

Fad时尚馆

Coffee Dessert

时尚美食

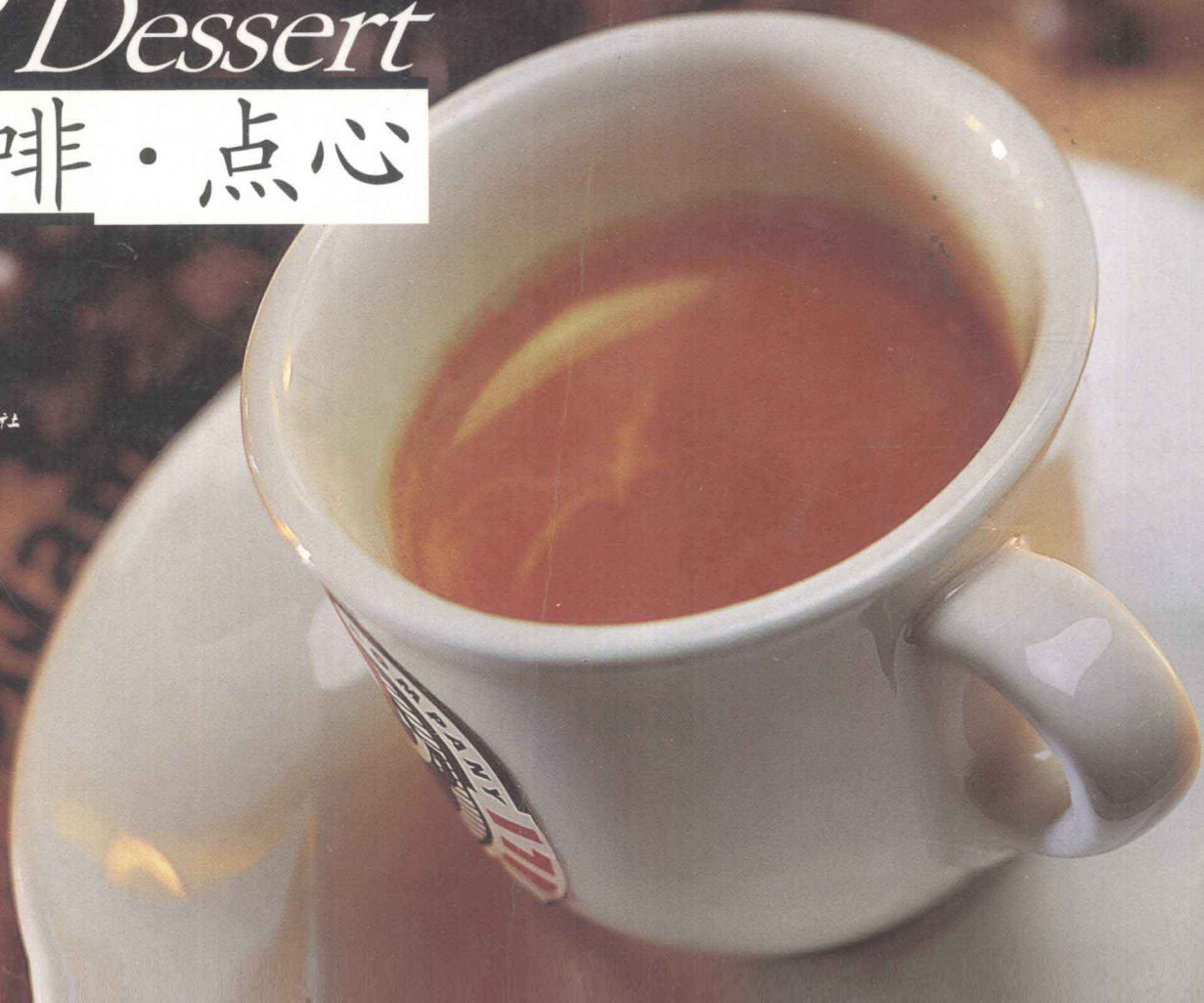
咖啡·点心

01

王松谷 著

汕头大学出版社

香浓的热咖啡，激爽的冰咖啡，浪漫的咖啡点心
引领你进入咖啡的国度，开启那芳香的咖啡厨房之门



图书在版编目 (CIP) 数据

咖啡·点心 / 王松谷著. — 汕头: 汕头大学出版社, 2006.1

(时尚馆·时尚美食)

ISBN 7-81036-667-X

I. 咖... II. 王... III. ①咖啡—配制 ②面点—食谱 IV. ① TS273 ② TS972.132

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 155829 号

中文简体字版 ©2006 由汕头大学出版社发行

本书经膳书房文化事业有限公司授权, 同意经由汕头大学出版社出版中文简体字版本。

未经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

咖啡·点心

作 者: 王松谷

责任编辑: 廖醒梦 李小平

责任校对: 段文勇

封面设计: 郭 炜

责任技编: 姚健燕 李 行

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编 515063

电 话: 0754-2903126 0754-2904596

印 刷: 深圳市森广源印刷有限公司

开 本: 889 × 1194 1/24

印 张: 20

字 数: 400 千字

版 次: 2006 年 2 月第 1 版

印 次: 2006 年 2 月第 1 次印刷

印 数: 8000 册

定 价: 90.00 元 (全 5 册)

ISBN 7-81036-667-X/TS·114

发行 / 广州发行中心 通讯邮购地址 / 广州市天河北路 177 号祥龙阁 3004 室 邮编 510620

电话 / 020-22232999 传真 / 020-85250486

马新发行所 / 城邦 (马新) 出版集团

电话 / 603-90563833 传真 / 603-90562833

E-mail: citeckm@pd.jaring.my

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

Fad时尚馆

01

时尚美食

王松谷 著

汕头大学出版社

Coffee
Dessert

咖啡·点心

王松谷

■ 历任：

T.G.I. FRIDAYS 吧台训练员

CAIRNS 总店、恶魔岛总店吧台顾问

米罗音乐餐厅开店顾问

晶华酒店企划副理

诚品咖啡店长

骏业家政中心吧台讲师

铭传大学调酒社团讲师

精致生活馆饮料单元讲师

公元1969年生



■ 著有：

《冰沙》、《喜欢喝咖啡》

从事餐饮管理及教学工作多年，醉心饮品的调制，精通各式茶品、调酒、单品及花式咖啡，进而修炼出独到的品食眼光。

作者累积了多年经验，在本书中运用丰富的专业知识及技能，调制出精致可口的咖啡饮品及甜点。读者只要跟着书中的步骤，便能做出大师级的手艺。

作者序言

爱耍花样的咖啡

诗人巴尔扎克说：“我不在家就在咖啡馆，我不在咖啡馆就在去咖啡馆的路上。”这句话成了咖啡族共鸣的心语。

不知从何时开始，台湾刮起一片喝咖啡的风潮，喝咖啡不再是中产阶级的新贵作风，而是一种年轻、新潮、独立的意识。喝咖啡可以很随意，也可以很讲究，若您对现今市面上的咖啡口味不满意，可以自己DIY，只要你喜欢，没什么不可以！何况请朋友喝自己煮的咖啡才够诚意，过程更是乐趣无穷，时常有意想不到的惊喜。

咖啡能变的花样真不少，香醇的咖啡饮品，挑动味蕾的蛋糕点心，让香浓滋味从舌尖一点一滴的蔓延开来，品尝一杯咖啡，无论是绵密泡沫的卡布奇诺，或是浓缩咖啡加牛奶，浪漫又温和的风味让心情沉淀，不也是生活的另一种快乐？

感谢膳书房给予机会，让此书得以发表多年来的实务心得，并感谢佳及雅咖啡馆的林昌仁先生提供场地及材料，福利面包的尹玉仙小姐提供的咖啡点心配方，友人黄静婷、何姿吟的大力帮忙以及家人的支持，更希望藉此书，能和同好分享经验并不吝指教。

王松谷

咖啡 点心

目录



第一篇◆认识咖啡 引领您进入咖啡的国度

- 07 ★咖啡缘起
- 08 ★咖啡的历史
- 10 ★咖啡的生长环境
- 11 ★咖啡三原种
- 12 ★咖啡豆的采收&处理
- 14 ★寻找咖啡的故乡
- 25 ★烘焙&研磨

第二篇◆冲煮咖啡

泡杯香浓的咖啡 各式冲煮器具介绍

- 32 ★美式咖啡机
- 34 ★摩卡壶
- 36 ★虹吸壶
- 38 ★意式浓缩咖啡机
- 40 ★伊碧可壶冲煮法
- 41 ★那不勒斯壶冲煮法
- 42 ★意式浓缩咖啡机冲煮法
- 43 ★摩卡壶冲煮法
- 44 ★虹吸壶冲煮法
- 45 ★法式滤压壶冲煮法
- 46 ★咖啡好帮手



第三篇◆咖啡厨房

热咖啡

- 50 ★ 意式与日式热咖啡的冲煮基础
- 51 ★ 浓缩咖啡
- 52 ★ 综合热咖啡
- 53 ★ 维也纳咖啡
- 54 ★ 皇家咖啡
- 55 ★ 卡布奇诺咖啡
- 56 ★ 热拿铁
- 57 ★ 玛其雅朵
- 58 ★ 欧蕾咖啡
- 59 ★ 鸳鸯咖啡
- 60 ★ 含酒咖啡



冰咖啡

- 61 ★ 日式冰咖啡的冲煮基础
- 62 ★ 意式冰咖啡
- 63 ★ 招牌冰咖啡
- 64 ★ 漂浮冰咖啡
- 65 ★ 墨西哥冰咖啡
- 66 ★ 维也纳冰咖啡

- 67 ★ 冰卡布奇诺咖啡
- 68 ★ 夏威夷冰咖啡
- 69 ★ 冰鸳鸯咖啡
- 70 ★ 咖啡冰沙
- 71 ★ 咖啡奶昔

咖啡点心

- 72 ★ 咖啡乳酪蛋糕
- 74 ★ 手工小圆饼
- 76 ★ 卡布奇诺咖啡慕斯
- 78 ★ 卡鲁哇慕斯
- 80 ★ 咖啡布朗尼
- 82 ★ 咖啡布丁
- 84 ★ 咖啡面包
- 86 ★ 咖啡司康
- 88 ★ 咖啡戚风蛋糕
- 90 ★ 墨西哥咖啡卷
- 92 ★ 咖啡马芬



◆第一篇◆

认识咖啡

引领您进入咖啡的国度

About Coffee





咖啡缘起



卡尔岱的传说

相传在公元6世纪左右，一名埃塞俄比亚牧羊童卡尔岱，平时都在附近山坡放羊，黄昏时只要听见他的口哨声，羊群立即从四处窜出，跟着他回家。

一天傍晚，他照样吹起返家口哨，但羊群却毫无反应，他急忙寻找羊群踪迹，发现羊儿在不远处，不停地蹦蹦跳跳，四处奔窜嬉戏，卡尔岱看了羊儿的反常行为，觉得很不可思议，仔细观察下，发现羊儿都在咀嚼一种不知名的植物叶片和红色果实。

一阵子后，羊儿兴奋的情绪才平缓下来，跟着卡尔岱回家；隔天，羊儿又不由自主的回到原来地方，抢着吃红色果实，接后的反应和昨天一模一样。在好奇心的驱使下，他自己试吃了红色果实，并且连里面的种子一并咬碎吞下，吃了几颗后，也情不自禁跳起舞来，精力充沛、心情变得十分愉快，此后，红色果实变成了卡尔岱和羊儿的零食。

附近修道院的僧侣很讶异卡尔岱的改变，认为这是魔鬼的果实，会诱惑善良人心，于是将果实全丢在附近的营火堆。奇怪的是，果实经由火堆烘烤后，散发出令人兴奋的香气，僧侣都无法抗拒这香气的诱惑，而对它有了新的看法，并且僧侣们在试吃红色果实后都觉得精神百倍，祷告时也不再打瞌睡了，更希望能藉其驱除恶魔，永保修道院平安，这便是有关咖啡的最早传说。



咖啡的历史

历史学家相信咖啡果实里的种子，即古人所称的 bunn，最初是嚼碎后食用，后来埃塞俄比亚人摘下咖啡树叶和红色果实，加水一起煮沸，取其汤汁饮用，或用文火轻焙咖啡果实，再加以沸水泡来喝。一直到 16 世纪才在中东地区流行一种新的喝法，和现今冲泡方式类似，也就是将它的果核加以烘焙捣碎，再用沸水冲泡饮用。

埃塞俄比亚人发现咖啡后，很快的传入隔着红海的也门，这可能和埃塞俄比亚曾经统治过也门有关。咖啡最初仅供回教僧侣提神祷告之用，而后才成为大众饮料。15 世纪时，咖啡流传于回教世界，奥斯曼土耳其帝国曾垄断全球咖啡市场，16 世纪回教徒布丹带着七颗种子来到印度，试种成功，创下非阿拉伯地区种植咖啡先例，而后荷兰人移植咖啡至印尼、苏门答腊等亚洲国家。

西方人起初不知如何形容这种来自回教世界的黑色饮料，但欧洲人不久就疯狂地爱上“它”，咖啡馆甚至催化了法国大革命。17 世纪末期，北美首家咖啡馆在波士顿出现。然而 18 世纪英国人以茶为一般饮料，并且大量出口，当时英王有意提高茶叶税，并倾销茶叶至美国，波士顿人起身反抗，将来自英国的茶叶全倒入港内，这就是著名的茶叶暴动事件(Tea Party)。





在此事件后，美国人便以拒喝茶来表达抗英独立决心，咖啡馆在这背景下活络起来，也促成了美国摆脱英人的独立战争。17 世纪初期，法国人和荷兰人，才将源自非洲的树种，移植到中南美洲，也揭开了近三百年的咖啡传奇故事。但在 18 世纪以前，中南美洲还没有阿拉比加种咖啡树的踪影。



世界第一家咖啡馆

公元 1650 年，一位名叫贾考柏的犹太人在英国牛津大学开了一家咖啡馆，从此世界第一家咖啡馆正式诞生。17 世纪后半开始兴起了许多咖啡屋，从此咖啡屋蔚为风尚，除了喝咖啡之外，也提供当时市民言论交流的场所，成为许多思想家与艺术家的聚集地。



咖啡的生长环境

咖啡树属于茜草科的常绿灌木，一般在播种后2~3年，其高度可达5~10尺，但为采摘方便，及防止养分丧失，造成咖啡豆失去香气或味道变差，因此都会将咖啡树修剪至2尺以下。至于采收期则在播种后的5~20年之间。

咖啡大约分布于南北纬25度的区域内，称为咖啡带(Coffee Zone)，此区域的土壤比较肥沃，有些区域包含火山灰质土壤，所产咖啡更具地方独特性。不过在咖啡带内还必须具备年平均雨量约在1000~2000厘米，平均温度20度左右，温差不可太大等条件才能成为理想的咖啡生产地。



小 常 识



咖啡五味

不同的气候环境与品种，使得各地区的咖啡各具不同的风味，咖啡对于人们味蕾的感受，称之咖啡五味——甘(Sweet)、酸(Acidity)、苦(Bitter)、醇(Body)、香(Aroma)。所有的咖啡特性，都以这五种味道做完美的诠释。其中蓝山咖啡之所以被咖啡迷津津乐道，即是因为它具备独特的香气与均衡完美的口感。



咖啡三原种

依咖啡生长环境及树种特有的属性，其品种主要分为两种，一种是阿拉比加种，另一种是罗布斯塔种，至于里培里卡种与其它品种因风味欠佳，产量较少，市面上也较少见。这三种名称或许较陌生，那是因为我们平常所喝的咖啡是用产地来命名分类，而不是用品种分类的缘故。

	栽培高度	气候条件	豆 形	风 味	特 征	占世界产量比例
阿拉比加种 Arabica	500 米以上坡地	不耐高温、低温，多雨或少雨皆不宜	长椭圆、扁平状	口味佳、香气足	产量少、耐病性差	70%左右
罗布斯塔种 Robusta	500 米以下坡地	耐高温，不受雨量影响	较圆短、椭圆状	香气差、苦味强、酸味不足	适应性强、收获量最大	30%左右
里培里卡种 Liberica	200 米以下坡地或平地	不受温度及雨量影响	略呈菱形	香气不足、苦味强	耐病性适应性力都强，但产量、口味较差	已不具商业价值



咖啡豆的采收 & 处理

咖啡豆实际上不是指豆类，而是咖啡树上的果实，除去外皮及果肉后剩下的种子，即一般人称的咖啡豆。咖啡豆的外层包含有果外皮、果肉、内果皮及银皮。

采收

采摘咖啡豆，一般分为人工采收及机器采收，人工采收较费时费力，多用于品种高贵的果园或高山梯田产区。人工采收可挑选完全成熟的浆果，但速度较慢，一般多用于阿拉比加种或不适用大型机械采收的区域。低海拔地区或大型农场则是机器采收，一般多为罗布斯达种，采收时震荡机可将树上浆果几乎都震下，其中也包含未熟的豆子。

处理

自咖啡树上所采摘的浆果，在未做适当处理之前，其价值并未显现出来。所以除去外皮、果肉、内果皮等无价值物，再将其种子加工成有价商品，是非常重要的环节。处理的方式可分为两种，所处理出来的生豆，也各具不同的风味与特性。

(1) 水洗法

耗费工时、成本不赀，水洗豆具有一股清灵的纯净魅力，但由于采收到水洗处理这段时间不能太长，所以时间掌控相当重要，一般水洗处理工厂不能离咖啡园太远，

浆果果皮最好在数小时内就剥除。

水洗法是将浆果泡在大水缸内，枯萎的劣质豆会浮在水面上，这些劣豆会先被淘汰，好的浆果则被抽至去果肉机，去除果皮及果肉，接着咖啡豆要进行发酵处理，时间约 1/2 天 ~ 2 天，甚至更长。再依发酵程度，选择适当时间点，来冲洗外表那层发酵黏液，冲洗及筛选后的豆子需再经阳光自然干燥或干燥机处理，以防止二次发酵产生。完成后，很多农园通常以这种状态来保存，收到订单后，再用脱膜机将内果皮和银皮去除，处理过程磨擦越少，才可留下越多芳香物质，最后以筛豆机，筛选出变色、发酵等不良品。如果是特优产品则需要人工来进行最后筛选，虽然机器可大致分离处理，但若是未熟、过熟的豆子或是其他瑕疵的豆子，还是需要人工做更精良的处理。

(2) 自然干燥法

将采摘下来的浆果送至干燥处理工厂，工厂会依熟成的程度来分类，作为阳光下曝晒的时间及程度依据。一般过熟的浆果只需 1~3 天，红浆果则需 5~6 天，而青色的未熟果则需要 1~2 个星期。

经过日晒处理的干燥果实，需再经由去壳机，除去果皮、果肉及银皮，这种方式不经由水洗处理，使用阳光自然干燥，所以处理过程较易受天气影响，且户外处理较易混入异物及不良物质，后续处理也较麻烦，但咖啡豆具有粗犷的大自然风味，别具一番特殊口感。



小 常 识



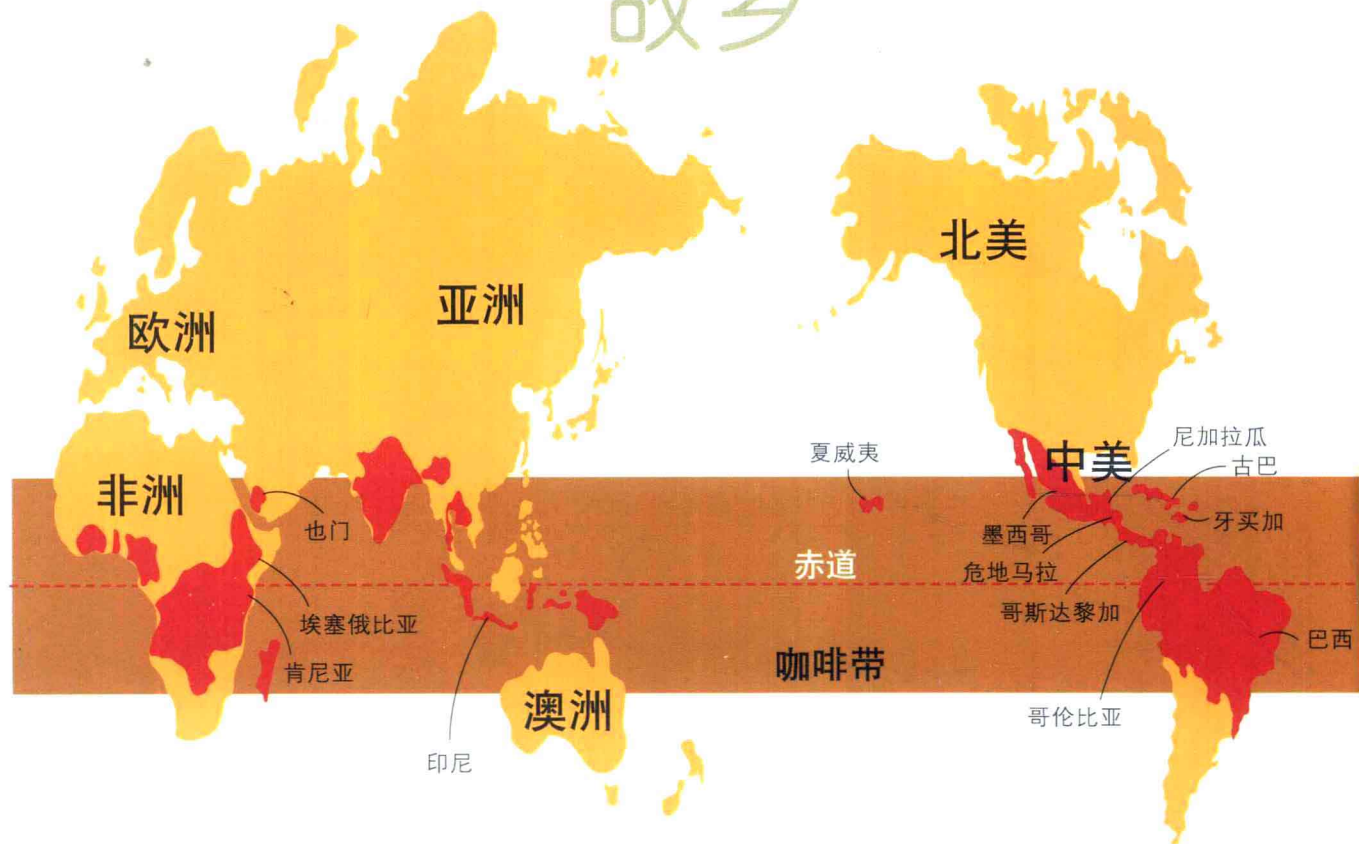
低咖啡因咖啡

许多人嗜饮咖啡，但在身体状况不允许的情况下，常为咖啡因所苦，代替性产品——低咖啡因咖啡由焉产生。去除咖啡因成分，常用下列两种方式：

- ★化学洗去法：较能保留咖啡原味，但较易残留化学物质。
- ★水处理法：所处理的咖啡豆较无味，因而较不受欢迎。

Coffee Map

寻找咖啡的故乡



全世界超过 50 个国家在生产咖啡，主要分布于中、南美洲、非洲及印尼等地，这些地区的共同特色就是有着充足的阳光及肥沃的土壤，平均温度均在 $15 \sim 25^{\circ}\text{C}$ 之间，年雨量为 $1500 \sim 2000\text{mm}$ ，这些有利的条件造就了良好的咖啡生长环境。



中美洲区

哥斯达黎加

哥斯达黎加位于中美洲五国的最南方，是国际化相当高的国家，生活水准不亚于欧美国家，其海国特有的浪漫气息所散发出的魅力，连在所生产的咖啡中，也可以嗅出这种精致的感觉，有咖啡生产国中的瑞士之称。主要买家以德国及美国为最。

哥斯达黎加于 1779 年建立第一个咖啡农园基础，咖啡树种源自于古巴，大部分哥斯达黎加咖啡以阿拉比加豆为主，并种植在最好和最肥沃的土地上，其围绕着首都圣何塞，那里的火山土壤有很好的排水功能，每公顷的生产量约 1.5 吨，是世界最高产量。高度及温度是影响高海拔的阿拉比加豆生长的两个重要原因，而圣荷西夜晚的冷空气围绕着咖啡树，使其咖啡浆果成熟变得更缓慢，极富独特的酸度、浓烈的香味及完整的醇度。

一般咖啡豆分等为：

(1) 极硬豆 Strictly Hard Bean：生长高度约为 3900 尺

(2) 硬豆 Good Hard Bean：生长高度约为 3300~3900 尺

哥斯达黎加最好的咖啡来自于塔拉祖(Tarrazu)区域，其所产的咖啡甜味中还带着一种迷人酸度，完美的平衡口感和复杂度，不论以单品咖啡呈现，或是与其他咖啡所混合的综合咖啡，都可展现完美的均衡味道。

◎烘焙：中焙

◎器材：美式咖啡机、法式滤压壶、滤泡式咖啡壶

◎最佳饮用时机：任何时间皆适宜

