

<<500种消暑饮品配方大公开>>

图书基本信息

书名：<<500种消暑饮品配方大公开>>

13位ISBN编号：9787534572890

10位ISBN编号：7534572894

出版时间：2010-5

出版时间：江苏科技

作者：都基成 编

页数：192

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>

## <<500种消暑饮品配方大公开>>

### 内容概要

超级美味的流行饮品配方大公开！

冰爽蔬果汁 冰茶 冰咖啡 冰沙 圣代 奶昔 冰淇淋 雪糕 糖水 8大类306款美味时尚饮品，最新流行口味，用最常用的材料，即可在家自制，194个美味秘诀，轻松掌握制作诀窍，DIY消暑冰爽饮品，让您神清气爽沁凉一夏内容介绍。

本书分为8大类16小类中外流行美味饮品，以图文并茂的方式，详细介绍了各类时尚饮品的制作方法、制作时间、成本、制作秘诀。

种类齐全，制作简单，操作方便，内容实用，适合全家饮用。

## <<500种消暑饮品配方大公开>>

### 作者简介

都基成，高级咖啡师，高级培训师，国家高级职业经理人。

现任深圳市爱可可餐饮管理有限公司技术顾问和总监，多年来一直在国内从事咖啡师、调酒师培训教学和实践工作，自1999年以来，曾在多家集团公司担任过顾问和总监等职务。立志于饮品研究及中西饮品文化交流与融汇，

<<500种消暑饮品配方大公开>>

书籍目录

Part 1 20种门店复点率最高的饮品 卡布奇诺咖啡 美式摩卡 柠檬苏打水 混合水果茶 巧克力奶茶 芋香奶茶 珍珠奶茶 冰可可奶茶 泡沫红茶 草莓冰激凌 巧克力冰激凌 红豆冰 芒果冰 杨梅汁 胡萝卜汁 苹果汁 西红柿汁 柳橙汁 西瓜牛奶 草莓圣代Part 2 冰爽蔬果汁 制作蔬果汁之前必知的知识 西红柿柠檬饮 蜂蜜果汁 蜂蜜西瓜冷饮 果香冷饮 红番椒蔬果汁 红毛丹菠萝汁 红毛丹优酪乳 胡萝卜柑橘汁 胡萝卜葡萄汁 黄瓜莴苣汁 茴香梨冻饮 活力蔬果汁 健康果汁 金橘柠檬汁 橘柚汁 酪梨黄瓜汁 李子姜果饮 柳橙西红柿混合饮 柳橙油桃饮 芦笋柳橙汁 芒果豆奶汁 美白果汁 猕猴桃桑葚汁 猕猴桃优酪乳 木瓜草莓菠萝茶 胡萝卜菠菜汁 柠檬芦荟汁 柠檬苏打水 苹果冻饮 苹果胡萝卜汁 葡萄苹果汁 葡萄柚梨子汁 巧克力酸甜汁 肉桂南瓜汁 桑葚葡萄汁 石榴梨泡泡饮 水果苏打水 蔬果精力饮 石榴饮 松子柠檬冷饮 桃杏汁 无花果柳橙汁 西兰花精力饮 西兰花葡萄汁 夏日之恋 香瓜鲜奶汁 薰衣草柳橙饮 樱桃草莓汁 滋养多果汁 樱桃优酪乳 Part 3 好喝冰茶Part 4 时尚冰咖啡Part 5 饮品新宠——冰沙Part 6 最流行圣代、奶昔Part 7 超爽冰激凌Part 8 其他

## <<500种消暑饮品配方大公开>>

### 章节摘录

插图：清洗蔬菜水果时，可用一盆水，加3大匙海盐，再挤入1~3滴柠檬汁（可看水果和蔬菜的量自行斟酌），让其浸泡约4分钟，用刷子刷洗之后再用大量清水冲洗干净即可。

不要使用清洁剂清洗，因为蔬果的皮薄且皱，如使用清洁剂洗，很容易使它从断裂面渗入蔬果里。清洁剂里通常含有具漂白作用的荧光剂，有致癌的危险性。

即使是使用标明蔬果专用的清洁剂洗，也或多或少含有对人体有害的物质。

如果是220w大功率榨汁机，先将材料洗净切碎放入榨汁机中，按高速用30秒打碎后，再按低速打10秒，再转高速打60秒，再转低速10秒，即可饮用。

若要再加配料，同样依照低速10秒后，转高速60秒，再转低速10秒搅打即可。

如果是用来养生保健，可一次打完一天要喝的蔬果汁放入冰箱冷藏。

但如果是给病人喝的蔬果汁，则最好置放在室温下，通常一天内不会变坏；也可以放入冰箱，要喝时倒2/3杯蔬果汁加1/3杯热水混拌成温蔬果汁来喝。

怕苦，可以加入少许木糖醇，有助于去掉苦味（糖尿病患者因为要控制糖量，可加极少量木糖醇或用枸杞替代）。

怕酸，可以先减少柠檬等酸性水果的量，但要明白酸性水果对健康极其重要，最好能尝试接受，因为这些酸的水果喝进体内就变成碱性，会加快自愈系统的修补和免疫系统的攻击力。

怕辣，可以先减少老姜等辛辣食材的量，慢慢习惯后，再逐步加到原本的治疗量，如原先应使用一小瓣的蒜头粒，可先用半小瓣开始，再慢慢加到一小瓣。

大餐以一星期一次为原则，若无法避免要吃多次大餐，就必须在享用大餐前，多饮用蔬果汁来避免吃进过多没营养的食物。

享受完大餐后，还务必服用纤维素来帮助身体尽快把消化的废物排出。

目前功率最大的榨汁机，亦尚未能将蔬果上的细毛处理得很好，因此建议将猕猴桃去皮后再打成果汁饮用。

如果时间许可，可用湿布或小刷子在水龙头下清除水果上的毛，这样就可以连皮打汁。

## <<500种消暑饮品配方大公开>>

### 编辑推荐

《美味活力饮:500种消暑饮品配方大公开》收集了中外流行美味饮品。

以图文并茂的方式,详细地介绍了各类时尚饮品的制作方法、制作时间、成本、制作秘诀。

各种饮品制作方法简单,操作方便,适合全家饮用。

都基成蔬果汁,冰茶,冰咖啡,冰沙,圣代,奶昔,冰淇淋,雪泡,糖水8大类306款美味时尚饮品包罗最新流行口味,教您用最常见的材料在家自制最美味的消暑饮品。

194个美味秘诀,让您轻松掌握制作诀窍。

DIY消暑冰爽饮品,让您神清气爽,清凉一夏!

<<500种消暑饮品配方大公开>>

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>