

<<清爽冰点>>

图书基本信息

书名：<<清爽冰点>>

13位ISBN编号：9787534962202

10位ISBN编号：753496220X

出版时间：2013-6

出版时间：朴炫信、李花子 河南科学技术出版社 (2013-06出版)

作者：朴炫信

译者：李花子

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;清爽冰点&gt;&gt;

## 前言

前言大千世界的美食真的很好吃。

可是有很多食物，我们不知道是用什么材料、经过什么过程制成的，所以会比较难选择。

然而，只要食品贴了有机的标签，不管价格多贵，人们就误以为找到了放心食品，在错觉中安慰自己，并选择这个食品。

事实上，即使是有机食品，在市场上销售的也很难做到像自制的一样纯粹。

可人们总轻易对有机食品打开心扉。

我忧心的是这些食品的热量过高，食用期限过长。

再一个，由于是大量生产，与其说保持了原汁原味，不如说是添加了人工香料或添加剂。

口味一旦形成，很难改变。

与自然甜味相比，如果熟悉了人工制成的甜味，会愈发难以品尝出原材料的味道。

尤其是大人、小孩都喜欢的冰淇淋或甜点更为明显。

我的建议是，大家不要断然拒绝甜品的诱惑，而是亲手挑战，制作甜品吧。

只要有新鲜的水果、酸奶、牛奶与鸡蛋，就可以在家中做出原汁原味的美味冰淇淋了。

不需要复杂的配方，即使出错也不会导致严重失败，没有比这个更简单的自创了（Homemade cooking）。

现在许多家庭都有料理机，制作冰淇淋更是方便。

我认为最佳食物是使用纯粹的材料在短时间内做出来的。

不过，你会花时间去考虑选择什么材料吧。

比起来路不明的有机产品，还是利用新鲜的好材料更安全。

简单且精心制作之后，美美地享用，才是最幸福的事。

感谢编写本书过程中给予帮助的各位。

偶尔缺乏耐心，却不吝支持与帮助的丈夫孙真朱，多少次在清晨采摘摄影用草莓，并亲自送来的父母（今年我们家没有种草莓），两个月如一日从另一个村庄赶来，进行了有趣的拍摄和整理的妹妹朴润新，两个月内全靠自己独立上学的外甥金旭助，爽快地借出珍藏品的邻居赵阳淑和令我重新审视牛奶的CHEONGGY牧场可爱的家族，向你们表示真心的感谢。

2011年夏朴炫信、朴润新

## <<清爽冰点>>

### 内容概要

《清爽冰点:在家制作的92种健康冰淇淋》为韩国作家所著的在家制作健康冰淇淋秘诀大公开,根据其切身经历,介绍如何选用最健康、最新鲜和最家常的食材,用最简单、零添加的方式,自制90余款各式冰淇淋,酸奶冰淇淋、思慕雪、冰沙、雪芭、意式冰糕及各种加入不同坚果、不同利口酒或水果的冰淇淋,或与薄脆焦饼搭配,或与华夫饼搭配,款款都让人食指大动,让您和家人朋友在这个夏天清爽无比。

全书图片均系作者精心实物、实景选拍,清新自然,一书在手,尽饱口福、眼福。

## <<清爽冰点>>

### 作者简介

作者：（韩国）朴炫信 译者：李花子朴炫信，韩国著名美食作家，畅销书作者。  
译书有《一手一杯混合酒&威士忌》《蓝丝带（le cordon bleu）系列》《法国基础饼干》《法国基础巧克力》等，著书有《我迷恋的香草》《我甜蜜的，东京》。  
时而给韩国日报和东亚日报等媒体发表香草及料理的评论。

## &lt;&lt;清爽冰点&gt;&gt;

## 书籍目录

Part1满口柔滑冰淇淋 经典香草冰淇淋 巧克力冰淇淋 焦糖核桃冰淇淋 焦糖酱与焦糖 香蕉巧克力冰淇淋 水果沙司冰淇淋 沙司与果酱 开心果冰淇淋 意式草莓雪糕 柠檬酱冰淇淋 干果柠檬冰淇淋 洋甘菊冰淇淋 迷迭香冰淇淋 蓝莓冰淇淋 抹茶冰淇淋 人参冰淇淋 摩卡冰淇淋 芥末冰淇淋 朗姆葡萄干巧克力冰淇淋

Part2清凉爽口冰淇淋 酸橙马斯卡普尼奶酪冰淇淋 意式香醋酸奶冰淇淋 天然晒盐冰淇淋 樱桃冰淇淋 玛格丽特冰淇淋 紫薯冰淇淋 山葵冰淇淋

Part3弹弹冻果冻 葡萄柚果冻 牛奶薄荷果冻 咖啡果冻 莫斯卡托浆果果冻 日式梅酒果冻

Part4沙沙脆冰沙 薄荷水果冰沙 柠檬香蜂草草莓冰沙 咖啡格兰尼塔 芙蓉格兰尼塔 菠萝杜松子酒冰沙 冰柠檬水 石榴格兰尼塔

Part5夏天嘛冷饮 芒果冰沙 芒果椰子奶昔 蓝莓思慕雪 杏仁香蕉思慕雪 柑橘冰沙 猕猴桃酸橙奶昔 阿芙佳朵咖啡 排毒冷饮 甜菜橙子冰饮 香蕉咖啡思慕雪 紫苏米醋冰沙

Part6入口难忘的清爽雪芭 罗勒雪芭 薄荷雪芭 香槟雪芭 抹茶雪芭 薄荷西瓜雪芭 椰子酸橙雪芭

Part7瘦身佳饮酸奶冰淇淋 猕猴桃酸奶冰淇淋 苹果酸奶冰淇淋 杏仁薄脆草莓酸奶冰淇淋 橙子酸奶冰淇淋 芒果酸奶冰淇淋 菠萝酸奶冰淇淋 橙子酸奶冰淇淋 香蕉酸奶冰淇淋 甜瓜酸奶冰淇淋 蓝莓酸奶冰淇淋

Part8选材丰富的甜点 华夫饼夹香叶天竺葵和山草莓雪芭 红酒伴侣开心果冰淇淋 烤油桃草莓酸奶冰淇淋 浆果与抹茶冰淇淋 软心巧克力与香草冰淇淋 冰提拉米苏 橄榄油咸冰淇淋 水果酸奶冰淇淋 葡萄柚甜瓜酸奶冰淇淋 日式梅酒果冻与菠萝杜松子酒冰沙 冰卡布里

Part9用市售冰淇淋制作的超酷甜品 猕猴桃沙司或草莓沙司冰淇淋 泡芙冰淇淋 抹茶冰淇淋 豆乳思慕雪 草莓冰淇淋 浆果思慕雪 意式香醋搭配的浆果冰淇淋 菠萝卡巴乔冰淇淋 浓咖啡曲奇夹心 热苹果碎冰淇淋 冰淇淋布郎尼纸杯蛋糕 橙子黄油薄卷饼与冰淇淋 草莓沙司与酸奶冰淇淋 薄荷思慕雪

Plus+做完冰淇淋剩下的蛋清制作的蛋糕 芝麻薄脆 蛋清松饼 费南雪 杏仁薄脆 黄油曲奇 圣女小蛋糕 杏仁饼干 天使蛋糕 柠檬松饼 厨房趣事 我家厨房的故事 材料的故事 工具的故事

## &lt;&lt;清爽冰点&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：我家厨房的故事实在多。

和大家的厨房一样，我家厨房是做料理、洗碗的地方，来客人时，它又是可以无尽欢谈的聊天空间。不过，我个人认为，最重要的一点就是我家厨房让我收获了居住在首尔时无法知晓的一个又一个欢乐。

打开厨房后门，展现在眼前的是铺满时令香草和蔬菜的庭院。

只要几分钟时间，就可以将菜园种出来的新鲜材料搬上餐桌。

和这些新鲜材料的亲密接触，是我迷恋乡村生活的根源，而有一点非常不方便的是，招待客人时，没有适当的冷甜点。

于是，不知从什么时候开始，我着手制作冷甜点。

世上的事就是这样，看上去很难时，往往实际上很简单。

冰淇淋也是其中之一。

以前一直以为冰淇淋就是买来食用的，可一旦开始自己制作才知道，“我家牌”冰淇淋才是世上最好做、最美味的。

平常，见到清爽美味的食物时，总因为担心其中的有害添加剂而阻止孩子吃。

唯有越吃越健康、越吃越苗条的“我家牌”冰淇淋，才根本不必担心人工添加剂。

在制作冰淇淋时，最享受的一点是，可以加入自己喜欢的各种材料，边尝试边品尝。

不论成败都是一种收获。

从制作冰淇淋开始，我深深领悟到制作料理时从未有过的对牛奶、鸡蛋新鲜度的关注。

由于冰淇淋会如实反映出材料的味道与香气，使用一般的材料，无法做出营养丰富、美味可口的冰淇淋。

从新鲜鸡蛋和不新鲜鸡蛋中体现出的味觉差异，就是其中之一。

更有一点，利用菜园采摘来的香草制作的冰淇淋，其味道简直就是活生生的新鲜香草再现。

水果或砂糖等辅料也是如此。

材料的新鲜程度不同，制作出的成品会有天壤之别。

从此以后，对材料的探寻变成了我的兴趣，而利用别人不常使用的材料做出美味的冰淇淋时，喜悦更是加倍。

干净的牛奶、新鲜的鸡蛋、芳香中不失辛辣的各种香草以及其他亲手栽培的水果等，都将是我永远追求的健康有机材料。

还有，加在冰淇淋上面或食用的意式香醋、咖啡、利口酒等材料，对成人食用的冰淇淋来说，无疑是最好的选择。

请倾听接下来即将开始的新鲜材料的故事吧。

## <<清爽冰点>>

### 编辑推荐

《清爽冰点:在家制作的92种健康冰淇淋》精选了92款适合在家制作的美味冰淇淋，以精美的图片、简洁明了的说明文字和步骤图向大家公开了独家秘笈。

作品的特点在于健康、快捷和零添加。

朴炫信女士以她切身实践告诉大家，亲自挑选最新鲜的鸡蛋和牛奶，零污染的时令水果制作冰淇淋，用最简单的香草、薄荷、抹茶、芥末等天然材料调配口感，成人可以选择朗姆酒、君度等各种口味的利口酒以品尝到不同风味的冰淇淋，儿童则可以用酸奶和水果来改变口味，甚至芥末、意式香醋等均可调味。

在合适的季节选取时令水果制作成果酱、沙司或者烤片冷冻，在想吃的时候就可以随时取出，10分钟之内即可完成一款美味的自制片冰淇淋。

既可享受动手乐趣，又可大快朵颐，何乐而不为？

<<清爽冰点>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>