



# 西点

蛋糕类、面包类、慕斯类、吐司类……

**120** 多道热卖西点配方大公开

**1000** 多张步骤图分步详解

王森 主编

## 制作大全

超值赠送  
**DVD** 光盘

大厨必读系列



中国纺织出版社

大厨必读系列

# 西点制作大全



王森 主编


参编人员：韩俊堂、巫菊珠、孙安廷、韩磊、武文、李怀松、苏君、苏园园、顾碧清、张婷婷、成圳

摄影：王森

摄像：苏君

文字统筹：武皖卿

*Pidian*  
*zhizhuodaquan*

 中国纺织出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

西点制作大全 / 王森主编. —北京: 中国纺织出版社, 2012.6

(大厨必读系列)

ISBN 978-7-5064-8507-4

I. ①西… II. ①王… III. ①西点—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第065441号

---

策划编辑: 卢志林      责任编辑: 韩 婧  
责任印制: 刘 强      装帧设计: 水长流文化

---

中国纺织出版社出版发行  
地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027  
邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231  
<http://www.c-textilep.com>  
E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)  
北京佳信达欣艺术印刷有限公司 各地新华书店经销  
2012年6月第1版第1次印刷  
开本: 889×1194 1/16 印张: 8  
字数: 155千字 定价: 58.00元(附光盘1张)  
京东工商广字0372号

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换





## 作者简介

### *About the author*

王森——亚洲著名烘焙大师、森派西点蛋糕装饰配料及应用技术总监、亚洲残联裁判、中国烘焙西点国家级裁判、中国焙烤协会专家组专家、中华烘焙协会专家组专家、国内多家杂志社特约撰稿人、台湾蛋糕协会理事、日本蛋糕协会理事、法国西餐协会理事、王森烘焙西点西餐咖啡技师学院创办人、亚洲著名艺术烘焙设计师、分子厨艺研发总监、美食摄影师、食尚先生DIY全国连锁教室创办人、森派烘焙西点西餐咖啡装饰配料及应用技术研发总监。

## 序

### *Preface*

午后的阳光，温暖地洒在身上。斜坐在椅子上，一阵懒散扑面而来。在这个慵懒的午后，泡上一杯清茶，品尝一份甜点，就是种莫大的享受。那种美妙的滋味，从口中甜到心里。果真如同人们常说的那样，多吃甜食，心情也会跟着甜蜜起来呢！

每每逛西饼屋，总是对那琳琅满目的各式点心留恋不已，甜蜜的酥糖，酥脆的干层酥，香浓的巧克力饼，还有那可爱的甜甜圈……各种甜点，甜蜜地靠在一起，让人垂涎不已。每次都想打包，把它们全部带回家。

现在，这份心愿有了更简单的实现方法。在想念那甜蜜滋味的时候，自己亲手做出各式点心，是不是更有感觉呢？为至爱奉上自己亲手做的点心，会不会更令人感动呢？

那就走进这本书吧。在书中，我们介绍了各式塔派、蛋糕、饼干、糖果、甜甜圈和面包的做法，一步步详细阐述它们的制作步骤。在这里，你会惊喜地发现，其实，它们的制作是那么简单明了。

为自己亲手制作一份甜点吧，让这份甜蜜抚平内心的躁动和寂寞；为亲爱的他（她）做一份甜点吧，把那浓浓的爱意融入其中，让两颗相爱的心更加相融……

# 目录 contents



## 基础篇

- P6 找对工具做好点心
- P9 搞清材料做对点心
- P11 如何把握蛋清的打发程度
- P12 认识三大类饼干
- P12 认识塔派的基本面团
- P13 认识三大蛋糕面糊
- P14 熟悉面包制作的基本工艺流程
- P19 最详尽的抹面步骤
- P22 油炸甜甜圈的四大要点

## 蛋糕类

- P23 草莓咖啡蛋糕
- P24 咖啡轻芝士
- P25 奶酪蛋糕
- P26 巧克力卷
- P27 巧克力蛋糕
- P28 布朗尼蛋糕
- P29 水果重油蛋糕
- P30 巧克力杏园
- P30 胡萝卜芝士
- P31 天使蛋糕
- P31 海绵蛋糕
- P32 黑森林蛋糕

- P33 肉松蛋糕卷
- P34 胚芽蛋糕
- P35 葡萄蛋糕
- P36 红豆方糕
- P37 无糖戚风蛋糕
- P38 蜂蜜乳酪蛋糕

## 饼干类

- P39 核桃饼干
- P40 奶油小西饼
- P41 巧克力手指饼
- P42 巧克力饼
- P43 巧克力酥条
- P44 绿茶薄饼
- P44 黄金椰蓉球
- P45 全麦核桃酥饼
- P45 维纳斯
- P46 花生饼
- P47 养生酥饼
- P48 土豆饼干
- P49 花生薄饼
- P50 巧克力棒

## 面包类

- P51 黑樱桃面包
- P52 姜粉蔬菜佛卡夏
- P53 蔓越莓夹心面包
- P54 培根生菜三明治

- P55 叉烧面包球
- P56 杏仁地瓜
- P57 千层面包
- P58 欧式三明治
- P59 肉桂苹果
- P60 玉米面包串
- P61 蔬菜面包
- P62 橄榄芝士面包球
- P62 法式蒜香面包
- P63 北海道牛奶面包
- P63 虾肉串裹柠檬草
- P64 奶酪迷迭面包
- P65 迷你巧克力可颂
- P66 大地瓜面包
- P67 日式风味面包
- P68 南瓜可颂
- P69 栗子奶黄
- P70 树桩
- P70 奶香面包
- P71 米包
- P71 欧风杂粮
- P72 西式风味面包
- P73 美乃滋黑米饭面包
- P74 杏仁麦香面包
- P75 杂粮面包串
- P76 法香番茄面包
- P77 日式洋葱面包
- P78 竹炭红豆面包
- P79 乡村三角面包





## 〔 慕斯类 〕

- P80 天使奶酪慕斯
- P82 薄荷奶油甜冻
- P83 核桃苹果奶油冻
- P84 奶酪布丁焦糖慕斯
- P86 红酒炖梨白慕斯
- P88 咖啡奶酪慕斯
- P90 酸奶覆盆子慕斯
- P91 热带芒果慕斯
- P92 热带水果风
- P93 巧克力覆盆子慕斯

## 〔 酥点类 〕

- P110 蛋黄酥
- P111 莲蓉酥
- P112 桂花糕
- P112 绿豆糕
- P113 千层酥
- P114 椰蓉酥
- P115 芝麻酥

P125 杂粮吐司

## 〔 月饼类 〕

- P126 广式莲蓉月饼
- P127 鲜肉月饼

## 〔 泡芙塔派 〕

- P94 可颂咸派
- P95 水果塔
- P96 蛋塔
- P97 咖啡塔
- P98 经典水果塔
- P99 蓝莓椰蓉塔
- P100 核桃塔
- P101 椰蓉塔
- P102 荷兰杏仁派
- P103 水果派
- P104 吉士蛋塔
- P105 芝士塔
- P106 奶油水果泡芙
- P107 巧克力哈斗
- P108 杏仁椰蓉塔
- P109 樱桃杏仁塔

## 〔 糖果类 〕

- P116 缤纷软糖
- P116 花生脆糖
- P117 牛轧糖
- P118 棉花糖



## 〔 甜甜圈类 〕

- P119 草莓巧克力甜甜圈
- P119 红豆芝麻甜甜圈
- P120 抹茶甜甜圈
- P121 薄荷甜甜圈



## 〔 吐司类 〕

- P122 鸡蛋吐司
- P123 全麦吐司
- P124 提子吐司



大厨必读系列

# 西点制作大全



王森 主编


参编人员：韩俊堂、巫菊珠、孙安廷、韩磊、武文、李怀松、苏君、苏圆圆、顾碧清、张婷婷、成圳

摄影：王森

摄像：苏君

文字统筹：武皖卿

*Pidian*  
*zhizuodaquan*

 中国纺织出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

西点制作大全 / 王森主编. —北京: 中国纺织出版社, 2012.6

(大厨必读系列)

ISBN 978-7-5064-8507-4

I. ①西… II. ①王… III. ①西点—制作 IV.  
①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第065441号

---

策划编辑: 卢志林 责任编辑: 韩婧  
责任印制: 刘强 装帧设计: 水长流文化

---

中国纺织出版社出版发行  
地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027  
邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231  
<http://www.c-textilep.com>  
E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)  
北京佳信达欣艺术印刷有限公司 各地新华书店经销  
2012年6月第1版第1次印刷  
开本: 889×1194 1/16 印张: 8  
字数: 155千字 定价: 58.00元(附光盘1张)  
京东工商广字0372号

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换





## 作者简介

### *About the author*

王森——亚洲著名烘焙大师、森派西点蛋糕装饰配料及应用技术总监、亚洲残联裁判、中国烘焙西点国家级裁判、中国焙烤协会专家组专家、中华烘焙协会专家组专家、国内多家杂志社特约撰稿人、台湾蛋糕协会理事、日本蛋糕协会理事、法国西餐协会理事、王森烘焙西点西餐咖啡技师学院创办人、亚洲著名艺术烘焙设计师、分子厨艺研发总监、美食摄影师、食尚先生DIY全国连锁教室创办人、森派烘焙西点西餐咖啡装饰配料及应用技术研发总监。

## 序

### *Preface*

午后的阳光，温暖地洒在身上。斜坐在椅子上，一阵懒散扑面而来。在这个慵懒的午后，泡上一杯清茶，品尝一份甜点，就是种莫大的享受。那种美妙的滋味，从口中甜到心里。果真如同人们常说的那样，多吃甜食，心情也会跟着甜蜜起来呢！

每每逛西饼屋，总是对那琳琅满目的各式点心留恋不已，甜蜜的酥糖，酥脆的干层酥，香浓的巧克力饼，还有那可爱的甜甜圈……各种甜点，甜蜜地靠在一起，让人垂涎不已。每次都想打包，把它们全部带回家。

现在，这份心愿有了更简单的实现方法。在想念那甜蜜滋味的时候，自己亲手做出各式点心，是不是更有感觉呢？为至爱奉上自己亲手做的点心，会不会更令人感动呢？

那就走进这本书吧。在书中，我们介绍了各式塔派、蛋糕、饼干、糖果、甜甜圈和面包的做法，一步步详细阐述它们的制作步骤。在这里，你会惊喜地发现，其实，它们的制作是那么简单明了。

为自己亲手制作一份甜点吧，让这份甜蜜抚平内心的躁动和寂寞；为亲爱的他（她）做一份甜点吧，把那浓浓的爱意融入其中，让两颗相爱的心更加相融……

# 目录 contents



## 基础篇

- P6 找对工具做好点心
- P9 搞清材料做对点心
- P11 如何把握蛋清的打发程度
- P12 认识三大类饼干
- P12 认识塔派的基本面团
- P13 认识三大蛋糕面糊
- P14 熟悉面包制作的基本工艺流程
- P19 最详尽的抹面步骤
- P22 油炸甜甜圈的四大要点

## 蛋糕类

- P23 草莓咖啡蛋糕
- P24 咖啡轻芝士
- P25 奶酪蛋糕
- P26 巧克力卷
- P27 巧克力蛋糕
- P28 布朗尼蛋糕
- P29 水果重油蛋糕
- P30 巧克力杏园
- P30 胡萝卜芝士
- P31 天使蛋糕
- P31 海绵蛋糕
- P32 黑森林蛋糕

- P33 肉松蛋糕卷
- P34 胚芽蛋糕
- P35 葡萄蛋糕
- P36 红豆方糕
- P37 无糖戚风蛋糕
- P38 蜂蜜乳酪蛋糕

## 饼干类

- P39 核桃饼干
- P40 奶油小西饼
- P41 巧克力手指饼
- P42 巧克力饼
- P43 巧克力酥条
- P44 绿茶薄饼
- P44 黄金椰蓉球
- P45 全麦核桃酥饼
- P45 维纳斯
- P46 花生饼
- P47 养生酥饼
- P48 土豆饼干
- P49 花生薄饼
- P50 巧克力棒

## 面包类

- P51 黑樱桃面包
- P52 姜粉蔬菜佛卡夏
- P53 蔓越莓夹心面包
- P54 培根生菜三明治

- P55 叉烧面包球
- P56 杏仁地瓜
- P57 千层面包
- P58 欧式三明治
- P59 肉桂苹果
- P60 玉米面包串
- P61 蔬菜面包
- P62 橄榄芝士面包球
- P62 法式蒜香面包
- P63 北海道牛奶面包
- P63 虾肉串裹柠檬草
- P64 奶酪迷迭面包
- P65 迷你巧克力可颂
- P66 大地瓜面包
- P67 日式风味面包
- P68 南瓜可颂
- P69 栗子奶黄
- P70 树桩
- P70 奶香面包
- P71 米包
- P71 欧风杂粮
- P72 西式风味面包
- P73 美乃滋黑米饭面包
- P74 杏仁麦香面包
- P75 杂粮面包串
- P76 法香番茄面包
- P77 日式洋葱面包
- P78 竹炭红豆面包
- P79 乡村三角面包





## 慕斯类

- P80 天使奶酪慕斯
- P82 薄荷奶油甜冻
- P83 核桃苹果奶油冻
- P84 奶酪布丁焦糖慕斯
- P86 红酒炖梨白慕斯
- P88 咖啡奶酪慕斯
- P90 酸奶覆盆子慕斯
- P91 热带芒果慕斯
- P92 热带水果风
- P93 巧克力覆盆子慕斯

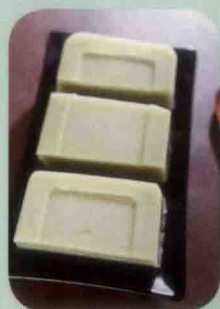
## 酥点类

- P110 蛋黄酥
- P111 莲蓉酥
- P112 桂花糕
- P112 绿豆糕
- P113 千层酥
- P114 椰蓉酥
- P115 芝麻酥

P125 杂粮吐司

## 月饼类

- P126 广式莲蓉月饼
- P127 鲜肉月饼



## 泡芙塔派

- P94 可颂咸派
- P95 水果塔
- P96 蛋塔
- P97 咖啡塔
- P98 经典水果塔
- P99 蓝莓椰蓉塔
- P100 核桃塔
- P101 椰蓉塔
- P102 荷兰杏仁派
- P103 水果派
- P104 吉士蛋塔
- P105 芝士塔
- P106 奶油水果泡芙
- P107 巧克力哈斗
- P108 杏仁椰蓉塔
- P109 樱桃杏仁塔

## 糖果类

- P116 缤纷软糖
- P116 花生脆糖
- P117 牛轧糖
- P118 棉花糖

## 甜甜圈类

- P119 草莓巧克力甜甜圈
- P119 红豆芝麻甜甜圈
- P120 抹茶甜甜圈
- P121 薄荷甜甜圈



## 吐司类

- P122 鸡蛋吐司
- P123 全麦吐司
- P124 提子吐司





# 找对工具做好点心



## 一 计量工具

### · 电子秤

电子秤适合用来计量面粉、白糖等粉类或黄油、鸡蛋，以及作为辅料使用的坚果类。可分为天平和磅秤两种，前者专用于微量添加物的称取，例如塔塔粉、小苏打等；后者建议使用以克为单位，可以测量500~1000克的数位式电子磅秤。

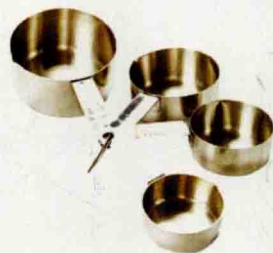
**★选购重点** 以金属材质的电子秤为好，测量时可以设定扣除容器的重量，以适合新手使用（许多新手在称量上出错率较大，最大原因就是秤不够精确）。



### · 计量勺和计量杯

在计量液体时应使用计量杯，计量少量粉状物或少量液体时则使用计量勺。但如果是需要准确计量时，即使是液体，也要用电子秤来计量。只有在可以忽略微小差异的情况下，使用计量杯或计量勺才会更加方便。

**★选购重点** 用量勺称量时最好选圆形的勺，这样的量勺还可用来给水果挖球。不锈钢的量杯耐热性高，使用起来比较安心。如果用塑料的量杯就一定要选用塑料质地好的，否则脏了不易清洗，塑料味也会渗透到液体里。



## 二 打泡沫或搅拌工具

### · 搅拌碗

搅拌碗是在打泡沫和混合材料时必备的工具。虽然有很多塑料、玻璃等不同材质的搅拌碗，但由于有时需要装入沸水或放入冰块等，因此使用铝合金碗会更合适，在制作西点时，一般需准备四五个直径为10~30厘米的搅拌碗。

**★选购重点** 以耐热性好，又容易冷却的碗为好，尺寸直径为10厘米、14厘米、18厘米的最为常用。

### · 铲子

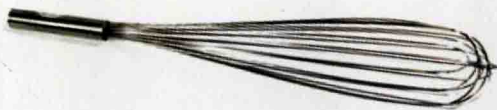
铲子是混合各种粉时使用的工具，可分为木铲、铁铲和塑料铲三种，可根据制作蛋糕的种类来使用不同的铲子。如果不想打碎泡沫，就使用木铲；如果需要小心翼翼做，就使用铁铲；如果想干净地刮下揉好的面团，使用塑料铲会更加方便。

**★选购重点** 塑料铲的耐热性和弹性好，容易把食材搅拌均匀。前端较宽大的木铲较适合过滤时或用于切拌面团时使用。

### · 打蛋器

又叫蛋抽，需要打碎鸡蛋或鲜奶油，或把固体状黄油打成液体状时，可以使用这种泡沫器。虽然比起搅拌机，可能会有些费力，但在不能打出过多泡沫的情况下，则应使用这种手动泡沫器。

**★选购重点** 打蛋器有很多种，以网丝质地硬、网丝间距较密、弯曲成弧形的搅拌器为佳，购买时打蛋器的长度要比搅拌盆的直径长，这样用起来打发效率会高些。



## · 粉筛

粉筛能去除块状物，也能均匀地混合各种粉类，起到使面粉透气的作用。在过筛粉时不宜使用网状太疏的粉筛。在用糖粉或可可粉做装饰时，最好使用孔小而均匀的粉筛。

★**选购重点** 高约7厘米、直径约20厘米的粉筛较好，这样能一次性筛更多的面粉。



## · 电动搅拌机

分为手提搅拌机与台式搅拌机两种，一般在打鸡蛋或把鲜奶油打成泡沫时使用。比起手动泡沫机更能均匀地打出泡沫，省时方便。虽然速度能调，但在放入面粉搅拌时，由于容易起泡沫，因此最好不要使用这种搅拌机来搅面。

★**选购重点** 选择有多档变速的机器，搅拌球要钢丝多且间距密，尖头是圆弧形而不是平的，这样的搅拌球打出的蛋清或是面糊充气均匀且充气快，打发量多。



## 三 做形状和装饰工具

### · 刷子

可用于在模具或面粉中刷黄油或抹蛋黄，也可在生坯制作完成后为达到润泽效果在表面抹上润滑剂时使用。选择不容易掉毛的刷子，使用后必须洗净再晾干。

★**选购重点** 刷子有塑胶的和天然动物毛的两种，动物毛的柔顺好用，但易掉毛，塑胶的较硬，不太适合刷面包，但两者相对来说动物毛的要用的更多些。



### · 擀面杖

擀面杖是在擀饼干、薄饼、蛋糕派的面团时常使用的工具。宜选择直径为3~4厘米，木质材料的擀面杖，表面要光滑。

★**选购重点** 最常见的有直型及把手型等，把手型的有活动的和不活动的两种。擀小面团时用直型的居多，擀大面团时较多使用把手型的活动式擀面杖。由于两侧有把手，旋转起来很方便。



### · 饼干形状框

形状框是能把饼干做成不同形状的工具。一般选用塑料材质或铁质的。经常使用的形状框有圆形、心形、星形、花形以及动物形等。

★**选购重点** 要选框的底部有薄薄的刀刃的，这样才能干净利落落地按压出所需的形状。最好是把常用的形状大中小号都配齐。



### · 裱花袋和裱花嘴

裱花袋和裱花嘴是在挤出有形状的面糊或鲜奶油时使用的工具。使用方法是在裱花袋中放入裱花嘴，根据形状和大小准备2~3个裱花嘴会十分方便。

★**选购重点** 常用的裱花嘴有圆嘴、圆齿嘴、扁齿嘴、直花嘴四种，这四种的大中小号最好都备上。裱花袋分为布材质和厚塑料材质的，布质的使用次数多但易发霉，塑料的虽一次性但也可以反复用2~3次，所以用塑料裱花袋的人较多。





## 四 做西点的模具和用具

### · 甜甜圈模

压甜甜圈的专用模具，常见的是塑料材质的。

★**选购重点** 宜选择直径6厘米的圆形模，边口要有薄薄的刀刃，这样压出的甜甜圈边缘是整齐利落的。



### · 一次性纸杯

用一次性纸杯可以省去烘烤蛋糕后收拾模具的麻烦。有铝、纸、硅等多种材质的纸杯，也有按装蛋糕、松饼、馅饼等多种类型的材料而分类的纸杯。

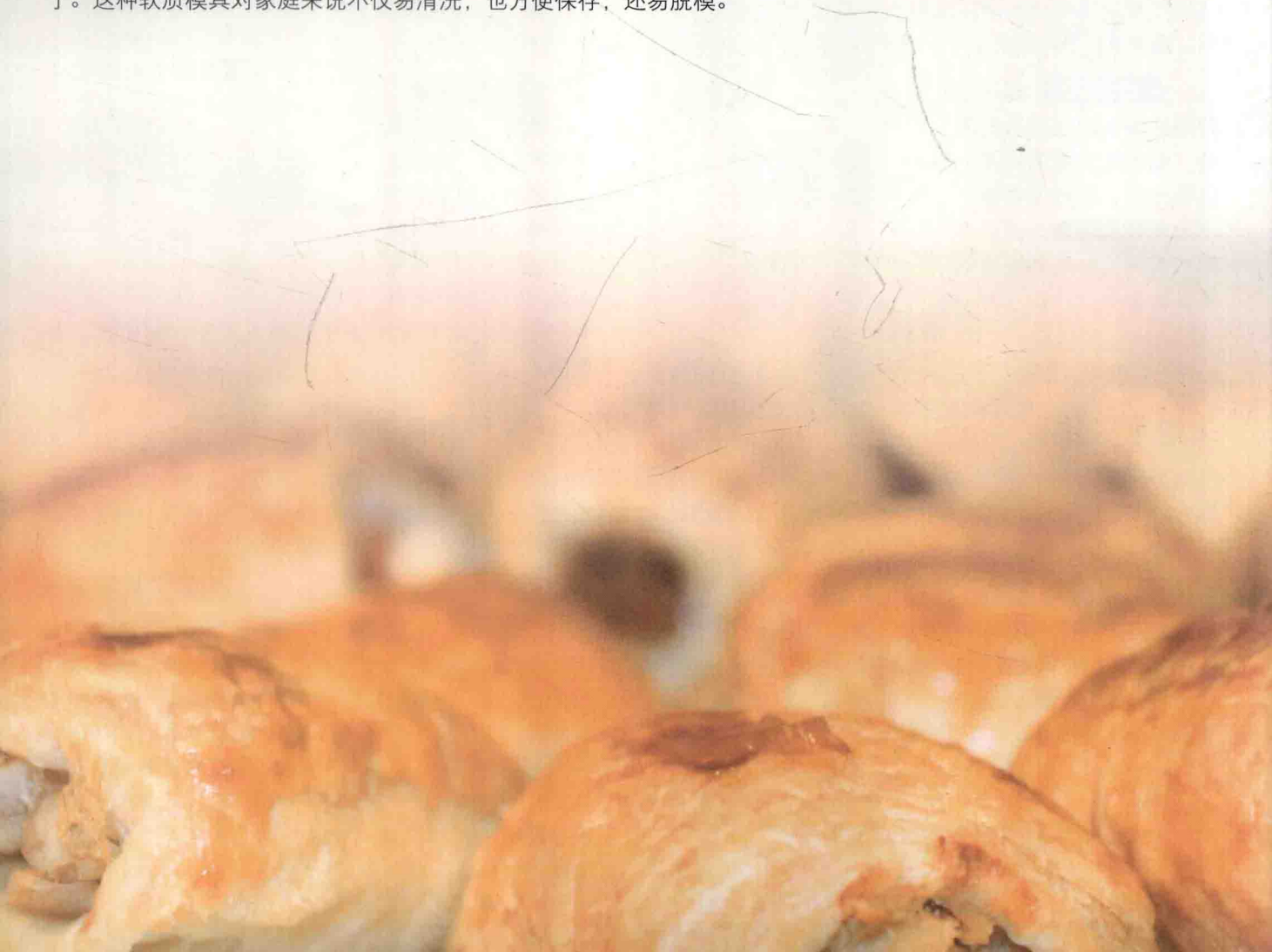
★**选购重点** 应选择吸油性好的纸杯，外观造型好看、色彩在三色以上的纸杯成本较高，但以此做出的成品卖相好。



### · 蛋糕模具

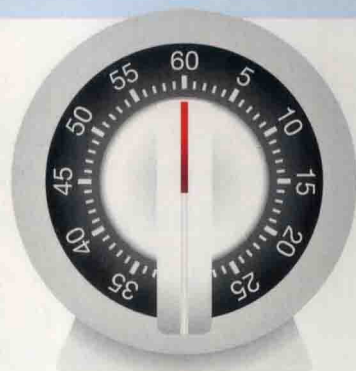
常用的为矽利康软胶模，其规格一般为300毫米×175毫米，具有耐高温、耐冷冻的特点，可在高达300℃的高温下正常使用，能够直接放入烤箱烘烤，也可在-60℃的低温下使用而不会对模具造成任何损坏。为使蛋糕烤完后不粘在模具上，烤之前可在模具里侧均匀地涂抹一层黄油，这样才容易取出烤好的蛋糕。

★**选购重点** 闻起来没有明显的塑胶味，用手指用力去顶膜皮，受力点上不会出现白点，即为好的矽力康软胶模。家用选一张六个组合或十个组合的就足够了。这种软质模具对家庭来说不仅易清洗，也方便保存，还易脱模。





# 搞清材料做对点心



## 一 油脂类

### · 起酥油

起酥油英文为 Shortening，我们通常说的起酥油是指固体脂肪，无味、色淡，通过特殊处理之后，可用于烘焙。起酥油的脂肪含量一般接近100%。在制作饼干、糕点、蛋塔或酥皮时，它可以使产品呈现酥软松脆的口感。起酥油有固体的片装，也有液态的，液态起酥油很难买到，故家庭用常用固体的。



### · 黄油

黄油，英文名为Butter。它是从牛奶中提炼出来的油脂。新鲜黄油含有约80%的脂肪、15%的水和5%的牛奶固体。常用黄油有含盐的和不含盐的两种。无盐黄油较易腐败，但味道更鲜明，更甘甜，因此烘焙效果较好。如果使用含盐黄油，则配方中盐的分量需相应减少，在烘焙配方中提到的黄油多指无盐奶油。在制作高级西点时一定要用黄油，纯正黄油的色泽近似白色，若是黄色应是色素加工而成的。质量好的黄油应该是细滑的，黄油的特性是在冷藏的状态下是比较坚硬的固体、易碎，而在28℃左右会变得非常软，这个时候，可以通过搅打使其裹入空气，体积变得膨大，俗称“打发”。在34℃以上，黄油会成为液态。需要注意的是，黄油只有在软化状态才能打发，液态是不能打发的。配方里提到的奶油基本上指的都是黄油，裱花蛋糕中的奶油指的是鲜奶油。

### · 人造奶油

人造奶油，英文名为Margarine，它的中文名称很多，比如人工奶油、人造黄油，以及音译的玛琪琳、麦琪林等，它是将植物油部分氢化以后，加入人工香料模仿黄油的味道制成的黄油替代品，在一般场合下都可以代替黄油使用。因为是人造的，所以，它拥有很灵活的熔点。不同的植物黄油，熔点差别很大。人造奶油根据品种分很多等级，有的即使冷藏也保持软化状态，这类植物奶油是不能用来做千层酥皮的，否则，必将漏油，用来涂抹面包较好；有的即使在28℃的时候仍非常硬，这类植物黄油适合用来做裹入用油，用它来制作千层酥皮，会比黄油要容易操作的多。高质量的人造奶油能承受大量气体，从而做出较大体积的蛋糕，但没有黄油般的香味。

## 二 面粉类

### · 高筋面粉

简称高粉，日文称做强力粉，主要原料是小麦，高粉中蛋白质含量在12.5%以上，其特性是筋度大，黏性及吸油性强，制作出的产品较有弹性，口感较劲道，通常用来制作面包、比萨等。

### · 低筋面粉

简称低粉，日文称为薄力粉，主要原料是小麦。低粉蛋白质含量在7%~9%，低粉的蛋白质含量少，筋度低，黏度也较低，想做出蓬松松软的烘焙产



品，用低筋粉就对了。因此大部分蛋糕类都是用低粉做出来的。除了做烘焙面点外，低粉还可以拿来炒面糊，加上奶油一起炒成的面糊，可以用来做浓汤、白酱。另外，低粉因为具有吸油性，撒一点在粘满油的锅子或盘子中，待面粉把油吸收，再洗会轻松得多。

## · 中筋面粉

也是一种弱质面粉或低筋面粉，但比低筋面粉的筋度稍强，呈乳白色，而不是低筋面粉的纯白色。中筋面粉可用于制作派、某些曲奇饼干、中式点心和松饼，有时也和高筋面粉混起来用。

### 面粉使用小贴士

因为面粉容易受潮，放一阵子之后很容易结块成颗粒，为了使面粉松散均匀，就需要将面粉过筛，否则无法顺利和蛋黄、蛋清混合均匀，会使烤好的蛋糕有颗粒沉淀。过筛也是为了让不同的粉类材料更好地混匀。

## 三 糖类

### · 细砂糖

也称食用蔗糖，是我们最熟悉的也是最常用的一种，适合制作蛋糕和曲奇。可搅拌成均匀的面糊，并能吸收较多的油脂。另外，细砂糖对脂肪的乳化作用较好，因为它能产生较均匀的气孔组织，以及更好的外观容积量。

### · 粗砂糖

粗砂糖颗粒比较大，常用来装饰蛋糕、饼干或面包的外皮。细砂糖能较快溶解，溶入面团或面糊中的效果会更好一些。粗砂糖则反之，极易残留未溶解的颗粒，这些未溶解的颗粒在烘焙过程中会在面包上呈现出深色斑点或留下糖浆般的烤纹，但粗砂糖可用来制作糖浆。实际上，粗的结晶糖通常比细砂糖更纯，因而可制作出更清澈的糖浆。



### · 糖粉

用在面包烤好后表面做装饰时。将糖研磨成很细的粉末，加入少量淀粉，即可制成糖粉，有防潮糖粉及普通糖粉之分，防潮糖粉专做点心表面的装饰。

### · 红砂糖

红砂糖的主要成分是蔗糖，也含有不同的焦糖、糖蜜及其他杂质，这些糖有特殊的味道。颜色越深含有的杂质越多。由于红砂糖中含有少量酸，能与发酵苏打一起使用，以产生膨胀的效果。红砂糖应置于密闭容器中，以防止因丧失水分而变得干硬。可用于制作姜饼、巧克力蛋糕、布丁等点心，使用红砂糖的目的是取其色泽及浓香。

### · 蜂蜜

蜂蜜是一种天然糖浆，主要成分是葡萄糖和果糖等单糖。蜂蜜因其来源不同，味道和色泽也不大相同。蜂蜜具有特殊的风味，也不贵，在烘焙中经常使用。因为蜂蜜含转化糖，所以它能增加烘焙食品的保湿能力。蜂蜜多用于制作冰激凌、不同品种的西点及白兰地薄饼、牛轧糖等甜点。





## 四 牛奶与奶制品类

在面包店中牛奶的使用频率仅次于水，它是最重要的液体之一。另外，牛奶对于烘焙类制品的营养价值、风味、表皮色泽等也起着决定作用。

### · 牛奶

牛奶使用原味的全脂、脱脂、高钙或高铁鲜奶均可，也可使用奶粉冲泡成的牛奶，但冲泡前请参考该品牌奶粉的冲泡方式，而且需过滤，去除未溶化的奶粉块才能使用。



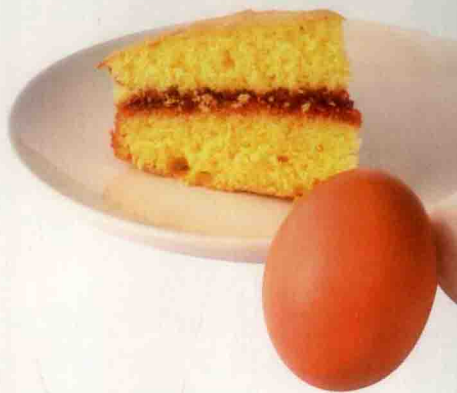
### · 鲜奶油

分为动物性和植物性鲜奶油。动物性鲜奶油搅打后，泡沫稳定，具有浓郁的乳香，口融性佳，适于制作冰淇淋、慕斯等冷藏保存即可入口的甜品；而植物性鲜奶油，更适合用来装饰挤花。植脂奶油也是人造鲜奶，是将植物油氢化之后加入能产生奶香味的香精来代替鲜奶。动物性奶油也叫淡奶油，脂肪16%~22%，塑性差但口感好，用于面团中可代替一部分水，用量在10%~20%之间即可。

### · 炼乳

可分为淡炼乳和甜炼乳两类。前者是将全脂或脱脂牛奶中约60%的水蒸发掉，再经杀菌后装罐处理，因此会有一种“烹煮”过的味道。后者是将全脂或低脂牛奶中约60%的水除去，另加大量糖制成。在本书配方中出现的炼乳均指淡炼乳。

## 如何把握蛋清的打发程度



1. 将蛋清顺同一方向搅打，打的力道要均匀，质地才会细致。
2. 搅打至蛋清起了许多细密的泡泡，再加入白砂糖继续搅打。
3. 蛋清会越打越产生许多细小的泡沫，到最后会成为如同鲜奶油一般雪白、细密的质地。
4. 将打至质地细密的蛋清糊用搅拌器或刮刀捞起来，蛋清糊会下垂但不会完全掉落，即湿性发泡也叫中性发泡（图）。
5. 再继续拌打至蛋清糊质地更硬挺，捞起，将刮刀或搅拌器往上举，蛋清糊的尖端可以竖立不垂下，即干性发泡。
6. 打发过头的蛋清会呈现棉花般的碎块状，体积虽大，但会失去弹性。