

盛益文化

品味健康生活 17

简易家庭 面包制作

十大类名店人气面包完整配方不藏秘

王志雄 游纯雄 著

软式面包、硬式面包、
甜面包、调理面包、
丹麦可颂面包、多拿滋面包、
花旗面包、造型面包、
其他种类面包、披萨……



江苏科学技术出版社

© 2008, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书中文简体版于2008年经中国台湾畅文出版社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328号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

简易家庭面包制作 / 王志雄, 游纯雄著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2009.1

(品味健康生活; 17)

ISBN 978-7-5381-5581-5

I. 简… II. ①王… ②游… III. 面包-制作 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第140069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: 沈阳美程在线印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm×236mm

印 张: 8

字 数: 120千字

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: 陈 馨

封面设计: 北京水长流文化发展有限公司

版式设计: 北京水长流文化发展有限公司

责任校对: 徐 跃

书 号: ISBN 978-7-5381-5581-5

定 价: 32.00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

品味健康生活 17

简易家庭 面包制作

十大类名店人气面包完整配方不藏秘

王志雄 游纯雄 著



辽宁科学技术出版社

· 沈 阳 ·

目·录

作者简介…4

作者序…5

基础篇

材料介绍…6

器具介绍…8

注意事项…11

简易挤花袋的制作方法…12

失败原因与注意事项…12

面团的基本做法…14



硬式面包

法国棒…30

法国橄榄面包…32

法国长条面包…34

杂粮面包…36

杂粮葡萄面包…37

胚芽调理面包…38

胚芽菠萝面包…39

胚芽椰子面包…40



软式面包

白吐司…16

奶油卷…18

葡萄吐司…20

吐司蛋三明治…22

菠菜葡萄吐司…23

菠菜芝麻面包…24

全麦面包…25

全麦玉米面包…26

全麦培根面包…28



甜面包

卡士达面包…42

奶油餐包…44

红豆面包…45

红豆卷面包…46

菠萝面包…48

菠萝夹心面包…50

蓝莓面包…52



奶露面包…54

芋泥面包…56

墨西哥面包…58

起酥派…60

奶松起酥面包…62

奶松面包…64

三色面包…66





调理面包

杏仁吉士卷…67
牛肉面包…68
吉士条…70
培根面包…72
梅花热狗面包…74
火腿鲑鱼面包…76
大亨汉堡…78
汉堡…80
沙拉肉松面包…82
椰子沙拉面包…84
吉士沙拉面包…86
牛肉葱花卷…88

丹麦可颂面包

可颂调理面包…90
牛角面包…93
丹麦水果面包…94



多拿滋面包

甜甜圈…96
沙拉船…98
酸菜面包…100
热狗面包…101
咖喱面包…102

花旗面包

肉松卷…104
面包寿司卷…106

造型面包

猪头、鱼面包…107
虾、蟹面包…110

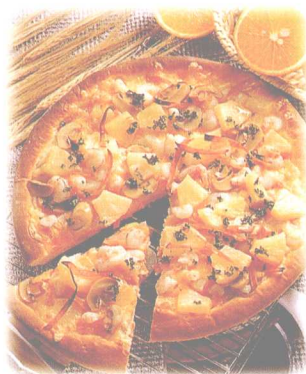


其他种类面包

蜜饯卷面包…112
水果面包…114
咖啡菠萝面包…115
咖啡葡萄面包…116
巧克力芝麻面包…118
巧克力椰子面包…120
蜜饯墨西哥面包…122

披萨

青椒牛肉披萨…123
海鲜总汇披萨…124
鲜虾菠萝披萨…126
鸡肉蘑菇披萨…127



作·者·简·介



王志雄

- 经历
金叶蛋糕技师
圣玛莉面包技师
绿湾面包西点组长
- 现职
顶好面包西点蛋糕店店长



游纯雄

- 经历
金蛋糕西点技师
顶好面包蛋糕店技师
- 现职
金蛋糕厂长



十·大·单·元·简·介

软式面包



硬式面包



甜面包

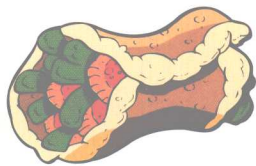


调理面包



丹麦可颂面包





由于时代的快速变迁，社会的繁荣与进步使人们的生活过得极为便利与舒适，但也正因为如此，在享受现代化的生活之余，我们也渐渐失去了以往与家人一起动手做糕饼和点心时，那种辛勤劳动后享受成果的喜悦与成就感。

近年来，人们越发感触，虽然生活越来越便利，但心灵却越来越空虚。于是开始出现了所谓“自己动手做”（DIY）系列产品，为现代人提供打发时间或增添生活乐趣的良药或秘方。

“DIY”类书籍就是应这种情况而出现的温馨产品之一，诸如插花、手工艺和菜谱等。但是面包和糕点的示范书籍却少之又少，笔者有感于此，于是与多年好友游纯雄先生，共同研究推出这本《大师傅教你做美味面包》，希望此书可以提供给喜欢自己动手做的读者一个享受热腾腾面包的机会。

本书所制作的面包全部由简易的烘烤设备及一般市面容易取得的材料制作而成，详尽的说明与做法介绍，绝对可以让读者仅凭此书就能与家人和朋友共同研究，并且动手制作西点面包。

您不妨现在就试试看，享受自己动手做出来的面包、糕饼和点心，看看与大师傅做出来的有何不同。只要熟记本书的指导要领，实际操作几次，很快你也可以成为烘焙高手。

王志雄·游纯雄 谨序

多拿滋面包



花旗面包



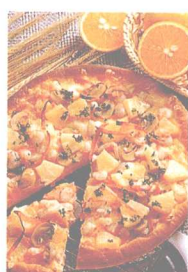
造型面包



其他种类面包



披萨



基础篇

材·料·介·绍



① 高筋面粉
筋性较强，一般用于面包制作。



② 低筋面粉
筋性较弱，一般用于糕饼制作，也可与面包相互搭配使用。



③ 全麦面粉
主要用于面包制作，含有丰富的膳食纤维和维生素B族，既营养又健康。



④ 绿豆粉
绿豆粉可单独食用或加入面包制作材料中，营养丰富。



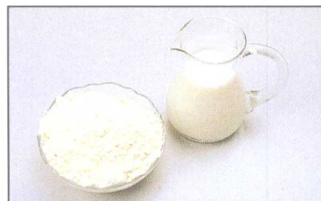
⑤ 黑豆粉
黑豆粉可单独食用或加入面包制作材料中，既营养又健康。



⑥ 面包粉
用于油炸面包，可增加香酥的风味。



⑦ 粉状干酵母
用于面包发酵，有干性与湿性两种，一般在超市中可买到干性的。



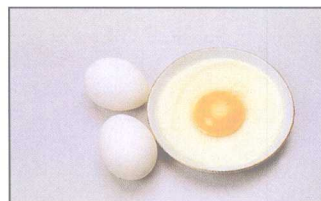
⑧ 奶粉、鲜奶
可灵活地用于面包中，以增加食品风味。



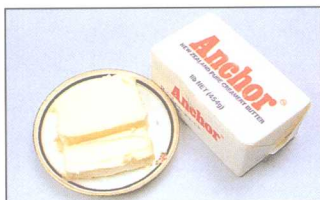
⑨ 细砂糖
制作食品的主要材料之一。



⑩ 高级精盐
调味的作料。



⑪ 鸡蛋
可灵活地用于面包或其他食品中，是制作食品的主要材料。每个重约50克。



12 奶油

制作食品的主要材料之一。



13 人造奶油

乳化油，熔化温度较高，使用方便，有多种用途。



14 白芝麻、黑芝麻

装饰与调味的材料。



15 小米、麦片、燕麦

干燥的杂粮，可用于制作或装饰面包。



16 杏仁片、葡萄干、杏仁颗粒

干燥的干果，用来调味与装饰均可。



17 花生粉、椰子粉、核桃

干燥并研磨成粉末的干果，用于调味或装饰。



18 番茄酱、意大利面酱

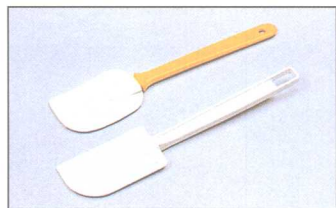
调味用，做披萨时需用到番茄糊，市面上不容易买到，可用意大利面酱代替，风味也不错。



器·具·介·绍



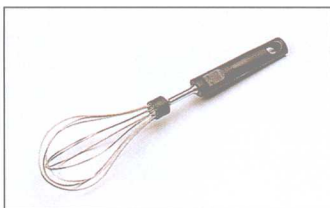
① 毛刷
用来涂刷蛋、酱料和奶油等。



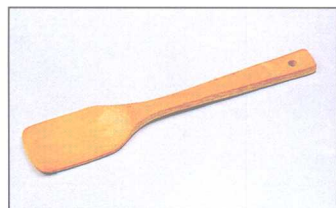
② 塑料刮刀
用来刮起盆内的糊状材料，相当方便。



③ 温度计
用来测量水温或面团温度。



④ 打蛋器
用来搅拌液态材料，如蛋和糖水等。



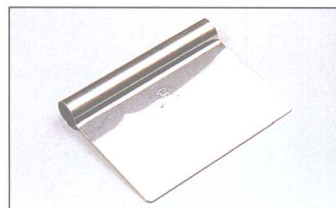
⑤ 木勺
用来搅拌较干的或糊状的材料，如面糊和馅料等。



⑥ 擀面杖
面包整形不可或缺的器具，具有整形及使面团排气的用途。



⑦ 抹刀、包馅匙
用来涂抹奶油及包馅料。



⑧ 切割刀
分割面团时使用。



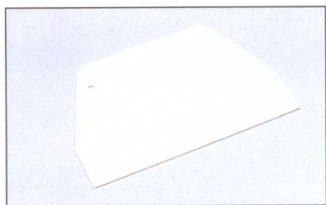
⑨ 滚轮刀
分割面团时使用，一般用于分割大面积且较薄的面团。



⑩ 锯齿刀
用来切割面包与蛋糕。



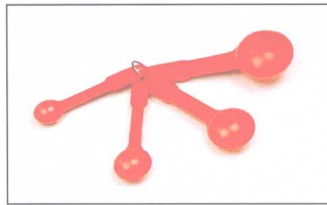
⑪ 小刀
用于面包表面切割或切口。



12 塑料刮刀
用于面团的分割和整形，刮除工作台上的面团或面糊。



13 大小量杯
量取液态材料的量器，使用相当方便。



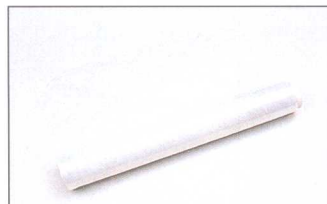
14 量匙
取用较少量干性材料的量器。



15 弹簧秤
用来准确地称量材料及面团分割后的重量。



16 喷水器
材料表面干燥时均匀地喷洒些水分，可保持适当的湿度。



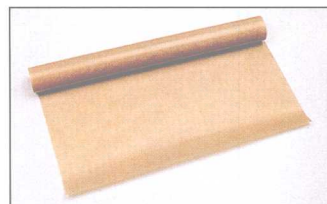
17 保鲜膜
用来覆盖面团，可防止水分及热量的蒸发。



18 粉筛
用来过滤粉状材料，可将硬块或杂质筛出。



19 挤花袋、挤花纸
填充配料，用于表面装饰或挤花饰。



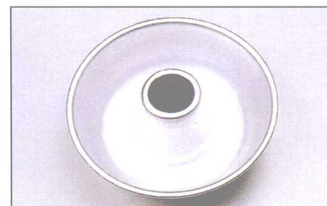
20 耐高温烤盘布
经过特殊处理，方便烘焙时使用，不是必备的材料。可在烤盘表面刷层薄油或用铁氟龙烤盘代替。



21 锡箔纸
可用来代替烤盘布，使烤盘保持清洁。



22 小钢模
用来装盛面团，送入烤箱烘焙。样式多，可按自己的喜好选择。



23 中空圆形模
可做出圆形的面包，也可用来制作蛋糕。



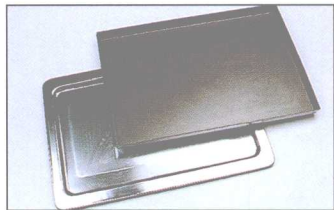
24 披萨盘

用于制作披萨，有多种尺寸。



25 吐司模

一般吐司模在使用前需先刷上少许油，以防止粘模。图中为经过处理的吐司模，可防粘模，相当方便。



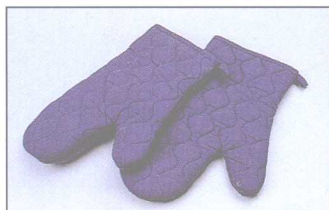
26 烤盘

有普通烤盘和经过处理的防粘烤盘。



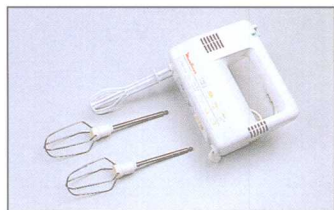
27 钢盆

常用于混合材料或搅拌面团，亦可作为容器，如发酵面团的容器，有多种尺寸。



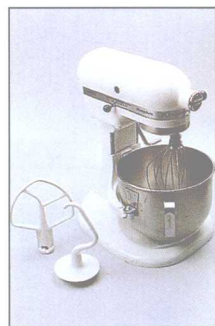
28 耐热手套

烘烤时，烤炉和烤盘的温度都相当高，耐热手套可用来保护双手，防止烫伤。



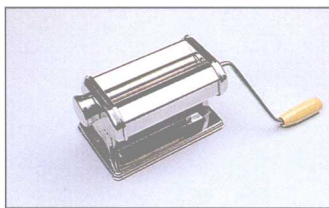
29 手握式搅拌器

用于搅拌与打发，液态或糊状皆适用，如蛋和馅料。可节省时间与力气。



30 台式搅拌器

用于搅拌与打发，丁形搅拌棒可用来搅拌面团，但请注意用量。过量时材料不但容易溢出，也容易损坏机器。



31 台式压面机

可处理较硬的面团，如造型面包、面条和馒头。



注·意·事·项



模具的处理

① 制作面包使用模具时，应先将模具均匀地涂上奶油。



② 在涂满奶油的模具上撒上一层薄薄的高筋面粉，分布均匀后，将多余的面粉倒出。



粉状材料的处理

粉状材料在使用前应先过筛，这样可避免搅拌面糊时凝成块状或有异物。



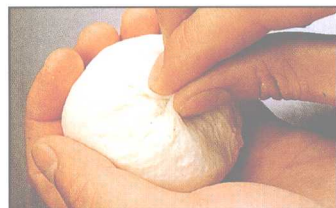
溶解酵母、糖及盐

在开始搅拌面粉前，应先将酵母、糖及盐加水溶解（天气较冷时应使用温水），然后再加入面粉中搅拌。



测量面团温度

在面团搅拌完成后，插入温度计测量温度，温度为 $26\sim 28^{\circ}\text{C}$ 最合适，根据环境温度，可在水中加入温水或冰块，来调节面团温度。



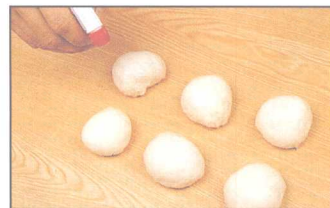
捏合

无论是包馅或无馅的面团，在接合部分都要捏紧，而且需平放于烤盘上。



发酵

面团在搅拌完成后，放入钢盆或容器内，盖上湿毛巾或保鲜膜使其发酵。发酵共有两次，第一次为搅拌完成后、分割前，第二次为整形后、烘焙前。



喷水

在面团制作过程中，如天气干燥，面团表面的水分会快速流失，造成面团表面干燥或粗糙。喷上适量的水分，即可补救上述情况。

简易挤花



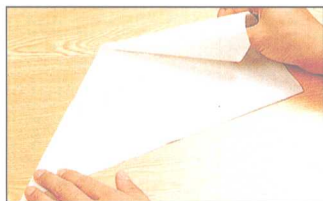
预热烤箱

将烤箱温度设定在需要的指定温度，就像炒菜要热锅一样，烤出的面包才会好吃。预热时间应在面包整形后做第二次发酵时，即烤前20~30分钟，将烤箱设定到要烘烤的温度。



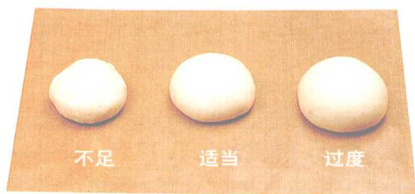
烤焙

当发现烤箱温度过高，面包快焦黑时，可用锡箔纸折成约烤盘大小，置于面包上方，即可延缓焦黑的程度。



① 将纸铺开，最长的一边朝外，右手抓着纸的尾端，由外向内卷起。

失败原因与注意事项



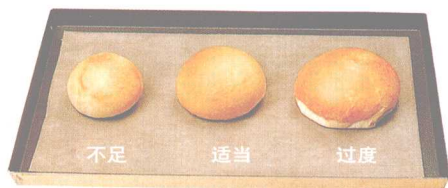
发酵不足、适当与过度的原因是什么？

答：发酵不足与过度的原因可能是温度不够或过高，也可能是时间太短或太长。在发酵过程中，温度与时间的控制非常重要。



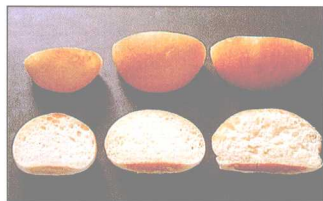
为什么发酵的过程中，毛巾会与面团黏在一起？

答：主要原因可能是毛巾太湿，在发酵过程中，导致毛巾与面团黏在一起。也可能是发酵温度过高或发酵时间过长。



发酵不足、适当与过度的面团烤焙后有何不同？

答：发酵不足的面包烤出后会有颜色不均、大小不一的斑点；发酵适当的面包颜色会很均匀；发酵过度的面包则会产生较大的皱纹或塌陷。



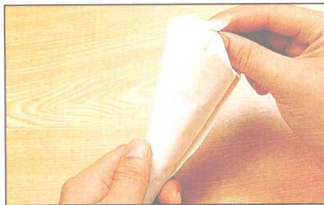
面包烤焙后，组织里为什么会出现大洞？

答：发酵不足、适当与过度会造成不一样的结果。发酵不足时有的组织太密，有的太粗；发酵适当则组织较均匀；发酵过度则产生疏松状，口感也相当粗糙。

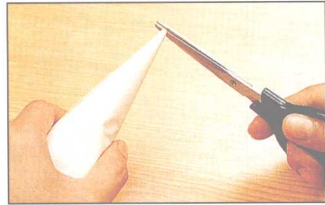
袋的制作方法



2 左手抓着卷起纸张的开口端。



3 盛入奶油后，尾端可用折叠的方式结实地捏紧。



4 根据需要，剪出大小不一的缺口。



为什么有馅的面包不经整形步骤，烤出的成品会产生中空状？

答：有馅的面包不经整形而只是简单地包成圆形，在烘烤时馅料会因加热而膨胀，水分也随之蒸发，出炉后温度降低，馅料的体积就会缩小，面包就会出现中空的情况。在制作时将面团稍微滚圆或压平，把多余的空气挤出，即可减少中空的情形出现。



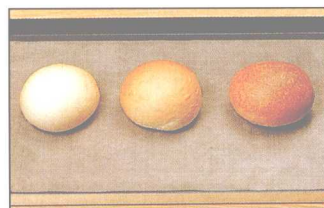
为什么烤出的成品会变形？

答：面团在整形时，需将接合处紧紧地捏紧密合，然后将接合点的中心平放在烤盘上，没有接合或位置偏差，就会出现变形。



为什么烤出的成品会龟裂？

答：因整形后第二次发酵时，面团发酵不足而引起的。



如何烤出漂亮的面包？

答：本书详细列出了烘制漂亮面包的温度与时间，可供参考。但因烤箱品牌不同而有所差异，烘焙时可随时注意面包上色的变化，以作适当的调整。



为什么面包烤了很久，还是没变成金黄色？

答：可能是面团中少了糖或发酵过度了。

为什么面包会有酸味？

答：那是发酵过度造成的。过度发酵会使酵母将糖分解中和成酒精而产生酸味，所以务必细心观察温度与时间，否则您的心血就白费了。

面·团·的·基·本·做·法

【注意事项】

揉面时需50厘米长宽且平稳的工作台。

【准备器具】

钢盆、打蛋器、量杯、尺、木勺、湿毛巾

【准备材料】2条量

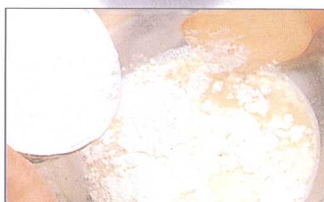
高筋面粉……………500克
细砂糖……………35克
盐……………10克
干酵母……………10克
奶油……………35克
蛋……………50克
水……………240毫升



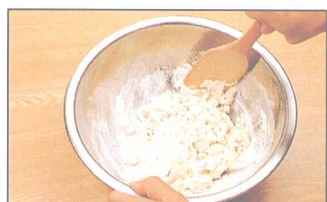
① 将蛋与水用搅拌器搅打均匀。



② 将细砂糖、盐和干酵母放入钢盆内，再将蛋水倒入并搅拌均匀。



③ 将高筋面粉分三次倒入钢盆内，用木勺搅拌（洗干净的双手也很好用）。



④ 拌和时注意要将钢盆底部面粉往上拌。



⑤ 用手将剩余的面粉揉拌均匀，至成团状。



⑥ 将面团移到工作台上，由内往外揉，直到没有硬块。



⑦ 加入奶油，奶油量多时可分2~3次加入。



⑧ 油脂揉匀后，仍然会有些黏手。



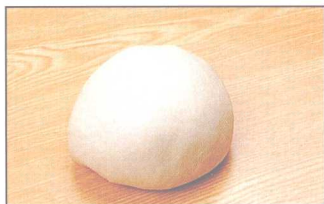
⑨ 将面团用手慢慢撑开，如果很快就破裂，表示尚未完成。



⑩ 可将面团由空中甩向工作台。甩面的动作可加速面团变黏。



11 揉至面团细腻时，将面团撑开，应不易破裂且均匀，呈薄膜状。如欲加干果，如葡萄干及核桃等，此时即可加入。



12 将面团滚圆，准备做第一次发酵。



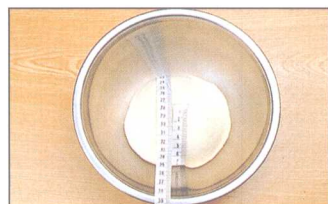
13 将面团放入钢盆内，盖上湿毛巾或保鲜膜，这样可防止面团表面干裂。



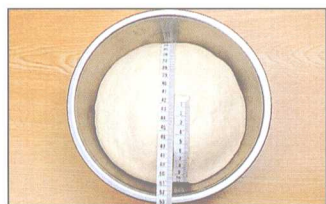
14 发酵约40分钟（发酵时间与面团温度及室温有直接关系，温度高发酵快，反之发酵慢），辨识发酵与否，可用手指插入面团。



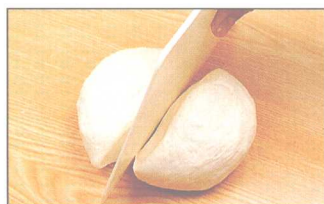
15 已发酵的面团内含有空气，拔出手指后，会留下手指空隙。



16 用尺量发酵前的面团，周长约27厘米。



17 用尺量发酵后的面团，周长约41厘米。



18 将已发酵的面团移至工作台上进行分割。



19 分割后再次滚圆。



20 由外向内将空气压出，直至表面有弹性，但不要弄破皮。



21 将面团的捏合部位平放在工作台上，松弛5分钟。



22 松弛时别忘了盖上湿毛巾。完成松弛后即可进行整形。