



畅销经典
《顶级女性咖啡魔法师教您 咖啡制作大全》
豪华升级版



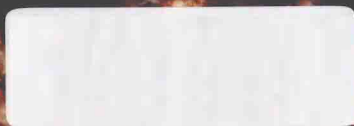
※ トップバリスタが教える

エスプレッソ
& コーヒー

顶级女性咖啡魔法师教您

咖啡制作大全

[日] 小池美枝子 著 灵思泉 赵培 译



100种最具人气的
意大利式浓缩咖啡和花式咖啡全放送

附赠教您制作意大利式浓缩咖啡与花式咖啡的DVD

河北科学技术出版社

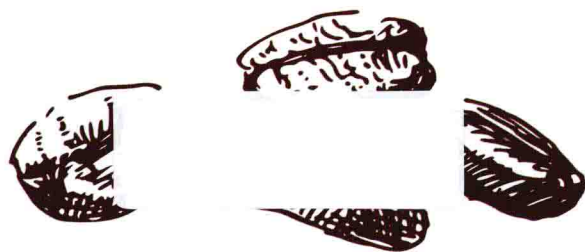


■ ■ トップバリスタが教える
エスプレッソ
& コーヒー

顶级女性咖啡魔法师教您

咖啡制作大全

(日) 小池美枝子 著 灵思泉 赵培 译



河北科学技术出版社

TITLE: [新版 トップバリスタが教えるエスプレッソ&コーヒー DVD付]

BY: [小池美枝子]

Copyright © STUDIO TAC CREATIVE 2013

Original Japanese language edition published by STUDIO TAC CREATIVE CO., LTD.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with STUDIO TAC CREATIVE CO., LTD.

Tokyo through NIPPON SHUPPAN HANBAI INC.

本书由日本 Studio TAC Creative Co., Ltd 授权北京书中缘图书有限公司出品并由河北科学技术出版社在中国范围内独家出版本书中文简体字版本。

著作权合同登记号：冀图登字 03-2013-061

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

顶级女性咖啡魔法师教您：咖啡制作大全 / (日)

小池美枝子著；灵思泉，赵培译．— 石家庄：河北科学技术出版社，2014.10

ISBN 978-7-5375-7089-3

I . ①顶… II . ①小… ②灵… ③赵… III . ①咖啡—
配制 IV . ① TS273

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 143046 号

顶级女性咖啡魔法师教您：咖啡制作大全

[日] 小池美枝子 著 灵思泉 赵 培 译



策划制作：北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划：陈 庆

策 划：李 伟

责任编辑：杜小莉

设计制作：柯秀翠

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号 (邮编：050061)

印 刷 北京利丰雅高长城印刷有限公司

经 销 全国新华书店

成品尺寸 170mm × 240mm

印 张 14

字 数 75 千字

版 次 2014 年 10 月第 1 版

2014 年 10 月第 1 次印刷

定 价 68.00 元

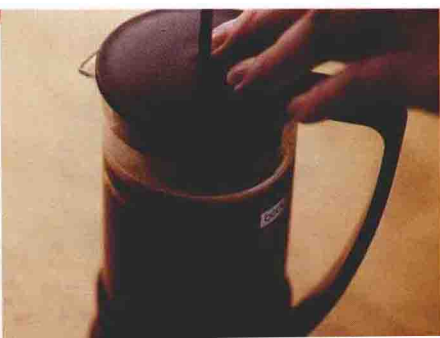
contents

美味咖啡的冲泡方法

立足于三大原则·····	8	用虹吸瓶冲泡咖啡·····	44
让我们来冲泡一杯美味的咖啡吧!·····	8	法式滤压壶的冲泡方法·····	50
烘焙度和保存方法·····	10	针筒咖啡壶(浓缩式)的咖啡冲泡方法·····	52
研磨咖啡豆·····	12	针筒咖啡壶(滴漏式)的咖啡冲泡方法·····	55
了解咖啡豆的品质·····	16	家用意大利浓缩咖啡机的咖啡冲泡方法·····	58
咖啡豆简介·····	20		
中南美地区·····	22		
非洲和中东地区·····	28		
风味变幻的技巧·····	32		
用纸制滴液漏斗(圆锥形滴漏器)冲泡咖啡·····	34		
纸制滴液漏斗(三孔式滴漏器)的冲泡方法·····	37		
冰咖啡(圆锥形滴漏器)的冲泡方法·····	39		
布制滴液漏斗的冲泡方法·····	40		

热咖啡食谱

牛奶咖啡·····	66	黑糖牛奶咖啡·····	78	咖啡布朗·····	93
马车夫·····	67	黑糖豆奶咖啡·····	79	巧克力咖啡·····	95
摩卡爪哇咖啡·····	68	抹茶牛奶咖啡·····	80	橘子咖啡·····	96
豆奶咖啡·····	69	黑芝麻牛奶咖啡·····	81	玫瑰花园·····	97
水中花·····	71	墨西哥料理咖啡·····	83	皇室咖啡·····	99
万年雪·····	73	西贡咖啡·····	85	马利亚·特雷西亚·····	101
肉桂咖啡·····	75	北欧咖啡·····	87	里约热内卢咖啡·····	103
香草咖啡·····	76	比利时咖啡·····	89	爱尔兰薄雾·····	104
天鹅绒·····	77	牛奶蜂蜜咖啡·····	91		



冰咖啡食谱

冰牛奶咖啡·····	106	焦糖冰咖啡·····	122	青色咖啡·····	141
冰马车夫·····	107	草莓冰冻咖啡·····	123	闪电柠檬咖啡·····	143
爪哇摩卡冰咖啡·····	109	奶味咖啡·····	125	甜型起泡酒咖啡·····	144
樱桃咖啡·····	110	草莓奶味咖啡·····	127	利口酒咖啡·····	145
冰淇淋咖啡·····	111	奶味巧克力咖啡·····	129	亚历山大大帝·····	147
冰豆奶咖啡·····	113	阳光咖啡·····	131	加水咖啡酒·····	149
冰抹茶牛奶咖啡·····	115	清爽天鹅绒·····	133	朗姆碳酸咖啡·····	151
草莓牛奶咖啡·····	117	摩卡冰咖啡·····	135	偕乐园之春·····	152
冰山牛奶咖啡·····	119	盐卤果冻咖啡·····	137		
冰冻咖啡·····	121	浆果咖啡·····	139		

意大利浓缩咖啡

牛奶咖啡·····	154	豆奶浓咖啡·····	172
印章咖啡·····	155	黑糖豆奶浓咖啡·····	173
奶油咖啡·····	156	黑糖牛奶浓咖啡·····	175
卡布奇诺·····	157	黑糖炼乳牛奶咖啡·····	176
焦糖印章咖啡·····	159	黑芝麻糖浆牛奶咖啡·····	177
香草牛奶咖啡·····	160	西贡牛奶·····	179
木莓牛奶咖啡·····	161	摩洛哥咖啡·····	181
蓝莓牛奶咖啡·····	162	摩洛哥草莓咖啡·····	182
椰子牛奶咖啡·····	163	白摩洛哥·····	183
榛子牛奶咖啡·····	164	维纳斯·····	185
樱花牛奶咖啡·····	165	巴伦西亚摩卡咖啡·····	187
枫树印章咖啡·····	166	蜜饯栗子咖啡·····	189
蜂蜜印章咖啡·····	167	杏仁奇诺·····	190
卡布奇诺可可咖啡·····	168	甜酒牛奶咖啡·····	191
卡布奇诺巧克力咖啡·····	169	红石榴牛奶咖啡·····	192
肉桂卡布奇诺·····	170		
乳脂软糖卡布奇诺·····	171		



contents

冰浓缩咖啡食谱

冰牛奶咖啡·····	194
特浓调制咖啡·····	195
意大利式奶油咖啡·····	196
冰焦糖印章咖啡·····	197
冰枫树印章咖啡·····	198
冰蜂蜜印章咖啡·····	199
冰香蕉摩卡·····	201
可可蓝色冰霜·····	203

碳酸卡布奇诺·····	205
摩卡冰淇淋咖啡·····	206
葡萄柚薄荷咖啡·····	207
Erika的奶昔咖啡·····	208
微辣桃咖啡·····	209
芒果拿铁咖啡·····	210

享受拉丁咖啡

制作奶泡·····	212
画圆·····	214
画心·····	216
画叶子·····	218
画天鹅·····	220





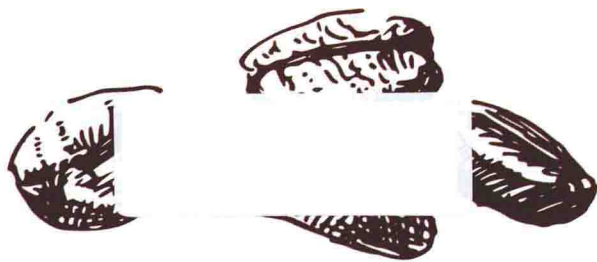
★トップバリスタが教える

エスプレッソ
& コーヒー

顶级女性咖啡魔法师教您

咖啡制作大全

(日)小池美枝子 著 灵思泉 赵培 译



河北科学技术出版社

请享受您的咖啡生活!



小池美枝子

“日本百瑞斯塔（咖啡师）大赛”玻璃咖啡壶赛中以第一名的成绩通过预选。另外，在2013年在原创咖啡鸡尾酒大赛的“日本咖啡调酒大赛”中获得亚军。小池美枝子凭借其女性特有的感性所创造出的独特的花式饮品受到广泛好评，同时其创作的滴漏式咖啡和意大利式浓缩咖啡也获得了大众的认可。近年来，也参与了一些研讨会，并开办了培训班。现在就职于“Tomutomu”咖啡屋。



“日本咖啡调酒大赛”的场景。在规定的时间内冲泡出两杯爱尔兰咖啡以及两杯含酒精的自创咖啡饮料。审查内容包括咖啡味道以及创造性，大会也审查选手的表演能力和待客能力。

序

我第一次与咖啡接触是在4岁的时候，对于当时的我来说，咖啡并不是一种褐色的饮品，而是一种红色的果实。正是因为这样，当时的我并没有接受咖啡的味道，直到我成年以后，才开始饮用咖啡。

2000年时，我的生活出现了转机。当时“咖啡师”作为一种资格认证诞生了，我顺利地通过了第一期的资格考试。2001年，我信心满满地参加了“日本百瑞斯塔（咖啡师）大赛”，但仅获得了入围。之后我也参加了每届的比赛，并均获得入围，凭借多次的入围经验，终于在

2006年获得了咖啡壶项目的优胜奖。

2008年起，我开始担任大赛的裁判员，并开办了咖啡教室，担当着传递信息的角色。通过普及特色咖啡，让我强烈地感觉到作为一名顶级咖啡师需要掌握广泛的知识。从咖啡豆的栽培到萃取，许多人参与其中，而把冲泡好的咖啡端给客人的却是咖啡师。

希望这些咖啡师们可以成为日渐鼎盛的咖啡界的领军者。

小池美枝子



contents

美味咖啡的冲泡方法

立足于三大原则·····	8	用虹吸瓶冲泡咖啡·····	44
让我们来冲泡一杯美味的咖啡吧! ·····	8	法式滤压壶的冲泡方法·····	50
烘焙度和保存方法·····	10	针筒咖啡壶(浓缩式)的咖啡冲泡方法·····	52
研磨咖啡豆·····	12	针筒咖啡壶(滴漏式)的咖啡冲泡方法·····	55
了解咖啡豆的品质·····	16	家用意大利浓缩咖啡机的咖啡冲泡方法·····	58
咖啡豆简介·····	20		
中南美地区·····	22		
非洲和中东地区·····	28		
风味变幻的技巧·····	32		
用纸制滴液漏斗(圆锥形滴漏器)冲泡咖啡 ···	34		
纸制滴液漏斗(三孔式滴漏器)的冲泡方法 ···	37		
冰咖啡(圆锥形滴漏器)的冲泡方法 ·····	39		
布制滴液漏斗的冲泡方法·····	40		

热咖啡食谱

牛奶咖啡·····	66	黑糖牛奶咖啡·····	78	咖啡布朗·····	93
马车夫·····	67	黑糖豆奶咖啡·····	79	巧克力咖啡·····	95
摩卡爪哇咖啡·····	68	抹茶牛奶咖啡·····	80	橘子咖啡·····	96
豆奶咖啡·····	69	黑芝麻牛奶咖啡·····	81	玫瑰花园·····	97
水中花·····	71	墨西哥料理咖啡·····	83	皇室咖啡·····	99
万年雪·····	73	西贡咖啡·····	85	马里亚·特雷西亚·····	101
肉桂咖啡·····	75	北欧咖啡·····	87	里约热内卢咖啡·····	103
香草咖啡·····	76	比利时咖啡·····	89	爱尔兰薄雾·····	104
天鹅绒·····	77	牛奶蜂蜜咖啡·····	91		



冰咖啡食谱

冰牛奶咖啡·····	106	焦糖冰咖啡·····	122	青色咖啡·····	141
冰马车夫·····	107	草莓冰冻咖啡·····	123	闪电柠檬咖啡·····	143
爪哇摩卡冰咖啡·····	109	奶味咖啡·····	125	甜型起泡酒咖啡·····	144
樱桃咖啡·····	110	草莓奶味咖啡·····	127	利口酒咖啡·····	145
冰淇淋咖啡·····	111	奶味巧克力咖啡·····	129	亚历山大大帝·····	147
冰豆奶咖啡·····	113	阳光咖啡·····	131	加水咖啡酒·····	149
冰抹茶牛奶咖啡·····	115	清爽天鹅绒·····	133	朗姆碳酸咖啡·····	151
草莓牛奶咖啡·····	117	摩卡冰咖啡·····	135	偕乐园之春·····	152
冰山牛奶咖啡·····	119	盐卤果冻咖啡·····	137		
冰冻咖啡·····	121	浆果咖啡·····	139		

意大利浓缩咖啡

牛奶咖啡·····	154	豆奶浓咖啡·····	172
印章咖啡·····	155	黑糖豆奶浓咖啡·····	173
奶油咖啡·····	156	黑糖牛奶浓咖啡·····	175
卡布奇诺·····	157	黑糖炼乳牛奶咖啡·····	176
焦糖印章咖啡·····	159	黑芝麻糖浆牛奶咖啡·····	177
香草牛奶咖啡·····	160	西贡牛奶·····	179
木莓牛奶咖啡·····	161	摩洛哥咖啡·····	181
蓝莓牛奶咖啡·····	162	摩洛哥草莓咖啡·····	182
椰子牛奶咖啡·····	163	白摩洛哥·····	183
榛子牛奶咖啡·····	164	维纳斯·····	185
樱花牛奶咖啡·····	165	巴伦西亚摩卡咖啡·····	187
枫树印章咖啡·····	166	蜜饯栗子咖啡·····	189
蜂蜜印章咖啡·····	167	杏仁奇诺·····	190
卡布奇诺可可咖啡·····	168	甜酒牛奶咖啡·····	191
卡布奇诺巧克力咖啡·····	169	红石榴牛奶咖啡·····	192
肉桂卡布奇诺·····	170		
乳脂软糖卡布奇诺·····	171		



contents

冰浓缩咖啡食谱

冰牛奶咖啡.....	194	碳酸卡布奇诺.....	205
特浓调制咖啡.....	195	摩卡冰淇淋咖啡.....	206
意大利式奶油咖啡.....	196	葡萄柚薄荷咖啡.....	207
冰焦糖印章咖啡.....	197	Erika的奶昔咖啡	208
冰枫树印章咖啡.....	198	微辣桃咖啡.....	209
冰蜂蜜印章咖啡.....	199	芒果拿铁咖啡.....	210
冰香蕉摩卡.....	201		
可可蓝色冰霜.....	203		

享受拉丁咖啡

制作奶泡.....	212
画圆.....	214
画心.....	216
画叶子.....	218
画天鹅.....	220





美味咖啡的冲泡方法

如果能冲泡出咖啡屋水准的咖啡来就完美了……如同这样的想法，您是不是也曾有过呢？如果掌握了窍门，其实这并不是一件很困难的事情。这里所介绍的都是冲泡花式咖啡的基础，现在就让我们开始好好学习一下吧。

立足于三大原则

让我们来冲泡一杯美味的咖啡吧！

冲泡一杯美味的咖啡，您觉得最重要的是什么呢？是选择优质的咖啡豆还是对器具以及水的严格要求呢？其实两个方面都很重要，同时还会受到其他因素的影响。也许您会感觉很复杂，但其实完全没有必要担心，从挑选咖啡豆到冲泡的各个步骤，如果都能按照各自的原理规则执行，是一点问题都没有的。这一章，我们来介绍从购买咖啡豆到冲泡咖啡的整个过程，我们把这个过程分为三个部分，分别是“咖啡豆”“变换风味的技巧”以及“冲泡方法”，同时对各部分的原理规则进行解说。掌握了这些原理规则并且加以理解，就可以享受到咖啡生活所带来的乐趣。

1 咖啡豆

当然，不同品种的咖啡豆冲泡出的咖啡味道也不尽相同，就算是同品种的咖啡豆，根据其烘焙度、鲜度、研磨状态的不同，也会带给我们截然不同、变幻莫测的风味印象。让我们来好好地掌握从挑选咖啡豆到研磨成咖啡粉这一过程的基础知识吧。

2 变换风味 的技巧

根据热水温度以及斟倒方法的不同，冲泡出的咖啡味道也会发生变化。冲泡咖啡、提取咖啡液时的各个环节都是相关联的，也正是因为这样，理解并掌握这些规律才能够控制咖啡的风味。



3 冲泡方法

如果提取器具不同，冲泡出的咖啡也会给我们带来独特而个性的印象。让我们了解一下各种器具的不同特点吧。



烘焙度和保存方法

咖啡的风味是由咖啡豆的烘焙程度来决定的

咖啡的味道（苦味与酸味的均衡）不仅仅是由咖啡豆本身的特点所决定，还取决于它的烘焙度。可以说，咖啡豆的烘焙程度决定了咖啡的风味。烘焙度多从低到高来区分，一般会被分为从浅度烘焙到深度烘焙的8个阶段。总的来说，烘焙度低的咖啡豆味道会发酸，烘焙度高的咖啡豆味道会偏苦。

烘焙度低的咖啡豆主要用于味道清淡的美国咖啡。

而苦味浓重的烘焙度高的咖啡豆，即使与牛奶等混合也有很浓厚的咖啡味



往新鲜的咖啡粉里注入开水后，会产生丰富的泡沫，这也是我们了解咖啡鲜度的一种手段。但需要留意的是，如果制品中放入了脱酸素，即使是新鲜的咖啡，也不会产生丰富的泡沫。



购买的咖啡豆应放入咖啡专用小罐等密封容器中，再放到阴凉处保存。从烘焙后开始计算，可以保存两周左右。这里有一个小窍门，在您购买咖啡时，尽量购买两周饮用的分量。

烘焙度低



极浅烘焙

LIGHT

为了品尝出咖啡豆的特征，低温烘焙多适用于试饮中，并不适合普通饮用。酸味很浓，感觉不到苦味。

肉桂烘焙

CINNAMON

肉桂烘焙也多用于试饮，但也常为酸味突出的特种咖啡和黑咖啡所采用。以酸味为主，基本没有苦味。

中度烘焙



微中烘焙

MEDIUM

这种烘焙开始呈现咖啡的风味。口味清淡，为美式咖啡常采用的一种烘焙程度。酸味为主，出现轻微的苦味。

浓度烘焙

HIGH

这种烘焙已经中和了酸味和苦味，达到了平衡，有适度的苦味。颜色呈现浓茶色。味道中庸，容易被人们所接受。

道，从而多适用于花式咖啡。另外，如果嘴里很凉，味觉也会变得迟钝，所以苦味浓重的咖啡豆同时也适用于冰咖啡。中度烘焙的咖啡豆味道则比较中庸。

在选购咖啡豆时，烘焙后没有经过太长时间且完好保存的咖啡豆为首选（烘焙后2~3天是饮用的最佳时间）。另外，由于咖啡粉变质比较快，所以最理想的是买咖啡豆，然后回家研磨。左边的页面上会涉及一些普通咖啡豆的保存方法，但是如果长期保存咖啡豆，还是应装入密封的食品袋中，放入冰箱冷冻，这样可以保证烘焙后一个月左右的咖啡豆的品质都不会受到太大的影响。要注意的是，解冻到常温后才能进行研磨。

从外观就可以分辨出咖啡豆的品质

烘焙出的咖啡豆是可以从外观来分辨其品质好坏的。最理想的咖啡豆应该是形状完整、个头饱满、颜色均匀。而下图中颜色不均匀的咖啡豆，萃取时会不均一，从而会影响口感。另外，放置时间过长的咖啡豆表面会溢出油脂。还要记住一点，烘焙度较高的咖啡豆，即使很新鲜时表面也会溢出油脂。

