

飞雪无霜的烘焙时光

飞雪无霜◎编著

甜酷厨房 sweet cooking

著名博主
国家高级西点师
飞雪无霜
与您一起分享10年
烘焙的时光和经验

吉林科学技术出版社

飞雪无霜的

飞雪无霜◎编著

烘焙时光



图书在版编目(CIP)数据

飞雪无霜的烘焙时光 / 飞雪无霜编著. — 长春 :
吉林科学技术出版社, 2016. 3
ISBN 978-7-5384-8741-1

I. ①飞… II. ①飞… III. ①烘焙—糕点加工 IV.
①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第302125号

飞雪无霜的烘焙时光

编 著 飞雪无霜
出 版 人 李 梁
责任编辑 张伟泽
封面设计 长春创意广告图文制作有限责任公司
制 版 雅硕图文工作室
开 本 710mm×1000mm 1/16
字 数 280千字
印 张 14.5
印 数 1-8 000册
版 次 2016年3月第1版
印 次 2016年3月第1次印刷
出 版 吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话/传真 0431-85635176 85635177 85651759
85651628 85600611 85670016
储运部电话 0431-86059116
编辑部电话 0431-85670016
网 址 www.jlstp.net
印 刷 辽宁新华印务有限公司
书 号 ISBN 978-7-5384-8741-1
定 价 39.90元
如有印装质量问题可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635186



Contents

飞雪无霜的烘焙时光

目 录

- 飞雪无霜的烘焙时光之**基本工具** / 8
- 飞雪无霜的烘焙时光之**基本材料** / 12
- 飞雪无霜的烘焙时光之**注意事项** / 17
- 飞雪无霜的烘焙时光之**基本烘焙流程** / 22
- 飞雪无霜的烘焙时光之**常用馅料&果酱** / 24



Part 1 饼干 Cookies

- 01 黄油芝士曲奇 / 36
- 02 淡奶油曲奇 / 38
- 03 红枣饼干 / 40
- 04 蝴蝶酥 / 42
- 05 咖啡曲奇 / 44
- 06 可可曲奇 / 46
- 07 抹茶曲奇 / 48
- 08 奶酥曲奇 / 50
- 09 心形黄油曲奇 / 52
- 10 芝麻黄油曲奇 / 54
- 11 可可杏仁饼干 / 56
- 12 可可雪球 / 58
- 13 可可腰果酥条 / 60
- 14 柠檬方块饼干 / 62
- 15 柠檬夹心饼干 / 64
- 16 巧克力豆饼 / 66
- 17 牛粒 / 68
- 18 肉松 / 70
- 19 笑脸饼干 / 72
- 20 海苔饼干 / 74





Part 2 蛋糕 Cake

- 21 马斯卡彭小纸杯 / 78
- 22 抹茶提拉米苏 / 80
- 23 心形提拉米苏 / 82
- 24 菠萝杯子蛋糕 / 86
- 25 香酥粒蓝莓马芬 / 88
- 26 海苔蛋糕卷 / 90
- 27 乳酪棋格慕斯 / 92
- 28 柠檬戚风蛋糕 / 94
- 29 香蕉芒果粒蛋糕卷 / 96
- 30 南瓜蔓越莓蛋糕 / 100



- 31 金元宝 / 102
- 32 费南雪 / 104
- 33 坚果布朗尼 / 106
- 34 可可玛德琳 / 108
- 35 蓝莓慕斯蛋糕 / 110
- 36 红枣蛋糕 / 112
- 37 黑芝麻天使蛋糕 / 114
- 38 橙皮奶油蛋糕 / 116
- 39 巧克力核桃蛋糕 / 118
- 40 巧克力慕斯 / 120





Part 3 面包 *Bread*

- 41 玫瑰餐包 / 124
- 42 牛角餐包 / 126
- 43 芝士肉排堡 / 128
- 44 红豆面包 / 130
- 45 核桃小餐包 / 132
- 46 椰蓉花形面包 / 134
- 47 蔬菜杏仁辫子面包 / 136
- 48 微波面包 / 138 ■
- 49 菠萝包 / 140
- 50 奶酪葱花排包 / 142
- 51 芝麻辫子面包 / 144
- 52 南瓜子菠萝包 / 146
- 53 贝 果 / 148
- 54 玉米司康 / 150
- 55 红糖吐司 / 152
- 56 双色吐司 / 154
- 57 橙皮吐司 / 156
- 58 葡萄干小吐司 / 158
- 59 全麦吐司 / 160
- 60 抹茶蜜豆吐司 / 162



Part 4 中式面点 *Pastery*

- 61 萨其马 / 166
- 62 荷花酥 / 168
- 63 牛舌饼 / 170
- 64 蛋黄酥 / 172
- 65 莲蓉酥 / 174
- 66 绿豆饼 / 176
- 67 蔓越莓老婆饼 / 178

- 68 玫瑰饼 / 180
- 69 抹茶红豆酥 / 182
- 70 糖酥饼 / 184
- 71 肉松莲蓉酥饼 / 186
- 72 蟹壳黄 / 188
- 73 咖喱鲜肉月饼 / 190
- 74 五仁月饼 / 192
- 75 莲蓉月饼 / 194

Part 5 甜点 *Dessert*

- 76 草莓大福 / 198
- 77 冰激凌可丽饼 / 200
- 78 脆皮炸鲜奶 / 202
- 79 花生牛扎糖 / 204
- 80 焦糖布丁 / 206
- 81 咖啡冻 / 208



- 82 绿豆糕 / 210
- 83 蔓越莓冰激凌 / 212
- 84 木瓜牛奶 / 214
- 85 松露巧克力 / 216
- 86 电饭锅制作酸奶 / 218
- 87 太妃糖 / 220
- 88 糖水橘子 / 222
- 89 西瓜沙冰 / 224
- 90 小豆凉糕 / 226
- 91 杏仁豆腐 / 228
- 92 芝麻花生糖 / 230



飞雪无霜的

飞雪无霜◎编著

烘焙时光



图书在版编目(CIP)数据

飞雪无霜的烘焙时光 / 飞雪无霜编著. — 长春 :
吉林科学技术出版社, 2016. 3
ISBN 978-7-5384-8741-1

I. ①飞… II. ①飞… III. ①烘焙—糕点加工 IV.
①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第302125号

飞雪无霜的烘焙时光

编 著 飞雪无霜
出 版 人 李 梁
责任编辑 张伟泽
封面设计 长春创意广告图文制作有限责任公司
制 版 雅硕图文工作室
开 本 710mm×1000mm 1/16
字 数 280千字
印 张 14.5
印 数 1-8 000册
版 次 2016年3月第1版
印 次 2016年3月第1次印刷
出 版 吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话/传真 0431-85635176 85635177 85651759
85651628 85600611 85670016
储运部电话 0431-86059116
编辑部电话 0431-85670016
网 址 www.jlstp.net
印 刷 辽宁新华印务有限公司
书 号 ISBN 978-7-5384-8741-1
定 价 39.90元
如有印装质量问题可寄出版社调换
版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635186

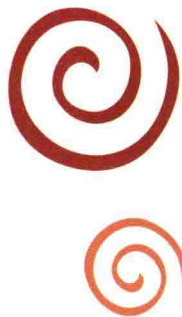


在女儿小的时候，我就希望能亲自给她做出好吃的点心来，于是买来一个小小的烤箱。从此烤箱给我和女儿带来了幸福的生活。不管是酥脆的饼干，还是香甜的蛋糕，都会变魔术似地从烤箱中出来。慢慢地随着烘焙技术的提高，会做的点心越来越多，也认识了更多的美食爱好者。

第一本和吉林科学技术出版社合作出版的是《飞雪无霜的美味烘焙坊》。当我的博客点击超过两千万的时候，我与吉林科学技术出版社再次合作出版这本《飞雪无霜的烘焙时光》。在这本书里，不光是介绍了饼干、蛋糕、面包，还介绍了中式点心，以及不用烤箱做出来的点心，希望你会喜欢并爱上这本书。

飞雪无霜

2016.1.1





Contents

飞雪无霜的烘焙时光

目录

- 飞雪无霜的烘焙时光之**基本工具** / 8
- 飞雪无霜的烘焙时光之**基本材料** / 12
- 飞雪无霜的烘焙时光之**注意事项** / 17
- 飞雪无霜的烘焙时光之**基本烘焙流程** / 22
- 飞雪无霜的烘焙时光之**常用馅料&果酱** / 24



Part 1 饼干 Cookies

- 01 黄油芝士曲奇 / 36
- 02 淡奶油曲奇 / 38
- 03 红枣饼干 / 40
- 04 蝴蝶酥 / 42
- 05 咖啡曲奇 / 44
- 06 可可曲奇 / 46
- 07 抹茶曲奇 / 48
- 08 奶酥曲奇 / 50
- 09 心形黄油曲奇 / 52
- 10 芝麻黄油曲奇 / 54
- 11 可可杏仁饼干 / 56
- 12 可可雪球 / 58
- 13 可可腰果酥条 / 60
- 14 柠檬方块饼干 / 62
- 15 柠檬夹心饼干 / 64
- 16 巧克力豆饼 / 66
- 17 牛粒 / 68
- 18 肉松 / 70
- 19 笑脸饼干 / 72
- 20 海苔饼干 / 74





Part 2 蛋糕 Cake

- 21 马斯卡彭小纸杯 / 78
- 22 抹茶提拉米苏 / 80
- 23 心形提拉米苏 / 82
- 24 菠萝杯子蛋糕 / 86
- 25 香酥粒蓝莓马芬 / 88
- 26 海苔蛋糕卷 / 90
- 27 乳酪棋格慕斯 / 92
- 28 柠檬戚风蛋糕 / 94
- 29 香蕉芒果粒蛋糕卷 / 96
- 30 南瓜蔓越莓蛋糕 / 100



- 31 金元宝 / 102
- 32 费南雪 / 104
- 33 坚果布朗尼 / 106
- 34 可可玛德琳 / 108
- 35 蓝莓慕斯蛋糕 / 110
- 36 红枣蛋糕 / 112
- 37 黑芝麻天使蛋糕 / 114
- 38 橙皮奶油蛋糕 / 116
- 39 巧克力核桃蛋糕 / 118
- 40 巧克力慕斯 / 120





Part 3 面包 *Bread*

- 41 玫瑰餐包 / 124
- 42 牛角餐包 / 126
- 43 芝士肉排堡 / 128
- 44 红豆面包 / 130
- 45 核桃小餐包 / 132
- 46 椰蓉花形面包 / 134
- 47 蔬菜杏仁辫子面包 / 136
- 48 微波面包 / 138 ■
- 49 菠萝包 / 140
- 50 奶酪葱花排包 / 142
- 51 芝麻辫子面包 / 144
- 52 南瓜子菠萝包 / 146
- 53 贝 果 / 148
- 54 玉米司康 / 150
- 55 红糖吐司 / 152
- 56 双色吐司 / 154
- 57 橙皮吐司 / 156
- 58 葡萄干小吐司 / 158
- 59 全麦吐司 / 160
- 60 抹茶蜜豆吐司 / 162



Part 4 中式面点 *Pastery*

- 61 萨其马 / 166
- 62 荷花酥 / 168
- 63 牛舌饼 / 170
- 64 蛋黄酥 / 172
- 65 莲蓉酥 / 174
- 66 绿豆饼 / 176
- 67 蔓越莓老婆饼 / 178

- 68 玫瑰饼 / 180
- 69 抹茶红豆酥 / 182
- 70 糖酥饼 / 184 ■
- 71 肉松莲蓉酥饼 / 186
- 72 蟹壳黄 / 188
- 73 咖喱鲜肉月饼 / 190
- 74 五仁月饼 / 192
- 75 莲蓉月饼 / 194

Part 5 甜点 *Dessert*

- 76 草莓大福 / 198
- 77 冰激凌可丽饼 / 200
- 78 脆皮炸鲜奶 / 202
- 79 花生牛扎糖 / 204
- 80 焦糖布丁 / 206
- 81 咖啡冻 / 208



- 82 绿豆糕 / 210
- 83 蔓越莓冰激凌 / 212
- 84 木瓜牛奶 / 214
- 85 松露巧克力 / 216
- 86 电饭锅制作酸奶 / 218
- 87 太妃糖 / 220
- 88 糖水橘子 / 222 ■
- 89 西瓜沙冰 / 224
- 90 小豆凉糕 / 226
- 91 杏仁豆腐 / 228
- 92 芝麻花生糖 / 230



飞雪无霜



的烘焙时光

基本
工具



★ 1. 厨师机

可以用于揉面团，打发鸡蛋、黄油等，价格较贵，如没有，可以考虑买1个面包机用于揉面。



★ 2. 烤箱

烘焙必备，最好准备25升以上烤箱。

★ 3. 面包机

可用于制作面包，比较实用的烘焙小家电。



★ 4. 打蛋盆

准备一大一小2个打蛋盆，这样可以分别用于制作蛋糕、饼干等。

★ 5. 电动打蛋器

用于打发黄油、鸡蛋等，功率越大，效率越高。



★ 6. 电子秤

家中常备，用于精确称量。

★ 7. 分蛋器

如果不会手工分蛋，最好备1个。



★ 8. 擀面棍

选择适合自己的擀面棍。用于擀压面团等。

★ 9. 刮板

一般用于切割面团，很实用。

★ 10. 面包刀

用于切割面包和蛋糕等。

★ 11. 软刮板

可用于刮盆底之面团，价格不贵。

★ 12. 手动打蛋器

用于打发少量黄油、淡奶油、混合材料等。

★ 13. 手套

取用烤盘，防止烫伤。



★ 14. 面粉筛

用于筛面粉，可以让面粉更细腻。

★ 15. 方形烤盘

20厘米左右，适合制作少量面包蛋糕等。

★ 16. 金色烤盘

28厘米左右，适合用于制作蛋糕卷。

★ 17. 烤箱自带烤盘

可用于蛋糕、面包、饼干制作。

★ 18. 电子温度计

测量面团、液体温度。



★ 19. 烤箱温度计

如果发现烤箱温度不准的时候，可以备1个。测量烤箱内部温度。

★ 20. 温湿度计

用于测量面包发酵时的温度及湿度。

★ 21. 量杯

量取液体时，可以根据量杯上的刻度，知道液体的毫升量。

★ 22. 量匙

用于称量少量的粉类，液体时使用。

★ 23. 刮刀

有中号、小号，翻拌面糊时用，中号较实用。





★ 24. 刷子

有硅胶一体式刷子、羊毛刷子，还有硅胶分体式刷子选择一款即可。

★ 25. 硅胶垫

制作西点时防粘用，可以重复使用。

★ 26. 硅油纸

作用同硅胶垫，防粘，但不能重复使用。

★ 27. 锡纸

多用于烤肉时使用。

★ 28. 油布

作用同硅胶垫，可以重复使用。



★ 29. 心形蛋糕模

形状特别，制作出来的蛋糕是心形。

★ 30. 圆形蛋糕模

最常见的是6吋^①和8吋活动蛋糕模。

★ 31. 中空蛋糕模

特别适合用于制作戚风蛋糕。

★ 32. 硅胶模

形状不一样的硅胶模，花样多，好存放。

★ 33. 方形活动蛋糕模

活动底的，可以用来做方形蛋糕。



★ 34. 汉堡模

专门制作汉堡的工具。

★ 35. 花袋

用于裱花或挤饼干时使用。

★ 36. 花嘴

用于裱花或挤饼干时使用。

★ 37. 慕斯圈

形状多种多样，用于慕斯蛋糕的制作。

①1吋（英寸）≈2.54厘米，下同。