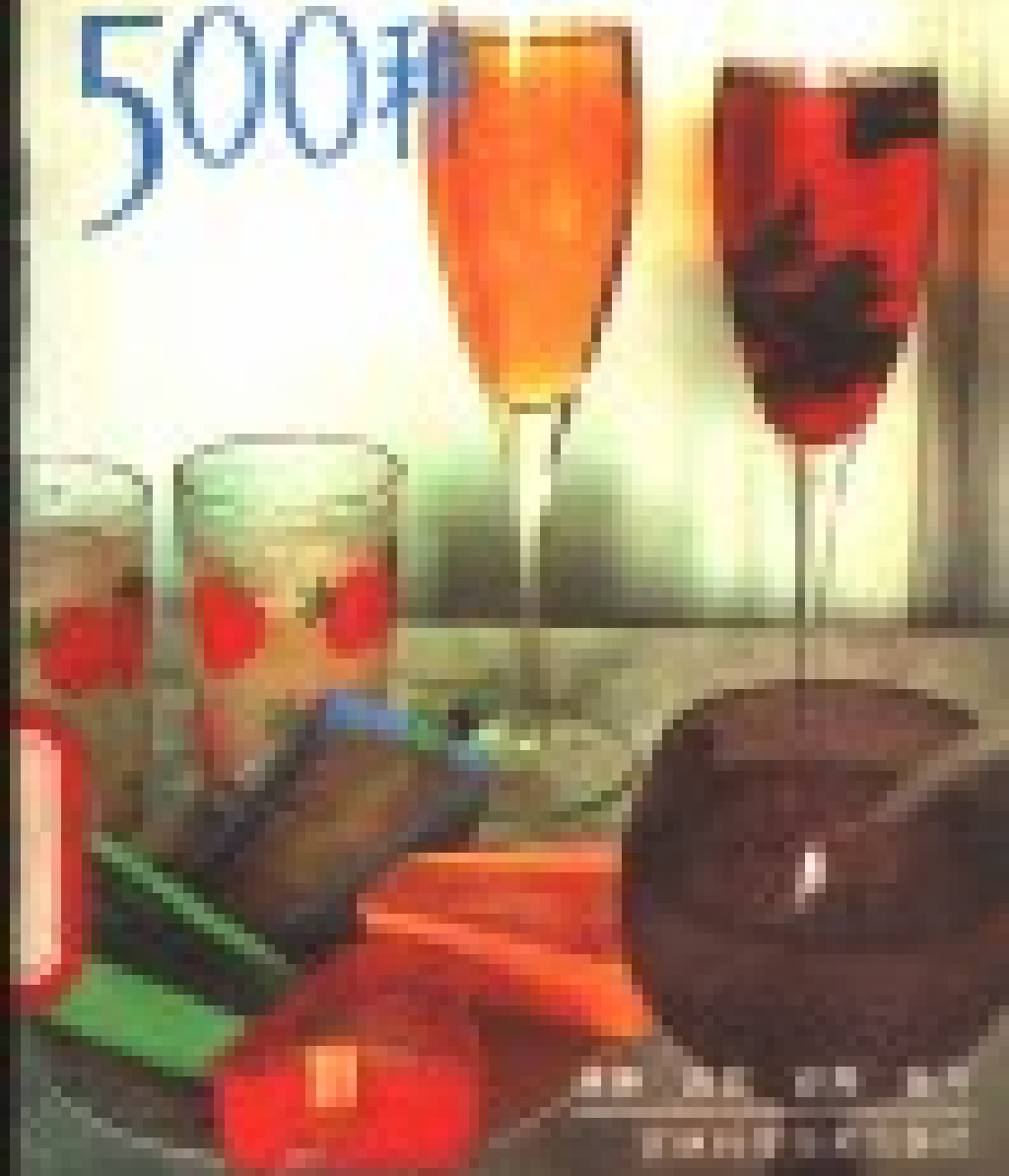
# 中外家制饮料 500种



佳翔 凤钦 印郑 编写

吉林科学技术出版社

# 中外家制饮料 500种



主编 陈金 副主编 陈金

中国轻工业出版社

# 中外家制饮料 500 种

郑印 佳翔 凤钦 编写

吉林科学技术出版社

# 中外家制饮料500种

郑印 佳翔 凤钦 编写

\*

吉林科学技术出版社出版 吉林省新华书店发行  
磐石县印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 7印张 145,000字

1987年7月第1版 1987年7月第1次印刷

印数: 1—23260册

统一书号: 17376·19 定价: 1.90元

ISBN 7-5384-0000-5/TS·10

## 出版者的话

随着我国人民的物质生活水平不断地提高，对饮料的需求也与日俱增。饮料在我国发展较早，中国茶名誉全球，传统饮料别具特色，品种繁多；各国的现代饮料，更为引人入胜，值得借鉴。当前，电冰箱已步入千家万户，酷暑盛夏，您想随时制备一点清凉爽口营养丰富的饮料，则是易如反掌的事。鉴此，我社出版了这本《中外家制饮料 500 种》，为广大读者自制饮料，提供丰富资料。

本书精选了中外饮料中 500 多种珍品。从茶、咖啡、可可、乳品、汽水、果汁、果露，直至各种含酒精饮料，以及各种雪糕、冰淇淋、果冻等，举凡家庭自制的中外佳饮，几乎无不囊括入册。配方科学，原料易得，制备简便，具有实用价值，是自制饮料者的忠实“助手”，对饮料生产厂家和个体生产者，也有参考价值。

1987. 3. 3

101-362

# 目 录

## 一、中国传统汤饮

- 防暑汤 (一) (1)      防暑汤 (二) (1)      暑金汤 (2)  
双耳汤 (2)      酸梅汤 (一) (3)      酸梅汤 (二) (3)  
酸梅汤 (三) (4)      酸梅汤 (四) (4)      山楂汤 (一)  
(5)      山楂汤 (二) (6)      山楂酸梅汤 (6)      山  
楂莲子汤 (7)      莲子汤 (7)      青梅汤 (8)      绿豆  
汤 (一) (8)      绿豆汤 (二) (9)      绿豆汤 (三)  
(9)      绿豆汤 (四) (10)      绿豆汤 (五) (10)  
红枣汤 (一) (11)      红枣汤 (二) (11)      红枣汤 (三)  
(12)      红枣汤 (四) (12)      菊花汤 (12)      白菊  
花汤 (13)      金菊汤 (13)      牛奶菊花汤 (14)      薄荷  
汤 (14)      荷叶汤 (15)      鲜藕汤 (一) (15)      鲜藕汤  
(二) (16)      芥菜汤 (16)      凤髓汤 (17)      益元汤  
(17)      二豆汤 (18)      三豆汤 (18)      蚕豆汤 (19)  
双仁汤 (19)      稀醪汤 (19)      甜瓜汤 (20)      西瓜汤  
(一) (20)      西瓜汤 (二) (21)      西瓜翠衣汤 (21)  
翡翠汤 (22)      薄荷藕丝汤 (22)      翠衣决明汤 (22)  
降压汤 (23)      山楂决明金银汤 (23)      山楂决明汤 (23)  
山楂菊花决明汤 (24)      菊明降压汤 (24)      桃仁决明汤  
(25)      鲜荷蜜糖汤 (25)      食盐冬瓜汤 (25)      罗汉汤  
(一) (26)      罗汉汤 (二) (26)      罗汉汤 (三) (27)  
水芝饮 (27)      柏叶饮 (27)      鲜藕饮 (28)      杏酪饮  
(28)      参斛清凉饮 (29)      银梅清凉饮 (30)      山楂  
薏仁饮 (30)      地骨皮清凉饮 (31)      决明子清凉饮 (31)  
冬瓜饮 (32)      薄荷饮 (一) (32)      薄荷饮 (二) (32)  
薄荷 (凉) 饮 (三) (33)      丝瓜饮 (33)      丝瓜藤饮

(33) 丝瓜络饮 (34) 丝瓜花饮 (34) 西红柿薄荷饮 (34) 牛奶薄荷饮 (35) 杏薄荷饮 (35) 柠檬薄荷饮 (35) 清凉茶 (35) 陈皮茶 (36) 竹叶茶 (36) 四花茶 (36) 麦冬茶 (37) 芦根茶 (38) 两根茶 (38) 大麦茶 (一) (38) 大麦茶 (二) (38) 荷叶凉茶 (一) (39) 荷叶凉茶 (二) (39) 荷叶茶 (40) 菊花山楂茶 (40) 菊花青果茶 (40) 杞菊茶 (41) 桑菊茶 (41) 桑叶茶 (41) 金银花茶 (一) (42) 金银花茶 (二) (42) 薄荷茶 (42) 柠檬茶 (43) 杏仁茶 (43) 杏仁奶茶 (44) 胖大海茶 (44) 薏米茶 (44) 玉米须茶 (一) (45) 玉米须茶 (二) (45) 泽泻白术茶 (45) 海带茶 (46) 青果甘草茶 (46) 玄麦甘桔茶 (47) 翠衣凉茶 (47) 枇杷竹叶凉茶 (48) 莲心茶 (48) 花生叶茶 (48) 柿叶茶 (49)

## 二、果类饮料

### (一) 糖浆

#### 1. 各种糖浆的制法

基本糖质糖浆 (50) 桃子糖浆 (50) 杏糖浆 (51) 丁香糖浆 (51) 可可糖浆 (51) 咖啡糖浆 (52) 巧克力糖浆 (52) 核桃糖浆 (52) 香子兰糖浆 (52) 薄荷糖浆 (53) 马林果糖浆 (53) 草莓糖浆 (53) 甘橙糖浆 (54) 扁桃糖浆 (54) 樱桃糖浆 (54)

#### 2. 糖浆混合热饮

《高级》混饮 (55) 香子兰混饮 (55) 俄罗斯混饮 (55) 香子兰柠檬混饮 (56) 香子兰越桔混饮 (56) 马林果混饮 (56) 柠檬混饮 (56) 柑橙混饮 (56) 维生素混饮 (56) 桃混饮 (57) 阿拉伯混饮 (57) 热柠檬 (57)

### (二) 果汁

#### 1. 制取果汁的一般方法

- (1) 腌制法 (57)      (2) 挤压法 (58)      (3) 直接取汁法 (58)      (4) 煮取法 (58)      (5) 先煮后压 (58)
- (6) 先腌后挤 (58)

## 2. 制取果汁的几点注意事项

### 3. 一些果汁的具体制作

#### (1) 适用于腌制法制作的果汁

草莓汁 (59)      柠檬汁 (59)

#### (2) 适于挤压法制作的果汁

萝卜汁 (一) (60)      萝卜汁 (二) (61)      草莓汁 (61)  
 柠檬汁 (61)      葡萄汁 (61)      菠萝汁 (62)      鲜藕汁 (62)  
 番茄汁 (63)      樱桃汁 (63)      柿子汁 (64)  
 芹菜葡萄汁 (64)      杨梅汁 (64)      桔汁 (65)      西瓜  
 番茄汁 (65)

#### (3) 适于用直接取汁法制作的果汁

西瓜汁 (66)      番茄汁 (一) (66)      番茄汁 (二) (67)

#### (4) 适用于煮取法制作的果汁

红果汁 (67)      草莓汁 (67)      扁豆汁 (68)

## 4. 果汁饮料

### (1) 清饮

西红柿清饮 (68)      胡萝卜野果双汁清饮 (69)      野蔷薇维  
 生素清饮 (69)      红莓台子汁清饮 (69)      柑橙清饮 (70)  
 欧越桔清饮 (70)      草莓穗醋栗清饮 (70)      杏樱桃清饮  
 (70)      穗醋欧越桔清饮 (71)      马林果清饮 (71)  
 奶油苹果清饮 (71)

### (2) 佐餐果汁爽饮

#### 水果佐餐爽饮

佐餐草莓爽饮 (71)      佐餐苹果爽饮 (一) (72)      佐餐苹  
 果爽饮 (二) (72)      佐餐桃爽饮 (72)      佐餐奶油爽饮  
 (72)

#### 冰淇淋佐餐爽饮

冰淇淋茶制爽饮 (73)      冰淇淋咖啡爽饮 (73)      冰淇淋可  
 可爽饮 (73)      冰淇淋草莓爽饮 (73)      冰淇淋柠檬爽饮

(一) (73) 冰淇淋柠檬爽饮 (二) (73) 冰淇淋樱桃爽饮 (73) 冰淇淋苹果爽饮 (一) (74) 冰淇淋苹果爽饮 (二) (74) 冰淇淋糖醋栗爽饮 (74) 冰淇淋核桃爽饮 (74) 冰淇淋马林果爽饮 (74) 冰淇淋柑橙爽饮 (一) (74) 冰淇淋柑橙爽饮 (二) (75) 冰淇淋《和风》爽饮 (75) 冰淇淋杏爽饮 (一) (75) 冰淇淋杏爽饮 (二) (75) 冰淇淋扁桃爽饮 (75) 冰淇淋桦蘑爽饮 (75)

#### 多餐佐餐爽饮

多餐马林果爽饮 (76) 多餐欧越桔爽饮 (76) 多餐巧克力爽饮 (76)

#### (3) 果汁鸡尾饮料

ABC 水果鸡尾饮料 (77) 菠萝鸡尾饮料 (77) 咖啡鸡尾饮料 (77) 欧越桔鸡尾饮料 (77) 樱桃鸡尾饮料 (78) 桃鸡尾饮料 (78) 苹果鸡尾饮料 (一) (78) 苹果鸡尾饮料 (二) (78) 杏子鸡尾饮料 (78) 柑橙鸡尾饮料 (78) 柑橙蜜柠檬鸡尾饮料 (79) 含蛋樱桃鸡尾饮料 (79)

#### (4) 果汁水

一般果汁水 (79) 红莓果汁水 (80) 柠檬果汁水 (80) 马林果果汁水 (80) 苹果果汁水 (81) 蔷薇苹果果汁水 (81) 糖醋果果汁水 (82)

### (三) 汽水

#### 1. 汽水及分类

#### 2. 果味汽水

汽水 (一) (82) 汽水 (二) (83) 汽水 (三) (83) 汽水 (四) (83) 汽水 (五) (84)

#### 3. 果汁汽水

##### (1) 杯装凉饮

柠檬凉饮 (84) 柑橙凉饮 (85) 杏汁儿童凉饮 (85) 混合凉饮 (一) (85) 混合凉饮 (二) (86) 鸡蛋儿童凉饮 (86) 法国凉饮 (86) 《豪华》凉饮 (87) 消食凉饮 (87) 马林果儿童凉饮 (87) 草莓凉饮 (88)

儿童凉饮 (88)      橙子凉饮 (88)      菠萝凉饮 (89)  
桃凉饮 (89)      水果凉饮 (89)

(2) 含蛋滋养凉饮

含蛋柑橙滋养凉饮 (90)      含蛋胡萝卜滋养凉饮 (90)  
含蛋西红柿滋养凉饮 (91)      含蛋柠檬滋养凉饮 (一) (91)  
含蛋柠檬滋养凉饮 (二) (91)      含蛋马林果滋养凉饮 (91)  
含蛋杏子滋养凉饮 (91)      含蛋桃子滋养凉饮 (92)      含蛋  
草莓滋养凉饮 (92)      含蛋巧克力滋养凉饮 (92)

(四) 怎样喝清凉饮料

三、茶

(一) 说茶、喝茶和品茶

1. 说茶

2. 喝茶

(1) 茶功夫    (2) 选茶    (3) 茶具

3. 品茶

4. 茶忌

(二) 含茶饮料

1. 中国含茶饮料

菊槐茶 (97)      防暑茶 (98)      柿叶茶 (98)      淡盐茶  
(98)      菊花茶 (99)      豆衣茶 (99)      潘趣茶 (99)  
红茶 (一) (100)      红茶 (二) (100)      红茶 (三) (101)  
香桃茶 (101)      蜂蜜茶 (101)      虾米茶 (102)      新疆奶  
茶 (102)      薄荷茶 (102)      罗布麻茶 (一) (103)      罗  
布麻茶 (二) (103)

2. 国外含茶饮料

(1) 热茶饮

牛奶热茶 (104)      牛奶蜂蜜热茶 (104)      柑桔热茶 (104)  
水果糖浆热茶 (105)      糖醋栗热茶 (105)      马林果热茶  
(105)      杏热茶 (105)      胡桃热茶 (106)

(2) 凉茶饮

蜂蜜凉茶 (一) (106)      蜂蜜凉茶 (二) (106)      马林果凉

茶 (107)      柠檬凉茶 (107)      柑橙凉茶 (107)      桃凉茶  
(107)      草莓凉茶 (一) (107)      草莓凉茶 (二) (108)  
巧克力凉茶 (108)      咖啡凉茶 (108)

#### 四、咖啡

##### (一) 热咖啡

含糖黑咖啡 (109)      含奶咖啡 (109)      墨西哥咖啡 (110)  
意大利咖啡 (110)      蛋黄咖啡 (110)      营养咖啡 (111)

##### (二) 凉咖啡

冰淇淋凉咖啡 (111)      柠檬凉咖啡 (111)      胡桃凉咖啡  
(111)      鸡蛋凉咖啡 (112)      草莓凉咖啡 (112)      桃制  
凉咖啡 (112)      柑橙凉咖啡 (113)      香子兰凉咖啡 (113)

#### 五、可可、巧克力饮料

奶可可 (一) (114)      奶可可 (二) (114)      蛋黄可可  
(114)      可可汁 (115)      热巧克力 (115)      巧克力奶  
(115)      泡沫奶油凉巧克力 (116)

#### 六、奶制饮料

##### (一) 牛奶

1. 牛奶的营养
2. 怎样喝牛奶

##### (二) 含牛奶的饮料

###### 1. 一般含奶饮料

香子兰牛奶 (119)      牛奶野蔷薇 (119)      茶牛奶 (120)      碳  
酸气牛奶 (120)      草莓奶 (一) (120)      草莓奶 (二)  
(120)      柑橙奶 (121)      果汁牛奶 (121)      扁桃牛奶  
(121)      豆蔻牛奶 (121)      樱桃牛奶 (122)      柑橙豆蔻  
牛奶 (122)

###### 2. 凉牛奶饮料

马林果牛奶凉饮 (123)      桃子牛奶凉饮 (123)      草莓奶油凉  
饮 (123)      蛋黄牛奶凉饮 (124)      水果牛奶凉饮 (124)      蜂  
蜜牛奶凉饮 (124)

###### 3. 牛奶冷饮

蛋黄牛奶冷饮 (一) (125)      蛋黄牛奶冷饮 (二) (125)  
 巧克力奶冷饮 (一) (125)      巧克力奶冷饮 (二) (125)  
 巧克力奶冷饮 (三) (126)      巧克力奶冷饮 (四) (126)  
 柠檬奶冷饮 (一) (126)      柠檬奶冷饮 (二) (126)      欧越  
 桔奶冷饮 (126)      咖啡奶冷饮 (127)      可可奶冷饮 (127)  
 马林果奶冷饮 (127)      桃子奶冷饮 (一) (127)      桃子奶冷  
 饮 (二) (127)      杏奶冷饮 (127)      草莓奶冷饮 (一)  
 (128)      草莓奶冷饮 (二) (128)      西红柿奶冷饮 (128)  
 核桃奶冷饮 (一) (128)      核桃奶冷饮 (二) (128)      西瓜  
 奶冷饮 (128)      胡萝卜奶冷饮 (129)      香蕉奶冷饮 (129)

#### 4. 牛奶热饮

草莓奶热饮 (129)      马林果奶热饮 (一) (130)      马林果奶  
 热饮 (二) (130)      奶蜜热饮 (一) (130)      奶蜜热饮 (三)  
 (130)      柑橙奶热饮 (130)      香子兰奶热饮 (一) (131)  
 香子兰奶热饮 (二) (131)      苹果奶热饮 (131)      《提神》  
 奶热饮 (131)

#### (三) 酪饮料

草莓酪饮料 (132)      欧越桔酪饮料 (132)      蜜酪饮料 (132)  
 苹果酪饮料 (132)      柠檬酪饮料 (132)      西红柿酪饮料  
 (133)

#### (四) 冰淇淋

##### 1. 几种典型制法

冰淇淋 (一) (133)      冰淇淋 (二) (134)      冰淇淋 (三)  
 (134)      香草冰淇淋 (134)

##### 2. 各种冰淇淋的制法

###### (1) 果浆冰淇淋

茶制冰淇淋 (136)      咖啡冰淇淋 (136)      可可冰淇淋  
 (136)      草莓冰淇淋 (136)      柠檬冰淇淋 (137)      樱桃  
 冰淇淋 (137)      糖醋栗冰淇淋 (137)      苹果冰淇淋 (137)  
 胡桃冰淇淋 (137)      马林果冰淇淋 (137)      柑橙冰淇淋  
 (138)      《和风》冰淇淋 (138)      《小太阳》冰淇淋 (138)  
 扁桃冰淇淋 (138)

## 2. 果汁冰淇淋

柑橙冰淇淋 (138)      柠檬冰淇淋 (139)      杏冰淇淋 (139)  
苹果冰淇淋 (139)      梓磨冰淇淋 (139)      胡桃冰淇淋  
(139)      鸡蛋冰淇淋 (139)      可可冰淇淋 (140)

### (3) 山德

马林果山德 (140)      草莓山德 (140)      欧越桔山德 (140)  
巧克力山德 (141)

## (五) 酸奶

## (六) 奶制甜食

可可酸凝乳甜食 (142)      奶栗甜食 (143)      奶苹果甜食  
(143)      糖醋栗奶甜食 (143)      欧越桔奶甜食 (144)

# 七、冷食

## (一) 果冻

### 1. 水果果冻

桔子冻 (145)      杏冻 (146)      红果冻 (一) (146)      红  
果冻 (二) (147)      香蕉冻 (147)      桃冻 (一) (147)  
桃冻 (二) (148)      桃冻 (三) (148)      草莓冻 (一)  
(149)      草莓冻 (二) (149)      荸荠冻 (一) (150)  
荸荠冻 (二) (150)      菠萝冻 (一) (151)      菠萝冻 (二)  
(151)      菠萝冻 (三) (151)      苹果冻 (一) (151)  
苹果冻 (二) (151)      枣泥冻 (152)      西红柿冻 (152)  
青梅冻 (153)      杨梅冻 (一) (153)      杨梅冻 (二) (154)  
西瓜冻 (一) (154)      西瓜冻 (二) (154)      樱桃冻 (155)  
琼脂冻 (一) (155)      琼脂冻 (二) (155)      琼脂冻 (三)  
(156)      杏仁冻 (156)

### 2. 果汁果冻

果汁冻 (一) (157)      果汁冻 (二) (157)      桔子汁冻  
(158)      葡萄汁冻 (158)      桔柠冻 (158)      苹果冻  
(159)      香蕉菠桔冻 (159)

### 3. 香精制冻

水果味冻 (160)      红冻 (160)      蜜冻 (161)      酸梅冻

(161) 奶冻 (161) 杏仁冻 (162) 薄荷冻 (一)  
(162) 薄荷冻 (二) (163) 菠萝冻 (163) 百果冻  
(163)

#### 4. 其他制冻

咖啡冻 (164) 栗子冻 (164) 豌豆黄 (一) (165)  
豌豆黄 (二) (165) 豌豆冻 (165) 可可冻 (166)

#### (二) 冰棍

一般冰棍 (166) 红 (绿) 茶冰棍 (167) 牛奶冰棍 (167)  
小豆冰棍 (167)

#### (三) 雪糕

红茶奶油雪糕 (168) 奶油雪糕 (169) 水果雪糕 (169)  
可可雪糕 (170)

### 八、酒

#### (一) 啤酒

##### 家制啤酒和啤酒饮料

家庭酿造啤酒 (172) 热啤酒 (173) 泡沫啤酒 (173)  
苹果酒啤酒 (174) 奶啤酒 (174)

#### (二) 葡萄酒

##### 家制葡萄酒和葡萄酒饮料

家制葡萄酒 (175) 柠檬葡萄酒 (176) 草莓葡萄酒 (176)  
西红柿葡萄酒 (177) 马林果葡萄酒 (177) 橙子梨葡萄酒  
(177) 红酒热饮 (一) (178) 红酒热饮 (二) (178)  
红酒热饮 (三) (178)

#### (三) 鸡尾酒

##### 1. 世界十大传统鸡尾酒

亚历山大酒 (179) 阿美里卡诺酒 (179) 血玛丽酒 (180)  
菲斯杜松子酒 (180) 牙买加甜酸鸡尾酒 (180) 曼哈顿酒  
(181) 内格罗尼酒 (181) 波尔图香鸡尾酒 (181)  
玫瑰鸡尾酒 (181) 白小姐酒 (182)

##### 2. 中国式鸡尾酒

红宝石酒 (182) 郁金桔酒 (183) 水晶酒 (184)

### 3. 各种混饮

#### (1) 一般流行简单鸡尾酒

薄荷鸡尾酒 (184)      白兰地鸡尾酒 (185)      草莓鸡尾酒 (185)  
香子兰鸡尾酒 (185)      甘蔗烈酒鸡尾酒 (186)      清爽鸡尾酒 (186)

#### (2) 热酒混饮

朗姆热混饮 (186)      牛奶热酒混饮 (187)      格罗格酒热饮 (187)

#### (3) 冷混饮

冰镇混饮 (187)      葡朗冷混饮 (188)      欧式冷混饮 (188)  
香瓜草莓冷混饮 (188)      柠檬樱桃冷混饮 (189)      桃子冷混饮 (190)  
樱桃冷混饮 (190)      茶酒冷混饮 (190)

#### (4) 滋补酒混饮

滋补白兰地混饮 (一) (191)      滋补白兰地混饮 (二) (191)  
滋补葡萄酒混饮 (191)      滋补香槟酒混饮 (192)      滋补朗姆酒混饮 (192)  
滋补巧克力酒混饮 (193)      滋补咖啡酒混饮 (193)  
滋补樱桃酒混饮 (193)      滋补豆蔻酒混饮 (193)  
滋补柠檬酒混饮 (194)      匈牙利滋补酒混饮 (194)      滋补茶酒混饮 (194)

#### (5) 水果酒混饮

苹果香槟酒混饮 (194)      青梅酒混饮 (195)      柠檬威士忌酒混饮 (195)  
甜橙伏特加酒混饮 (195)      果汁水果酒混饮 (196)  
雪梨果酒混饮 (196)      山楂果酒混饮 (196)  
草莓果酒混饮 (197)      樱桃果酒混饮 (197)      杨梅果酒混饮 (197)

#### (6) 可可类混饮

咖啡白兰地 (198)      可可汽水白兰地 (198)

#### (7) 甜酒混饮

奶油甜酒混饮 (199)      咖啡甜酒混饮 (199)      蜂蜜果汁甜酒混饮 (199)

### (四) 几种家酿酒的制法

西瓜酒 (200)      蜂蜜甜酒 (200)      家酿江米酒 (201)

家酿红曲酒 (203)

### (五) 格瓦斯

俄罗斯格瓦斯 (203)      普通格瓦斯 (203)      蜂蜜格瓦斯  
(204)      辣根格瓦斯 (204)      红莓格瓦斯 (204)      柠檬  
格瓦斯 (205)      薄荷格瓦斯 (205)      穗醋栗格瓦斯 (206)  
马林果格瓦斯 (206)      苹果格瓦斯 (206)      大黄格瓦斯  
(207)      牛奶格瓦斯 (207)

# 一、中国传统 汤饮



## 防 暑 汤 （一）

**配方：**

薄荷、山楂、麦芽、甘草各 50 克 水 5000 克

**制法：**

①上述四味原料放在一起用水煎熬；

②过滤，得汤。

**特点及功效：**

山楂能消食，行结气；甘草缓中补气、泻火解毒；麦芽可健脾化积；薄荷性凉味辛能解表散风热。这个汤饮的功效是帮助消化，对于暑天的发热、头痛目赤、咽喉肿痛等暑热现象均有防治作用。

## 防 暑 汤 （二）

**配方：**

枸杞子 9 克 醋炙五味子 12 克 甘草 6 克 薄荷 6 克

**制法：**

开水冲泡，当茶饮。

**特点及功效：**