

大众饮食与健康

9



吃出健康 吃出美

果
酒
篇

辽宁科学技术出版社



大众饮食与健康 ⑨

吃出健康吃出美

果酒篇

辽宁科学技术出版社

沈阳·



图书在版编目 (CIP) 数据

吃出健康吃出美: 果酒篇 / 台湾冠伦文化事业有限公司编. - 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 1999.1

(大众饮食与健康丛书)

ISBN 7-5381-2906-5

I . 吃… II . 台… III . 果酒 - 制作 IV . TS 262.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 32864 号
(辽图 06 - 1998 - 205 号)

出 版 者: 辽宁科学技术出版社

(沈阳市和平区北一马路 108 号)

原出版者: 台湾冠伦文化事业有限公司

印 刷 者: 辽宁美术印刷厂

发 行 者: 辽宁省新华书店

开 本: 787 × 1092 毫米 1/32

字 数: 70 千字 印 张: 2

出版日期: 1999 年 1 月第 1 版

印刷日期: 1999 年 6 月第 2 次印刷

责任编辑: 刘兴伟

封面设计: 刘兴伟

技术编辑: 于 浪

责任校对: 仲 仁

印 数: 7,001-10,000 定价: 10.00 元

邮购咨询电话: (024) 23873845



目 录

调酒器材与附属材料.....3

调酒的四大方法.....8

玫瑰红基础酒①多情人 10

玫瑰红基础酒②天使的欢乐 11

玫瑰红基础酒③紫色情 12

玫瑰红基础酒④天使之情 13

玫瑰红基础酒⑤中国美人 14

荔枝酒基础酒①荔葡酒 15

白兰地基础酒①如梦如幻 16

白兰地基础酒②双友同心 17

白兰地基础酒③白雪玉露 18

白兰地基础酒④红帼烈女 19

白兰地基础酒⑤红唇烈焰 20

白兰地基础酒⑥神魂颠倒 21

白兰地基础酒⑦芳香酒 22

白兰地基础酒⑧欢乐酒 23

白兰地基础酒⑨烈火情 24

白兰地基础酒⑩小艳红 25

白兰地基础酒⑪天使之梦 26

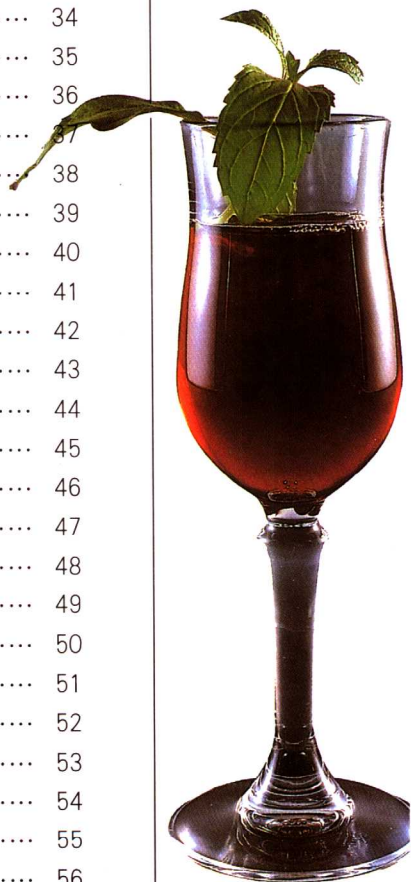
白兰地基础酒⑫咖啡美酒 27

白葡萄酒基础酒①美人爱金 28

白葡萄酒基础酒②多情兄 29

芳香的茶酒①龙井茶酒 30

芳香的茶酒②乌龙茶酒	31
芳香的茶酒③白兰地茶酒	32
芳香的茶酒④威士忌茶酒	33
芳香的茶酒⑤梅琴甘茶酒	34
芳香的茶酒⑥乌龙荔梅酒	35
芳香的茶酒⑦兰姆红茶酒	36
威士忌基础酒①热情滚滚	37
威士忌基础酒②梦幻之色	38
威士忌基础酒③心酸泪	39
威士忌基础酒④血色情	40
啤酒基础酒①血色阿美	41
高粱酒基础酒①绿野仙踪	42
高粱酒基础酒②双果美人	43
兰姆基础酒①爱神	44
兰姆基础酒②仲夏之梦	45
兰姆基础酒③琥珀之吻	46
兰姆基础酒④双双对对	47
兰姆基础酒⑤柳橙香酒	48
兰姆基础酒⑥情归何处	49
花雕基础酒①心酸酸	50
花雕基础酒②情深意浓	51
竹叶青基础酒①亲爱之酒	52
竹叶青基础酒②淡淡之交	53
竹叶青基础酒③情人心	54
竹叶青基础酒④青山绿水	55
五加皮基础酒①五加皮蜜酒	56
五加皮基础酒②五加皮凤梨酒	57
绍兴酒基础酒①红唇美人	58
绍兴酒基础酒②酸甘甜酒	59
自制水果酒的注意事项	60



调酒器材

与附属材料

调酒,除了酒本身是主角外,当然非得使用调酒器材来调制不可。其次,有了酒与调酒器材之后,为了强调色、香、味俱全!还需搭配适当的附属材料。以下仅针对调酒必备的基本用具,以及常用的附属材料,逐一作详细的介绍与说明。

■调酒必备基本器具

常至酒廊或 PUB 走动的人,都应该看过吧台上摆放着各式各样的调酒器具。

这些调酒器具,主要为了因应各种不同酒类(洋酒为主)的调制之用,而台湾产酒类,由于种类有限,且用台湾产酒类调制鸡尾酒的历史尚



短，因此，调制国产鸡尾酒时，使用的器具便不如调制西洋鸡尾酒那么繁多。本单元仅列出调制国产酒时必备的器具。

1. 调酒器（摇混器）

主要用来摇混果汁、奶油、蛋、不同酒类等，是调酒时不可或缺的主要器具。调酒器分成盖子、过滤网、瓶身三个部分。泡沫红茶店制作泡沫红茶时，也常用到此一器具，现在的调酒器都是属于不锈钢制品。

2. 搅拌杯

有些酒类不适宜使用调酒器摇混，此时亦可使用搅拌杯代替。

3. 过滤器

用果汁机搅拌完成的鸡

尾酒中常含有水果的残渣，故倒入酒杯饮用时，需使用过滤器，将果汁机内的鸡尾酒，由过滤器过滤倒入酒杯中饮用。此一过滤器的功能，与调酒器中的过滤网相似。

4. 冰夹子

用来夹冰块之用。调制鸡尾酒时，时常会添加冰块，使用冰夹子夹冰块，既方便又干净。

5. 果汁机

主要用来搅拌各种附属材料，如水果、牛奶、蛋等，搅拌过后再倒入酒杯中。由于这些附属材料大抵会留下残渣，故倒入杯中时，需使用过滤器。

6. 水果刀



主要用途是切水果。鸡尾酒大都需要用水果切片(如凤梨、柳橙、柠檬、香蕉等)来装饰,故需要用到水果刀。水果刀在使用前,务必用水洗干净,使用过后,仍需用水洗干净,再用干净的纱布擦干。

7. 碎冰锥

主要用途是插碎冰块。有些鸡尾酒适合添加碎冰,此时便需使用碎冰锥。

8. 量杯

量杯是由不同容量的上下两个杯子结合而成,有许多不同的组合,如45ml与30ml、30ml与25ml、25ml与14ml等,一般西洋酒类的调制,以30ml与45ml的组合较为常用。不过调制高酒精的烈酒时,以25ml与14ml的组合即已够用。

9. 搅拌棒

用来搅拌鸡尾酒,亦可用来弄碎杯内的砂糖、果肉等。有不锈钢制品、玻璃制品、木制品、塑胶制品等。然而调制高酒精成分的鸡尾酒时,最好还是避免使用木制

品或塑胶制品。

10. 搅拌勺

也有人叫“巴匙”或“长柄匙”,中间制成螺旋状,是为方便手指的旋转。勺的一端制成叉子状,用途是插入水果罐(或瓶)内的樱桃或橄榄等罐头水果。

11. 开瓶器

开瓶器的种类很多,而国产酒的瓶盖,不少为铁皮盖,需使用开瓶器来打开。

12. 瓶塞钻

葡萄酒类的瓶口,常使用软木塞塞住,故必须使用专用的瓶塞钻来打开。瓶塞钻的种类与样式繁多。

13. 榨汁器

主要用来榨取柠檬或柳橙等果汁,榨汁器的种类也不少,一般以手动、不锈钢制品为主。

■ 调酒附属材料

使用在调酒(鸡尾酒)中的附属材料,种类繁多。除了少数因顾及特殊风味,而被指定为固定添加材料外,其余大都可根据个人喜好来搭配、添加。以下我们将介绍调酒上常用的一些附属添加材料及其用法,选择要诀与处理方式等,以供参考。

1. 冰

调酒中,有许多是先冰凉后再饮用,有些是直接往酒杯内放入冰块饮用,冰可说是调酒中不可或缺的附属材料(副材料)。冰以坚硬度



高、不起泡、透明度高者为最好。家庭用的冰箱不容易制造出这么好的冰块，不过，目前各超市及平价商店都有出售这种冰块，随时可购买使用。

冰块又因调酒种类的不同，而被制成不同形状使用。一般而言，大抵可分成大冰块、中冰块、裂冰、立体小冰块、碎冰等5种。

①**大冰块** 这是指重量达1公斤或1公斤以上的冰块。使用到这种大冰块的机会，大概只有在鸡尾酒会上吧。

②**中冰块** 将大冰块敲成如拳头般大小的冰块。这种冰块在一般家庭中也很少用到，主要还是用在鸡尾酒会上。

③**裂冰** 这是利用冰钻钻成的，每一块裂冰的直径大约在1厘米左右，主要用在使用摇混器摇混、或是利用搅拌杯进行搅拌的过程中。

④**立体小冰块** 这是用制冰器制作出来的立体冰块，一般的卡拉OK店、PUB及家庭中，大都使用这种小冰块，用途最广泛。

⑤**碎冰** 这是将立体小冰块捣碎成粒状的小碎冰，目前已有可专门制造碎冰的电器。不过，一般家庭尚不需使用到制碎冰机，可用干净的毛巾或纱布，将立体小冰块包起来打碎即可。碎冰主要使用在一般的热情鸡尾酒，或是威士忌类的调酒

中。

⑥**水** 有些人在饮用调酒时，因酒精成分太高，为了稀释薄一点，而加入适量的水。然而，一般家里的自来水，因为都会经过消毒处理，故消毒味道很重，不宜用在调酒上，故最好使用市售的矿泉水或放凉的开水。

2. 牛奶、奶油

有些调酒中需用到牛奶或奶油。目前市售牛奶当中，已有低脂牛奶，应用上颇为方便。

3. 汽水、饮料

调酒中使用汽水或饮料，除了是想产生泡沫增进美感外，亦有利用汽水或饮料的甜份，综合酒的滋味、辣味……等之效果。常用的汽水、饮料包括黑松汽水、



苹果西打、雪碧、养乐多、椰子汁、咖啡等。

4. 砂糖、糖浆

砂糖的种类很多，而糖浆（果糖）则可在超市轻易买到。一般调酒中常用的砂糖有糖粉、蔗糖、白砂糖或方糖等。

5. 盐

为了制造风味与气氛，有些调酒



中需要用到盐,一般家庭用精盐即可。

6. 果汁

调酒一年三百六十五天都可以,但是新鲜水果却不见得随时买得到。有时为了方便,就以随时可由超市买到的铝铂包装果汁或易开罐果汁替代新鲜果汁。

一般比较常用在调酒中的果汁有柳橙汁、柠檬汁、草莓汁、葡萄汁、柑橘汁等。

7. 装饰用水果

柠檬、柳丁是最常用到的装饰水果;其次则是凤梨、香蕉、樱桃、橄榄等。调酒杯上添加装饰,除了是为了提高口味外,同时也为了增加美感。一般装饰水果的基本规则大抵如下:

①属于辛辣味道的调酒用橄榄装饰。甘甜味道的调酒则用樱桃来装饰。

②调酒中若使用某种果汁,则用该种水果装饰。例如使用柳丁汁时则用柳丁切片装饰;使用柠檬汁时,则用柠檬切片装饰。

只要记住上述两项原则,一般就不会发生什么大问题。

再者,水果最好能选择刚摘下来不久



的新鲜品,以下仅针对各种水果的选用要诀概略叙述之。

柳丁、草莓、凤梨、香蕉、柠檬这些都是调酒中经常用到的水果,但草莓不宜选择太软,香蕉则不可用过度成熟的。至于柳丁、柠檬则需软硬适中为宜。

樱桃 一般的调酒中大都使用罐装的糖渍品。最近国内已大量由美国进口红樱桃,能使用新鲜品尽量用之。其次亦有使用染成绿色的樱桃的情形,只是绿色樱桃必须根据酒色来搭配。

橄榄 属于辛辣口味的调酒,也可采用橄榄装饰。橄榄直接取自罐头的腌渍品即可。

除了上述装饰用水果外,偶而也会使用芹菜、小黄瓜、新鲜薄荷叶、肉桂棒等作为装饰物。

■调酒材料的用量

要调出芳香可口的酒,最基本的材料用量务必要正确。当然,每个人的口味多少有些不同,但是每一种调酒,都有其标准的调法与用量。除非你是个调酒好手,可用目测决定用量,否则最好还是使用量杯来计量。

一般的量杯刻度大多为ml与分数(几分之几)。坊间多数调酒书籍,在材料用量上,是以 $1/2$ 、 $1/3$ 、 $2/5$ ……等分数表示,这是由于调酒杯有大小的缘故。通常是以该酒杯的8~9分满为1,以此比例来计算材料的用量。

普通的标准调酒杯容量大约75ml左右,若使用冰块,则冰块溶化成水的量约15ml,扣除掉15ml,材料用量成为60ml。因此,如果材料用量为 $1/2$ 的话,表示是30ml, $1/3$ 的话则是20ml,以此类推下去即可。

调酒的四大方法

调酒主要方法有四种,即使用调酒器摇混法、搅拌杯调制法、直接在酒杯中调制法与使用果汁机搅拌法等。

有关这四种调酒方法,其调制要诀如下:

1. 调酒器摇混法

所谓摇混,是指摇动混合之意。利用摇动可以使材料很快冷却;同时比较烈的酒,也可以藉着此动作,变得较容易入口;其次,有些不易调在一起的材料,也可藉此使之混合在一起。

· 调酒器的摇混要诀

①首先,在调酒器中装入八分满冰块。

②正确量好所需材料,依序倒入调酒器中。

③套上过滤网,盖上盖子,用右手大拇指紧压盖顶,用无名指与小指夹住调酒器,用中指与食指压住调酒器。其次,以左手的中指与无名指抵住调酒器底部,以左手的大拇指压住过滤网下方的位置,以食指与小指夹住调酒器器身(为了保持调酒器中的冰块不被手温影响而加速溶化,手掌绝不可贴住调酒器器身)。

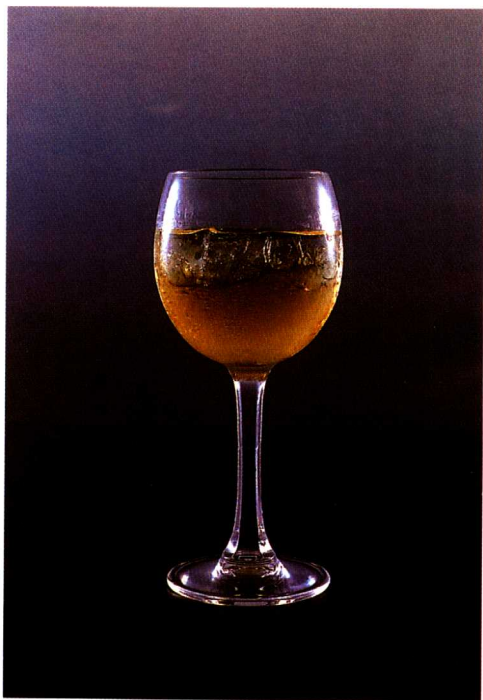
④摇动的方式有二种,一种是水平前后摇动,另一种是斜向上下摇动。

水平前后摇动 双手拿着调酒器,移至肩膀与胸部的

正中位置,保持水平,前后作有韵律的摇动约15~16次。若添加蛋、奶油等不易混合的材料时,则至少要用

力摇动约30次左右。

斜向上下摇动 双手拿着





调酒器，移至右肩前方，器顶向上，在右胸前作斜线上下摇动，摇动次数与前者同。

⑤摇动结束后，取下调酒盖子，用食指紧压住过滤网上方以防脱落，将调好的酒倒入酒杯中饮用。

2. 搅拌杯调酒法

另一种不同于调酒器的调酒方法，是搅拌杯调酒法。以此方法调制完成的酒比使用调酒器更能保持酒的原味，其调制要领如下：

- ①搅拌杯中预先放入适量冰块，正确量好材料用量，依顺序倒入杯中。
- ②用搅拌勺或搅拌棒搅拌。要领是用左手手指压住搅拌

杯底部，搅拌勺的螺旋状部位，夹在中指与无名指之间，大拇指与食指轻轻夹在上方，以中指与无名指用力往右的方向（顺时针）搅动15~16次。搅动时，搅拌勺应保持抵住杯底的状态。

③搅拌完成欲取出搅拌勺时搅拌勺的背部要朝上再取出。

④将过滤器挂在搅拌杯口，用食指压住过滤器，其他手指则紧紧压住搅拌杯身，将调好的酒倒入酒杯中。

3. 酒杯调酒法

不用调酒器，也不用搅拌杯，直接用酒杯来调酒的方法，其要领很简单。

①先取2~3块冰块放入酒杯中，正确量好材料，倒入酒杯内。

②用搅拌勺或搅拌棒搅拌

1~2次。

■**注意事项** 使用酒杯直接调酒时，有以下3点需注意：

①所使用的材料需先经过冰凉。

②约8分满为宜。

③搅拌次数以2次为原则。

4. 果汁机搅拌调酒法

一般只有在调制冰类酒，或添加草莓、香蕉等水果时，才会采用此方法。

■调制要诀

①添加水果时，应事先将水果切薄。

②将水果放入搅拌机，倒入碎冰，最后将材料（酒）依序倒入，盖紧盖子，打开开关，将内容物打成浆露状。

③取下果汁机盖子，倒入酒杯中饮用。





中国酒诗欣赏

《过酒家》

此日长昏饮，
非关养性灵。
眼看人尽醉，
何忍独为醒？

唐 王绩



玫瑰红基础酒①

多情人

〔使用酒类〕

玫瑰红酒……………30ml
葡萄淡酒……………25ml

〔其他材料〕

柳橙切片……………1片
果糖……………1/3茶匙

〔调配方法〕

- ①取调酒杯，装冰块，依序倒入玫瑰红酒、葡萄淡酒、果糖。
- ②搅拌均匀后倒入鸡尾酒杯中。
- ③装饰柳橙切片。





名酒小知识

绍兴酒

【产地】 绍兴酒产于浙江省绍兴，为黄酒类中历史最悠久的名酒。

【特色】 本酒酒精度因种类而异，大约要15~20度之间。酒液呈透明黄色，酒香浓郁，风味独特。

【原料】 绍兴酒是以糯米为主要酿制原料。酒液中含有各种特殊成分。根据科学分析，本酒极有营养，适量饮用有益身心。

玫瑰红基础酒②

天使的欢乐

【使用酒类】

玫瑰红酒……………35ml

【其他材料】

草莓酱……………半茶匙

荔枝酒……………15ml

柠檬切片……………1片

【调配方法】

①将荔枝酒与草莓酱倒入调酒杯中，搅拌均匀。

②倒入鸡尾酒杯中，再由上倒入玫瑰红酒。

③装饰柠檬片。

注：饮用时，挤入柠檬汁。





中国酒诗欣赏

《山扉夜坐》

抱琴开野室，
携酒对情人。
林塘花月下，
别似一家春。

唐 王勃



玫瑰红基础酒③

紫色情

〔使用酒类〕

玫瑰红酒……………35ml
高粱酒……………15ml

〔其他材料〕

柠檬切片……………1片
冰……………适量

〔调配方法〕

- ① 首先将玫瑰红酒倒入鸡尾酒杯中。
- ② 接着由上缓缓倒入高粱酒。
- ③ 装饰柠檬切片。

注：饮用时，取下柠檬片，挤入柠檬汁，口味更佳。



名酒小知识

元红酒

[产地] 元红酒产于浙江省绍兴，被评选为全国美酒之一。

[特色] 元红酒具有健胃的功能，酒色呈琥珀色，味道略苦，带有绍兴酒特有的风味。酒精度约在15~16度间。

[原料] 此酒除了以糯米为主要原料外，再加入浆水、酵母、麦曲等原料，然后以黑枣浸泡，就成了香醇可口的元红酒。

玫瑰红基础酒④

天使之情

[使用酒类]

玫瑰红酒……………25ml
绍兴酒……………10ml
乌梅酒……………15ml

[其他材料]

柠檬汁……………5ml

[调配方法]

- ①调酒器装冰块，倒入玫瑰红酒、乌梅酒、柠檬汁。
- ②摇混均匀后，倒入鸡尾酒杯中。
- ③由上倒入绍兴酒即可饮用。





中国酒诗欣赏

《醉中作》

醉后方知乐，
弥胜未醉时。
动容皆是舞，
出语总成诗。

唐 张说



玫瑰红基础酒⑤

中国美人

【使用酒类】

【其他材料】

玫瑰红酒……………15ml 柠檬切片……………1片
葡萄淡酒……………40ml 果糖……………半茶匙

【调配方法】

①调酒器上放冰块，倒入玫瑰红酒、葡萄淡酒、果糖。

②摇混均匀后，倒入鸡尾酒杯中。

③装饰柠檬片。

注：饮用时，取下柠檬片，挤入柠檬汁。

