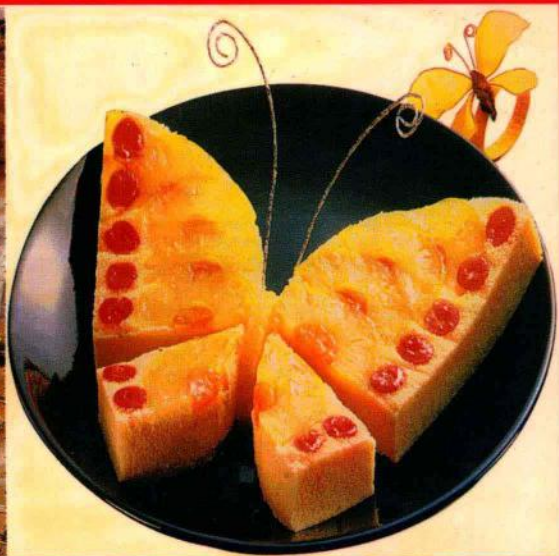


图解

面点制作

TU JI MIAN DIAN ZHI ZUO



图解面包制作



中国连环画出版社

(京)新登字 0016 号

责任编辑 鹤翔
封面设计 方夏

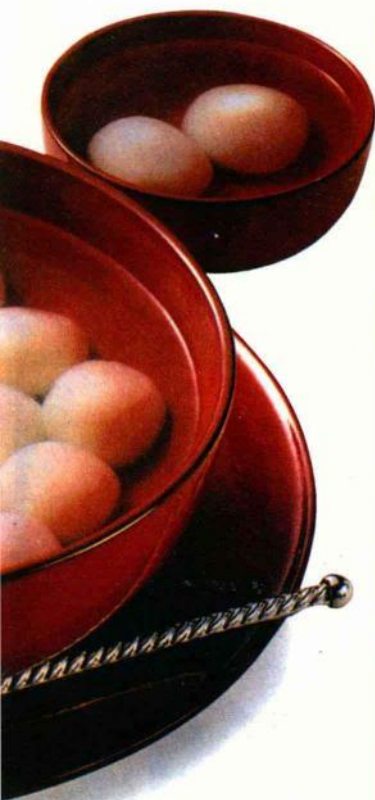
图解面点制作

中国连环画出版社出版发行
(北京安外安华里 504 号)
七二一四工厂印刷

1995 年 9 月第 1 版第 1 次印刷
开本:787×1092 毫米 1/16 印张:4
印数:1—10000 册
书号:ISBN 7—5061—0669—8

J·539 定价 22.80 元

目录



面包的基本做法	1	方形土司	11
用具	1	一山形土司	11
材料	3	土司面包的利用	12
制作面包的要领	5	葡萄面包	13
二山形土司	10	肉桂面包	14

烘焙蛋糕的基本重点	15	奶油	21
海绵蛋糕面团	15	润饰	23
奶油海绵蛋糕面团	18	巴巴乐	25
派面团	19		

面食

弥猴桃千层糕	27	苹果葡萄酒奶油蛋糕	29
草莓派	28	鸡蛋糕	30

冰淇淋

香草冰淇淋	31	水果蛋糕冰淇淋	39
摩卡冰淇淋	33	小松饼	40
冰淇淋蛋糕卷	35	生姜面包	41
焦糖冰淇淋	37	麦片糕	42

点心

锅贴饺子	43	马蹄糕	53
四喜烧卖	44	双色发糕	54
烧卖	45	凤梨软糕	55
馄饨	46	麻蓉小包	56
花卷	47	糯米咸软饼	57
包子	48	枣泥甜包	58
夹心豆腐(豆腐三明治)	49	素红水饺	59
玉手白菜	50	肉粽	60
北平酥肉	51	玉米松糕	61
节节高升	52		





面包的基本做法

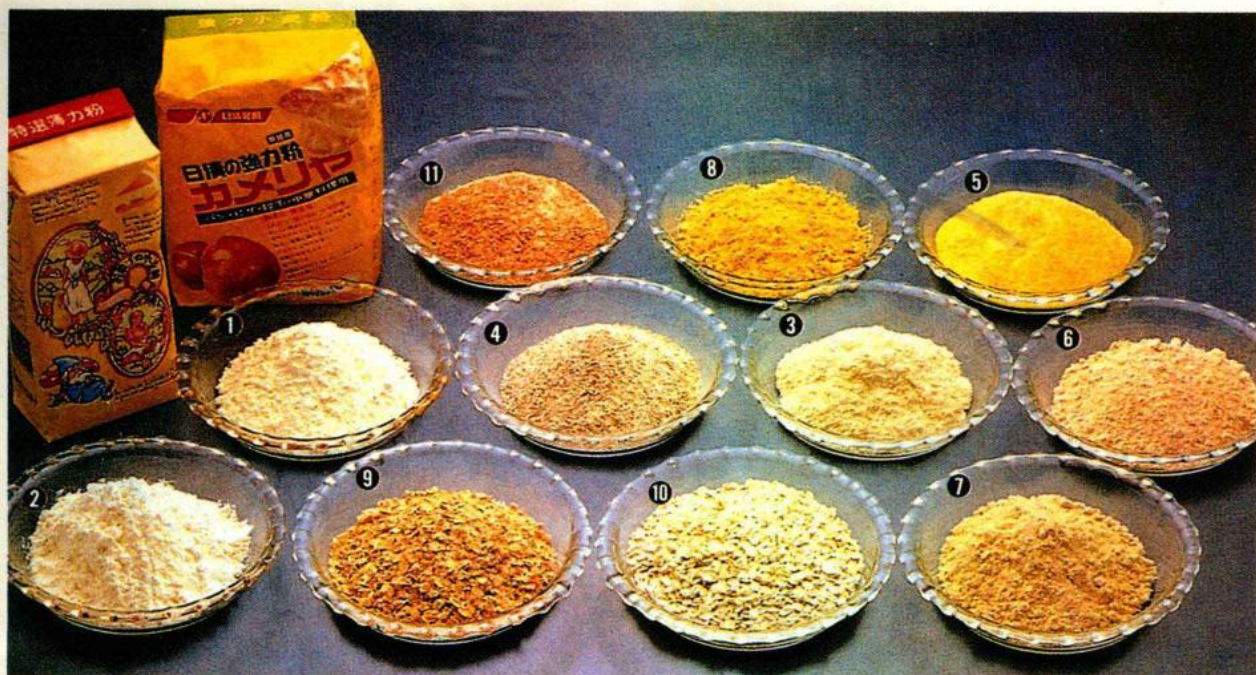
用具

① ②**磅秤** 是测量材料的必需品。为了让全部材料放进大碗里也能秤,准备 2kg 的磅秤较适当。另外,若有较细刻度的,在分割小面包上也相当方便。 ③**量杯** 容量大的较方便。图中所示的是 1 杯 200 C.C.。 ④**量匙** 图中所示,1 大匙是 15 C.C.,1 小匙为 5 C.C.。须盛平才能计算。 ⑤**大碗** 为了方便和面,宜用大的碗。若有覆盖的大碗,在发酵时就不需要布巾。 ⑥**滤网** 做面包时,粉类几乎都不必筛过。 ⑦**面团测温计** 用来确认和好的面团及 1、2 次发酵时面团的温度。面团测温计对面包的膨胀度,有很大的影响。 ⑧**布巾** 面团在发酵中,必须盖干的布巾。如果是未加油脂的面团,发酵时须加盖湿的布巾以补充温度,并防水分蒸发。 ⑨**流理台** ⑩**薄板** 利用大型的砧板之类亦可,不过当面团较大时,还是薄板较方便。另外,若使用划有刻度及线条的薄板,在分割面团及成形上就更加容易。 ⑪—⑬**擀面棍** 大小都有,不过附有刻痕的塑胶制擀面棍,可以让面团内的空气完全跑出来,很适用于做面包。 ⑭**塑胶袋** 这是在冰箱做低温发酵的必需品。准备 2、3 个塑胶袋,其大小以发酵时膨胀的面团不露出来为原则。 ⑮**铁丝网** 用于烤好的面包散发蒸气用。

图解面点制作



- ①木杓 用于面团的第一阶段上。选择底部斜削、整体是一直线的木杓,可使作业更加轻松。 ②橡皮刀 这是要将松软的面团及内馅完全挑起的必需品。 ③刷子 用于刷蛋汁及水等等,以便使面团产生光泽。 ④薄刀 用于挑面团及切割,相当方便。也可以菜刀代替。 ⑤烹调剪刀 用在切碎面团上,对于其他料理也可,所以务必准备一个。 ⑥刮胡刀片 用在面团划线上。 ⑦切面包刀 可以漂亮的切割刚烤好的面包。这是带有细微波痕的长刃刀。 ⑧调色刀 在涂抹内馅上相当方便,也可用木杓或橡皮刀代替。 ⑨烤箱薄板 烤面团时,若利用烤箱用的薄板(纸),可以使烤箱烤盘不会沾到油。有一种由聚四氟乙烯加工的薄板,可以长期使用,相当经济。 ⑩、⑪土司模型 有1斤、1.5斤及2斤等等。钢板若是用铝烧成的,就可以不必抹油,烤出漂亮的面包。附有平面盖子的,是方形土司用,不过也可用在发酵时的覆盖上。1斤用的土司模型可以烤出1斤的面包。 ⑫、⑬蒸锅 方形、圆形,各式各样的大小均有,用于做奶油面包、咖啡蛋糕等时候。可以用蛋糕用的圆模型(⑭)或方模型代替。 ⑮天使模型 可利用它将面团连合,烤出圈形的面包。 ⑯磅饼模型 做变化的土司时可以派上用场。 ⑰布丁模型 用于小面包的成形。也可以金属制的果冻模型代替。 ⑱英国松饼模型 底部跟圆模型的底不同,它是呈圈形。 ⑲扣圆模型 用于在面团开圆洞时。本书是做甜甜圈时使用。也可以图中的底片空盒代替。 ⑳锡箔盒㉑锡箔盘 厚的锡箔盒可作为烤面包模型的替代品。锡箔盘则可用于小比萨。



材 料

面粉

面粉一般都是由小麦的胚乳部分磨制而成，其原料视小麦的种类、成分及制造过程，可以产生各种性质相异的面粉。含在粉里的面筋形成蛋白质后，其含量的多寡遂使面粉有了高筋、中筋及低筋的分类。面包里头必须有良质的面筋，它是面粉中的蛋白质之麸蛋白与麦胶蛋白吸收水分，互相连结而成，是一种粘性强而富弹性的物质。在谷物当中，同时含有麸蛋白及麦胶蛋白者，只有小麦，所以在做面包时，一定少不了面粉。面粉除了此种之外，尚有连外壳及胚芽一起磨制成的全麦面粉。这和裸麦粉、玉米粉、糙米粉及荞麦粉一样，都很容易长虫，因此在保存上必须格外注意。能够尽早用完，是最好不过的了！

①高筋面粉 这是由硬质小麦所做成的面粉，蛋白质含量为 10.5%~13.5%。用于做面包及浆糊。制造后一旦过了 3 个月，面筋便会变脆，这时即不适用于面包。在购买时也要留意制造日期。

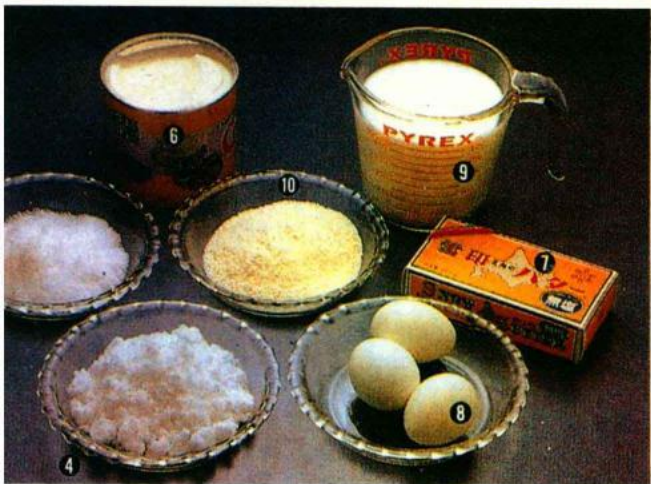
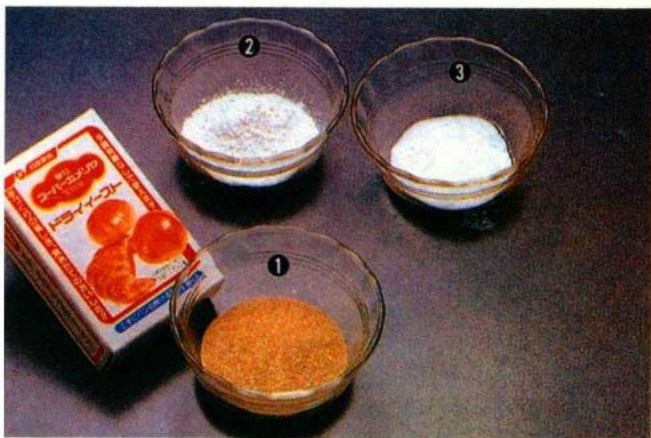
②低筋面粉 由软质小麦做成的面粉，蛋白质含量为 6.5%~8.5%。比高筋面粉细，用于制作点心及烹调上。视使用目的，制成后必须经过长期揉和，使面筋弹性变弱再使用。

③、⑪全麦面粉 由整粒小麦磨制而成，连外壳及胚芽部分也包括在内，所以非常营养。有的是由硬质小麦制成，有的是由软质小麦制成，其名称因制造厂而各有不同，研磨方式也不一样。在稍呈灰色的高筋面粉中，混杂有薄片状的外壳，大都表示是“全麦面粉”，如图(③)即是。而图上的(⑪)又是另一种全麦面粉，其粉粒较粗，触感有如玉米粉一般，颜色是与外壳相似的淡褐色。

④裸麦粉 这是一般市售的裸麦全麦面粉，颜色为灰色，并掺杂有颗粒状的深色外壳。**⑤玉米粉** 是粗粒的玉米粉末，一般呈黄色。也经常当作扑粉使用，以防面团粘在板上。

⑥糙米粉 由糙米加热研制而成，市面上可以买得到。**⑦荞麦面粉** 由荞麦制成的粉，也用作扑粉或汤饼等。

⑧黄豆粉 炒过的大豆粉，有黄色和绿色，经常用在日式点心上。**⑨熟麦片** 将燕麦加热捣碎而成。也用在做粥、饼干及蛋糕等等。**⑩麦片** 将大麦压平而成，一般都是与米混合做成麦饭。



- ①干酵母** 市售的酵母有活酵母与干酵母,而本书是使用瞬间发酵型的干酵母。由于是直接混入粉里使用,所以不需预备发酵。酵母只要有适当的水分、温度与营养就会开始活动,并释出二氧化碳。这即是发酵,这种气体可以让面粉的面筋膜膨胀,制成面包的纹路。
- ②发酵粉** 在重碳酸钠里加入酒石酸等制成粉末,一旦加热就会造成化学反应产生二氧化碳,促使面团膨胀。
- ③重碳酸钠** 加上面团里加热后会产生二氧化碳。用于有酸味的面团或没有发粉时。
- ④砂糖** 这是一般家庭在烹调上所用的砂糖。除了能让面团味道甜美外,还可在面团里成为酵母的诱饵。适量的砂糖可以促进发酵,并防止面包老化。不过一旦放得过多,将妨碍发酵。另外,这可利用它做成漂亮的金黄色。
- ⑤盐** 除了能赋予面团绝佳的风味外,还有抑制酵母活动的作用,使得面团更为紧缩。面团在夏天时,短时间就过度膨胀时,可多加一点以调节发酵。
- ⑥黄油** 在面团里加入适量的油脂较容易延展,因此几乎所有的面包都必须用到某些油脂。黄油是由植物性油脂加工而成,所以无臭无味。适用于不需要特别风味的面包。
- ⑦奶油** 用于想要有特别风味时。也可以人造奶油代替,由于二者皆不含盐,因此在控制面包的含盐量上非常方便。至于若用含盐的奶油,就必须控制盐份了。
- ⑧鸡蛋** 除了能增添面团的风味、提高营养价值外,更是使面团独特的关键。不过若放太多,会妨碍酵母活动。
- ⑨牛奶** 对于面团的风味、营养价值都是极具贡献。未煮过的牛奶会妨碍酵母的活动,所以必须加热到沸腾,冷后再使用。
- ⑩脱脂奶粉** 可作为牛奶的代用品,平常就备妥相当方便。它可使面包更添色香味。
- ⑪糖粉** 由白砂糖磨细而成。装饰时可直接撒上,也可加水炼制成糖水。
- ⑫白砂糖** 纯度为99.8%,是结晶砂糖。
- ⑬红糖** 由粗糖脱色时所产生的蜜提炼而成。有丰富的钙质与矿物质,味道也相当好。
- ⑭红砂糖** 是砂糖、白砂糖及中双糖等,精制后所剩下的淡褐色糖,富含矿物质。
- ⑮黑砂糖** 原料不分离糖蜜的固体糖,富含维他命与矿物质,味道强烈。

混合材料

在材料所作的说明中,做面包所用的材料,各自扮演不同的角色。为了让面包的每一部分都呈均质的状态,所有的材料务必充分和在面团中。但是,混合材料、配合量一旦超过标准量,就会妨碍酵母的活动。例如,若大量加入砂糖、盐、油脂和蛋等等,会使发酵变为困难。在制作这种面包时,必须增加酵母的分量,或是改变材料混入的时间与方法。这样的改变方式在各个做法中都有说明。

和面

面粉中的蛋白质里的麸蛋白与麦胶蛋白吸水结合后,会变化为口香糖般的物质——面筋。尽管刚开始时是呈脆而易断的状态,但是经过搓揉,就会成为具有弹性的平滑状态,并且自由伸展,它能将酵母所产生的气体完全包住,让面团膨胀起来。

为了让这种富弹性的面筋膜,将整块面团作成网目状,“和面”的功夫便是不可少的。这层膜四周的淀粉质,会与其他材料结合,形成面包的肌理。

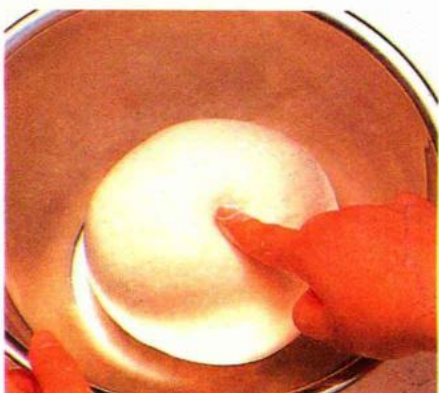
在混合面团的材料时,如果一开始就将粉类全部与水混合,则一下子便要处理一大块的面团,如此一来,不费上大力气和面的话,面筋是不会互相连结的。因此,本书是采用循序渐近的方法。在开始和面之初,以充足的水分将松弛的面团,由核心地带形成富粘性的面筋,然后逐步向四周进行。

如此一来,不费太大力气,面团自然会相连在一起,而且就是不移到宽广的流理台上,仅在大碗里头即可轻易揉和,使得面团凝聚成块,并且不会粘手。充分揉和过的面团,由于面粉吸收水分形成结实的面筋,所以面团变得平滑而有弹性。用指头试着按压,则洞口马上恢复原状。借着这个测试确认面团已经揉好后,整个和面功夫便算大功告成了。若是和得不够好,会使面筋膜破裂造成气体流失,结果面包不但无法充分膨胀,面团内部也因得不到气体的传导致热度不一,在火候不足之下,便形成湿气重的面包了。

1次发酵

面团中的酵母,由于有了适度的水分与营养,在适温的情况下便慢慢的活动起来。酵母在4℃时会苏醒,60℃时会死亡,而在30℃前后活动最为旺盛。因此,必须制造易让酵母活动的条件,使得气体容易产生,进而促进面团的发酵。 ●**常温发酵** 常温发酵是视面包的种类而定,不过一般来说,面团在28℃左右有助于酵母的活动。为了制造这种状态,如果烤箱具有发酵的功能,便可就此利用,除此之外,也可借助于热开水或暖器等等。

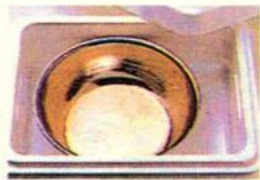
●**烤箱发酵功能的利用方法** 发酵太快并不是好现象,因为若是1次发酵就使面团完全熟透,就无法做出风味绝佳的面包了。利用烤箱发酵时,即使箱内的温度适合2次发酵,但是1次发酵往往温度过高,若是调到发酵温度后便把面团直接放入烤箱,则在短时间内就会逐渐膨胀,而且在香味还没飘出时,面团便疲软不振了。因此,务必要参考烤箱外的温度,当烤箱内的温度还不致太高时,就应立即关掉开关。若是室温25℃,则1次发酵便完全不需借助烤箱,酵母的活动,面团的温度自然会升高,这一点也必须记住,1次发酵至少需要1小时,此时,面团会膨胀为原来的3倍,面团的温度则以28℃为标准。在夏季等室温高的场合,为了延长发酵时间,必须将放有面团的大碗,移到阴凉的地方,并在外面加一点水以冷却热度,在炎夏时期,若以机器和面,最初加的必须是冷水,有时甚至得用冰水。夏天时,室温下的面粉本身已有25℃,这时即使连感觉甚凉的自来水往往也超过20℃,所以必须以面团测温计测温。总之,勿让1次发酵的面团温度过高,这一点请务必注意。相反,在严寒的冬季,由于面粉本身就冷,即使以热开水揉面,在揉和当中,面团的温度也会逐渐下降。这个时候,就必须事先将面粉及大碗温热了。



烤箱之外的发酵方法 ●打开烤箱的最低温度,一旦箱内温热立刻熄火,利用余热。

●在大的保温盒内加入热开水,再把装在大碗或塑胶袋内的面团放进去。若没有盖子,可以用厚的布或毛巾覆盖。●利用暖器 放在温风式暖炉之前时,要特别注意别让面团干了,也可利用电毯。●利用和面机发酵。此外,不妨找找看周围是否有可以持续保持适温之处!

低温发酵(冰箱发酵) 若觉得以上的方法都很麻烦,还可将和好的面团放在冰箱里4个小时至一整晚,使其发酵。如果在严冬,即使不放进冰箱,在没有暖器的地方放一晚,第二天清晨它就会完全发酵了。这种方法适用于加有奶油和蛋的面团。面团必须装在塑胶袋里,只是袋子的接缝须拆开,然后2层、3层地包起来。不断膨胀的土司会轻易地胀破1~2个塑胶袋。袋口须留出足以让面团胀成3倍的空隙,然后只要扭紧再摺下即可。最外侧可利用装米的厚塑胶袋包住,袋口下摺即可。冰箱的温度约是4℃,若是面团的中心达到这个温度,则酵母的活动将变为迟钝,若超过4℃,则发酵又无法进行,因此这样放在冰箱,可以保持约2天的时间。另外,低温发酵的面团在袋子膨胀的期间,相当于对面团施以和面同样的压力,面筋会成为稀松的状态,所以和面作业须加以节制。进行低温发酵的面团,大都无法在冰冷的情况下成形。因此大约在烤面包前的2小时,从冰箱取出,让它恢复室温。亦即达到与常温发酵同样的状态后,才能开始成形。此外,若面团不全部使用,可以测量面团重量等到切好需要的分量,再放回室温里。



挤出空气

如果1次发酵的面团充分膨胀,可以将食指沾一点面粉,插入深度约1.5公分左右的地方,进行手指测试。若是指洞仍残存着,就要挤出空气。即是以拳头压进面团中央,让里头的二氧化碳释出。

若指洞自动填平,表示是发酵不足。这时就要继续发酵。而若是连指洞四周的面团都大幅下陷,就是发酵过度。过度发酵的面团一旦烧烤后,会使得面包的纹理过粗至不成样。挤出空气的目的,在于让面团内的二氧化碳排出,以便重新送入氧气,同时,使面团的温度内外均衡,将周围的面团如折叠般移向中央,可以挤出空气,纹理也会更细致。

在低温发酵时,若进行分割,也要注意在不伤到面团的情形下,把空气挤出来。



分割·搓圆

分割应以薄刀或菜刀尽量一刀切断。若以手捏断,会伤到面团。切开的那一面须用手如包进去般做成漂亮的圆形。这对后面的成形极具影响力。

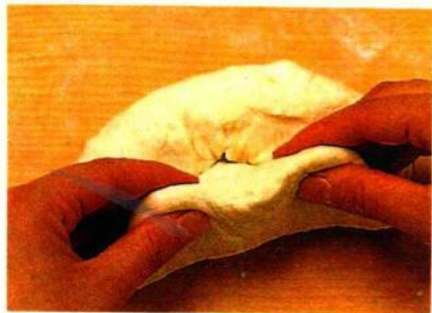
冷板时间

为了不让圆形的面团干了,须覆以布巾或塑胶巾。这是为了使在挤出空气或分割时,受伤的面团恢复原状,以便顺利成形。



成形

等到面团复原后,可以视面包的种类做出不同形状的面团。不管是做哪一种面包,在这个阶段的大事,就是不要太“欺凌”面团。然后尽可能一边挤出面团中的空气,一边或卷起、或摺叠、或填馅、或做成细长形等想要的形状。这个时候,若不使面团得以复原,就无法顺利摊开。在此阶段,若强行摊开、拉长,将使表皮和内馅产生缺陷,而无法做成形状美丽的面包。在摊开面团时,所用的扑粉宜以最小需要量为限。因为一旦过多的粉末残存在面团上,面包烤好后,该部分会比较坚硬。

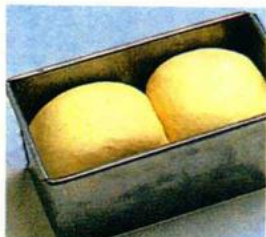


家庭用的烤箱由于容量有限,所以在成形时,以一次能放进去的分量为限,这一点是很重要的。本书由于考虑到一般家庭用的标准形烤箱,一次所用的面粉量约是500克。这大概是2条小型土司的分量。但是,若是做奶油面包卷之类的小面包,500克约可做24个,大概要4个烤盘才够。

如此一来,若分次烤,那么从第2个烤盘以后,那些已成形的小面团则过度发酵。因此,必须视气温将一半的面团放在冰箱等候,然后再适时取出予以成形。至于像奶油面包卷之类,则须将面团分成烤盘一次所能容纳的分量,再一一成形。虽然500克或许多了一点,但是若从一开始就将和面量减半,则会因面粉太少使得和面时力道不足,而且发酵的条件也会改变。所以面团的分量还是不要改变,其余一半可以冷藏,保存到下一次再做。

2次发酵

这是修整的发酵。是让成形后的小面团再度发酵。放着模型的面团或排在烤盘的已成形面团,在比1次发酵要高的温度下,可以膨胀成2倍左右的大小。此时,要特别注意勿使面包干掉。因为表面一旦干掉,则面包便无法伸展。因此,放在模型或排在烤盘上的面团宜先盖上一层干布,然后再拿一块布浸过热水后拧干盖上。如果是土司,直接利用土司模型的盖子即可。只是当面团胀大时,会粘到盖子上。



2次发酵可以充分利用烤箱的发酵温度。由于烤箱的性能及温度都可能使箱内的温度过高,所以,还是以面团测温计测试较保险。另外,还有一点必须记住的是,箱内温度并不代表面团的温度。面团温度最初从低温开始慢慢上升,到了32℃后再烤时,就会发成漂亮的面包。2次发酵应该适可而止。如果最后面包胀成3倍大,那么在发酵到2倍左右就该停止,若是最后胀成2倍半,那么发酵还不到2倍时就够了。如果像甜甜圈之类的炸面包或是松软的面包,就更应控制。因为一旦在低温放太久,即使特别漂亮成形的面团,也会走样,而且无法自由伸展。

面团的烤前处理

●切割

面团表面之所以要划开,是为了在面团的一部分上做成较弱的部分,好让其膨胀。划开时可以用刮胡刀片或烹调刀一刀切断。

●制造光泽

在加料的面团上制造厚光泽时,可以将蛋黄以少许的牛奶、鲜奶油或水溶合再涂上去。若是制造薄薄的光泽,可以涂上蛋白和水的混合液,而如果是外形较粗旷的面包,只要用刷子沾牛奶或水小心涂上即可。



烘烤

经过数小时准备成的面包面团，终于要进行最后的总整理了。借着加热，面团温度达到 60℃ 时，酵母便会继续活动，这时，面筋也会因为热度而从半流体成为固体，并停止作用。到此阶段，一般约需花 6~7 分钟。在这里，面包会向上发展，面包的形状也呈稍圆的高耸状。而面团中，酵母在排出气体时所产生的酒精及其他挥发性的芳香物质会分散开来，并赋予逐渐糊化的淀粉质面包内部良好的风味，而一部分则会飘至烤箱外。到了 70℃，面筋完全凝固时，淀粉也会逐渐得到水而糊化，并且从生变为熟的状态。由于一部分的水已经蒸发丧失，所以透过烘烤，面包应该比原来面团轻了一成。面团中的糖分遇热会牛奶糖化，并赋予面包外皮漂亮的金黄色。这是面团变成面包的共同结构。

视面团的大小或所含材料之不同，火候的通过及颜色情况也不同。以必须烤 30 分钟以上的面包为例，只要烤箱一点火，就应立即开始烘烤，不过若是小型面包，则须等加热到指定的温度再放入面团。而若是短时间即可烤好的小型面包，当烤箱温度高低的时候就放进去，则必不能产生漂亮的金黄色。若是延长烘烤时间，则外皮会变厚，成为硬面包。

将发酵好的面团立刻以适温烘烤，亦即，视 2 次发酵的进行情况来点火。温度与时间则因烤箱的大小而有差别。如果是电烤箱，可以稍将温度调高。

视烤箱的大小，其调理能力(烧烤能力)也不同，热度若无法充分循环，就无法烤出均一的颜色。小型烤箱一次只能烤 1 个烤盘的分量，因此，其余的在分割面团之时，就应做好留到后面作业的功夫。低温发酵的面团在 1 次发酵后，只取出要烘烤的分量，其余则包进塑胶袋中，重新放进冰箱。而极普通的家用烤箱即使附有门盖，但是一次烤的分量还是以 1 个烤盘为宜。如果重叠两层，则恐有颜色不均之处。烘烤成功的面包除了全体都呈漂亮的金黄色，拿起来感觉体积轻盈，敲敲底部则有“砰砰”的轻声。愈是短时间烤成的面包皮愈薄。如果喜欢带有韧劲的皮香，若是大型面包，可在结束前 10 分钟左右稍将温度调低，再多烤 10~15 分钟。

冷却

刚烤好的面包里头还充满水分，而且愈是中心愈有蒸气聚集而呈潮湿。虽然表面因水分蒸发而变硬。但是中心部分带有湿气，所以刀子插进去会被粘住，而无法切得漂亮。因此，刚烤好的面包务必暂时冷却，等待水分平均遍布整个面包。经过这道过程，面包才算大功告成。此外，虽然说是冷却，但也不要让它风干，而是自然冷却。事实上，像土司之类在傍晚烤好，等到第二天早上再吃，不仅可以切成漂亮的薄片，而且风味更佳。如果放到第二天就变成干巴巴的，则是某部分出了问题了。





方形土司 2斤
高筋面粉 500克

三山形土司
高筋面粉 500克 1.5斤型

一山形土司
高筋面粉 375克 1斤型

方形土司
高筋面粉 250克 1斤型

二山形土司
高筋面粉 375克 1斤型

二山形土司
高筋面粉 250克 1斤型

家庭烤面包始于土司、终于土司。请先确保自己可以做出不加料又好吃的面包。若能一边练习基本的土司做法，一边学习材料的性质与面团的特色，则日后的应用可说是无限宽广。

基本的土司

二山形土司^①

材料(10×20×9公分的1斤用土司形2条分)

- 高筋面粉 500克
- 砂糖 2小匙
- 黄油 2小匙
- 干酵母 2小匙
- 盐 1小匙
- 水(热水) 300 C.C.
- 涂抹大碗与模型的黄油 适量
- (面团重约840克)



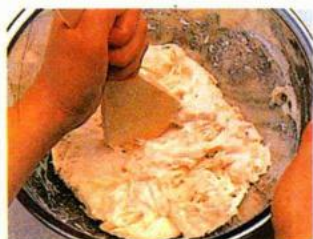
重点

●将面粉与水混合时,切勿一次全部混在一起,应该将面粉一点一点和进去,这是重点。在松软的面团中,若要先做出面筋,则可从剩余的面粉重新连结面筋,这样不但较容易,和面时会更轻松愉快。

●第2次发酵的温度须比第1次高,时间则较短。在此步骤,不能让面团全部膨胀。在已点火的烤箱中,最后的急速伸展,这种最后的发酵,对面包的成败影响最大。混和



和面



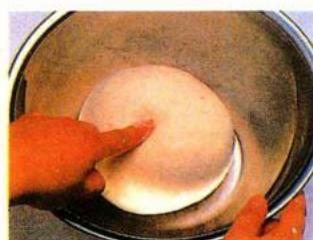
混合

④握紧拳头,像是要将面团绕起来般转动,另一只手紧按住碗壁,让面团结合在一起。

③紧紧按住大碗,用力搅拌,让面粉全部粘在一起,一旦粘到木杓难以搅拌,就开始改用手和面。

②继续转动木杓,让周围的面粉自然缠绕进去般,使水分与面粉溶合。

①将高筋面粉、干酵母、砂糖和盐放入大碗中粗略混合。中央挖出凹洞,加入水和黄油,只有中心部分充分混合使其光滑。



⑧在大碗里涂满黄油,放进面团,回转、翻面。让整个面团覆满黄油(为了防止水分蒸发)。

⑦当全部产生弹性,表面变得平滑后,和面就算大功告成。这时用指头按压,它会立刻恢复原状。

⑥如果面团的表面不平滑,可以紧抓住面团的一端,往碗里摔打几次。

⑤等面团结合在一起后,以手掌施以重力揉和。每约45度时,一边把面团翻面,一边充分和面。



⑩量出面团的重量,以薄刀分成4等分,让4个小面团等重。



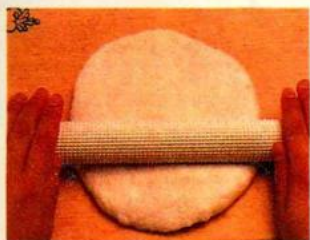
⑪刚开始时,以拳头按进中央挤出空气,接差,将面团从四周往中心摺叠,以挤出全体的空气。



⑫试着用指头轻压,若是洞还残留,就表示发酵適切。如果洞口又密合,则表示发酵不足。这时须重新放置,让它完成发酵。



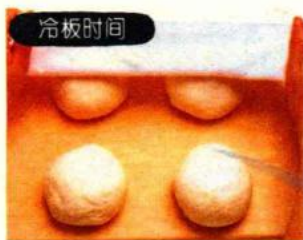
⑬拿布巾盖在大碗上,让它保持在28℃前后约1个半小时,一个胀到约3倍大,这是1次发酵。



16 用擀面棍从面团的中央往前擀1次,再向内擀1次。



15 用手掌将面团压平。



14 为了不让面团干掉,须盖上市布巾,休息10分钟。利用这个时间,将2个模型涂上薄薄的黄油。



13 将分割好的面团用手整圆,使表面平滑。可以将切好的面团往内侧包进去。



2次发酵

20 盖上市布巾,在36℃前后放约50分钟,让它发酵胀到2倍大。



19 将卷好的面团两端往下摺入。其余的3个面团也同样成形,在涂有黄油的模型里各放进2个面团。



18 将面团从内摺成三摺,再卷起来。



17 抓住四角整理形状,用擀面棍擀成正方形。

应用

做出外表美观 发得漂亮的面包

在二山形土司①的做法说明中,用小型烤箱也可烤出2条分的土司,只是一般来说,土司还是稍为大型一点较实用,而且外观上也较好看。如果有大型烤箱,这个分量可以使用1.5斤用的模型,做出1条二山形或三山形土司。这个时候,烘烤的时间应在30~35分钟。想要烤2条二山形土司①与一山形土司时,材料分量如下:

高筋面粉	750克
砂糖	1大匙
黄油	1大匙
干酵母	1大匙
盐	1/2大匙
水	470C.C.

1~19是同样进行,2次发酵则稍长,烘烤时间约为30分钟。



21 从模型取出面包,试着敲敲底部,如果有轻微声音就表示烤好了。这时可放在铁丝网上待其冷却。



22 将烤箱调到200℃,立刻把2个放有面团的模型放进下层,一直到出现金黄色,约须烤25分钟。

方形土司

做方形土司时,可在20的模型上盖上涂有黄油的盖子,使其2次发酵。然后连盖子一起放进去烤。



一山形土司

在步骤12将面团分成2等分,15~18则同样成形,将接口朝下,把两端压平往下摺,再放入模型。



直接利用土司的面团,可以变化成各式各样的面包。即使面团材质相同,但是只要大小及外形不同,不但在视觉上感受不一,吃起来也特别趣味。

土司面包的利用

南瓜

橄榄

蜜桃面包

牛角面包

材料(牛角、蜜桃各 7 个分 橄榄、南瓜各 2 个分)
土司面团(参照前面) … 420 克
玉米粉或太白粉 …… 适量
白芝麻 …… 适量

重点

牛角、橄榄之类的面包,用一部分土司面团来做即可,不过若是一开始做时,以猪油取代黄油,则有德国式味道,而若不加油脂,使脂肪成分为零,则又接近法国口味,诸如此类,稍加变化,口感都不同呢!对面包的面团而言,动物性油脂应比植物性油脂来得好,只是最近人们担心胆固醇过高,因此,在做面包时很容易放弃动物性脂肪,这在很可惜。

橄榄与南瓜

■做法

约莫和牛角及蜜桃的①~⑨相同(除去⑥、⑦)

分割②是分成 2 等分再整圆。成型④则是,做橄榄时,轻轻压平,褶成 3 褶,两端合上,做成橄榄球形。将褶成 3 褶的一端直接翻面。南瓜则是重新调整形状。在⑤之后,橄榄是划出 1 条 2 公分深的纵横(D),南瓜则是划出 4~5 条(画成格子状亦可)。烘烤时⑧,当烤箱调到 200℃,立即放入面团烤 20 分钟。

牛角与蜜桃

■做法

- ①一直到挤出空气,都与土司做法中的①~⑪相同。
- ②将①各分成 60 克。蜜桃是圆形,牛角则是细长形。
- ③盖上市巾,搁置 10 分钟。
- ④牛角的成型,两端弄尖,做出约 20 公分的细长形,两端内侧相同,成为半圆状

(A)。②次发酵时会变圆,因此细长成型即可)

蜜桃的成型 将玉米粉撒在平台及面团上,再用细的擀面棍用力压中央部分(B)。用手压两端,整理形状(C)。

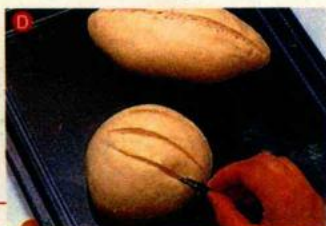
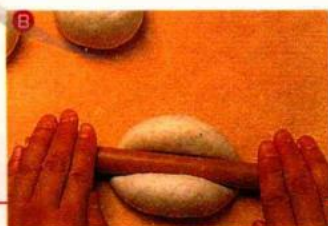
⑤在烤盘上撒一点玉米粉,放下面团,盖上市巾。在 36℃ 约放 30 分钟,让它 2 次发酵胀到 2 倍大。


⑥预先将烤箱加热到 200℃。

⑦用刷子沾水,除掉多余的水分后,稍微涂一点在牛角的中央使其湿润,再加上白芝麻。

⑧小心将面团摆在烤盘上,并使它们彼此不要相连。以 200℃ 的火力烤 15 分钟。敲敲面包底部,若是带有轻音,就表示烤好了。

⑨最后放到铁丝网上冷却。





葡萄干以及香味迷人的肉桂,都是厨房的常备品。无论什么时候,都可以用它们来做面包呢!

基本做法的应用

肉桂面包

葡萄面包