

Enjoy
享受厨房丛书 Cooking

做西点不仅是一种爱好
更是寻找幸福的一种途径



西点公主 烘焙日记



异海 * 著

详细步骤图文 • 失败经验分享 • 成功关键详析 • 西点背后故事

上海文化出版社

序

(托月月所写)



海，还有她的西点

如果没记错，海开始做西点也不过是近两年的事。第一次尝到她制作的糕点，是在前年。她用一层又一层的牛皮纸小心地包裹了一盒牛油曲奇饼干，然后快递给我。那时的我根本不知道今后我的每个生日，她都会带着礼物，提着亲手做的蛋糕来为我庆生。

海是慢工出细活的人，每做一个蛋糕就需要耗费她大半天的精力，而且花费的成本绝不亚于高级西点店里同样大小的一只蛋糕。常看见她为了找到一些特别的材料或者工具，搜遍大半个上海。对于海而言，做糕点已经不仅仅是一种爱好了，更是她寻找幸福的一种途径吧。

所以，即便西点店里用机械做出的蛋糕如何华丽精致，也远不及她的这些，可以长久地让香甜幸福的味道留存在记忆中，用来回味当时的美好。对于我和那些收到她做的蛋糕的人而言，这是最好的礼物！

生活中的海并不擅长用语言表达自己的情绪，很有些倔强。她



的文字透着温婉和坚定，一如她的内心。生活对于她，有过太多的考验，见过她的泪水，见过她软弱，见过她放弃。可不论伤害有多深，悲伤有多重，她却总是能一直微笑着对我说：月，无论如何，我们都不要放弃希望，要继续努力生活。

柔弱的她，如今，竟也可以背上重重的单反相机，和同伴徒步骑马游新疆，成了会享受生活的潇洒女子。

至于要出版这本日记，其实，海是从来没想过的。只是一个偶然的机会，她在出版社工作的“猫友”发现了她的潜质，决定发掘出来，这才开始了酝酿。我比谁都了解，海是个多么没有野心的孩子，从来都只是安静地生活。这本书，我也比谁都清楚，是她关于幸福的一个梦想。她决定接下这本书，不是为了出名，更不是为了金钱，而是她在努力地实现自己的愿望。这样认真生活的海，作为朋友，有什么理由不支持她不为她骄傲呢？

海，如今的一切，都是你不停努力得来的。今后，就像这些美味可口的食物一样，我们的人生也必定会有更多美好的记忆值得珍藏。你一定，要继续加油哦！

目录

CONTENTS



常用材料 · 5

常用工具 · 9

我的西点初体验 · 12

黑加仑软曲奇 第一次做曲奇 · 13

菠萝反转蛋糕 第一次做蛋糕 · 14

法式苹果派 第一次做派 · 16

咖啡白兰地蛋糕 第一次做戚风蛋糕 · 18

肉松卷 第一次做面包 · 19

奇异果蛋糕 第一次做慕斯蛋糕 · 20

什锦比萨 第一次做比萨 · 22

蛋糕 · 24

乳酪蛋糕 · 25

柠檬白巧克力重乳酪 朴素而安宁的相守 · 26

日式轻乳酪 和克莉丝汀赌气 · 28

重奶油蛋糕 · 30



目录

CONTENTS

馅饼和挞 · 87

柠檬蛋白派 ZS 姐姐 · 88

香酥南瓜派 天堂里会有永恒 · 90

三层梅脯挞 薰衣草的故乡 · 92

千层核桃馅饼 爱琴海的香气 · 94

千层杂莓派 徒步新疆 · 98

乱做的蘑菇派 空闲的翅膀 · 100

小西点 · 102



丹麦曲奇 蓝罐是这样炼成的 · 103



巧克力麦片饼干 一个人的精彩 · 104

意大利小饼干 住在意大利史特雷莎的玛格丽特小姐 · 105

抹茶棋格饼干 搭积木的游戏 · 106

蓝莓软曲奇 美丽人生 · 107

法式香蕉煎饼 吃烤肉吃出来的事情 · 108

巧克力 Biscotti 意大利曲奇 · 109

椰汁西米露(冻) 我们还是失散了 · 110

芒果布丁 七月和安生 · 112

意式面包布丁 勇气 · 113

铜锣烧 珍贵的美好 · 115



后记 · 117

常 用 材 料

黄油 (Butter)

一种从牛奶中提取的动物性油脂，分有盐黄油 (Salted Butter) 和无盐黄油 (Unsalted Butter) 两种。西点方子中的奶油一般指无盐的，如果需要用有盐的会特别指出。



麦淇淋 (Margarine)

又称玛琪琳、乳玛琳或植物奶油 (植物黄油、人造奶油)，由氢化植物油加奶油香料制成。熔点较黄油高，约 41℃ 左右，性质与黄油相似，不过风味不及黄油天然。



酥油 (Shortening)

最好的酥油，属次级的无水奶油 (此类酥油名为 “Butter Oil”)。但大多是以氢化白油和奶油香料配制而成，此类酥油就是 “Shortening”。



淡奶 (Evaporated Milk)

淡奶又叫奶水，是将牛奶蒸馏后去除一些水分制成的，比牛奶稍浓，风味也更浓郁。超市里最常见的是雀巢公司生产的三花淡奶，一般我觉得可以用牛奶代替。



鲜奶油 (Cream)

鲜奶油是白色像牛奶的液体，分为动物性鲜奶油和植物性鲜奶油，一般用在点心中增加风味或者打发后用来涂抹点心和装饰，打发后的鲜奶油叫 “Whipped Cream”。

动物性鲜奶油分 “Half-and-half Cream、Light Cream、Whipping Cream、Heavy Cream、Double Cream” 五个级别，含乳量从低到高。前两个含乳量较低，

不能打发，后面三种均可打发。动物性鲜奶油没有甜味，是淡奶油，只能冷藏保存，而且开封后要尽快用完。

植物性鲜奶油又叫人造鲜奶油，有甜味，是甜奶油。可以冷冻保存，用之前解冻就行了。



粗砂糖 (Coarse Sugar)

是颗粒较粗的砂糖，多数用在饼干和派等点心的表面装饰上，也可以用在点心制作中。不过颗粒较粗，要花较多时间才能熔化。



细砂糖 (Superfine Sugar)

用粗砂糖磨细制成，超市里一般看到的幼砂糖就是。一般点心中最好用细砂糖，这样材料容易融合。可以用绵白糖代替，不过绵白糖是用甜菜制成的，容易受潮结块。



糖粉 (Icing Sugar 或 Sugar Powder)

又叫糖霜，是非常细的白色糖粉末，加入一定量的玉米淀粉，防止糖受潮结块。一般用在点心的表面装饰，如果代替细砂糖使用的话，要适当增加用量。



红糖和黄糖 (Brown Sugar)

红糖的原料是甘蔗，含有95%左右的蔗糖。古法是将收割下来的甘蔗经过切碎碾压，压出来的汁液先去除泥土、细菌、纤维等杂质，接着以小火熬煮5~6小时，不断搅拌让水分慢慢地蒸发掉，使糖的浓度逐渐增高。高浓度的糖浆在冷却后会凝固成为固体块状的粗糖，也就是红糖砖。这样的传统做法保持了甘蔗原本的营养，同时也使红糖带有一股类似焦糖的特殊风味。制作过程中熬煮的时间越久红糖砖的颜色也越深，使红糖呈现出不同深浅的红褐色。而我们常见的传统粉

末状红糖则是红糖砖再经过研磨制成的。

不论是红糖、黄糖、白糖、冰糖，起初的提炼做法都是一样的，之所以会成为不同颜色、形态的糖，原因在于最后精制与脱色的程度不同。精制的程度越高颜色越白、纯度越高，但是甜度却不会因为纯度高而增加。

这几种糖中甜度较高的是红糖与黄糖。红糖和黄糖所含物质丰富，除了甜味外，还具有独树一帜的风味，用在西点中会有特殊的效果哦。



泡打粉 (Baking Powder)

又叫速发粉、发粉，简称B.P.，是一种中性的化学膨松剂，用在西饼、松糕、蛋糕等制作中，可以使组织蓬松。



苏打粉 (Baking Soda)

简称B.S.，是一种碱性的白色粉末。一般会在制作巧克力蛋糕时使用，来中和可可粉的酸性。



塔塔粉 (Cream of Tartar)

一种酸性的白色粉末，在打发蛋白时用来中和蛋白的碱性，使蛋白泡沫更加细腻，并且还有稳定蛋白的作用。



酵母 (Yeast)

酵母用来做面食的发酵，一般市面上能见到的是鲜酵母和速发干酵母。家里制作包子或者面包大多用速发干酵母，一来容易购买、保存，二来用量也比较好掌握。



明胶 (Gelatine)

又叫鱼胶粉或吉利丁，是从动物的骨头中提炼出的胶质，半透明黄褐色，有腥味，需要泡冷水去腥，一般用来制作慕斯蛋糕和果冻。

吉利丁片经吉利丁加工后呈透明的片状，几乎没了腥味，品质比较高，要注意防潮保存。一片吉利丁片大约等于 1/2 小匙鱼胶粉。



低筋面粉 (Cake Flour)

又叫“Soft-Wheat Flour”，简称低粉，蛋白质含量低，平均在8.5%左右，麸质也较少，因此筋度低，多用来制做蛋糕等松软糕点。

中筋面粉 (All Purpose Flour)

简称中粉，其实就是家里用的普通面粉，蛋白质含量平均在11%左右。一般用来做包子、馒头、饼等中式点心，也用在制作派皮等西点上。

高筋面粉 (Bread Flour)

简称高粉，通常蛋白质含量在 11.5%以上的就可以叫做高筋面粉。蛋白质含量高，麸质也较多，筋度高，多数用来做面包。

粟粉 (Corn Starch)

又叫玉米淀粉，西点方子里一般叫做玉米粉，是白色的粉末，要注意和北方那种黄色的玉米面区别开哦。

香草粉 (Vanilla Powder) 和香草精 (Vanilla Extract)

都是从香草豆中提炼出来的，用来增加点心的风味。后者较前者纯度更高，风味更加自然、浓郁。

常 用 工 具

烤箱

要能做出比较像样的点心，烤箱必须能调节温度，上下火分开，空间也不能太小。我可爱的“尚鹏堂”，1500W，16L，最大能做10英寸的蛋糕，温度最高达250℃，有100℃以下的低温，方便发酵。

...



打蛋器

分手动打蛋器和电动打蛋器。

...



打蛋盆

大小小都有，不锈钢的性质稳定，蛋白和奶油都比较容易打发。

...



厨房克秤

塑料的厨房秤是在宜家买的，49元。电子秤是网上淘的，能精确到1克。

...



量勺

分别购于宜家和澳门路酒店用品大卖场。一般方子中的1小勺=1茶勺 (teaspoon) =5毫升，1大勺=1汤勺 (tablespoon) =15毫升。

...



筛子

筛粉类材料时会用到。

...



橡皮刮刀

做蛋糕、饼干时常用。

...



蛋糕模具

各种各样的。

...



锡纸

垫烤盘或者盖在蛋糕、面包上防止上色过深时都能用到。



烤盘纸

买了各种各样的，从不同超市收集而来。



高温布

垫在烤盘里防粘效果超好，而且清洗方便，可以反复使用。



裱花嘴

喜欢什么就用什么好啦。



裱花袋

棉布做的是做曲奇时用的，可以洗。塑料的是一次性的，挤完奶油、巧克力一扔就完事了。



轮刀

光面的轮刀刀口锋利，切比萨、千层面皮都合适。有花边的轮刀可以切出花色饼皮，做派的时候可以大显身手。



刮片

可以在巧克力、奶油上刮出纹路。



挖球器

给水果拗造型用的。



我的西点初体验

.....



从2004年4月第一次接触烤箱开始到现在，蓦然回首，竟然已经飞逝过了两年的光阴。那台花350元买来的乳白色的尚鹏堂小烤箱在我的精心爱护下，还是亮亮的很有光泽的样子，不过靠近烤箱门的白漆因为经常受水汽蒸烤，有了一圈难看的黄色，怎么擦都擦不掉。如同无法磨灭的记忆，让我不时想起在它身旁忙碌又快乐的那些日子。

一直都记得第一次在网络上看到别人在家里做出漂亮点心时的惊讶，记得第一次接触烘焙术语时的焦头烂额，记得第一次到食品一店买原料时的不知所措，记得第一次闯进澳门路酒店设备卖场时的目瞪口呆，记得第一次烘烤点心时的忐忑不安，记得第一次成功后的欣喜不已，更记得第一次失败后的沮丧和不服……

这世界上但凡要做好一件事情，总需付出很多的心血和代价。糖果和眼泪交织的背后，才会有命运的微笑。每每见到在烘焙道路上屡战屡败的姐妹们灰心丧气、信心全无时，我总是想把自己所经历过的告诉她们。没有谁是天生的成功者，我们需要的，是脚踏实地，并且永不放弃。

要记住，这本是段充满幸福的旅程，纵然有荆棘，可只要无所畏惧，就一定会在最后开满鲜花。

黑加仑软曲奇 第一次作曲奇

材料

黄油 60 克，低粉 150 克，泡打粉 1/2 大勺，椰子原粉 80 克，鸡蛋半个量，细糖 40 克，鲜奶油 65 毫升，黑加仑果酱适量。

做法

1. 打发黄油和细糖，加蛋液打匀，加鲜奶油打匀。倒入混合好的粉类，搅拌均匀，揉成面团。
2. 取 3/4 的面团，铺在烤模中，均匀地涂上一层黑加仑果酱，再把剩下的 1/4 面团零星地摁在果酱上。
3. 烤箱预热 180℃，烤 30 分钟。

体会 Helpful Hint

这个方子后来又做过一次，用了蓝莓果酱，下面会写到。当然我不会再犯幼稚的错误，成品自然也松软了许多。可是，却是这个不算完美的软曲奇让我坚定了寻找幸福香气的信念。

这个点心是我烘焙生涯的开端哦！记得当时在“主题猫”上看到阿比的作品，觉得实在太诱人了，就把这个方子打印下来研究了整整一个礼拜。

看明白后我跑到食品一店买齐材料，可我没有烤箱，只好向雨亭求救。怎样才叫打发黄油？谁都不知道……最后我决定把黄油隔水融化了，加好糖，用飞利浦搅拌机使劲打了 5 分钟，打到半路，黄油结了起来，继续打……

写到这里，实在忍不住想笑。那时的我，犯了多少错误！打发黄油该室温软化才对，液体是无法搅打进空气的。熔化的黄油温度一低就会凝固，难怪打到一半黄油就冻住了……还有，打黄油应该用打蛋器打。哈哈！可就这样也被我误打误撞做成了曲奇，然后继续误打误撞摸索向前。



菠萝反转蛋糕 第一次做蛋糕

材料

黄油1条，黄糖1杯，菠萝丁1罐，筛过面粉1杯，泡打粉1小勺，盐1/8小勺，大鸡蛋3个，糖1/2杯，菠萝汁5大勺，香草粉1/2小勺。

做法

1. 烤箱预热约117℃。用滤网把罐装菠萝和汁分开。黄油在微波炉里转一分半钟至融化。把黄糖均匀撒在黄油上。把菠萝均匀撒在黄糖上，注意边角也要填满。
2. 把面粉、泡打粉、盐放在一起过筛。
3. 在蛋黄中加入2大勺糖，用打蛋器搅打，打到蛋黄颜色由深黄至浅黄甚至有点发白，糖基本溶化。加入香草粉、2大勺菠萝汁搅匀，加入面粉混合物搅拌均匀，加入3大勺菠萝汁拌匀。
4. 用小容器打蛋白，至拿起搅拌器时蛋白粘在上面像个倒置小山。用橡皮刮子把蛋白轻轻拌到蛋黄面糊中，注意不能搅拌，要中间划一下，再绕圈划一下，以免把蛋白中的空气搅跑。
5. 把拌好的混合物放入铺好菠萝等的玻璃盘里，进烤箱烤30~35分钟。等香味出来后插入牙签试，直到牙签拔出不粘任何东西。
6. 蛋糕取出凉5分钟，等玻璃盘不烫手

我最初克服对打发蛋白的恐惧，就是从这个蛋糕开始的。在“老干部食堂”上看到小土猫做的这个蛋糕，实在惊异万分，崇拜万分。我把照片保存下来，左看右看，横看竖看，舍不得关掉。看得妈妈烦了，对我大吼一声说：“你不会自己做一个吗？人家能做，你为什么不可以？”

就是亲爱老妈的这句话，让我咬牙下定决心不再畏畏缩缩。在等待蛋糕出炉的时候，我的心七上八下，战战兢兢。你知道这事情有多悬吗？什么打发蛋白到硬性发泡，什么用橡皮刮刀搅拌，什么面粉不能出筋，什么蛋白不能消泡……我对这些统统都没有概念，靠的仅仅是三个月来在各大论坛穿梭潜水得来的文字上的认识。40多分钟里，我一直守在烤箱前，眼巴巴地看着蛋糕一点一点长高，又期盼又焦急……

黄油放多了，从烤盘里溢了出来，幸亏我事先垫了张锡纸，不然新烤箱就毁了；害怕



了，用薄片刀沿盘边分离玻璃盘和蛋糕，把蛋糕面上一层硬皮削掉(不削也可以)。找个更大的平底盘子，扣住玻璃盘，数一二三，把它翻过来！使原来在底下的菠萝朝上。用刀把在玻璃盘底轻轻敲几下，再拿去盘。

体会 Helpful Hint

我根本不知道该用多大的模具，拿了当时家中仅有的一个8英寸菊花派盘，盘太浅了。我也不知道一条黄油的量是多少，用了110克黄油，结果满出来了。又觉得蛋黄面糊很厚，5大勺菠萝汁不够，于是增加了3大勺。前面的狼狈还好无伤大雅，后两处改动对成品也没啥影响。再次做这个蛋糕，用了80克黄油，刚刚好被蛋糕吸收。在城市超市买到了黄糖，终于菠萝不再像红烧萝卜了。这款蛋糕，真的非常好吃，底部的黄油完全改善了海绵蛋糕偏干的缺陷，竟然有了轻乳酪蛋糕的口感，再加上黄糖和菠萝这对绝佳的搭档，太赞了！

蛋糕没熟，用筷子横戳一下，竖戳一下，扎了好几个洞洞；没有黄糖，傻不啦叽地放了等量的红糖，结果颜色太深了，菠萝像红烧萝卜……我的处女蛋糕就这样出世了，好丑。迫不及待地切了一块下来给妈妈，妈妈连吃了两口，说味道棒极了，又香又甜，蛋糕非常松软细腻，还说从没吃过这么好吃的蛋糕。我不敢相信自己的耳朵，我真的成功了？妈妈笑着说：“成功了！”哦~~yeah~~

小土猫的方子来自“私房小菜”上红帽子的菜谱，一并谢过两位前辈，学生在此有礼了。



法式苹果派 第一次做派

馅饼皮

材料

面粉 650 克，盐 1 茶勺，冷藏的无盐黄油丁 84 克，冰酥油 220 克，冰水 100 克。

做法

1. 面粉和盐混合，加入黄油丁，用手指或两把小刀拌匀成粗颗粒状，倒入打散的酥油，拌成小块，逐渐淋入冰水，小心拌匀。将面团移至案板，略叠数次。做好的面团应该是柔软的，冷藏后会硬些。制作要点是除面粉和盐之外，所有材料都要是冰的。将面团包在保鲜膜内，放入冰箱冷藏两小时。最多可在冰箱里放 7 天。
2. 将面团从冰箱中取出，在室温下放半小时。
3. 在案板上撒一层薄面，取一半馅饼皮，擀成 3 毫米左右的面片，铺在 6 英寸派模内。将边缘多余的皮用小刀切掉，用手小心地把边缘捏齐。然后把整好的馅饼皮放入冰箱冷藏半小时。
4. 在冷藏过的馅饼皮的底部用小叉子扎一些小孔（但不要扎透）。将烤箱预热至 200℃，烤 20~25 分钟至金黄色，取出放凉。

苹果馅

材料

苹果 2 个，白糖 90 克，面粉 1 茶匙，面包屑 1/4 杯，柠檬汁 1 茶匙。



因为喜欢派，所以在论坛上看到英子又养眼又美味的苹果派时，跃跃欲试，周末就动手了。

第一次做，自己对成品还是比较满意的，不过还是出了个大问题。我在制作派皮时，把面揉成团这一步做错了。这种混油酥皮面团是不能过度揉搓的，油脂如果完全融入面粉就产生不了层次了。我竟然还把面团使劲地揉了又揉。

晕……

做法

1. 苹果去皮去核，纵切成两半，再切成薄片。
2. 将苹果片放于大碗中，撒上糖和面粉、面包屑，再加入柠檬汁拌匀。倒入平底烤盘中，用180℃烤15~20分钟，直至苹果停止出水变为软泥状，取出放入大碗，用大勺子搅拌。不用搅拌得太碎，留一些较大块的苹果肉口感更好，适量加入柠檬汁，凉15分钟。
3. 将馅填入做好的馅饼皮内，用刮刀抹平。馅的高度应该略低于派的边缘。

表面装饰**材料**

苹果2个，柠檬汁1汤匙，无盐黄油1汤匙。

做法

苹果去皮去核，纵向切为四块，再切成3~5毫米厚的薄片。边切边往苹果片上淋柠檬汁，以防苹果变色。把苹果片均匀地摆在派上。最外圈苹果片的角应该正好搭在派盘的边上，不要伸出去。摆好外圈再摆内圈，中央码放块削成圆球形的苹果做“花心”。均匀地、轻轻地刷上一层熔化的黄油。

烘烤

烤箱预热至180℃，将派放入烤25~30分钟，直至苹果片边缘呈现出漂亮的金黄色。如还没烤成金黄色但派皮已变为棕色，可拿张铝箔纸盖在派上，继续烤几分钟。

**体会 Helpful Hint**

个人感觉，一半的面团材料做成6英寸的派，派皮实在太厚了。第二天我把多下来的面团和苹果馅又做了一个派，事实证明，派的大小完全可以是8英寸的。