



品味健康生活 22

# 新手 成功烘焙DIY

沈鸿典◎著



辽宁科学技术出版社

· 沈 阳 ·



# CONTENTS



## 基础通用篇

|                 |    |
|-----------------|----|
| 器具介绍 .....      | 5  |
| 材料介绍 .....      | 8  |
| 注意事项&制作须知 ..... | 10 |
| 简易挤花袋 .....     | 10 |
| 铁盘纸的裁法 .....    | 11 |
| 发泡鲜奶油 .....     | 11 |
| 发泡奶油 .....      | 12 |
| 蛋白加糖的发泡程度 ..... | 12 |
| 全蛋加糖的发泡程度 ..... | 12 |

## 蛋糕：分蛋类

|              |    |
|--------------|----|
| 基本戚风蛋糕 ..... | 13 |
| 纯巧克力蛋糕 ..... | 14 |
| 尔士蛋糕 .....   | 16 |
| 白雪蛋糕 .....   | 18 |
| 沙哈蛋糕 .....   | 20 |
| 双色贵妃 .....   | 22 |
| 甜筒 .....     | 24 |
| 虎皮蛋糕 .....   | 25 |
| 黄金蛋糕 .....   | 26 |
| 核桃奶油卷 .....  | 28 |
| 三色蛋糕 .....   | 30 |

## 蛋糕：全蛋类

|              |    |
|--------------|----|
| 小可爱 .....    | 31 |
| 千层蛋糕 .....   | 32 |
| 金字塔 .....    | 34 |
| 元宝 .....     | 36 |
| 馅料：克林姆 ..... | 37 |
| 枣泥核桃糕 .....  | 38 |
| 雪芬蛋糕 .....   | 40 |



|               |    |
|---------------|----|
| 柠檬玉米 .....    | 42 |
| 柠檬蛋糕 .....    | 44 |
| 克林夹 .....     | 46 |
| 柠檬炸弹 .....    | 47 |
| 毛巾蛋糕 .....    | 48 |
| 蒙格蛋糕 .....    | 50 |
| 瑞士蛋糕 .....    | 52 |
| 巧克力酥皮蛋糕 ..... | 53 |

## 蛋糕：乳酪蛋糕类

|              |    |
|--------------|----|
| 轻乳酪蛋糕 .....  | 54 |
| 重乳酪蛋糕 .....  | 56 |
| 双色芝士蛋糕 ..... | 57 |
| 咸芝士蛋糕 .....  | 58 |

## 蛋糕：重奶油蛋糕类

|               |    |
|---------------|----|
| 水果蛋糕 .....    | 60 |
| 海苔蛋糕 .....    | 61 |
| 核桃多尼乐蛋糕 ..... | 62 |
| 富雪巧克力蛋糕 ..... | 64 |





## 蛋糕：SP蛋糕类

|         |    |
|---------|----|
| 蜂蜜蛋糕    | 66 |
| 起酥蛋糕    | 67 |
| 小帅哥     | 70 |
| 狮皮大理石蛋糕 | 72 |
| 金丸子     | 74 |

## 饼干类

|        |    |
|--------|----|
| 巧克力杏仁饼 | 76 |
| 核桃饼干   | 77 |
| 3个3个饼干 | 78 |
| 桃酥     | 79 |
| 杏仁瓦片   | 80 |
| 椰子球    | 81 |
| S杏仁酥   | 82 |
| 芝麻饼    | 83 |
| 海苔饼    | 84 |
| 脆杏仁酥   | 85 |



## 派、塔类

|         |     |
|---------|-----|
| 基本双皮：派皮 | 86  |
| 蓝莓派     | 87  |
| 苹果派     | 87  |
| 海鲜派     | 88  |
| 黑胡椒鸡肉派  | 89  |
| 基本酥皮    | 90  |
| 大理石乳酪   | 91  |
| 酥皮黑樱桃派  | 92  |
| 红樱桃乳酪派  | 93  |
| 基本单皮：派皮 | 94  |
| 草莓派     | 95  |
| 柠檬派     | 96  |
| 巧克力派    | 98  |
| 葡式咸蛋塔   | 99  |
| 葡式蛋塔    | 100 |
| 水果塔     | 102 |
| 菠萝泡芙    | 104 |

## 装饰类

|              |     |
|--------------|-----|
| 基本发泡鲜奶油蛋糕装饰法 | 106 |
| 比基尼蛋糕        | 106 |
| 熊猫蛋糕         | 108 |
| 烟斗爸爸         | 110 |
| 心形蛋糕         | 111 |
| 姜饼屋          | 112 |
| 宴客巧克力        | 114 |
| 鲜奶油花饰的制作     | 116 |
| 装饰巧克力片的制作    | 118 |

## 布丁、慕斯类

|          |     |
|----------|-----|
| 熟布丁      | 120 |
| 烤熟布丁     | 122 |
| 馅料：焦糖果冻水 | 123 |
| 布丁蛋糕     | 124 |
| 慕斯果冻布丁杯  | 126 |
| 乳酪慕斯     | 127 |
| 乳酪慕斯     | 128 |
| 草莓慕斯     | 130 |
| 青苹果慕斯    | 132 |
| 芒果慕斯     | 134 |
| 巧克力慕斯    | 136 |
| 蓝莓慕斯     | 138 |



## 冰激凌类

|        |     |
|--------|-----|
| 草莓冰激凌  | 140 |
| 菠萝冰激凌  | 142 |
| 蓝莓冰激凌  | 143 |
| 巧克力冰激凌 | 143 |

## 〈作者简介〉

# 沈 鸿 典

### ● 经历

1981年入行

1992年参加台湾地区花式蛋糕观摩赛

1992年赴日本洋果子联合会观摩

1993年11月至1994年2月赴大陆

上海钻石饼家担任技术顾问

### ● 现任

民生社区发展协会烘焙讲师

台北市立南港高中点心社烘焙讲师

台北市议会烘焙部讲师

### ● 著作

创意蛋糕装饰（中英对照）

新手成功烘焙DIY

中式点心DIY

五星级精致西点蛋糕



---

## 〈作者序〉 温馨的DIY烘焙时光

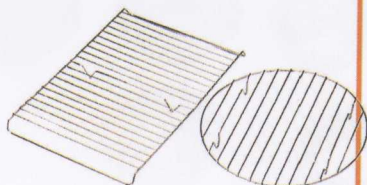
许多爱好西点的朋友在品尝了从饼屋里买的过于甜腻且价格昂贵的食品后，往往会忍不住想：如果我会作西点，那该有多好！可惜图书市场上食谱书籍虽多，内容不是选材不易，就是说明太过简略，使大家兴冲冲地开始操作，却莫名其妙地失败收场……但是，套一句流行的话：事情“真的有那么严重吗？”

从事烘焙教学多年，我不仅了解学员操作时容易失败的原因，更知道如何面对初学者的疑问，即使已详细说明材料、做法、烤温，仍会因人、环境、室温不同、器材不齐、烤箱性能各异致使成品有所差异，因此，最重要的还是要多练习，调出最适当的状态，方可做出令人垂涎欲滴的作品。

利用双休日、晴朗之日不妨出外踏青，风风雨雨的时候也能有有趣的事做。看吧，我那五岁的小女儿是妻子做西点的小帮手（专门拿蛋），爱吃软绵绵蛋糕的岳母是大帮手（专门清洗器具），而游走客厅厨房、晃来晃去、频频问好了没的岳父，则早已沏了壶浓浓的老人茶、和孙女们排排坐，等着享用午茶点心……这样一幅温馨的画面，正是我家常常出现的情景，也是全家情感交融的时光——我很珍惜这样的一刻，也愿与你们分享全家一起动手作西点的快乐！

# 器具介绍

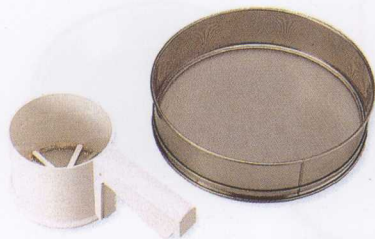
↓→电子秤、秤：用以准确称量所需材料的重量。



↑铁架：用于蛋糕出炉倒置散热用。



↑大小钢盆：用来搅拌面糊或盛装材料用。



↑筛子：用来过筛面粉或过滤细小颗粒用。

→台式电动搅拌机、打蛋器：用来制作西点蛋糕不可或缺的工具，为搅拌材料或打蛋时的省时省力的工具。



↑分蛋器：用以分开蛋白与蛋黄的作用。



↑塑料刮板：用来切割面团或抹平面糊用。



↑耐热手套：用来保护双手，于烘焙过程中用。

↑耐热烤盘布：可重复使用的耐高温烤盘布，用于烘烤饼干及整盘蛋糕用，使之不粘黏、好拿取。



↑各式烤盘：有多种尺寸及材质，可依照喜好选用。

→量杯、量匙：用来测量液体或干性少量的粉末。



# 器具介绍



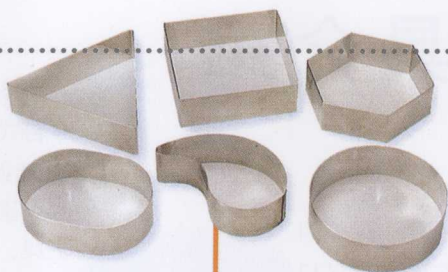
↑各式烤模：有多种尺寸及材质，可依喜好选用。



↑蛋糕模：有不同尺寸及底盘固定、活动两种。



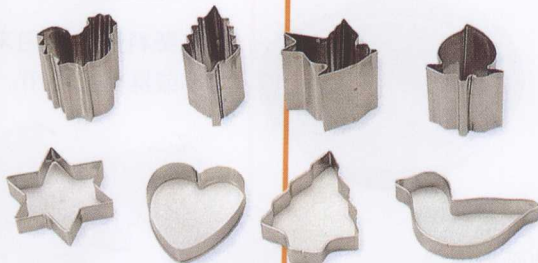
↑旋转台：用来装饰蛋糕时的基本工具。



↑各式慕斯模：一般用来制作慕斯，有各种尺寸及造型，可依喜好选用。



↑大小铝塔模：用来烘烤蛋糕及小型塔，有各种尺寸及造型，可依喜好选用。



↑各式印模：可用来盖印饼干，做造型或转写巧克力片时用。



↑派盘、塔盘：有多种尺寸之分，一般用于制作派类和塔类时用。

→抹刀、西点刀：  
用于涂抹及切割蛋  
糕或水果用。



↑擀面杖：将面团  
擀平之用。



↑毛刷：用来刷  
蛋汁或果酱、果  
胶用。



→刮板、铜模：制作  
巧克力装饰片时的专  
业工具。



↑三角纸、挤花  
袋、花嘴：装饰蛋  
糕及挤花用。



↑滚轮刀：分割面团  
用，一般用于面积大  
且较薄的面皮。



↑刮球器、擦丝板：  
挖水果球、刮巧克力  
屑、磨柠檬皮时用。



↑各种塑料模：做果  
冻、布丁、巧克力的  
造型时用。



↑瓦斯喷枪：一般用在  
慕斯脱模或烧烤蛋白造  
型时用。



↑转写纸：可将纹路转印  
在巧克力片上的工具，用  
来装饰蛋糕用。



↑平底锅：用来炒馅料或  
煎面皮时用。



# 材料介绍



↑面粉：高筋面粉多用来做面包。中筋面粉用来做一般的蛋糕类或蛋黄酥以及包子、馒头等。低筋面粉用来做蛋糕或小西点。



↑玉米粉、淀粉、绿茶粉：玉米粉及淀粉都是用来降低面粉筋度用的，使蛋糕组织更细致柔软。绿茶粉属于添加剂，可添加于蛋糕或果冻内。

→特级砂糖、糖粉：制作食品的主要材料。



↑起司粉、乳酪粉、杏仁粉：用来加强口感的添加剂。

→奶油、色拉油、人造奶油：为制作食品主要的材料之一，依熔点不同有不同用途。



↑进口酥油、白油：两者都属于植物性油脂，用来制作派类及酥皮点心，会格外酥脆。



↑软质乳酪（克林姆起司）：用来制作乳酪蛋糕，是唯一不可冷冻的乳酪，因冷冻后会使其组织分离，成为颗粒状，失去爽滑的口感。



↑小苏打、泡打粉、SP、塔塔粉：蛋糕制作时的材料之一，用来中和酸碱度或起膨胀的作用。



↑鸡蛋：用来制作蛋糕的主要材料。



↑胶类：吉利丁粉、吉利丁片是由动物的筋骨提炼出来的凝结剂，用来制作慕斯。果冻粉为植物性胶，用来制作果冻。



↑ 咖啡、柠檬汁、兰姆酒：都属于添加物，用来加强食品的风味。



↑ 巧克力砖、巧克力酱、可可粉：用来装饰及制作蛋糕时用。



↑ 黑樱桃、红樱桃馅料、果酱：涂抹在派类或塔类上，用作夹馅料或作装饰用。



↑ 奶制品、橘子水：为制作蛋糕的材料之一，可增加香味。其中，罐装的浓缩牛奶较甜，鲜奶一般不含糖。



↑ 鲜奶油：动物性鲜奶油不含糖，植物性鲜奶油含糖，经过搅打后为发泡鲜奶油，可用来涂抹蛋糕，也可添加在慕斯及冰激凌时用。



↑ 各种香精：是一种浓缩的添加物，用来加强食品的风味。



↑ 黑枣、蜜芝果、葡萄干：为蜜渍过的水果，用来调味或作装饰。



↑ 干果仁：烘焙的添加材料。



↑ 椰子粉：用于装饰或拌馅料时用。

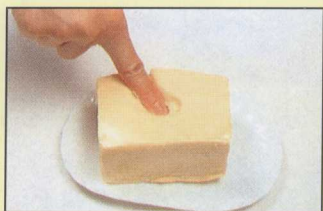


↑ 巧克力料、银珠：装饰用。



↑ 各式水果：装饰用。

## 注意事项 & 制作须知



**①**需用到奶油时，必须将奶油从冰箱拿出，放置恢复到室温为止，可用手指压一下。



**②**在制作蛋糕前20分钟，需预热烤箱，将上火、下火调至所需的温度。



**③**烘烤蛋糕时，如遇温度过高而蛋糕未熟时，可利用铝箔纸降低上热管的温度。

### 〈制作须知〉

**①**制作蛋糕时请特别注意材料部分。以往的蛋糕食谱在加蛋时通常以加几个蛋为单位，故失败率极高，因为蛋的大小不一，甚至还有连不连蛋壳的争议，所以本书采用克来计算，并清楚告知蛋白或蛋黄的添加重量。

**②**本书为让读者或新手能轻松制作糕点，故材料的排列顺序即为制作时的添加顺序，凡可一起加入的材料列在一组为A料、B料或C料……其中，要注意的是粉末类的材料需一起过筛。

**③**读者或许觉得有些糕点吃起来稍甜，但第一份蛋糕的材料配方都有其一定比例，任意增减糖分可能破坏蛋糕组织，变得粗糙口感较差，且操作容易失败。

**④**蛋糕的保质期限为室温3天。

**⑤**特别要注意的是“分蛋类”在制作时，需将蛋白与蛋黄分开，各自搅拌后再混合在一起；“全蛋类”则为不连蛋壳的计算方式。

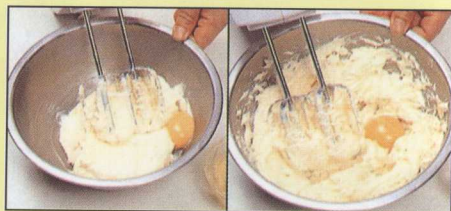
**⑥**制作糕饼前，应详读材料及做法，方可避免失败。



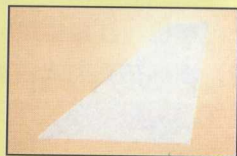
**④**在制作蛋糕前，需将所有的粉末类材料一起过筛。



**⑤**面糊类蛋糕用到模具烘焙时，需先刷油（奶油或白油）撒上一层高筋面粉，再倒出多余的面粉。



**⑥⑦**奶油与糖打发要加蛋时，需先加入一个彻底搅拌均匀，才可再加另一个，若一次全部加入，会导致奶油和蛋分离。



### 简易挤花袋



**②**左手为握住固定不动的状态，利用右手将三角纸由外向内卷。



**③**右手一边向里端卷时，左手应将尾端确实握住固定。

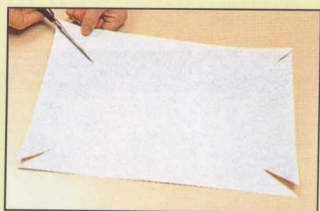


**④**装入所需材料后，将三角纸由外向内折叠扎实，才不会漏出来。



**⑤**用剪刀剪出洞口所需的大小。

## 铁盘纸的裁法



①铁盘置于纸的上方，将纸往上折测量长宽后裁下来，用剪刀剪出将重叠的四个斜角线（剪的长度视铁盘高度而定）。



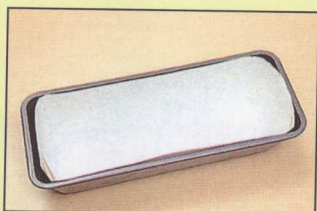
②铺入烤盘内，每个接合处用手指压一下，让纸出现凹痕，与烤盘紧贴。



①将铁盘置于纸的上方，将纸往上折测量长宽后，裁出纸形。将纸均分为三等份。



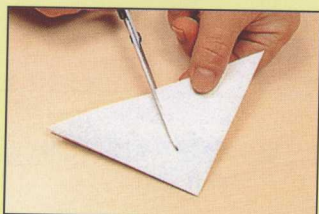
②将两端的纸折出烤盘的高度，并在折痕处剪出烤盘高度，两端向内折即可。



③铺入烤盘内，每个接合处用手指压一下，让纸出现凹痕，与烤盘紧贴。



①将四边形的纸斜向对折再对折。



②在对折的正中间，用剪刀剪出一条约2/3的直线（不要剪断）。



③可清楚地看到打开的折痕与剪的位置。



④将纸重叠后放入烤模即可。

## 发泡鲜奶油

注：出售的鲜奶油分为两种，一为植物性鲜奶油（含糖分），一为动物性鲜奶油（不含糖），通常涂抹蛋糕时使用的鲜奶油为植物性鲜奶油。



①将鲜奶油倒入钢盆，用手提打蛋器搅打。



②将鲜奶油打至柱状，即钢盆侧向一边，鲜奶油也不会掉下来，即为发泡鲜奶油。



③发泡鲜奶油加入食用色素，搅拌均匀即可（色素可依喜好酌量增减）。

## 发泡奶油



❶ 将奶油450克和糖粉180克一起搅打。



❷ 打至变为乳白色，加入20毫升的兰姆酒一起搅打。



❸ 打至蓬松如羽毛状的奶油糊。

## 蛋白加糖的发泡程度



❶ 打至湿性发泡，呈半液体状。



❷ 打至中性发泡，呈软柱状。



❸ 打至硬性发泡，呈较坚硬的柱状。



❹ 打至过度发泡，呈棉花球状。

## 全蛋加糖的发泡程度



❶ 打至湿性发泡，此时糖已溶化。



❷ 打至中性发泡，呈较浓稠的液体。



❸ 打至硬性发泡，呈较坚硬的柱状。



❹ 打至过度发泡，呈很浓稠的凝结状。

# 基本戚风蛋糕

## 〈蛋糕：分蛋类〉



材料（约6寸模2个或8寸模1个）

**A** 色拉油 ..... 60毫升  
橘子水 ..... 40毫升  
盐 ..... 少许  
细砂糖 ..... 20克

**B** 低筋面粉 ..... 95克  
玉米粉 ..... 8克  
泡打粉 ..... 5克

**C** 蛋黄 ..... 60克  
全蛋 ..... 1个

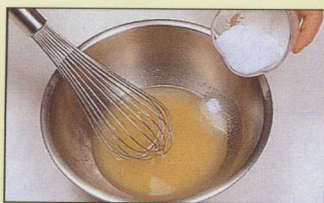
**D** 蛋白 ..... 150克  
细砂糖 ..... 95克  
白醋 ..... 5毫升

烤箱温度和时间

上火160℃

下火140℃

烤35~40分钟即可



①将A料打至糖溶化。



②筛入B料，搅拌均匀。



③加入C料，搅拌均匀备用。



④将D料打至中性发泡（蛋白发泡程度参照12页）。



⑤先挖约1/3的蛋白泡沫到面糊中轻轻拌匀。



⑥将整盆面糊倒入蛋白中搅拌均匀即可。



⑦面糊倒入模具后轻轻摔一下，震出气泡，即可放入烤箱。



⑧烤好出炉后，倒扣在铁架上。



⑨待凉，沿边刮出蛋糕，取下模具。



⑩刮下底盘即可。



# 纯巧克力蛋糕

## 〈蛋糕：分蛋类〉

材料 (约18~20个量)

**A** 巧克力 ..... 167克  
动物鲜奶油 ..... 167克

奶油 ..... 125克  
蛋黄 ..... 125克

**B** 低筋面粉 ..... 65克  
可可粉 ..... 60克

**C** 蛋白 ..... 250克  
砂糖 ..... 175克  
玉米粉 ..... 15克

备注：亦可用实底为6寸的模具烘焙，但模具需刷油撒粉铺底纸。6寸烤温为上火180℃、下火150℃，铁盘加水约1/3量，烤约90分钟即可。

烤箱温度和时间

上火220℃

下火180℃

烤25~30分钟即可



①将A料熔化备用。



②将奶油切块打发。



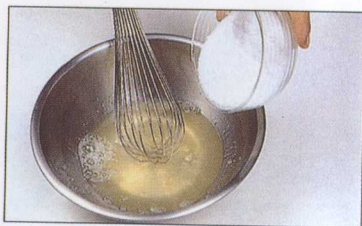
③慢慢加入蛋黄搅拌均匀。



④慢慢将溶解的A料倒入，搅拌均匀。



⑤筛入B料搅拌均匀。



⑥将C料打至中性发泡（蛋白发泡程度参照12页）。



⑦挖1/3的蛋白泡沫至面糊中拌匀。



⑧将整盆面糊倒入蛋白中搅拌均匀。



⑨将面糊装入挤花袋，挤入模杯约9分满。



⑩铁盘加水约250毫升，即可放入烤箱烘烤。



# 尔士蛋糕

## 〈蛋糕：分蛋类〉

材料（成品约12组）

**A** 蛋黄……………60克  
细砂糖……………34克

色拉油……………34毫升  
鲜奶……………25毫升

**B** 蛋白……………128克  
细砂糖……………67克

**C** 低筋面粉……………108克  
玉米粉……………25克  
泡打粉……………7克  
盐……………1克

椰子粉……………少许

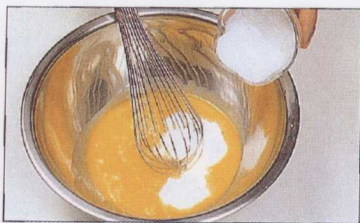
备注：面糊挤入铁盘每次约12片，先烤一次，剩下的面糊再烤一次，共24片，2片1组共12组。

烤箱温度和时间

上火250℃

下火100℃

烤至着色即可



①将A料打至糖溶化。



②加入色拉油，搅拌均匀。



③加入鲜奶，搅拌均匀。



④将B料打至硬性发泡（蛋白发泡程度参照12页）。



⑤把面糊倒入蛋白，搅拌均匀。



⑥筛入C料，搅拌均匀。



⑦面糊装入挤花袋，挤饰呈椭圆状，撒上椰子粉，即可入烤箱烘烤。



⑧挤上果酱，撒上葡萄干，两片夹起来。



⑨蘸上巧克力即可。