

CENGAGE  
Learning™



LE CORDON BLEU®

\*收录法国蓝带厨艺学院大厨们的经典技艺\*



# 法国蓝带 烘焙宝典

上册

[法] 法国蓝带厨艺学院 著  
许学勤 译

\*收录法国蓝带厨艺学院大厨们的经典技艺\*

# 法国蓝带 烘焙宝典

上册



\*LE CORDON ROUGE\*

[法] 法国蓝带厨艺学院 著  
许学勤 译



中国轻工业出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

法国蓝带烘焙宝典. 上册 / 法国蓝带厨艺学院著; 许学勤译. —北京: 中国轻工业出版社, 2017.4  
ISBN 978-7-5184-1114-6

I. ①法… II. ①法… ②许… III. ①烘焙—糕点加工 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第223706号

The Chefs of Le Cordon Bleu

Le Cordon Bleu's Patisserie & Baking Foundations, 2012

EISBN: 978-1-4390-5713-1

Copyright © 2012 by Le Cordon Bleu International, a part of Cengage Learning.

Original edition published by Cengage Learning. All rights reserved.

本书原版由圣智学习出版公司出版。版权所有, 盗印必究。

China Light Industry Press Co. Ltd is authorized by Cengage Learning to publish, distribute and sell exclusively this simplified Chinese edition. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only (excluding Hong Kong SAR, Macao SAR and Taiwan). Unauthorized export of this edition is a violation of the Copyright Act. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

本书中文简体字翻译版由圣智学习出版公司授权中国轻工业出版社独家出版发行。此版本仅限在中华人民共和国境内(不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾地区)销售。未经授权的本书出口将被视为违反版权法的行为。未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

Cengage Learning Asia Pte. Ltd.

151 Lorong Chuan, # 02-08 New Tech Park, Singapore 556741

责任编辑: 马 妍      责任终审: 劳国强      封面设计: 王超男  
版式设计: 印象·迪赛      责任校对: 晋 洁      责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2017年4月第1版第1次印刷

开 本: 889 × 1194    1/16    印张: 18.75

字 数: 200千字

书 号: ISBN 978-7-5184-1114-6    定价: 138.00元

著作权合同登记 图字: 01-2014-3490

邮购电话: 010-65241695    传真: 65128352

发行电话: 010-85119835    85119793    传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: [club@chlip.com.cn](mailto:club@chlip.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

131241S1X101ZYW

# 目 录

## 第一章 法国糕点史 010

引言 012

历史 012

食谱的出现 016

当代法式糕点 021

蓝带厨艺学院的《法国蓝带烘焙宝典》 021

## 第二章 西饼屋职业与生活 022

纪律和厨房团队 025

厨房团队 030

糕点部 039

卫生和清洁 040

个人卫生与仪表 041

安全和卫生工作习惯 042

行业工具 043

有关设备的建议 047

一般安全注意事项 048

工作区域准备 048

菜单 049

## 第三章 基本原料 052

糖、糖添加剂和甜味剂 054

面粉 065

发酵剂 073

蛋 075

乳制品 080

水果 092

坚果和种子 115

香草、香料和花卉 127

可可制品 131

酒及衍生产品 140

添加剂和加工配料 146





#### 第四章 糕点技术与技巧 156

温度与时间 158

计量 158

混合 159

醒发与发酵 159

成形 160

烘焙 160

蛋糕和松糕 161

面团 165

叠层面团 176

发酵面团 181

奶油 191

蛋白霜 198

巧克力 201

成品装饰 209

翻糖 211

#### 第五章 经典法式糕点制作 214

基础面团 216

● 炸糕面糊 219

● 泡芙面团 221

● 雪茄面糊 223

● 可丽饼面糊 225

● 油酥面团 227

● 千层饼面团 228

● 酥饼面团 233

● 甜酥皮面团 235

发酵面团 236

● 布里欧面团 239

● 可颂面团 240

● 法棍面包面团 245



- 起子面团 247
- 甜发酵面团 249
- 奶油与蛋白霜 250
  - 英式奶油 253
  - 黄油糖霜 255
  - 尚蒂伊奶油 257
  - 吉布斯特奶油 259
  - 杏仁奶油 261
  - 糕点奶油 263
  - 蛋白霜 265
- 蛋糕（基础混合物） 266
  - 手指蛋糕 269
  - 达克瓦兹蛋糕 271
  - 杰诺瓦士蛋糕 273
  - 鸠康地蛋糕 275
  - 高糖蛋糕 277
  - 磅蛋糕 279
- 其他制品 280
  - 皇家蛋奶冻 283
  - 甘纳许 285
  - 皇家糖霜 287
  - 糖浆 289

## 附录 290

- 换算表 290
- 词汇表 292
- 配方索引 299



\*收录法国蓝带厨艺学院大厨们的经典技艺\*

# 法国蓝带 烘焙宝典

上册



\*LE CORDON ROUGE\*

[法] 法国蓝带厨艺学院 著  
许学勤 译



中国轻工业出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

法国蓝带烘焙宝典. 上册 / 法国蓝带厨艺学院著; 许学勤译. —北京: 中国轻工业出版社, 2017.4  
ISBN 978-7-5184-1114-6

I. ①法… II. ①法… ②许… III. ①烘焙—糕点加工 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第223706号

The Chefs of Le Cordon Bleu

Le Cordon Bleu's Patisserie & Baking Foundations, 2012

EISBN: 978-1-4390-5713-1

Copyright © 2012 by Le Cordon Bleu International, a part of Cengage Learning.

Original edition published by Cengage Learning. All rights reserved.

本书原版由圣智学习出版公司出版。版权所有, 盗印必究。

China Light Industry Press Co. Ltd is authorized by Cengage Learning to publish, distribute and sell exclusively this simplified Chinese edition. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only (excluding Hong Kong SAR, Macao SAR and Taiwan). Unauthorized export of this edition is a violation of the Copyright Act. No part of this publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

本书中文简体字翻译版由圣智学习出版公司授权中国轻工业出版社独家出版发行。此版本仅限在中华人民共和国境内(不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾地区)销售。未经授权的本书出口将被视为违反版权法的行为。未经出版者预先书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

Cengage Learning Asia Pte. Ltd.

151 Lorong Chuan, # 02-08 New Tech Park, Singapore 556741

责任编辑: 马妍      责任终审: 劳国强      封面设计: 王超男  
版式设计: 印象·迪赛      责任校对: 晋洁      责任监印: 张可

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京顺诚彩色印刷有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2017年4月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/16 印张: 18.75

字数: 200千字

书号: ISBN 978-7-5184-1114-6 定价: 138.00元

著作权合同登记 图字: 01-2014-3490

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: [club@chlip.com.cn](mailto:club@chlip.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

131241S1X101ZYW



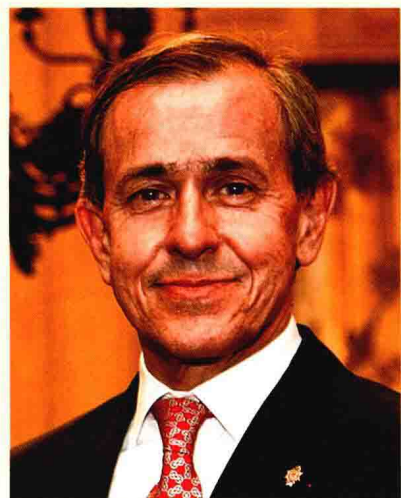


# 前 言

我很自豪地介绍蓝带烹饪基础教科书——《法国蓝带烘焙宝典》。本书旨在为您进入糕点世界提供有用参考，也为您本人以业余或专业方式从事这方面的工作提供帮助。乍一看，你可能会觉得这又是一本“烹饪教科书”，但仔细阅读你会发现，本书的重点是讲解烘焙技术。这点对于法式糕点特别重要，掌握了基础技术和配方，就等于掌握了制作任何（包括创新）糕点的必要元素。

本书的操作步骤照片，可为大部分基本技巧学习提供视觉帮助。我们了解到，世界各地许多学生和毕业生，都在寻找介绍已有三百多年历史并受世人推崇的法式糕点和烘焙的基本技术书。尽管人类聪明才智的发展在糕点房也得到了体现，但技艺都基本保持不变。过去几个世纪，糕点师们经历了用灰烬、柴炉直到感应炉和“抗扒炉”进行烹饪的变化。这些进步无疑影响着糕点的演变，但糕点配方是经验性的，有的保留了下来，也有的得到了改进。

本书对这些技术史和知识重新进行了整理和拓展。在此，你会发现整个法国糕点史中出现的各种配方，并可了解经典技术在这些配方中的应用。同时，由于烘焙已在国际范围内流行起来，书中也介绍了其他国家或地区的糕点和面包配方，例如可颂面包和巧克力泡芙。从整体上来观察这些国际美食，你会在其中发现法国经典技术的影子。



最后，我们必须向坚持不懈、致力于将烹饪热情代代相传的几代厨师们致敬。从曾在炽热火焰前转动烤叉当过学徒的纪尧姆·塔耶勒（Guillaume Tirel），到用现代技术重新定义美食的艾伯·亚德里亚（Alber Adria）——都是厨艺传承厨师的代表。

一个多世纪以来，蓝带厨艺学院通过重要的厨师教学活动，传授着这门技艺。自从蓝带厨艺学院1895年在巴黎诞生以来，来自世界各地的学生，加入到我们所推崇的法国烹饪事业中。不管你是为亲人还是为客户烹饪，重要的不是配方，而是在厨房中的操作。

我非常高兴地看到，本书和其他形式的媒体，使我们的“教室”超过了国际学院和网络教学范围。《法国蓝带烘焙宝典》一书，不仅具有指导和参考作用，而且也有助于激发灵感，希望你们能喜欢上这本书。

法国蓝带厨艺学院院长

*Andr  J. Coindreau*

## 致 谢

巴黎蓝带厨艺学院，伦敦蓝带厨艺学院，渥太华蓝带厨艺学院，马德里蓝带厨艺学院，阿姆斯特丹蓝带厨艺学院，日本蓝带厨艺学院，蓝带厨艺学院股份有限公司，澳大利亚蓝带厨艺学院，秘鲁蓝带厨艺学院，韩国蓝带厨艺学院，利班蓝带厨艺学院，墨西哥蓝带厨艺学院，泰国蓝带厨艺学院，马来西亚蓝带厨艺学院，新西兰蓝带厨艺学院，亚特兰大蓝带烹饪艺术学院，奥斯汀蓝带烹饪艺术学院，波士顿蓝带烹饪艺术学院，芝加哥蓝带烹饪艺术学院，达拉斯蓝带烹饪艺术学院，拉斯维加斯蓝带烹饪艺术学院，洛杉矶蓝带烹饪艺术学院，迈阿密蓝带烹饪艺术学院，明尼阿波利斯 / 圣保罗蓝带烹饪艺术学院，奥兰多蓝带烹饪艺术学院，波特兰蓝带烹饪艺术学院，萨克拉门托蓝带烹饪艺术学院，圣路易斯蓝带烹饪艺术学院，加州烹饪学院，斯科茨代尔蓝带烹饪艺术学院，以及西雅图蓝带烹饪艺术学院。

特别感谢：帕特里克·马丁大厨，让·雅克·东享大厨，克里斯蒂安·福尔大厨，财政部，赫维·夏伯特大厨，西里尔·内奥特大厨，让-马克·巴克大厨，凯瑟琳·肖，凯丽·卡特，查尔斯·格雷戈里，亚当·莱姆以及凯西·麦金太尔。学生助理：莉莲·卡多萨，金敏君，萨乌桑·艾哈迈德-阿里，卡珊德拉·彼得罗保罗，阿斯玛·阿罗特曼，莎莎·扬，以及保拉·格雷科。

# 目 录

## 第一章 法国糕点史 010

引言 012

历史 012

食谱的出现 016

当代法式糕点 021

蓝带厨艺学院的《法国蓝带烘焙宝典》 021

## 第二章 西饼屋职业与生活 022

纪律和厨房团队 025

厨房团队 030

糕点部 039

卫生和清洁 040

个人卫生与仪表 041

安全和卫生工作习惯 042

行业工具 043

有关设备的建议 047

一般安全注意事项 048

工作区域准备 048

菜单 049

## 第三章 基本原料 052

糖、糖添加剂和甜味剂 054

面粉 065

发酵剂 073

蛋 075

乳制品 080

水果 092

坚果和种子 115

香草、香料和花卉 127

可可制品 131

酒及衍生产品 140

添加剂和加工配料 146





#### 第四章 糕点技术与技巧 156

温度与时间 158

计量 158

混合 159

醒发与发酵 159

成形 160

烘焙 160

蛋糕和松糕 161

面团 165

叠层面团 176

发酵面团 181

奶油 191

蛋白霜 198

巧克力 201

成品装饰 209

翻糖 211

#### 第五章 经典法式糕点制作 214

基础面团 216

● 炸糕面糊 219

● 泡芙面团 221

● 雪茄面糊 223

● 可丽饼面糊 225

● 油酥面团 227

● 千层饼面团 228

● 酥饼面团 233

● 甜酥皮面团 235

发酵面团 236

● 布里欧面团 239

● 可颂面团 240

● 法棍面包面团 245



- 起子面团 247
- 甜发酵面团 249
- 奶油与蛋白霜 250
  - 英式奶油 253
  - 黄油糖霜 255
  - 尚蒂伊奶油 257
  - 吉布斯特奶油 259
  - 杏仁奶油 261
  - 糕点奶油 263
  - 蛋白霜 265
- 蛋糕（基础混合物） 266
  - 手指蛋糕 269
  - 达克瓦兹蛋糕 271
  - 杰诺瓦士蛋糕 273
  - 鸠康地蛋糕 275
  - 高糖蛋糕 277
  - 磅蛋糕 279
- 其他制品 280
  - 皇家蛋奶冻 283
  - 甘纳许 285
  - 皇家糖霜 287
  - 糖浆 289
- 附录 290**
- 换算表 290
- 词汇表 292
- 配方索引 299



第一章 *Chapter one*

# 法国糕点史





