

最全面的 蛋糕教科书

日本烘焙名师手把手教你做

Cake

(日) École辻东京 ◎ 著 单文静 ◎ 译



École辻东京

亚洲唯一在法国设立分校的专业厨艺学校，
西点师傅最向往的梦幻进修殿堂！

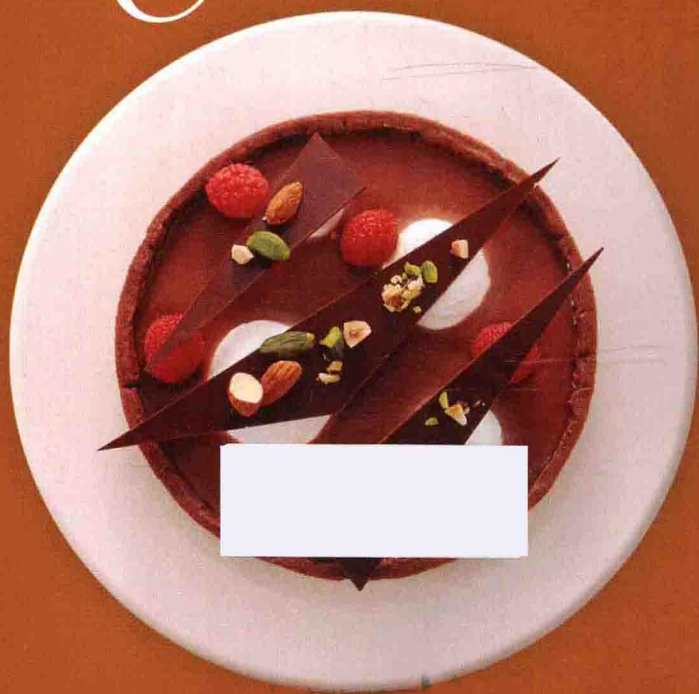
河南科学技术出版社

最全面的 蛋糕教科书

日本烘焙名师手把手教你做

(日) École辻东京 ◎ 著 单文静 ◎ 译

Cake



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

SpongeCake

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2006

Photographs c Masaki Yamamoto 2006

First published in Japan 2006 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

Pound Cake & Yakigashi

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2007

Photographs c Masaki Yamamoto 2007

First published in Japan 2007 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

Cheesecake Tart & Pie

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2008

Photographs c Masaki Yamamoto 2008

First published in Japan 2008 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

Chiffon Cake & Chou

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2008

Photographs c Masaki Yamamoto 2008

First published in Japan 2008 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

版权所有，翻印必究

著作权合同登记号：图字16—2011—130

图书在版编目（CIP）数据

最全面的蛋糕教科书 /（日）École辻东京著；单文静译．—郑州：河南科学技术出版社，2013.8

ISBN 978-7-5349-6076-5

I. ①最… II. ①É… ②单… III. ①蛋糕—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第004812号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市经五路66号 邮编：450002

电话：（0371）65737028 65788613

网址：www.hnstp.cn

策划编辑：刘欣

责任编辑：葛鹏程

责任校对：柯姣

封面设计：胡椒设计

内文排版：百朗文化

印刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

经销：全国新华书店

幅面尺寸：210mm×280mm 印张：14 字数：340千字

版次：2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

定价：66.00元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系。

目录

- 7 本书特点
- 7 使用本书时应注意的问题
- 9 本书使用的主要工具和相关须知

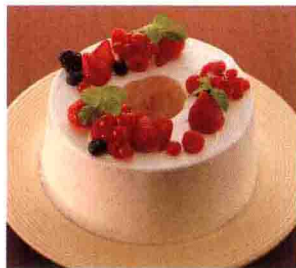
第一章 戚风蛋糕



13 基本香草戚风蛋糕



31 应用4
红茶戚风蛋糕



23 应用1
莓果戚风蛋糕



33 应用5
抹茶红豆戚风蛋糕



27 应用2
柳橙戚风蛋糕



35 应用6
蜂蜜核桃戚风蛋糕



29 应用3
巧克力戚风蛋糕



37 应用7
香蕉戚风蛋糕

第二章 海绵蛋糕

42 制作海绵蛋糕的主要材料及相关说明

全蛋打发式海绵蛋糕



46 基本草莓鲜奶油蛋糕



55 应用1
非常莓鲜奶油蛋糕



59 应用2
柠檬风味软绵绵小蛋糕



61 应用3
巧克力核桃香蕉蛋糕



65 应用4
巴黎春天蛋糕

全蛋打发式蛋糕卷



71 基本果酱蛋糕卷



73 应用1
水果蛋糕卷



75 应用2
杏仁蛋糕卷

第三章 起司蛋糕



79 应用3
绿茶芝麻蛋糕卷



93 应用2
红茶手指饼干和柳橙
风味酸奶奶油三明治
蛋糕



83 应用4
咖啡风味树桩造型
蛋糕卷

分蛋打发式海绵蛋糕



89 基本乡村面包



97 应用3
超丰盛巨蛋蛋糕



91 应用1
香蕉蛋糕

冷藏式起司蛋糕



103 原味冷藏起司蛋糕



106 莓果风味与抹茶风味
起司蛋糕



108 安茹白起司蛋糕



110 提拉米苏

烘焙式起司蛋糕



115 基本烤起司蛋糕



118 纽约起司蛋糕



122 基本舒芙蕾起司蛋
糕



125 半熟舒芙蕾起司蛋
糕



127 帕马森风味舒芙蕾
起司蛋糕

第四章 磅蛋糕和欧陆点心

130 制作磅蛋糕和奶油蛋糕所需的材料及相关说明

原味磅蛋糕及其10种变化



134 基本原味磅蛋糕



146 应用4
倒转蛋糕两种



158 应用8
水果磅蛋糕



165 蜜栗咕咕霍夫蛋糕



140 应用1
巧克力磅蛋糕



150 应用5
抹茶磅蛋糕



160 应用9
坚果磅蛋糕



168 邓迪蛋糕



142 应用2
大理石磅蛋糕



152 应用6
红豆栗子和风蒸蛋糕



162 应用10
香蕉磅蛋糕



170 巴斯克蛋糕



144 应用3
红茶磅蛋糕



154 应用7
橙香磅蛋糕



174 樱桃蛋糕

欧洲传统奶油蛋糕

第五章 泡芙

欧陆点心



177 柠檬蛋糕



184 达克瓦兹



180 费南雪



186 马卡龙



182 马德莲



190 马芬蛋糕3种



196 基本奶油泡芙



212 应用4
耶克蕾亚泡芙两种



206 应用1
草莓奶油泡芙



216 应用5
凯若琳泡芙



208 应用2
酥脆杏仁泡芙



218 应用6
巴黎布雷斯特泡芙



210 应用3
巧克力奶油小泡芙



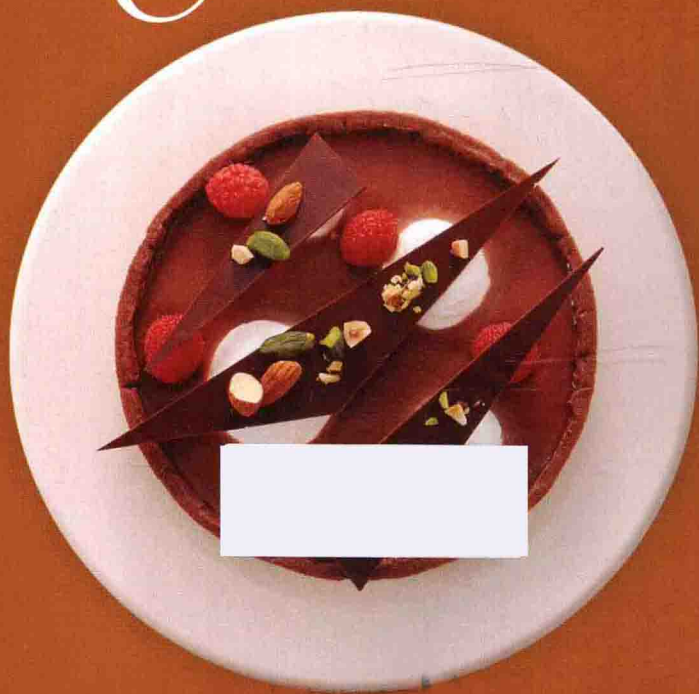
223 应用7
酥炸小泡芙

最全面的 蛋糕教科书

日本烘焙名师手把手教你做

(日) École辻东京 ◎ 著 单文静 ◎ 译

Cake



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

SpongeCake

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2006

Photographs c Masaki Yamamoto 2006

First published in Japan 2006 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

Pound Cake & Yakigashi

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2007

Photographs c Masaki Yamamoto 2007

First published in Japan 2007 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

Cheesecake Tart & Pie

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2008

Photographs c Masaki Yamamoto 2008

First published in Japan 2008 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

Chiffon Cake & Chou

© Tsuji Culinary Institute/Gakken 2008

Photographs c Masaki Yamamoto 2008

First published in Japan 2008 by Gakken Co.,Ltd.,Tokyo

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Beijing Xue Shi Sheng Yi & Culture Development Co.Ltd

Chinese Simplified character translation rights arranged with Gakken Publishing Co.,Ltd. through Future View Technology Ltd.

版权所有，翻印必究

著作权合同登记号：图字16—2011—130

图书在版编目（CIP）数据

最全面的蛋糕教科书/（日）École辻东京著；单文静译．—郑州：河南科学技术出版社，2013.8
ISBN 978-7-5349-6076-5

I. ①最… II. ①É… ②单… III. ①蛋糕—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第004812号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市经五路66号 邮编：450002

电话：(0371) 65737028 65788613

网址：www.hnstp.cn

策划编辑：刘欣

责任编辑：葛鹏程

责任校对：柯姣

封面设计：胡椒设计

内文排版：百朗文化

印刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

经销：全国新华书店

幅面尺寸：210mm×280mm 印张：14 字数：340千字

版次：2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

定价：66.00元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系。

目录

- 7 本书特点
- 7 使用本书时应注意的问题
- 9 本书使用的主要工具和相关须知

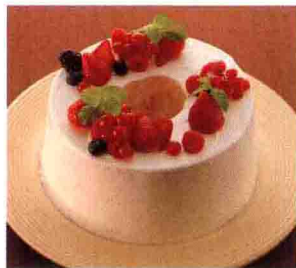
第一章 戚风蛋糕



13 基本香草戚风蛋糕



31 应用4
红茶戚风蛋糕



23 应用1
莓果戚风蛋糕



33 应用5
抹茶红豆戚风蛋糕



27 应用2
柳橙戚风蛋糕



35 应用6
蜂蜜核桃戚风蛋糕



29 应用3
巧克力戚风蛋糕



37 应用7
香蕉戚风蛋糕

第二章 海绵蛋糕

42 制作海绵蛋糕的主要材料及相关说明

全蛋打发式海绵蛋糕



46 基本草莓鲜奶油蛋糕



55 应用1
非常莓鲜奶油蛋糕



59 应用2
柠檬风味软绵绵小蛋糕



61 应用3
巧克力核桃香蕉蛋糕



65 应用4
巴黎春天蛋糕

全蛋打发式蛋糕卷



71 基本果酱蛋糕卷



73 应用1
水果蛋糕卷



75 应用2
杏仁蛋糕卷

第三章 起司蛋糕



79 应用3
绿茶芝麻蛋糕卷



93 应用2
红茶手指饼干和柳橙
风味酸奶奶油三明治
蛋糕

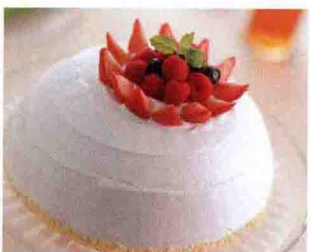


83 应用4
咖啡风味树桩造型
蛋糕卷

分蛋打发式海绵蛋糕



89 基本乡村面包



97 应用3
超丰盛巨蛋蛋糕



91 应用1
香蕉蛋糕

冷藏式起司蛋糕



103 原味冷藏起司蛋糕



106 莓果风味与抹茶风味
起司蛋糕



108 安茹白起司蛋糕



110 提拉米苏

烘焙式起司蛋糕



115 基本烤起司蛋糕



118 纽约起司蛋糕



122 基本舒芙蕾起司蛋
糕



125 半熟舒芙蕾起司蛋
糕



127 帕马森风味舒芙蕾
起司蛋糕

第四章 磅蛋糕和欧陆点心

130 制作磅蛋糕和奶油蛋糕所需的材料及相关说明

原味磅蛋糕及其10种变化



134 基本原味磅蛋糕



146 应用4
倒转蛋糕两种



158 应用8
水果磅蛋糕



165 蜜栗咕咕霍夫蛋糕



140 应用1
巧克力磅蛋糕



150 应用5
抹茶磅蛋糕



160 应用9
坚果磅蛋糕



168 邓迪蛋糕



142 应用2
大理石磅蛋糕



152 应用6
红豆栗子和风蒸蛋糕



162 应用10
香蕉磅蛋糕



170 巴斯克蛋糕



144 应用3
红茶磅蛋糕



154 应用7
橙香磅蛋糕



174 樱桃蛋糕

欧洲传统奶油蛋糕

第五章 泡芙

欧陆点心



177 柠檬蛋糕



184 达克瓦兹



180 费南雪



186 马卡龙



182 马德莲



190 马芬蛋糕3种



196 基本奶油泡芙



212 应用4
耶克蕾亚泡芙两种



206 应用1
草莓奶油泡芙



216 应用5
凯若琳泡芙



208 应用2
酥脆杏仁泡芙



218 应用6
巴黎布雷斯特泡芙



210 应用3
巧克力奶油小泡芙



223 应用7
酥炸小泡芙

欢迎来到辻
调理师集团学
校·东京分校
“École 辻东京”！

本书特点



我将代表大家接受指导，请多多指教。

甜点专家亲自指导

负责指导海绵蛋糕制作的是古村亨子老师。古村老师是日本专业甜点师培训学校——辻调理师集团学校·东京分校“École 辻东京”的西点助理教授，负责指导学生学习和甜点制作。本书中他将教大家如何在家做出广受好评的各式海绵蛋糕。

在家也能做出专业的美味蛋糕

本书介绍的每一种蛋糕，都是使用一般家庭可获得的材料制作的，可用家用烤箱烘烤出适合家庭食用的小型蛋糕。同时，本书以简明易懂的方式，详细说明了制作美味蛋糕的方法。

一步一步，循序渐进地学习

为了让初学者及经验丰富的甜点高手都能充分运用本书，每一章的结构都是以基础课程开始，再延伸至进阶的应用课程。

制作说明中附有关于蛋糕制作的重点提示

本书搭配了一目了然的制作步骤图，详细地说明制作方法。此外，标有老师图像的说明文字，更进一步解说了甜点制作的诀窍。本书的宗旨是让大家都能从基础学起，一步一步朝精通蛋糕制作的目标迈进。

同时解答“蛋糕制作新手”的疑问

老师指导的对象是蛋糕制作新手——小咕。小咕想从蛋糕制作的基本知识学起，所以打算抛开羞涩，尽情询问所有自己不太明白的地方。

使用本书时应注意的问题

1 预习蛋糕的制作方法

蛋糕制作零失败的重要诀窍是“冷静且按部就班”，因此，熟读并在脑海中充分理解本书是十分重要的。建议先多读几遍制作方法，直到记得滚瓜烂熟，并记下所有应准备的材料、工具及制作顺序后再开始制作。

2 事先准备材料及工具

在开始制作蛋糕前，应先阅读“材料”及“准备”的内容，准备好需要使用的工具及材料，并依序排放整齐。特别注意，一定要先将材料精准秤量好，并依制作顺序放好，否则制作时可能会因手忙脚乱而错失最佳制作时机。此外，别忘了准备制作过程中进行隔水加热、降温所需的热水、冷水或冰块。



3 最适合制作蛋糕的室温为 18℃

蛋糕制作中经常使用的奶油或乳制品在较热的环境下容易熔化，所以合适的蛋糕制作室温为 18℃。拿海绵蛋糕来说，虽然制作面糊时对室温没有特别的要求，但在蛋糕组合时经常会用到打发鲜奶油、基本奶油馅等材料，所以仍须特别注意室温的变化。

厨房温度比较容易升高，因此，在炎热季节制作蛋糕要打开冷气，在使用暖气的寒冷季节则须关闭暖气。请大家牢记维持 18℃ 目标室温的蛋糕制作重点，才能营造出良好的蛋糕制作环境。

4 在烘烤前预热烤箱

烤箱的使用原则是在烘烤前先按下预热键加热，并将烤箱温度维持在标准温度上，接着将面糊放入已加热至所需温度的烤箱中层或下层，并按标准时间设定好后进行烘烤。然而，不同烤箱的性能多少存在差异，而且烤箱温度在持续多次使用后可能会升高，因此，除了严格遵循标准温度与时间外，随时注意烤箱内的烘烤状况并进行相应调整也是相当重要的。另外，最近市面上也推出了标榜“无需预热”的烤箱，请先详读使用说明书，再确定适合自家烤箱的操作方法。



5 保留冰箱的空间

有些蛋糕烘烤完成后，需和打发鲜奶油及水果一同组合装饰，如果在蛋糕上涂抹鲜奶油装饰，则必须将蛋糕放入冰箱冷藏才能让鲜奶油定形。此外，若蛋糕完成后并未立即食用，则必须将蛋糕放入冰箱冷藏。请在完成蛋糕前先把冰箱整理好，以确保有足够的空间可以放置蛋糕。



13 打蛋器

10 搅拌盆

5 木匙

4 锅

6 布巾

18 方形慕斯圈

2 量杯

1 磅秤

12 手持式电动搅拌机
(电动打蛋器)

11 小碗及尖嘴碗

3 量匙

17 圆形模

14 迷你打蛋器

23 抹刀

15 橡皮刮刀

25 刷子

24 转台

7 滤网

20 烘焙纸

19 烤盘

8 茶筛

21 隔热手套

26 小刀及蛋糕刀

9 浅盘

27 汤匙及叉子

28 挤花袋及花嘴

16 烘焙用温度计

29 三角刮板

30 刮板

22 蛋糕冷却架

本书使用的主要工具和相关须知

称量用工具

1 磅秤

一般家庭制作的蛋糕尺寸较小，各种材料的用量也相对较少。建议使用以1g为单位的1kg型电子磅秤准确地称量。

2 量杯

请准备500mL及200mL的量杯。

3 量匙

请准备容量为1大匙(15mL)、1小匙(5mL)及1/2小匙(2.5mL)的量匙。

称量方法1：液体



用量匙量液体时，1大匙的标准为：平时视，液体会因表面张力向上凸出，但不会洒出来。

称量方法2：粉末



用量匙量粉末或细粒状材料时，以细砂糖为例，1大匙的分量即为盛起满满1匙糖（凸起的小山状）后，用刮棒或抹刀等沿着量匙的边缘刮过，使糖表面与量匙平齐。

称量方法3：少量



用于量只需少量用的粉类材料（如1/2小匙的泡打粉）时，如果没有容量为1/2小匙的量匙，可以先量好1小匙的泡打粉，再刮回1/2的量。

加热用工具

4 锅

隔水加热需使用直径26cm的浅锅，如果没有浅锅也可以用平底锅代替。加热牛奶或烹煮果酱时则需使用直径16cm或14cm的深锅。

5 木匙

烹煮果酱等材料时使用，也可以使用耐热的橡皮刮刀。

6 垫布

于隔水加热等情况下置于锅底。

制作面糊用工具

7 滤网（万能滤网或粉筛）

用于粉类材料过筛或液体材料过滤。

8 茶筛

用于将绿茶粉过筛并加入面糊中，或将糖粉过筛撒在蛋糕成品上进行装饰。

9 浅盘

用于摆放切好的水果或盛装奶油馅等材料以便放入冰箱冷却。若有深盘、浅盘及大小尺寸不同的托盘，使用起来就更方便了。

10 搅拌盆

若有直径15cm、20cm及25cm左右的搅拌盆，使用起来会很方便。搅拌盆应选用方便且耐用的材质，特别是用于隔水加热或浸泡于冰水中冷却时，必须能够快速导热，此时不锈钢制搅拌盆是较好的选择。



本书采用可以看到所装材料的耐热玻璃制搅拌盆，是为了呈现面糊的变化。实际操作时仍推荐使用不锈钢制搅拌盆。

11 小碗及尖嘴碗

用于盛装称量好的材料。建议准备直径10~15cm的不同尺寸的小碗各2个，使用起来会很方便。除了不锈钢制的碗，可放入微波炉加热的耐热玻璃材质或耐热橡胶材质的碗也可以。尖嘴碗主要用于盛装液体材料。

12 手持式电动搅拌器（电动打蛋器）

用于快速打发鸡蛋或将奶油搅拌为乳霜状。



图中的机型附有用于打发鸡蛋或奶油的搅拌棒2支，以及用于打发蛋清或鲜奶油的搅拌棒1支，特别适用于制作分蛋打发式海绵蛋糕面糊。

13 打蛋器

用于徒手打发鸡蛋、打发蛋清制作蛋白霜、将奶油搅拌为乳霜状或混合材料等。若有25cm、20cm左右的打蛋器各2支，使用起来就更方便了。

14 迷你打蛋器

用于混合用量较少的材料。

15 橡皮刮刀

在制作面糊时，加入粉类材料后为了避免搅拌过度，会使用橡皮刮刀进行混合。从卫生角度而言，建议使用手柄部分同为橡胶材质且一体成型的橡皮刮刀。

16 烘焙用温度计

在打发鸡蛋时可用于测量热水或加热后的蛋液的温度。最高温可测量至200℃的温度计也可用于熬煮糖浆，所以推荐使用。

烘烤用工具

17 圆形模

烘烤圆形蛋糕所使用的模具，也有底部活动的类型。

组合或装饰用工具

18 方形慕斯圈

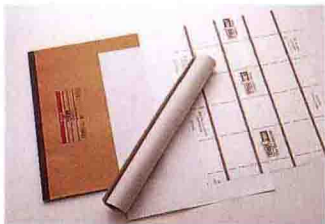
用于烘烤及组合方形蛋糕的方形模，也称为四方圈。

19 烤盘

用于将模具或成形的面糊放在烤箱中烘烤。烘烤蛋糕卷面糊时则直接将面糊盛装于烤盘中。

20 烘焙纸

铺放在模具或烤盘中的白纸（未使用白色荧光剂）或麦秆纸，也可使用烤盘纸。烘焙材料店所出售的烘焙纸，不管是什么品质和尺寸的，都可以放心使用。下图中由左至右依次为麦秆纸、白纸、卷纸、烤盘纸。



21 隔热手套

隔热手套在直接加热时务必戴上，也是使用烤箱时防止烫伤不可或缺的工具。

22 蛋糕冷却架

用于放置烤好的蛋糕，使其冷却。

23 抹刀

在蛋糕上涂抹奶油馅的必备工具。若同时拥有大、中、小三种尺寸的就更方便了。只有一把的话建议使用长度 25cm 的。

24 转台

这是在圆形蛋糕表面涂抹打发鲜奶油时，用来放置蛋糕的平台。方法是一边用一只手旋转转台一边用另一手进行涂抹。

25 刷子

用于清理粉类材料或蛋糕细屑以及涂抹糖浆。橡胶制的刷子不用担心掉毛，容易清洗也容易风干，卫生条件优于兽毛制的刷子，所以推荐使用。

26 小刀及蛋糕刀

用于切水果、坚果、烤好的蛋糕，以及将装饰好的蛋糕切片。

27 汤匙及叉子

除了一般的用途外，汤匙可在涂抹奶油馅时代替抹刀，叉子则可代替三角刮板。

28 挤花袋及花嘴

一次性挤花袋较为方便且卫生。本书使用的是圆形及星形花嘴。

29 三角刮板

塑料或金属制的三角形薄板，周围有大小、形状不同的“锯齿”，可在鲜奶油上画出线条花纹。

30 刮板

塑料制的薄板，可用于制作面团或抹平蛋糕卷面糊，以及推抹或集中奶油馅。

其他工具

31 喷瓶

挤好泡芙面糊后，本书是以涂抹蛋液的方式来防止面糊干燥的，也可使用喷瓶喷水来防止面糊干燥。

