



盛益文化

近**700**个超详尽步骤图
从基础到进阶的
西点秘笈
史上最强蛋糕学习书



曾美子◎著

曾美子的 黄金比例蛋糕



辽宁科学技术出版社

曾美子的
黄金比例蛋糕

上架建议：西点烘焙

ISBN 978-7-5381-5718-5



9 787538 157185 >

定价：45.00元



© 2008, 简体中文版版权归辽宁科学技术出版社所有

本书中文简体版于2008年经中国台湾朱雀文化实业有限公司整合行销安排授权由辽宁科学技术出版社出版。著作权合同登记号: 06-2008第321号

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

曾美子的黄金比例蛋糕 / 曾美子著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社,
2009.1

ISBN 978-7-5381-5718-5

I. 曾… II. 曾… III. 糕点—制作 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第001218号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 北京地大彩印厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 185mm×260mm

印 张: 8.5

字 数: 130千字

出版时间: 2009年1月第1版

印刷时间: 2009年1月第1次印刷

策 划: 盛益文化

责任编辑: 卞小宁

装帧设计: 北京水长流文化发展有限公司

责任校对: 李淑敏

书 号: ISBN 978-7-5381-5718-5

定 价: 45.00元

联 系 电 话: 024-23284376

邮购咨询电话: 024-23284502

E-mail: lkzsb@mail.lnpgc.com.cn

http: //www.lnkj.com.cn

http: //www.lssybook.com.cn

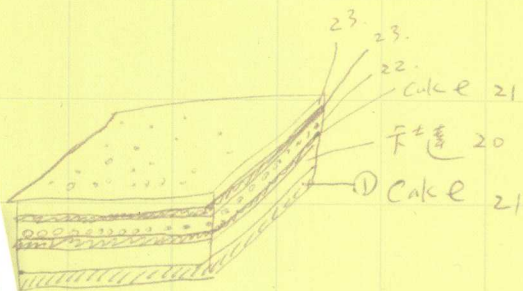


曾美子◎著

曾美子的 黄金比例蛋糕

辽宁科学技术出版社

· 沈 阳 ·



序

享受黄金比例蛋糕的美味

无论是面包、蛋糕或点心等各种美食，中国人对其一直有种莫名的喜爱和制作热情，我亦情有独衷，为此，我踏上日本深造之旅，经过6年的研修深感美“食”是一项综合艺术，可谓博大精深。美食必须与文化、艺术相结合，才能表现出它独特的魅力。

如果说品尝美食是满足味觉，那么制作出一款具有内涵的美食作品则是一种心灵的享受。回到台湾后，我在1998年成立了“巧思厨艺”教室，推广“HOMEMADE”天然无添加物、自然风味的蛋糕、面包、西点等。在巧思厨艺教室里，除了推广产品的天然风味、系统的教学模式外，更为重要的是培养大家良好正确的“食”。同时让大家在烘焙蛋糕、面包的过程中增添无限的幸福与快乐！

《曾美子的黄金比例蛋糕》一书教给大家如何做好各式蛋糕，是我在研究各国食谱、亲自操作，然后根据各地区丰富的物产和本地区对吃的习惯、偏好后，一再改良材料、配方比例实验而来的。这些食谱大多制作简单，不仅适合一般人在家闲暇时制作，同时也适合有心创业者参考，可说是本人人都可参考使用的书。为了使读者在最短的时间内学会操作，因此，在书中加上了非常详细的步骤图，只要一步一步地照着做，相信您一定能成功。

诚恳希望凭借这本《曾美子的黄金比例蛋糕》的出版，期待与爱好烘焙的人、辛苦的妈妈共同设计、推广美食于各个角落，更希望大家能参考本书制作出美味蛋糕后，都能成为好友、亲人眼中的天才烘焙师，除享受美味，更能增加生活情趣，这就是我最大的满足了。

曾美子

曾美子老师和陈宗老师



如何使用本书

翻阅了各道美味的蛋糕图片，你是不是马上就想开始做做看？制作本书中的蛋糕前，必须知道如何使用这本书，以及一些烘焙新手要注意的事项。

★新手们可别小看这些基本技巧！

千万别小看这些打蛋白、打奶油霜、融化吉利丁片等小步骤，这些可是关系着你的蛋糕是否能成功的大关键，一点马虎不得。所以特别建议新手们先多花点时间练习，基础稳固，成品才能美味好吃！制作前，先翻开P16看看，或者参照本书的附赠光碟的单元二制作蛋糕的基础部分！

★不可任意改变食谱的配方量！

这是一般烘焙新手最容易犯的错误，烘焙蛋糕、点心不像制作普通中餐，可自己稍微增减配方量，因为任意更改、删减配方量，可能导致材料间无法产生该有的变化。如果准备的材料临时不够，切勿等比例缩放，应该咨询有经验的烘焙者。

★先准备好材料和准备动作！

想制作某一个蛋糕前，必须先将需要的材料准备好，除了将必要的材料都先称好准确的用量，当然也包括了一些准备动作，像奶油回室温软化、粉类过筛等动作，我在每个食谱中，都将这些预备动作写出，可参照“准备”一项。

★注意制作蛋糕的程序！

刚开始学习烘焙蛋糕的人，在制作过程中难免手忙脚乱，往往不知道这个动作后该做些什么事。因此，我在每个食谱中，特别标注了一个流程图，读者不妨参考制作，像P85的白巧克力蛋糕程序图：

◎制作蛋糕体→进烤箱烘焙→蛋糕切成2片→装饰
→制作酒糖液、白巧克力鲜奶油

是指先制作蛋糕面糊，然后进烤箱烘焙，在进烤箱烘焙到出炉做整形前，可利用这一段时间制作好酒糖液和白巧克力鲜奶油，这才不浪费时间。

★将别人的经验转化成助力！

在我的教学生涯中，发现学生们都会犯一些相同的错误，为了避免读者重复失败，我特别在做法图片中，将一些易出错的重点以较大的字体呈现，希望读者多加留意，另外，还有小叮咛部分，也是操作时要特别注意之处，读者可在制作前详细阅读。

★留意烤箱的预热！

由于每个人家中烤箱的设计、功能不尽相同，所以我在本书烤箱预热的部分，并没有写出固定的时间。烤箱预热的目的，是在烘焙时更加容易达到所要的效果，假如食谱中写的是烘焙20分钟，如果未经预热就直接烘焙，可能会发生烤箱在第5分钟时才达到应有的热度，那真正烘焙的时间只剩15分钟，成品就可能会失败。所以，建议你在进烤箱烘焙的前10分钟，以成品要求的烘焙温度先预热，然后才可进烤箱烘焙，如果发生一些问题不能马上烘焙，那预热的动作必须再来一次，务必使真正进烤箱烘焙时，烤箱已达到工作温度，这点相当重要！





目录 Contents

阅读本书食谱前

1. 本书中食材的量5毫升或5克=1小匙，2.5毫升或2.5克=1/2小匙，15 毫升或15克=1大匙。
2. 所有粉类在使用前必须先过筛。
3. 每道食谱制作过程步骤图中，将重要步骤的字体放大，加重提示。另有“POINT”小单元，表示为该道点心中最重要、易失败的步骤，制作时务必特别注意。
4. 制作蛋糕之前，建议先翻阅P3“如何使用本书”以及“Part1 制作蛋糕先看这里！”。
5. 本书材料中的奶油若无特别注明，则为“无盐奶油”，鲜奶油为“动物性鲜奶油”。
6. 为求视觉上的美观，本书步骤拍摄使用玻璃盆，为使读者易于操作，建议以钢盆操作较佳。
7. 为求视觉上的美观，食谱照片中食物量可能稍多，读者制作时仍以食谱中写的材料量为主。

序 享受黄金比例蛋糕的美味 2

如何使用本书 3

Part1 制作蛋糕先看这里！ 7

认识常用工具 8

认识常用材料 11

学会制作蛋糕的基础 16

Part2 马上学会做简单美味蛋糕 25

奶油小蛋糕 26

橙子蛋糕 28

英式酒渍水果蛋糕 30

芒果干酪蛋糕 32

焦糖水果奶油蛋糕 34

苹果马芬 36

樱桃乡村蛋糕 38

意大利杏仁奶油蛋糕 40

苹果蛋糕 42

红茶橙香戚风蛋糕 45

咖啡酸奶核桃蛋糕 48

枢机卿蛋糕 50

提拉米苏 52

德国乳酪蛋糕 54

半圆形冷乳酪蛋糕 56

松露巧克力蛋糕 58

胡萝卜杂粮四方蛋糕 60

菠萝胡桃蛋糕 63

马卡龙慕斯 65

白酒慕斯蛋糕 68

Part3 多加练习做蛋糕不失败 71

玛德蕾尼 73

大理石咕咕洛夫奶油蛋糕 77

巧克力布朗尼 81

白巧克力蛋糕 85

维多利亚女王蛋糕 89

牛奶巧克力慕斯 93

香橙卡士达 97

蜜桃慕斯 101

黑森林樱桃巧克力蛋糕 105

草莓修多蛋糕 109

哈密瓜修多蛋糕 113

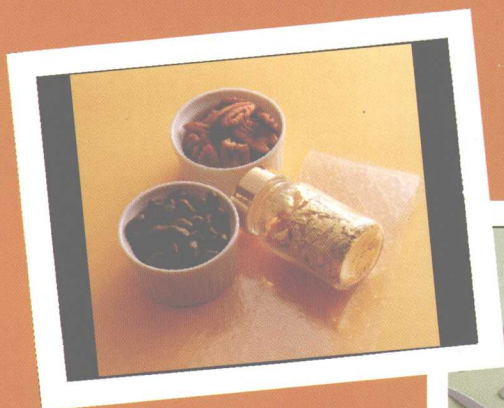
咖啡巧克力焦糖慕斯 117

马拉卡夫蛋糕 121

蛋糕卷慕斯 127

什锦菇咸派 133





Part 1

制作蛋糕 先看这里！

Tool

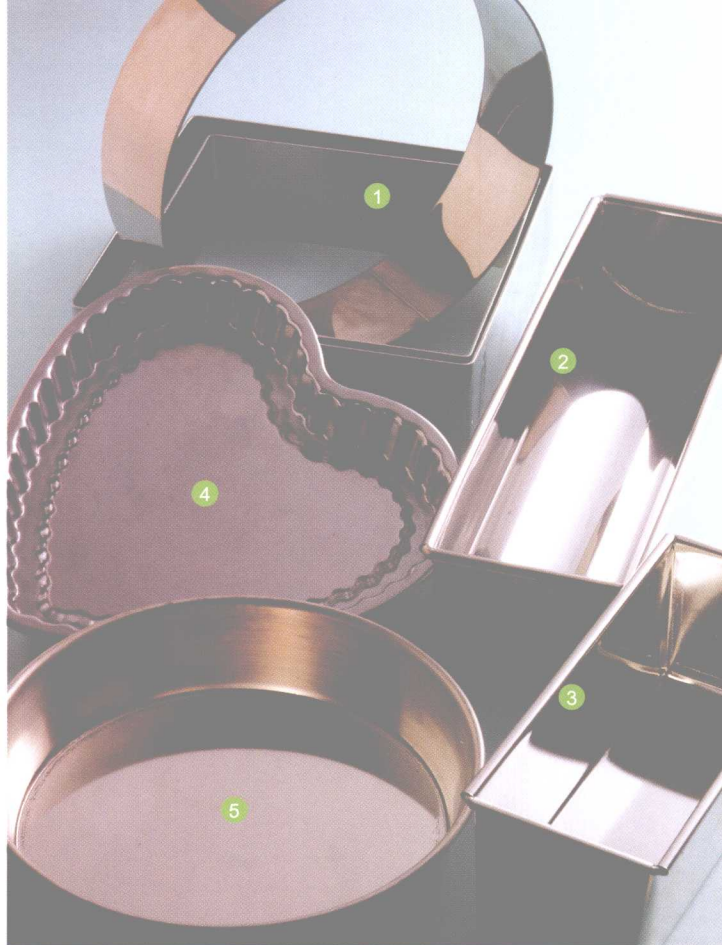
认识常用工具

以下为较常见的工具，制作点心蛋糕前，你可以先到炊具店购买这些用具！

模具类

对于初学者，建议可先从方形、圆形的模具买起，再针对不同的蛋糕选择专门的模具。模具还分为活动式和不动式，活动式可推起脱模。

- ① 方形、圆形慕斯模或蛋糕模：有各种尺寸。空心无底，方便脱模，小型模还可压面团做饼干。
- ② 半圆形慕斯模：可倒扣制作出半圆形慕斯。
- ③ 水果奶油蛋糕模：方形的蛋糕模，常用于磅蛋糕的制作。
- ④ 心形蛋糕模：可用来做爱心形状的蛋糕。
- ⑤ 满圆形模或芙兰模：多用于制作海绵蛋糕或布丁。
- ⑥ 圆形戚风模：圆形的戚风模。
- ⑦ 心形戚风模：爱心形的戚风模。
- ⑧ 咕咕洛夫模：是制作咕咕洛夫蛋糕（Kugelhopf）的专用模具。
- ⑨ 圆形模：别名海绵蛋糕模，是最常用的蛋糕模，有多种尺寸可选，8寸是最常用的基本款式。
- ⑩ 玛德蕾尼模：又叫贝壳模，是制作玛德蕾尼蛋糕（Madeleine）的专用模具，一次可烘烤多个。





计量·计时器类

量杯的规格有200毫升、240毫升、25毫升之分，材质也有塑料、不锈钢、玻璃等，多用来测量液体类材料。固体材料可用量匙、秤或更精细的电子秤来测量。烹饪用温度计可测量需加热的液体材料，有水银式、电子式的等。

- ① **弹簧秤**：较适合称量1~2千克的材料，有1千克的标示，适合在一般家庭使用。使用时要双手提起，才不会产生脱落现象。
- ② **各式量杯**：可测量液体材料。
- ③ **计时器**：帮助掌控准确的烹饪时间。
- ④ **200℃温度计**：最高可测至200℃。
- ⑤ **0~250℃温度计**：最高可测至250℃。
- ⑥ **1千克电子秤**：可精确称量材料，将容器放在秤上即可，可归0计量。液晶屏幕容易阅读。
- ⑦ **量匙**：用于测量少量的材料，一组多为4支，分为1大匙、1小匙、1/2小匙和1/4小匙。



搅拌器·搅拌匙·刮刀类

一般家庭中常见的搅拌器，有直立式金属网状和手持、台式电动搅拌器。

- ① **搅拌器**：球形，由16条不锈钢丝组成，最常见的直立式搅拌器。可用来打发蛋白、鲜奶油等。
- ② **小搅拌器**：多用于少量材料的拌和。
- ③ **刮刀**：硬刮刀的一种，可处理面团、搅拌面糊、慕斯等。
- ④ **齿状刮刀**：硬刮刀的一种，可画线条模样做装饰。
- ⑤ **小刮刀**：可取少量材料入容器内使用。
- ⑥ **耐热塑料刮刀**：以耐热材质制成，除可搅拌面糊，或拌匀干湿材料，还可以清理钢盆盆壁、盆底。
- ⑦ **塑料刮刀**：除可搅拌面糊，拌匀干湿材料，还可以清理钢盆盆壁、盆底。若使用的是圆形容器，可选择圆头的。



刀·抹刀·铲类

抹刀是帮助涂抹鲜奶油、果酱等材料的好工具，可依用途选择适合尺寸的抹刀。蛋糕铲主要用来移动切块的蛋糕，使蛋糕毫发无损地摆在器皿上。

- ①**蛋糕用切刀**：多在分切海绵蛋糕、塔和派时使用，其刀刃有细锯齿状，较适用于切糕点。
- ②**抹刀**：在蛋糕表面涂抹鲜奶油、果酱时使用，可轻松推平、整平或移取蛋糕。
- ③**戚风专用脱模刀**：为使戚风蛋糕顺利脱模而使用的专门刀具。
- ④**小抹刀**：小型抹刀，在小型蛋糕体涂抹、整形时使用，较为方便。
- ⑤**蛋糕铲**：将切好的蛋糕移至食用器皿时使用。
- ⑥**菊形塔脱模刀**：菊花塔模点心的专用脱模刀。
- ⑦**水果切刀**：用来切水果和其他较硬材料的刀。

网勺·容器类

使用粉类材料前，过筛是不可缺少的步骤，成品口感才会更佳。附刻度容器可以帮助你较准确称量材料的量。

- ①**锥形网勺**：不锈钢制品，锥子状，用来过滤液体，因为呈三角锥形，可使液体集中从锥底流出。
- ②**圆形网勺**：用来过筛面粉等粉类材料，使其更细致不结块，避免影响成品口感。
- ③**容器**：除塑料的以外，还有不锈钢等材质的，可单纯盛装材料或整体放在秤上称量。
- ④**附刻度容器**：塑料材质，因为附有刻度标示，可盛装液体或粉类材料。



其他 烘焙纸、挤花袋和挤花嘴等都是制作蛋糕点心的必备工具，认识它们的使用方法，让你的制作过程更加得心应手。

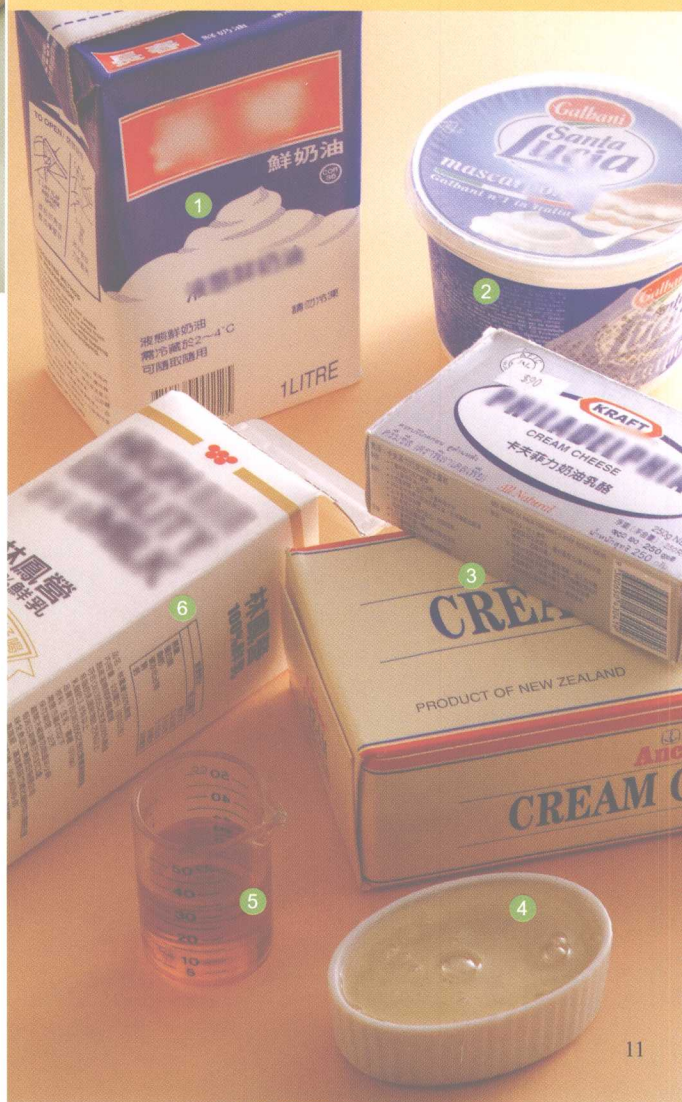
- ① **烘焙纸**：烘焙饼干、蛋糕时铺在烤盘上或模具中，使用一次即可丢弃，不需回收，相当方便。
- ② **玻璃纤维烘焙纸**：玻璃纤维材质的烘焙纸，使用完清洗干净还可重复使用，较经济实惠。
- ③ **挤花袋**：与挤花嘴组合后使用，用完清洗干净还可重复使用。
- ④ **圆口、菊口花嘴**：结合挤花袋使用，多用来填充鲜奶油、蛋白等液体材料。有不同大小和图形，搭配挤出不同图样做装饰。
- ⑤ **毛刷**：大小长短可依用途随意选择，刷去多余的手粉、拍打酒糖液、涂抹蛋液等材料时使用。
- ⑥ **图案纸**：商店出售的图样五花八门，专用在蛋糕表面的装饰，放在蛋糕表面撒糖粉或可可粉，小心取下图案纸后蛋糕上就会出现各种图案。

认识常用材料

制作蛋糕点心的材料相当多，以下告诉你本书中将会使用到的大部分材料，认识材料并买对材料，是成功做美味点心的第一步。

奶制品·液体糖类

- ① **植物性鲜奶油**：又称人造鲜奶油，主要是将棕榈油、玉米糖浆和其他添加物打发，已加入甜味。
- ② **马斯卡彭乳酪**：Mascarpone Cheese，因是制作意大利国宝甜点提拉米苏的原料而闻名。呈发泡的奶油状，口感清淡，还可做冰激凌等点心、做蘸酱、抹酱。
- ③ **奶油乳酪**：是柔软的固体状新鲜乳酪，含相当高的脂肪，可做甜点。
- ④ **水麦芽**：透明黏稠状的糖液，使用时手必须先沾水保持湿润，再取出使用。
- ⑤ **蜂蜜**：甜味材料，颜色较深的天然糖，因比一般糖更容易使糖呈金黄色，使用时要注意避免颜色过于焦黑。
- ⑥ **牛奶**：牛奶依含脂量而有全脂、低脂和无脂之分，一般制作甜点建议使用全脂牛奶，成品香气更为浓郁。





- ①**玉米粉**：一种白色的淀粉，具有凝胶作用，除可用来做塔、派的馅料，还可在制作蛋糕时加入，可使蛋糕成品更松软。
- ②**防潮糖粉**：是将白砂糖磨细，再加入玉米淀粉以防止潮湿结粒的细白粉，多用在蛋糕表面的装饰上，使用前要先过筛，才不会因结粒而使用过量。
- ③**海藻糖**：白色结晶形状，甜度是一般砂糖的40%~45%，甜度较低不腻口，价钱较一般砂糖贵。
- ④**红糖**：就是黄糖，是以白砂糖加入深褐色的糖蜜所制成的，有些许焦糖色泽和香味。
- ⑤**肉桂粉**：又称玉桂粉，通常撒在点心表面做装饰或增加香气。
- ⑥**天然盐**：岩盐或海盐，非人工精制盐。
- ⑦**茶叶**：一般干燥了的茶叶，味道清香，可用来变化点心的口味。

粉·糖类

- ⑧**泡打粉**：膨大剂的一种，白色细粉末状物，具有使面团、面皮膨胀的能力。过期的泡打粉膨胀性不佳，需注意其有效期限。
- ⑨**可可粉**：制作巧克力时产生的副产品，为深咖啡色粉末状，加入后能使点心带有巧克力风味。
- ⑩**细砂糖**：白色，用途最广的糖类，依颗粒粗细可分成细砂糖和更细的特级细砂糖，颗粒粗细也会影响到搅拌是否有效溶解。
- ⑪**咖啡粉**：速溶咖啡粉，加入少许温水可调成咖啡液。加入点心材料中，可闻到咖啡味。
- ⑫**高筋面粉**：含较高的面质，筋性较高，又称为面包面粉，主要是用来做面包，也可用来做手粉。
- ⑬**中筋面粉**：混合了软质和硬质的小麦研磨粉制成，这种面粉用途广泛，适合做各式西点和中式面点。
- ⑭**低筋面粉**：含较低的蛋白质，筋性较低，主要用来做饼干或蛋糕。
- ⑮**杏仁粉**：将杏仁果研磨成细粒粉末，带有特殊的杏仁果香味，多用在塔派的馅料或与其他粉类混合使用。



- 1 **咖啡香甜酒**：酒中带有甜味，多用于制作甜点或与其他酒、饮料搭配成新饮品。
- 2 **白兰地**：白色液体状，是用途最广泛的酒之一，可用来增添蛋糕、点心的风味，或用来去除腥味。
- 3 **香草精**：分为天然、人工制品两种，咖啡色浓缩液体状，建议使用天然的产品。
- 4 **红酒**：用途最广泛的酒之一，以葡萄为主要原料，可加入面糊中添加红酒的香气。
- 5 **橙酒**：也有人译为康图酒（Cointreau），是利用橙皮泡在酒中制成，酒中带有橙皮味，可用于点心制作。
- 6 **兰姆酒**：也有人译为莱姆酒（Rum），可增加香气和去除腥味，用来做甜点的兰姆酒颜色最深。

酒 · 其他液体类

- 7 **梅酒**：以梅子酿制的酒，酒中带有梅子味，可增添点心的美味。
- 8 **樱桃酒**：以新鲜樱桃酿制的酒，酒中带有樱桃味，可增添点心的美味。
- 9 **椰奶**：新鲜的椰浆，白色稍带油脂，搭配制作甜点可使成品带有清新的口味。
- 10 **水蜜桃酒**：以新鲜水蜜桃酿制的酒，酒中带有水蜜桃味，可增添点心的美味。



核果 · 巧克力 · 其他



1 巧克力碎片：将巧克力砖切成碎片状，隔水加热融化后可制成巧克力甘那许，或者装饰在蛋糕表面。

2 巧克力：钱币巧克力，已经调过温的巧克力，常见的烘焙材料，可加入制作点心馅或加入面糊调味。

3 核桃：富含油脂，切成小块可放入面糊或面团制作面包、牛轧糖等点心，或者切碎用做蛋糕表面的装饰。

4 杏仁果：富含油脂，可加入面糊或面团中，烘焙后散发出香味，用做蛋糕表面的装饰。买时要选择新鲜产品。

5 杏仁片：杏仁果切成细片，可加入面糊或面团中，或烘焙后散发出香味，用做蛋糕表面的装饰。