

幸荣老师的烘焙教室

玛芬蛋糕

[日]幸 荣 著 王宇佳 译

南海出版公司

2017·海口

前言

每年圣诞节，我都会烘烤一些名叫史多伦（stollen）的德国蛋糕。制作过程是利用酵母使面糊慢慢发酵，充分熟成，最后再烤成美味的蛋糕。面糊每次发酵的程度都有微小的差异，让我觉得非常有趣，发酵时散发出的香味，也让我觉得很幸福。

于是我想，如果能将发酵运用到更简单、更日常的玛芬蛋糕、磅蛋糕等点心中就好了。在这种想法的驱使下，我将自己设计出的发酵点心的方法汇集到一起，形成了这本书。

搅拌均匀的面糊渐渐膨胀的样子，真是棒极了。发酵的香味也让人欲罢不能，所以我每次制作时都很开心。最后烘烤出来的玛芬蛋糕等点心味道非常柔和，让人能联想到面包的酥软爽口。

我认为制作面包能让人变得幸福，制作点心也是一样。一边烤出柔软蓬松的发酵点心，一边想着吃这些点心的人。如此一来，你烤出的点心也一定能给大家带来笑容。

幸荣



① 不使用黄油

为了使点心的口感更加柔和且突出食材本身的味道，本书中的点心都没有使用黄油。这样一来，你既不用提前拿出黄油使它恢复到室温，也不用费力搅拌，更不用清洗很多容器。因为即便没有黄油，我们照样可以通过发酵制作出味道香醇的点心。



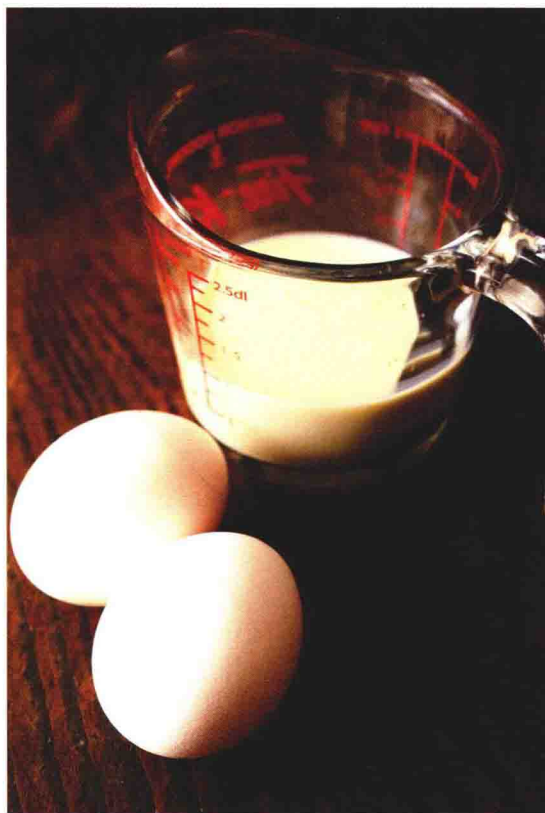
② 使用少量酵母发酵

一提起玛芬蛋糕，很多人都会想到使用鸡蛋和泡打粉。我没有使用这两种食材，而是使用了干酵母。其实，无论是泡打粉还是干酵母，都能制作出蓬松的玛芬蛋糕，但两者最大的不同就在于是否“依靠发酵的力量膨胀”。用酵母做出的玛芬蛋糕更蓬松湿润，而且口感略有些黏。请大家尽情享受酵母带来的独特香味和口感吧！



3 使用 / 不使用鸡蛋的两种方法

使用鸡蛋的发酵点心和不使用鸡蛋的发酵点心，不但卖相都很好，味道上也是各有魅力。不使用鸡蛋的点心，会使用豆乳代替，口感更柔软湿润。而加入鸡蛋的点心，味道更具层次感，口感也显得更柔和。为了使更多人体会到发酵点心的美味，我把主要精力集中在了不使用鸡蛋的方法上。



④ 只用一个碗就能做好

用常规方法制作点心时，一不小心就会多了一堆需要清洗的容器。光是这一点，就让人望而却步了。为了改变这种情况，我做了一些尝试，最后研究出了只用一个碗就能做出面糊的方法。只要将材料按顺序加入并混合均匀，剩下的就是发酵和烘烤了。这样一来，只要有想法就可以立刻动手，没有什么后顾之忧，制作起来也一定会更愉快。



目录

1 基础的发酵点心

- ① 基础的无蛋发酵玛芬蛋糕 11
- ② 基础的加蛋发酵玛芬蛋糕 14
- ③ 基础的无蛋发酵蛋糕 16
- ④ 基础的加蛋发酵蛋糕 18



2 各式各样的发酵点心

- 红茶玛芬蛋糕 20
- 柠檬玛芬蛋糕 21
- 可可巧克力碎玛芬蛋糕 22
- 香蕉黄豆粉蛋糕 23
- 苹果蛋糕 24
- 巧克力生姜玛芬蛋糕 25
- 香蕉玛芬蛋糕 25
- 印度拉茶蛋糕 32
- 可可大理石蛋糕 32
- 黄豆粉白芝麻玛芬蛋糕 33
- 覆盆子玛芬蛋糕 34
- 焦糖蛋糕 35
- 奥利奥全麦粉玛芬蛋糕 36



- 焙茶玛芬蛋糕 37
- 蓝莓酱玛芬蛋糕 37
- 胡萝卜蛋糕 44
- 咖啡碎粒蛋糕 45
- 橘子罐头奶油奶酪玛芬蛋糕 46
- 葡萄干奶油奶酪玛芬蛋糕 46
- 咖啡白巧克力蛋糕 47
- 红豆玛芬蛋糕 52
- 抹茶白巧克力玛芬蛋糕 52
- 菠萝杏仁片蛋糕 53
- 南瓜肉桂蛋糕 54
- 红薯黑芝麻玛芬蛋糕 55
- 核桃碎粒玛芬蛋糕 55



3

咸味的发酵点心

① 基础的咸味无蛋发酵玛芬蛋糕	67
② 基础的咸味无蛋发酵蛋糕	70
火腿香葱玛芬蛋糕	72
金枪鱼玉米玛芬蛋糕	73
腊肠欧芹蛋糕	74
咖喱泡菜玛芬蛋糕	75
菠菜奶酪玛芬蛋糕	75
花椰菜樱花虾蛋糕	76
培根橄榄蛋糕	76
小番茄卡蒙贝尔奶酪蛋糕	77



4

发酵司康饼

基础的发酵司康饼	82
全麦司康饼	84
巧克力碎黑芝麻司康饼	85
柠檬茶司康饼	85
黑糖司康饼	86
肉桂核桃司康饼	86
杏干司康饼	87



【专栏】

烘焙工具	59
烘焙材料	60
常用的配料	62
玛芬蛋糕干	63
玛芬蛋糕的各种装饰	64
保存方法和保存时间	66
发酵的诀窍	66

本书使用需知

- 1 大匙是 15ml, 1 小匙是 5ml。
- 鸡蛋均使用 M 号 (约 50g)。
- 烤箱要提前预热到设定的温度。
使用的烤箱不同, 烘烤时间也会有差异。
可以参考食谱的时间, 一边观察一边自行增减时长。
- 如果使用瓦斯烤箱, 要将食谱的温度降低 10℃。

1 基础的发酵点心

下面为大家介绍使用干酵母制作的面糊。经过烘烤后，它那蓬松柔软的样子和独特的香味让人胃口大开。加蛋的点心颜色会更黄一些，与无蛋的点心有着微小的差异，这一点真是非常有趣。这两种配方烤出的点心，口感都非常柔和，能够让人联想到酥软的面包。



A close-up photograph of four golden-brown muffins resting in a light-colored wooden bowl. The muffins have a slightly cracked, textured surface and are set against a dark, warm-toned wooden background. The lighting is soft, highlighting the texture of the muffins and the grain of the wood.

1

基础的无蛋 发酵玛芬蛋糕

这个方法使用的材料很少，操作起来非常简单。只需用打蛋器充分搅拌，待其发酵后放入烤箱内烘烤即可。烤出的玛芬蛋糕味道香甜，可以直接食用，也可以跟果酱或奶油奶酪搭配食用。

◆材料(直径7cm的玛芬蛋糕模具4个份)

低筋面粉	100g
干酵母	1/2 小匙 (2g)
调味豆乳	90g
蜂蜜	30g
砂糖	2 大匙
菜籽油	2 大匙

◆准备工作



调味豆乳恢复到室温(夏天可以直接从冰箱里拿出来使用,冬天要待其恢复到与体温相同的温度)。将蛋糕纸杯(P59)放入模具中。

1 将蜂蜜、砂糖和菜籽油混合到一起



将蜂蜜、砂糖和菜籽油倒入碗中,用打蛋器搅拌。使砂糖充分溶解且整体略微变硬。

2 加入调味豆乳



分3次加入豆乳,每次都要用打蛋器充分搅拌。先加入1/3的量。



用打蛋器充分搅拌,使调味豆乳、砂糖和油混合均匀。

*这一步的窍门是使食材乳化。如果搅拌不充分,就会显得很油。

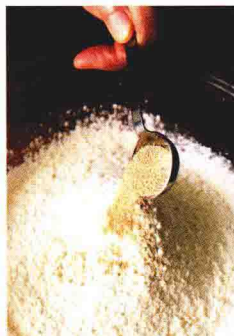


分2次加入剩余的调味豆乳,每次加入都要用打蛋器充分搅拌。

3 加入面粉和酵母



将面粉筛入碗中。

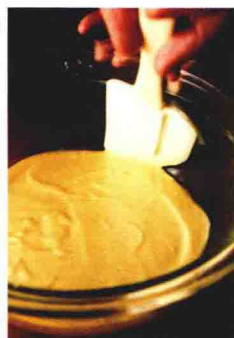


加入干酵母。

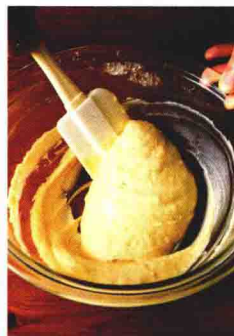


用打蛋器充分搅拌,直到看不见干面粉为止。

4 发酵 (三小时左右)



用橡胶铲将碗四周的面糊刮下来。

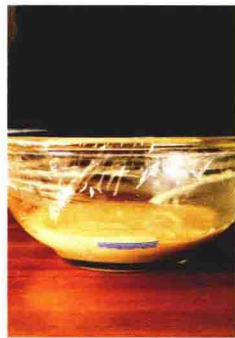


将面糊搅拌成均匀柔滑的状态。

* 搅拌后面糊可能会有些塌，但没关系。如果搅拌得不够，烘烤时就无法均匀地膨胀。



放入预热到 180℃ 的烤箱中烘烤 20 ~ 25 分钟，直到烤得变色为止。



包上保鲜膜，在面糊的最高点贴上胶带，当作标记。



用木勺将面糊倒入模具中 8 分满的位置。



从模具中取出 (温度很高，操作时要小心)，连蛋糕纸杯一起放在冷却架上冷却。

* 冷却后，蛋糕纸杯会更容易揭下。



待其发酵，直到面糊膨胀为原来的 2 倍高为止。

* 在室温 25℃ 的情况下，大约需要 3 小时。

5 烘烤



将烤箱预热到 180℃。用橡胶铲从面糊底部向上搅拌。

► 放置的场所



面糊不能受到太阳直射，所以要放在人待着也非常舒适的阴凉处。我一直是放在厨房的桌子上。

► 制作 6 个直径 7cm 的玛芬蛋糕时

低筋面粉	150g
干酵母	3/4 小匙 (3g)
调味豆乳	135g
蜂蜜	45g
砂糖	3 大匙
菜籽油	3 大匙

* 制作加蛋玛芬蛋糕和其他玛芬蛋糕时，只需将材料分量增加到 1.5 倍即可。

2

基础的加蛋 发酵玛芬蛋糕

加蛋玛芬蛋糕颜色会比无蛋玛芬蛋糕黄一些，看起来非常可爱。使用的鸡蛋只有1个，却能膨胀得很饱满，口感也更柔软。请大家尽情地享受鸡蛋的味道吧！



材料(直径7cm的玛芬蛋糕模具4个份)

低筋面粉..... 100g
干酵母..... 1/2 小匙 (2g)
鸡蛋 (M号) 1个
调味豆乳..... 60g
蜂蜜..... 30g
砂糖..... 2 大匙
菜籽油..... 2 大匙

准备工作

- 鸡蛋和调味豆乳恢复到室温,放在一起搅拌均匀(调味豆乳夏天可以直接从冰箱里拿出来使用,冬天要待其恢复到与体温相同的温度)。
- 将蛋糕纸杯(P59)放入模具中。

1 将蜂蜜、鸡蛋、调味豆乳等混合到一起



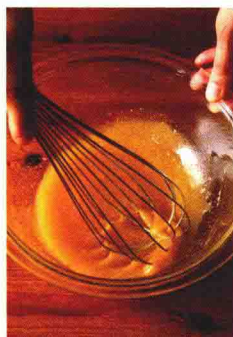
将蜂蜜、砂糖和菜籽油倒入碗中,用打蛋器搅拌。使砂糖充分溶解且整体略微变硬。



分3次加入豆乳和鸡蛋的混合液,先加入1/3的量,每次都用打蛋器充分搅拌。

2

加入面粉和酵母



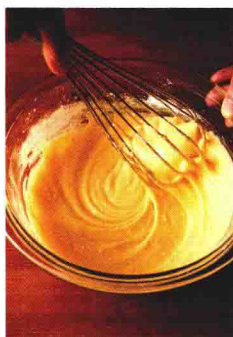
分2次加入剩余的混合液,每次都要充分搅拌。



将面粉筛入碗中。



加入干酵母。



用打蛋器充分搅拌,直到看不见干面粉为止。

3

发酵(三小时左右)



用橡胶铲将碗四周的面糊刮下来,包上保鲜膜,在面糊的最高点贴上胶带,当作标记。



待其发酵,直到面糊膨胀为原来的2倍高为止。
*在室温25℃的情况下,大约需要3小时。

4

烘烤



将烤箱预热到180℃。用橡胶铲从面糊底部向上搅拌,搅拌成均匀柔滑的状态。



将面糊倒入模具中8分满的位置。放入烤箱中烘烤20~25分钟,烤到变色为止。

3

基础的无蛋 发酵蛋糕

无蛋发酵蛋糕与无蛋发酵玛芬蛋糕使用的材料相同。制作时，只需将食材混合好并待其发酵，然后将面糊倒入磅蛋糕模具中烘烤即可。刚出炉的蛋糕当然非常美味，放到第二天热一热再吃，味道也不会逊色。整体口感结实劲道，与面包很像。



材料 (18cm × 8cm × 6cm 的磅蛋糕模具 1 个份)

低筋面粉.....150g
干酵母.....1/2 小匙 (2g)
调味豆乳.....140g
蜂蜜.....50g
砂糖.....3 大匙
菜籽油.....3 大匙

准备工作

- 豆乳恢复到室温 (夏天可以直接从冰箱里拿出来使用, 冬天要待其恢复到与体温相同的温度)。
- 将烤箱用垫纸铺在磅蛋糕模具中。

1 将蜂蜜、油和豆乳等混合到一起



将蜂蜜、砂糖和油倒入碗中, 用打蛋器搅拌。使砂糖充分溶解且整体略微变硬。



分 3 次加入豆乳, 先加入 1/3 的量, 每次都用打蛋器充分搅拌。



分 2 次加入剩余的豆乳, 每次加入都要充分搅拌。

2 加入面粉和酵母



将面粉筛入碗中。



加入干酵母。



用打蛋器充分搅拌, 直到看不见干面粉为止。

3

发酵 (三小时左右)



用橡胶铲将碗四周的面糊刮下来。包上保鲜膜, 在面糊的最高点贴上胶带, 当作标记。

待其发酵, 直到面糊膨胀为原来的 2 倍高为止。

* 在室温 25℃ 的情况下, 大约需要 3 小时。

4

烘烤



将烤箱预热到 170℃。用橡胶铲从面糊底部向上搅拌。



将面糊倒入磅蛋糕模具中, 用橡胶铲抹平表面。放入烤箱中烘烤 35 ~ 40 分钟, 直到变色。取出冷却。