

微笑烘焙： 送给家人的小幸福

"Draw Your Own Picture" Sweets

【日】千叶贵子 著 曹惊喆等 译



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn



微笑烘焙：

送给家人的小幸福

"Draw Your Own Picture" Sweets

〔日〕千叶贵子 著 曹惊喆等 译

内容提要

微笑甜品也称为“治愈系甜品”，给人带来亲切柔和之感。

闲暇时刻，步入厨房，为家人朋友烘焙一份微笑甜品。它们好吃又可爱，萌萌的姿态定会让人心生欢喜。在本书中，日本人气烘焙高手千叶贵子将用最通俗易懂的语言教您制作微笑甜品。材料简单易得，重视营养健康，让您一学即会。

为家人烘焙一份美味，就是烘焙一份幸福生活。

当甜品笑脸相迎，是不是会给美味加分呢？

北京市版权局著作权合同登记号：图字 01-2015-1537 号

OEKAKI SWEETS

Copyright ©Takako Chiba 2010

All rights reserved.

First original Japanese edition published by Nitto Shoin Honsha Co.,Ltd.,Japan.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with Nitto Shoin Honsha Co.,Ltd., Japan

through CREEK & RIVER Co., Ltd. and CREEK & RIVER SHANGHAI Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

微笑烘焙：送给家人的小幸福 / (日) 千叶贵子著；
曹惊喆等译. — 北京：中国水利水电出版社，2016.1

ISBN 978-7-5170-3578-7

I. ①微… II. ①千… ②曹… III. ①甜食—制作
IV. ①TS972.134

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 207588 号

策划编辑：杨庆川 曹亚芳 责任编辑：杨庆川 加工编辑：曹亚芳 封面设计：梁燕

书 作 者 出 版 发 行	名 者 行	微笑烘焙：送给家人的小幸福 【日】千叶贵子 著 曹惊喆等 译 中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路 1 号 D 座 100038) 网 址：www.waterpub.com.cn E-mail：mchannel@263.net (万水) sales@waterpub.com.cn
经 售	售	电 话：(010) 68367658 (发行部)、82562819 (万水) 北京科水图书销售中心 (零售) 电 话：(010) 88383994、63202643、68545874 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 印 规 版 次 印 数 定 价	版 刷 格 次 数 价	北京万水电子信息有限公司 北京市雅迪彩色印刷有限公司 210mm×260mm 16 开本 5.25 印张 128 千字 2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷 0001—8000 册 36.00 元

凡购买我社图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社发行部负责调换

版权所有·侵权必究



Contents

目录

前言	4
食材清单&器具列表	6
装饰的基本手法(糖霜)	8
装饰的基本手法(巧克力笔&奶油)	10



Part.1

经典可爱的甜品

微笑杯糕	13
动物杯糕	15
圣诞老人杯糕与闪电泡芙驯鹿	17
糖霜饼干	18
果酱夹心动物饼干	20
小狗杏仁饼干	21
狮子饼干	23
栗子红薯塔饼	24
洋梨微笑塔饼	27
小熊巧克力塔饼	28
微笑蛋卷	30
蜂蜜迷你蛋卷	32
动物手指蛋糕	33
青蛙大家族蛋糕	35
小狗巴伐利亚蛋糕	37
野猪亲子蛋糕	38
圣诞老人蛋糕	40
鳄鱼泡芙	43





Part.2

Q弹沁心的甜品

萌宠果冻	46
狸子巧克力奶冻	48
小猫咖啡果冻	49
海豹蜜豆冰淇淋	50
小熊焦糖布丁	51
海豚水羊羹	52
松鼠鲜奶冻	53
动物冰淇淋	55
不倒翁草莓冰淇淋	56
小鸡和公鸡刨冰	57
胡子老爹雪糕	58

Part.3

柔软的日式点心

动物豆沙包	62
天鹅日式点心	64
栗子味茶巾卷纹小鸟	65
日式动物馒头	66
动物鹿子饼	67
河童荞麦馒头	68
雪人百合根馒头	69

Part.4

俏皮的一口小点心

小狗棉花糖和小鸡棉花糖	72
雪人马卡龙	74
野猪仔迷你玛德琳	76
巧克力猫头鹰	77
橡果达克瓦兹	78

Column

专栏（特制饮料）

特制卡布奇诺	44
微笑冰沙	60
棉花糖热饮	70

本书的计算方法

◎ 计量单位 1杯=200ml

1大勺=15ml 1小勺=5ml。

◎ 关于微波炉加热，均以500W为基准。

使用的微波炉不同，会产生稍微的差异。

请大家根据自己家的微波炉自行调节。





微笑烘焙：
送给家人的小幸福

"Draw Your Own Picture" Sweets

〔日〕千叶贵子 著 曹惊喆等 译



Contents

目录

前言	4
食材清单&器具列表	6
装饰的基本手法(糖霜)	8
装饰的基本手法(巧克力笔&奶油)	10



Part.1

经典可爱的甜品

微笑杯糕	13
动物杯糕	15
圣诞老人杯糕与闪电泡芙驯鹿	17
糖霜饼干	18
果酱夹心动物饼干	20
小狗杏仁饼干	21
狮子饼干	23
栗子红薯塔饼	24
洋梨微笑塔饼	27
小熊巧克力塔饼	28
微笑蛋卷	30
蜂蜜迷你蛋卷	32
动物手指蛋糕	33
青蛙大家族蛋糕	35
小狗巴伐利亚蛋糕	37
野猪亲子蛋糕	38
圣诞老人蛋糕	40
鳄鱼泡芙	43





Part.2

Q弹沁心的甜品

萌宠果冻	46
狸子巧克力奶冻	48
小猫咖啡果冻	49
海豹蜜豆冰淇淋	50
小熊焦糖布丁	51
海豚水羊羹	52
松鼠鲜奶冻	53
动物冰淇淋	55
不倒翁草莓冰淇淋	56
小鸡和公鸡刨冰	57
胡子老爹雪糕	58

Part.3

柔软的日式点心

动物豆沙包	62
天鹅日式点心	64
栗子味茶巾卷纹小鸟	65
日式动物馒头	66
动物鹿子饼	67
河童荞麦馒头	68
雪人百合根馒头	69

Part.4

俏皮的一口小点心

小狗棉花糖和小鸡棉花糖	72
雪人马卡龙	74
野猪仔迷你玛德琳	76
巧克力猫头鹰	77
橡果达克瓦兹	78

Column

专栏（特制饮料）

特制卡布奇诺	44
微笑冰沙	60
棉花糖热饮	70

本书的计算方法

◎ 计量单位 1杯=200ml

1大勺=15ml 1小勺=5ml。

◎ 关于微波炉加热，均以500W为基准。

使用的微波炉不同，会产生稍微的差异。

请大家根据自己家的微波炉自行调节。





前言

最开始创作微笑甜品系列，是因为有人找我拍摄明信片的照片。每次在街角看到自己的作品时，总会小小地激动一把，感激之情油然而生。现在，微笑甜品系列全部集合在一起，以供大家阅览。其实我一直梦想出一本属于我自己的料理书。能够实现自己的梦想，真的很开心。

我的微笑甜品也可以叫做“治愈系甜品”。希望每一位看到它们的人都会有柔和平静的感觉。虽然配方看起来有点长，但做起来格外简单。我收集了大量既可爱又好吃、还能让你嘴角上扬的甜品，无论你是大人，还是小孩，肯定会喜欢。

如果这本书能让你看着快乐、做起来开心、吃起来美味，那真是我的荣幸。

千叶贵子



食 材 清 单

面粉 & 糖



本书中使用的面粉主要是『低筋粉』。它的粘度不太强，被广泛应用在海绵蛋糕或者曲奇饼干等整个糕点制作过程中。使用在热香松饼粉或者蒸蛋糕混合粉各种糕点中，用起来很方便。无论选择哪一种，请使用没有受潮的新鲜面粉。在糕点中主要使用的是幼砂糖，如果没有的话，也可以用上白糖代替。

奶制品



一般做蛋糕最基本使用的是『无盐黄油』。实在没有的话，可以使用普通黄油代替。黄油能够散发出浓厚的香味，对食物的口感也有一定的影响，所以请使用新鲜的黄油。纯动物奶油味道会很好，而且入口即化，但是容易出现分离的现象；相反，植物性奶油风味口感虽不如动物奶油好，但是稳定、不易分离。酸奶请选择无糖的原味型。

坚果类



椰子一般使用椰壳内侧的白色纤维部分，通称『椰蓉』；也有做成丝状的，通称『椰丝』。杏仁粉是将杏仁粉碎过筛所得，能使糕点更加香浓，味道更加有层次感。杏仁的油脂很容易氧化，开封后请尽早使用。栗子酱可以混合奶油使用，也可以混合过筛后的红薯做蒙布朗使用。

巧克力 & 可可粉



巧克力，推荐使用『糕点专用巧克力』，它跟一般的巧克力相比，可可脂的纯度会更高。『可可粉』是没有加砂糖的，100%的纯可可。巧克力笔，各种颜色的都有，请先隔水加热使巧克力融化后再使用。推荐使用冷却后能马上凝固的巧克力。那样，即使失败了，也能使用竹签来修复。

香料的食材



洋酒多用于给甜品添加香味。樱桃白兰地叫『Kirsch』、橙味甜酒叫『Grand Marnier』，也可根据自己的喜好选择娇酒。香草荚是一种兰科的植物，一般是去除香草精内部黑色的种子来使用。由于香草精造价很高，可以使用香草油来代替。

凝固食材



粉状琼脂是一边煮一边融化的，不需要像棒状琼脂和线状琼脂那样，先于水中软化再融化，使用起来很方便。动物明胶也分两种，一种是操作简单的粉状明胶。无论使用哪种，放入水中都会吸水变为常态，与琼脂不同，需要在高温的水中融化，且凝固强度不大。请一定区分。

器具列表

打蛋器



打蛋器主要是用来混合面糊或打发蛋清的。请尽量选择不锈钢制的打蛋器。打蛋器有大有小，使用会很方便。若使用电动打蛋器，在制作海绵蛋糕时打发蛋清、打发奶油都很方便，也会使蛋糕的制作一下子变得轻松愉快。

称量器具 & 筛网



电子秤、量杯和量勺是做蛋糕时的必需品。请尽量买最小单位为0.1g的电子秤。在称量粉状琼脂或者吉利丁时，因为需求的量很少，使用最小单位为0.1g的电子秤，能够较为准确地称量，减小误差。茶筛和多功能筛网也请选择不锈钢、坚实的制品。

刮刀类 & 方便的器具



硅胶刮刀是混合食材或者舀取面糊非常方便的道具。推荐购买耐热性高、刀柄和头部为一体型、没有连接间隙的刮刀（无间隙的刮刀不容易积累脏东西，且易清洗，比较卫生）。蛋糕架是在蛋糕烤好后，冷却蛋糕胚用的。能使蛋糕胚快速冷却且不积累湿气。擀面杖是擀饼干和塔饼面糊的必需品。刮板可用来将面糊刮平整，或分切面胚。

模具 & 裱花袋



形状各异的蛋糕，只是看也会很开心。重点要说的是柠檬蛋糕模，在本书中它将会经常出现。无论是烤制蛋糕还是制作果冻，都会用到它。使用完后请用清水将它们洗干净，擦干收好。裱花时使用的圆形裱花嘴的口径分为6mm、10mm、15mm三种。星形裱花嘴只要有一大一小就足够了。

其他方便使用的器具



毛刷可以用来刷掉多余的粉状物，也可以用来涂果酱。想要认真学习做蛋糕，就必须学会使用温度计。温度计的最高测量温度达到200℃时，就可以在制作大部分蛋糕时使用了。为了防止蛋糕或者饼干黏在烤盘或者盘子上，会用到烤纸或者饼干油纸，在裱花时也能用油纸做成圆锥形纸袋使用。竹签和小剪刀在一些细微的地方能起到很重要的作用。



装饰的基本手法

1 糖霜

糖霜可以涂在饼干或者杯糕的表面
也可以画出细细的线条和各种花纹

● 糖霜的制作方法

食材 (方便做的份量)

糖粉.....225~250g
蛋清.....1个鸡蛋足够



① 将过筛后的糖粉放入不锈钢盆中，中间挖个坑，倒入蛋清和少量柠檬汁。柠檬汁可以使蛋清快速变干。

>>>



② 使用木制刮刀或者叉子搅拌，直到面糊表面有光泽产生。这个时候，搅拌的幅度不要太大，否则容易混入过多空气，从而使面糊变脆，晾干后容易凹凸不平、画线条时线条容易断裂等问题。

>>>



③ 做好的糖霜请放入密封性较好的容器内，铺上一层打湿后拧干的厨房纸，将容器的盖子盖上。可以放入冰箱冷藏，保存一星期左右。使用时，取需要的量于小盆内，用勺子搅拌，直至表面出现光泽。糖霜的软硬可以使用糖粉或者清水来调节。

● 画点和线需要的硬度



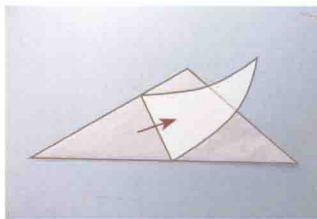
画线和描边时的硬度，可以使用勺子舀一勺，向下倾倒时，呈线条缓慢下落的样子最佳。太软的话，画出的线条会像胡萝卜一样上粗下细。硬度可以使用糖粉和清水来调节。

● 涂面时需要的硬度



涂面时需要使用糖霜。因为需要面上平坦，所以需要使用较软的糖霜。用勺子舀一勺糖霜，向下倾倒，落下后，线条慢慢消失，与其他糖霜融为一体的硬度为佳。糖霜过硬的话，晾干后线条的痕迹会留在表面，不平整，影响美观。

请注意，糖霜太过柔软的话，会容易溢出表面，饼干也会因吸收糖霜的水分而受潮影响口感。



① 圆锥形纸袋的制作材料是饼干油纸（烤纸），或者包裹花束时使用的opp透明塑料纸，或者牛皮纸。先剪成长方形，对角线对折后用小刀切开。纸袋的大小可以根据需求而改变。

>>>



② 直角的部分对着正上方。如图所示，以直角的延长线为起点，抓住30度角的边，从左侧向内卷起一圈，再将右侧边也卷过来包住。

>>>



③ 移动纸张重叠在一起的地方，直到裱花口处的口子完全闭合，圆锥纸袋上部凸起的角可向内侧折叠，以扣紧纸袋。

>>>



④ 使用抹刀将糖霜盛入纸袋内。

>>>



⑤ 如图所示，将糖霜推向纸袋里端，将盛入口的左右两端向上折叠。



⑥ 再向内卷2~3次，使糖霜不会倒流出来。裱花口用剪刀剪个合适的大小即可。

圆锥形纸袋的制作和使用

给你的糖霜着色



① 糖霜的着色剂可分为粉末状色素和面糊状的面霜专用色素。粉末状色素溶于极少量的水中即可使用。从植物中提取的天然色素，对身体无害，可以安心使用。

>>>



② 给糖霜上色时，用牙签的头部取已溶于水的色素一点点加入到糖霜中混合着色。对于面糊状色素也是如此。使用粉末色素时，如果不溶于水而直接加入到糖霜中，会造成着色不均匀，所以请一定将粉末溶于水后再使用。

>>>



③ 颜色调好后，还要不时地搅拌糖霜。色素要一点点加入，以调出自己喜欢的颜色，不要一次性加入着色。请注意糖霜晾干后颜色会比刚着色时浓。

画法



① 画线的诀窍是，笔尖不太低，稍稍抬起，使线条自然下垂。糖霜的最好状态是在画线的时候不断裂。

>>>



② 描点时要把纸袋垂直竖起。挤压力度和剪口的大小请自行调节。

>>>



③ 涂面可使用勺子或笔。成功的诀窍在于糖霜的硬度。多试几次就熟练了。

2 巧克力笔

使用巧克力笔可以快速简单地画出喜欢的图案，还可以写字，非常方便。



巧克力笔也分为可凝固型和不可凝固型两种，推荐使用可凝固型的巧克力笔。这样，即使失败的话，将作品放入冷冻箱内凝固，用竹签可取出失败的地方，重新来过。

着色巧克力（我的厨房）

植物提取的天然色素着色的巧克力笔。

● 使用方法



将巧克力笔放入有耐热性的杯子中，将杯子放入40~50℃的热水中融化。没有习惯如何测量温度的话，可以使用温度计测量温度。巧克力笔如果是未使用品，请将出口朝下融化。



轻轻挤压一下巧克力笔的腹部，检查巧克力是否完全融化。完全融化后，可剪开开口使用。



可以先尝试在保鲜膜上画，以降低失败率。



如果巧克力笔书写不顺畅的话，可将巧克力笔放回杯内，取出一些冷掉的热热水，再加入些许热水，以求达到所需温度融化巧克力。请注意，如果巧克力笔掉入水中的话，巧克力会因遇水而无法再使用。

● 画法



描点。用剪刀剪掉巧克力笔的前端部分使用，力度和剪口的大小请自行调节。



画线条的诀窍是：笔尖不太低，稍稍抬起，使线条自然下垂。



画动物的耳朵等小零件时，可将烤盘反过来，将保鲜膜紧贴在盘底上，将小零件挤在保鲜膜上即可。

冷却凝固后从保鲜膜上取下即可。

3 奶油

食材 (成品约100g)

奶油.....100ml
砂糖.....1大勺



① 将奶油倒入不锈钢盆中，再加入砂糖，在不锈钢盆下再加一个盆，放入冰和水，开始打发奶油。

>>>



② 打发奶油，直至凝结到有立体的角为止。将裱花袋和裱花嘴组合好，装入奶油。

>>>



③ 将裱花袋的装入口打转锁紧，奶油挤到裱花口处即可。

Part. 1

经典可爱的甜品

Cute Traditional Sweets



说到经典的甜品，就会想到各色烘烤点心，黄油芬香十足，味道温暖素朴，不加任何修饰也会勾起人的食欲，使用奶油、糖霜和水果来装扮一番，让它们变得色彩缤纷，使你不禁跃跃欲试，心跳加速。生日派对、纪念日，还有那些特别的日子里，不如尝试着做一款可爱的蛋糕吧。

