

· 超视角的享受 · 奢华西点自己动手 ·

# 米其林餐厅主厨 教你做法式甜点

【英】威尔·托伦特 著 / 陶尚芸 译



中国轻工业出版社  
CHINA LIGHT INDUSTRY PUBLISHING HOUSE

英国女王登基60周年餐篮设计者

米其林三星餐厅甜点主厨、“橡子学者奖”获得者

英国米其林三星餐厅肥鸭餐厅总裁

赫斯顿·布鲁门塔尔 亲自作序

*Pâtisserie at home*

*Pâtisserie at home*

# 米其林餐厅主厨教你 做法式甜点

---

[英] 威尔·托伦特 / 著 陶尚芸 / 译

我以极大的兴趣目睹了威尔从一名非常好学的年轻学生（我认为他十分好学）成长为一位非常专业的糕点师的巨大进步。威尔就是老师，这本书让大家都像专业人士一样在家制作法式甜点。这本很棒的书出自于一位充满活力的、多才多艺的能工巧匠之手——你会情不自禁地爱上它！

——布莱恩·特纳



 中国图景 出版社  
CHINA PICTORIAL PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 (CIP) 数据

米其林餐厅主厨教你做法式甜点 / (英) 托伦特著 ; 陶尚芸译.

— 北京 : 中国画报出版社, 2015. 10

ISBN 978-7-5146-1205-9

I. ①米… II. ①托… ②陶… III. ①甜食—制作—法国 IV. ①TS972.134  
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第241059号

著作版权登记号: 图字 01-2015-6896

First published in the United Kingdom under the title Patisserie at Home  
by Ryland Peters & Small Limited

20-21 Jockey' s Fields London WC1R 4BW

Text © Will Torrent 2013

Design and photographs © Ryland Peters & Small 2013

All rights reserved.

Simplified Chinese rights arranged with Ryland Peters and Small  
through Beijing GW Culture Communications Co. Ltd.

米其林餐厅主厨教你做法式甜点 [英] 威尔·托伦特 著 陶尚芸 译

---

出 版 人: 于九涛

责任编辑: 郭翠青

责任印制: 焦 洋

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号 邮编: 100048)

开 本: 24 开 (889mm×1194mm)

印 张: 7.5

字 数: 150 千字

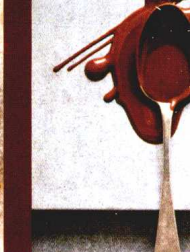
版 次: 2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

印 刷: 北京彩虹伟业印刷有限公司

定 价: 36.00 元

总编室兼传真: 010-88417359 版权部: 010-88417359

发 行 部: 010-68469781 010-68414683 (传真)



## 第一章 基本技能 / 001

- 沙布列面团 / 003
- 黄油饼皮底料 / 004
- 布列塔尼酥皮 / 005
- 千层脆饼皮 / 007
- 泡芙面团 / 009
- 早餐牛角包 / 011
- 法式奶酪 / 014
- 奶油夹心 / 017
- 奶酪泡芙 / 017
- 杏仁糊 / 018
- 巧克力榛子杏仁糊 / 019
- 巧克力酱 / 021
- 意式蛋白奶油霜 / 022
- 焦糖果仁 / 023
- 巧克力刨花 / 023
- 巧克力碎片 / 023
- 回炉巧克力 / 025
- 糖渍柳橙 / 025

## 第二章 法式甜点 / 027

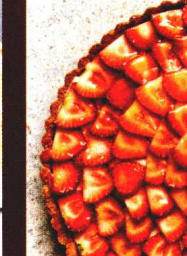
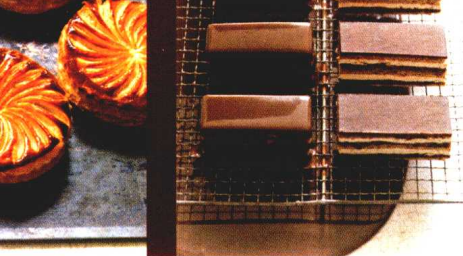
- 覆盆子甜糕 / 028

- 白巧克力杏仁蛋白圆饼 / 030
- 欧培拉蛋糕 / 033
- 杏仁樱桃蛋白糕 / 037
- 苹果白兰地泡芙圆面包 / 038
- 巴黎车轮饼干 / 041
- 咖啡巧克力手指饼干 / 043
- 芒果百香果迷你手指饼干 / 045
- 加香朗姆酒松糕 / 047
- 油酥千层糕 / 051
- 覆盆子玫瑰千层糕 / 053
- 浆果奶油味萨伐仑小松糕 / 054

## 第三章 塔、派 / 057

- 巧克力塔 / 058
- 咸味焦糖巧克力小塔 / 060
- 柠檬塔 / 064
- 柠檬柚子蛋白塔 / 067
- 法式苹果塔 / 069
- 梨子巧克力塔 / 071
- 草莓塔 / 073
- 草莓开心果小塔 / 075
- 异域风情水果塔 / 078





- 脆松杏子塔 / 080
- 阿马尼亚克酒西梅小塔 / 082

#### 第四章 花式小甜饼 / 085

- 姜味巧克力杏仁饼干 / 087
- 蜂蜜香草贝壳蛋糕 / 089
- 咖啡巧克力贝壳蛋糕 / 091
- 白巧克力杏仁松露 / 092
- 橙香酒松露巧克力 / 094
- 覆盆子伏特加松露巧克力 / 096
- 樱桃白兰地松露巧克力 / 098
- 百香果、芒果与橄榄油巧克力 / 100
- 苹果派和奶油巧克力小塔 / 102
- 玛卡龙（杏仁小圆饼） / 104
- 杏仁蜂蜜小蛋糕 / 108
- 醋栗水果软糖 / 111
- 芝麻瓦片酥 / 113
- 猫舌饼干 / 115
- 巧克力榛子曲奇 / 116
- 橙子丁香肉桂曲奇 / 118

#### 第五章 奶油蛋糕与餐后甜点 / 121

- 焦糖香蕉巧克力蛋糕 / 122
- 圣奥诺雷蛋糕 / 125

- 红莓夏洛特蛋糕 / 128
- 百香果狄妮诗蛋糕 / 130
- 黑森林奶油蛋糕 / 132
- 杯装樱桃巧克力蛋糕 / 134
- 梨子巧克力木柴圣诞蛋糕 / 136
- 法式草莓蛋糕 / 138
- 萨赫蛋糕 / 140
- 冷冻柠檬蛋奶酥 / 142
- 橙子黄油薄卷饼 / 144
- 鞑靼塔（倒扣苹果塔） / 146
- 法式奶油布蕾 / 148
- 苹果白兰地牛角面包布丁 / 151

#### 第六章 烘烤食品与维也纳甜面包 / 153

- 蜂蜜姜饼 / 154
- 阿马尼亚克酒西梅蛋糕 / 156
- 布里欧奶油蛋卷 / 158
- 啤酒巧克力蛋糕 / 161
- 覆盆子开心果费南雪蛋糕 / 163
- 蝴蝶酥 / 164
- 李子皇冠杏仁派 / 166
- 维也纳甜面包 / 168

致谢 / 170

## 第一章 基本技能

你在逛街的时候，只要朝巴黎甜品店窗口随便看看，就可以欣赏到那些手艺娴熟的糕点师傅们如何制作出一排排一模一样的手指饼干，特别是带花边的玛卡龙，以及柔软光滑的巧克力酱涂抹成的一批批花式小甜饼。当你决定在家模仿制作这些小东西的时候，千万不要心存犹豫，觉得自己做不好。如果你能不慌不忙、一丝不苟，并不苛责自己的话，每一项基本技能都是很容易掌握的。所有这些常备的油酥糕点、奶油和产品装饰物都是日常可以买得到的，它们是你制作法式甜品的基本食材。





# 沙布列面团

---

这是我最喜欢的一种甜点底料，也是一种稍微有点儿油腻的酥皮甜点，是用糖霜或糖粉调制而成的，因此吃起来香脆可口、沙爽易碎（“沙布列”即多沙的意思），可与润滑的奶油、新鲜的水果巧妙地搭配在一起。它的用途很广。你可以将它用在蛋塔和饼干中，也可以用作奶油蛋糕的底料。

## ◎ 材料

【大量制作，足以排满一只 20 厘米的烤盘】

软化的黄油 .....	200 克
糖霜或糖粉 .....	100 克
盐 .....	少许
香草豆 .....	1 个
柠檬，取皮，磨碎 .....	1 个
鸡蛋 .....	2 个
中筋面粉 .....	250 克

## ◎ 做法

1. 将黄油、糖和盐混合在一起，放入搅拌器中搅拌 5 分钟，直到拌匀。
2. 用小刀将香草豆纵向切开，刮出种子，放入糊状的黄油混合物中。添加柠檬皮，再次搅拌，直到拌匀。
3. 继续运转搅拌器，慢慢倒入鸡蛋，搅拌，直到完全拌匀。
4. 轻轻拌入面粉，但不要过度揉搓面团，否则麸质就会越来越黏，制作出的甜点就会坚硬老化，而不酥脆、轻盈。
5. 用手将面团捏成一个球，包在保鲜膜或保鲜袋中至少冷藏 2 个小时，如果可能的话，也可以放一夜。



# 黄油饼皮底料

这个底料制作方法类似于沙布列面团，不过用砂糖取代糖霜和糖粉，让这份面团稍欠点儿精致。可以用于制作水果塔，还可以用作甜点的底料。

## ◎ 材料

〔大量制作，足以排满一只20厘米的烤盘〕

软化的黄油 .....	100 克
糖 .....	100 克
香草豆 .....	1 个
柠檬，取皮，切碎 .....	1 个
鸡蛋，轻轻打散 .....	2 个
普通面粉或通用面粉 .....	250 克

## ◎ 做法

1. 将黄油、糖和盐混合在一起，放入搅拌器中搅拌5分钟，直到拌匀。
2. 用小刀将香草豆纵向切开，刮出种子，放入糊状的黄油混合物中。添加柠檬皮，再次搅拌，直到拌匀。
3. 继续运转搅拌器，慢慢倒入鸡蛋搅拌，直到完全拌匀。
4. 轻轻拌入面粉，但不要过度揉搓面团，否则麸质就会越来越黏，制作出的甜点就会坚硬老化，而不酥脆、轻盈。
5. 用手将面团捏成一个球，包在保鲜膜或保鲜袋中至少冷藏2个小时，如果可能的话，也可以放一夜。



# 布列塔尼酥皮

这是一种非常成功的甜点，也可以制成松软的奶油饼干。在法国布列塔尼地区，人们将它制成一个简易的大蛋糕或零碎的小饼干，焗上蛋黄，再划上十字形花样。这种甜点还可以与其他食材搭配来做，例如脆松杏子塔。



## ◎ 材料

【大量制作，可以排满一只 18 厘米的烤盘】

软化的黄油 ..... 70 克  
糖 ..... 60 克  
蛋黄 ..... 1 $\frac{1}{2}$  个  
中筋面粉 ..... 100 克  
发酵粉 ..... 少量  
盐 ..... 少量  
柠檬，取皮，切碎 ..... 1 个  
橙子，取皮，切碎 ..... 1 个  
几个耐热的曲奇切模，加上内铺防油纸的烤盘，或者一只 18 厘米的烤盘。

## ◎ 做法

1. 将黄油、糖和盐混合在一起放入搅拌器中，搅拌 5 分钟，直到拌匀。

2. 继续运转搅拌器，慢慢倒入蛋黄，搅拌，直到完全拌匀。

3. 轻轻拌入面粉、发酵粉、盐和橙子皮，直到完全融合。面团会变得很湿，像黄油一样。

4. 用手将面团捏成一个球。若要擀制面皮，将其放置在 2 张防油纸上，用擀面杖擀平面团，直到 2 厘米厚。连同防油纸一起冷藏一夜。

第二天，将烤箱预热至 180℃。

5. 如果制作饼干，可用曲奇切模将冷冻面团压出一个一个小圆片。将圆饼连同曲奇切模一起，移至预备好的烤盘中。小甜饼需要在曲奇切模中制作，因为在焙烤过程中，易融化的黄油容易让小甜饼摊开变形。

6. 放进预热的烤箱中焙烤 20 分钟，直至变成好看的金黄色，再移开切模。

7. 让圆饼在烤盘内的曲奇切模中完全冷却。

8. 保存在密闭的容器中。



# 千层脆饼皮

千层脆饼皮，也称千层酥皮，制作起来有点难度，但还是应该尝试着制作一次！它是把大量黄油掺入面糊之中，一层一层地叠压而成，也需要经过好几个“回合”的重复制作才能融入其中，如此才能诞生神奇的千层酥皮。

## ◎ 材料

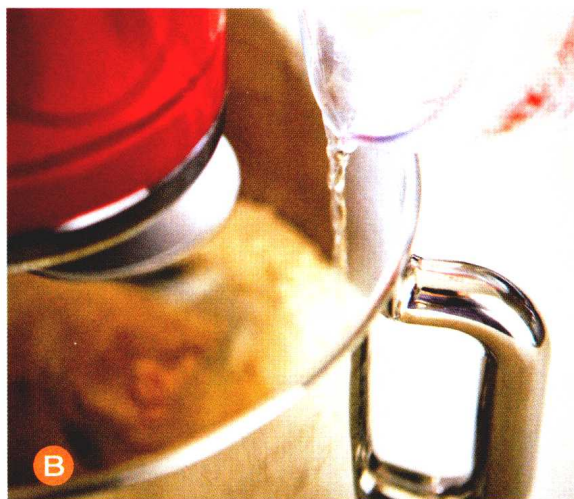
【制作大约 1.2 千克】

### 叠层

软化的黄油 ..... 500 克  
盐 ..... 少量  
高筋面粉 ..... 100 克

### 生面团

盐 ..... 2 茶匙  
冰水 ..... 220 毫升  
柠檬（榨汁） ..... 1 个  
软化的黄油 ..... 50 克  
中筋面粉 ..... 120 克  
高筋面粉 ..... 280 克





## ◎ 做法

### 叠层

1. 将黄油、盐和面粉放入一个碗中，用手将这些食材揉捏在一起。将混合物放在一层薄薄的面粉上，将其压扁，直到平坦光滑，大约5毫米厚。用刮铲修剪其边缘，形成一个正方形。（如图A）

2. 冷藏1小时左右，直到硬化。

### 揉面团

1. 将盐、水和柠檬汁放入一个量筒或量杯中，搅拌，直到盐溶解。

2. 在拌料碗中，用手将黄油和面粉揉合在一起，或用台式搅拌机及揉面刀具亦可。把量筒或量杯中的液体慢慢倒入，搅拌，直到形成面团。（如图B）

3. 在案台上撒一层薄薄的面粉，然后把面团放上揉4分钟。将其捏成球状，冷

藏30分钟。

4. 从冰箱中取出面团和黄油块。用擀面杖将其擀成一个20厘米×30厘米的矩形。把黄油块从中间切开，将其中一半放置在矩形面团的中间。扯起面团的一边，盖到黄油上。如果需要的话，尽可能地将面团拉大拉开，形成薄片。将第二块黄油块放置在上面，并将剩下的薄片折叠起来，盖到第二块黄油上。（如图C）

5. 将面团擀成矩形。把剩下的短边第三次折叠起来，再将底部翻起来，折叠一次。将面团顺时针旋转90°，让折叠位置靠近左手边。这个压扁和折叠面团的过程称为“一个回合”。在面团上戳一个洞，表示已经完成第一回合了。再冷藏20分钟。

6. 将面团重复压扁和折叠5次，每次过后，将其放在冰箱里冷藏20分钟，再戳一个深洞。（如图D）使用之前，再冷藏1小时。



# 泡芙面团

人们常说，制作泡芙面团很难，但我认为这是最容易制作的一种糕点底料。它与大部分多功能的经典法式甜点面团一样，可以填充到小圆面包以及泡芙塔当中，里面填满可口的香草味法式奶酪（一般是做经典的法国婚礼蛋糕或在油炸之前与磨碎的帕玛森干酪、欧芹和火腿混合在一起，制作成夏季开胃小点心，即带馅煎饼）。

## ◎ 材料

【制作 12 ~ 16 个小圆面包】

水.....	125 毫升
牛奶.....	125 毫升
黄油.....	100 克
盐.....	少量
糖.....	少量
中筋面粉.....	140 克
鸡蛋.....	大约 6 个

## ◎ 工具

大型挤花袋，配有普通的小喷嘴（可选）  
烤盘，内铺防油纸

## ◎ 做法

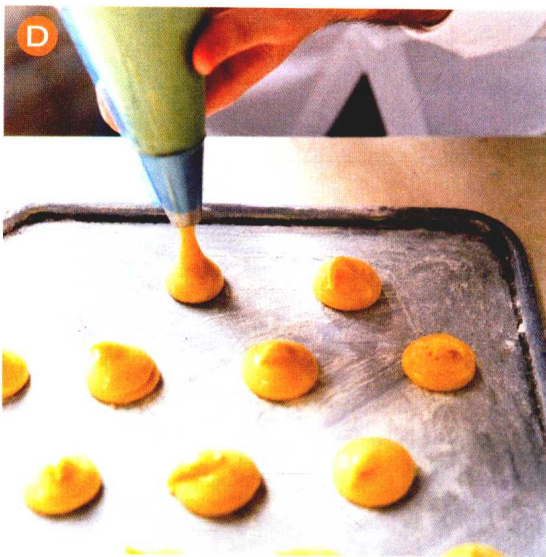
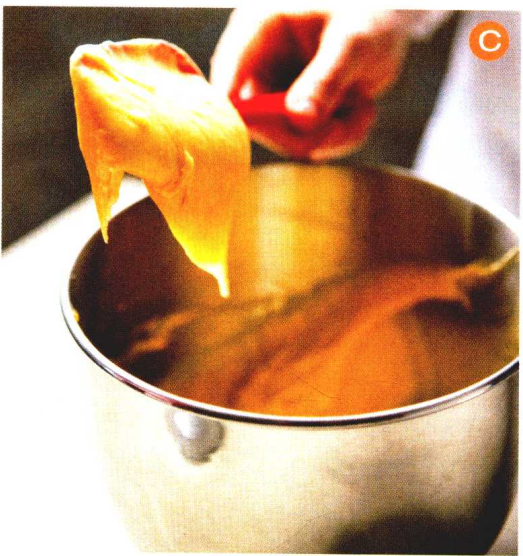
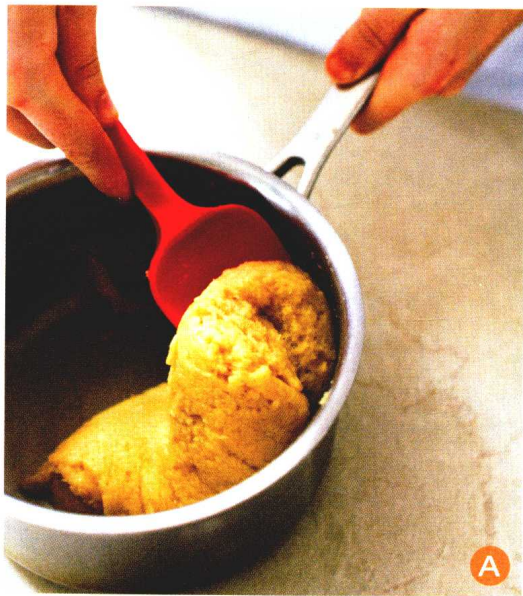
1. 将水、牛奶、黄油、盐和糖放入中号炖锅中，用中火加热。用汤匙或木勺不停地翻炒，避免糖烧焦产生的混合物粘在锅底。

2. 当煮沸的时候，迅速倒入面粉，搅拌均匀。用力翻炒面团，不使其粘在锅边上，时长大约 5 分钟，这个时长取决于温度。（如图 A）

3. 将面团移至台式搅拌机或拌料碗中（使用电动打蛋器），打入鸡蛋，一次打一个。也可能不需要打完 6 个鸡蛋——步骤重复的次数不同，面粉和鸡蛋也会有所差异，所以需要鸡蛋的数量才有所不同。（如图 B）

4. 在打入鸡蛋的时候，可观察面团，当面团变得柔软、光滑，用勺子舀出的时候，下面拖着一个“V”形尾巴，那就可以了。（如图 C）

5. 若要制作泡芙小圆面包，可将面团舀进预备好



的挤花袋中。挤出直径大约5厘米的小球，间隔地分放在预备好的烤盘上，分开放是因为它们在焙烤的时候会膨胀。（如图D）

6. 在预热到180℃的烤箱中烘烤10~15分钟，具体时间长短看小圆面包的大小。成品应该色泽金黄，中间是空的。



# 早餐牛角包

---

品尝简陋的牛角包，可以享受到最可口的美食乐趣。新鲜出炉的牛角包，一点儿一点儿撕下来，蘸着咸黄油吃，加上营养丰富的果味酱和一杯巴黎浓咖啡——没什么比这个更惬意的了。我的冰箱里总是备有牛角包，虽然制作方法相当具有挑战性，但是你一旦掌握了其中的窍门，那就很容易了。将牛角包搭配在甜点中，那将是一顿特别的完美早餐，或者，只为在星期天的早晨，一边慵懒地看着报纸，一边贪婪地吃着牛角包！







## ◎ 材料

【制作 14 份左右】

### 叠层

黄油（常温保存）..... 300 克  
中筋面粉..... 40 克

### 面团

新鲜酵母.....  
..... 30 克（或干酵母 15 克）  
冷鲜奶..... 230 毫升  
糖.....  $2\frac{1}{2}$  汤匙  
蜂蜜..... 2 茶匙  
高筋面粉..... 380 克  
盐..... 2 茶匙  
蛋黄混合盐少许，用作焗料

## ◎ 做法

### 叠层

1. 将黄油和面粉放在一个碗里，将其揉合在一起。将混合物放到保鲜膜或保鲜袋上，顶端盖上另一张薄膜，用擀面杖擀成一块边长大约 10 厘米的粗糙方块。

（如图 A）

2. 冷藏 1 小时左右，直到硬化。

### 揉面团

1. 将酵母和牛奶混入一个碗里，搅拌，直到酵母溶解。加入糖和蜂蜜，再搅拌。

2. 在拌料碗中，用手指将面粉和盐揉合在一起，或在台式搅拌机中，用揉面刀具亦可。倒入酵母混合物，慢慢搅拌，直到形成面团。

3. 在一层薄薄的面粉上，或在台式搅拌机中，揉面团 10 分钟。

4. 如果使用搅拌器，可把面团放到一层薄薄的面粉上，将黄油纸或烤盘纸轻轻地盖在上面。让面团停放 10 分钟。

