

台湾以“自然花园”为主题的著名乌树林餐厅主厨
法国蓝带厨艺学院毕业的高级料理师

独家奉献私房烘焙食谱

有时候，一道完美的甜点，远比甜言蜜语更能融化人们的心。

Sammi 的 (台湾) 钟莉婷 著

完美烘焙配方

最爱人、孩子、朋友喜欢的50道小西点

中国书店出版社
CHINA PICTORIAL PUBLISHING HOUSE

Sammi 的

完美烘焙配方

钟莉婷◆著

 中国书画出版社
CHINA PICTORIAL PUBLISHING HOUSE

做菜是一件很简单的事！

编辑和我联系谈出书，是一年前的事。我们在出书的主题上始终没有达成共识，所以一直延迟到 2013 年 8 月才算有了一个和我个人意愿相合的主题。出书对我而言并不是厨艺的展现，而是分享！分享食物和人之间可串连的记忆，分享做菜时的愉悦，分享吃到自己动手所做食物时的喜悦！这是最容易达到的一个成就，不管你是男、女、老、幼，我都希望在这个过程中，让你也喜爱上做菜这件事，并借由食物和你的朋友与环境释出友好。

我在年少时第一次离家到澳大利亚求学，那时的我，连个荷包蛋都煎不好。人家说有好厨艺的妈妈，身边只会有会吃的小孩。我的妈妈在烹饪上给我的影响，直到这几年才有领悟。当年，我带着一箱泡面离开，这种速成的味道让我没多久就极度思念台湾的家乡菜，因此在餐桌上像个小孩一样地哭了起来……后来，我搬到一间各国融合的大宿舍里，和几个其他国籍的好朋友约定，每天由一人担任煮夫来负责大家的晚餐。我们这群人里，有从中南美来学开飞机的机师；有从印尼来的年轻大学生；有的是打工游学的韩国人；也有在医院实习的印度人。我吃遍了各国的家常料理，喝遍各国的酒，抽过各国的烟，实在是有趣极了。第一次感受到吃东西真是件快乐的事，尤其是接触到各国的香料，让我的味觉大开。但是，当轮到我煮饭时，大家吃到我煮的四不像，脸上就像挂着一副“这个小女生到底是在什么样的国家长大，又是吃什么食物长大的？”的疑惑表情，让我受到很大的打击，也感觉让自己的家乡蒙羞。每次做菜前，我就死命地在电脑里找家乡的食谱，这已经让我忘了来异乡到底是为了什么……好像用食物征服他国人才是我出国的目的，这也是我开始学做菜的原因。在厨房里等着蒸笼冒出蒸汽才会出现的特别料理，结果却等到硬得像石头的面团，于是大家就用面团打起棒球的那段时光，是我一辈子忘不了的食物记忆！

脱离语言学校后，我的厨艺稍有进步，但因为跟着网络食谱照本宣科，无法安抚我的味觉，所以只好用母亲调味的记忆来满足每天的食欲！进了正式学校后，我们的功课多到没有时间出校门消费，学校请了厨师烹饪我们的三餐。当时我所就读的瑞士饭店管理学校，课程里要求修成一门烹饪课程，而学校课程是和法国蓝带厨艺学校合作的。

对我来说，学做中餐还算有日常记忆支持，但是西餐却真没有概念！也许是因为我的西餐知识一片空白，让我学习西式调味和烹饪特别快，也特别有兴趣。那时的我，可以每天吃西餐，每天做西餐，活像个外国人。我和学期一开始就在搓泡菜、腌泡菜又天天吃泡菜的韩国室友形成了一个很有趣的对比。我很开心那时我的主厨对我每次上课的赞赏。因为有他的鼓励，我对厨艺的喜爱已经超越了其他课程的学习。

在澳大利亚这个美食多美酒多的国家，很快的，我也习惯了每天奶酪、面包的生活。在国外的饭店工作时，我不断思索自己回家乡后要做的事，因为我很肯定饭店管理不是我想要的终身职业。虽然我也深爱这个行当，但我最后还是选择接受更正统的厨艺培训，在饭店管理课程学完后，申请进入法国蓝带厨艺学校。

蓝带学校课程意外的轻松，每个星期只有三天课，这让我的生活顿时空闲了下来！我设定了另一个目标，在学艺未完成前就先到业界去工作。于是选择了一间法国人在悉尼开的知名烘焙店，毛遂自荐地让它破例录用非法籍外国员工。我每天都是做基本的烘焙和例行工作，打蛋糕糊、烤蛋糕、组泡芙……我在老法身上学习到对自己专业工作的热爱和负责。每天下午我在店里二楼制面室窗台吃午餐时，咬着法国三明治，看着悉尼大桥，有种自己是生在这里的错觉！那时候，和我那群老美老英同学固定每个星期四到不同的知名餐厅，带着不同的酒，吃遍悉尼市的美食。虽然当时不懂得用相机记录吃过的菜色，但是因为这些生活上的不经意，让我现在烹饪时仍带着当时所感受到的氛围，并且也让我更投入在做菜和餐饮，以及任何与服务业有关的事业里！

回家后，我和家人开了间餐厅，做了好几个顾问案，帮人开餐厅，帮人办派对，也尝试在中国大陆做了几个顾问案。当中有失败，也有很多成功的案子，谢谢家人无限的支持以及乌树林餐厅给我的资源，让我在重重困境中仍旧热爱餐饮，并且成为一个专业的餐饮服务人！在这本食谱制作的过程中，也谢谢帮我忙的赞助厂商，因为你们对我的认同，我才能在自己的烹饪想法里一直坚持下去。更要谢谢出版社给我机会做这样的分享，给我那么好的编辑和摄影师，让我的想法能具体地分享给所有热爱烘焙的人士！谢谢我生活中的所有经历，因为有这些经历，让我更相信自己做得到！希望借由此书鼓励所有以为自己不会做菜的人，也希望你们买了这本食谱分享给你爱的人！

图书在版编目 (CIP) 数据

Sammi 的完美烘焙配方 / 钟莉婷著. -- 北京 :
中国画报出版社, 2014.4
ISBN 978-7-5146-1017-8

I. ① S… II. ① 钟… III. ① 烘焙—糕点加工 IV.
① TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 086537 号
版权合同登记号: 01-2014-3889

Sammi 的完美烘焙配方

出 版 人: 田 辉
编 著 者: 钟莉婷
责任编辑: 李 媛
出版发行: 中国画报出版社
(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编: 100048)
电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 010-88417409 (版权部)
010-68469781 (发行部) 010-88417417 (发行部传真)
网 址: <http://www.zghbcbs.com>
电子信箱: cpbh1985@126.com
经 销: 新华书店
海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司
印 刷: 北京彩虹伟业印刷有限公司
监 制: 焦 洋
开 本: 889mm×1194mm 1/24
印 张: 9.5
版 次: 2014年7月第1版 2014年7月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5146-1017-8
定 价: 36.00元

版权所有 翻版必究

中文简体版由远足文化事业股份有限公司 (幸福文化) 独家授权, 由成都天鹭文化传播有限公司代理, 限在大陆地区发行, 非经书面同意, 不得以任何形式任意复制、转载。

Contents 目录

自序 做菜是一件很简单的事!	004
本书使用器具	006
必学烘焙技巧	008

Part 1. Baking — Biscuit 烘焙饼干 011

Madeleine 玛德莲娜贝壳蛋糕 (妈妈栽种的香水柠檬)	012
Palmiers 心型酥 (心型饼干)	016
Viennese biscuits 威尼斯奶酥饼 (最佳的结婚喜饼)	020
Sables diamantes 钻石饼干 (带着闪钻的饼干)	024
Gingerbread people 姜饼人 (饼干也能成画布)	028
Biscotti 意大利硬饼干 (可和着酒吃的饼干)	032
Muesli slice 燕麦饼干条 (给小孩的另类早餐)	036

Part 2. Baking — Pastry 烘焙甜点 041

Fruits tart 季节水果塔 (救急的甜点)	042
Lemon meringue pie 柠檬玛林派 (成为赌后小注的甜点)	046
Clafoutis 樱桃卡拉芙蒂派 (一道非常家常的法式甜点)	050
Peach galettes 甜桃派 (水果甜点)	054
Blueberry jam crumble 蓝莓面包酥派 (适合消磨周末电影时间的甜点)	058
Apple turnover 苹果饺 (适合边走边吃的甜点)	062
Pithivier 国王派 (最适合求婚的甜品)	068
Pineapple upside-down tart 凤梨塔 (老奶奶的爱心甜点)	072
Strawberry mille-feuilles 草莓卡士达千层派 (挑战自己手艺的甜点)	076
Croquembouche 泡芙塔 (让人爱恨交加的甜点)	082
Paris Brest 巴黎车轮泡芙 (因自行车比赛而诞生的甜点)	088

Part 3. Baking — Cake 烘焙蛋糕 093

Lamington 拉明顿蛋糕砖 (能让朋友回忆起在澳大利亚的甜点)	094
Brownie 巧克力布朗尼蛋糕 (烤过头的熔岩巧克力蛋糕)	098
Banana cake 香蕉蛋糕 (对, 这是台湾的香蕉!)	102
Carrot cake 胡萝卜蛋糕 (把蔬菜做在蛋糕里)	106

Part4. Baking — Bread 烘焙面包 ————— 110

- Pearl sugar brioche 布里欧面包（你是谁？面包先生还是甜点小姐？） ————— 112
- Yogurt scone 酸奶司康饼（给贵妇的下午茶点） ————— 118
- Bread sticks 香料面包棒（能挡饥饿的小零嘴！） ————— 122

Part5. Baking — Savory 烘焙咸点 ————— 126

- Potato pizza 马铃薯披萨（能体现意大利人和中国人口味的食谱） ————— 128
- Brekky pie 馅饼派（周末冰箱的清道夫） ————— 132
- Croque madame muffins 阔克太太马芬（阔克先生在哪里？） ————— 136
- Spinach and ricotta omelet 菠菜奶酪烘蛋（要秀厨艺时的简易料理） ————— 140
- Short pastry, quiche 法式培根奶酪咸派（让人改变印象的咸派） ————— 144
- Vol-au-vents 鱼肉玉米派（不用洗碗盘的咸点） ————— 150
- Sheppard's pie 农夫派（给在花园里工作的爸爸的礼物） ————— 154
- Baked cheese pear boat 烤洋梨奶酪船（认识我，就会爱上我） ————— 158

Part6. Dessert — 不用烤箱的甜点 ————— 163

- Churros 吉拿果（让人着魔的西班牙油条！） ————— 164
- Italian cheese doughnut 意大利甜甜圈（留住牌友的最佳武器） ————— 168
- English burnt custard 焦糖布蕾（英法争议不休的甜点） ————— 172
- Bread and butter pudding 土司布丁（这样也可以做成布丁！） ————— 176
- Rice pudding 米布丁（用米做的布丁） ————— 180
- Berry jelly 莓果果冻（甜点里的糖果） ————— 184
- Mango pudding 芒果布丁（评判餐厅环境的佳品） ————— 188
- Yogurt 自制奶昔（一定要用“克宁”牌奶粉做） ————— 192
- Vanilla ice-cream / Rum and raisins ice-cream 香草 / 莱姆葡萄冰淇淋
（在家就可以做的香草冰淇淋） ————— 196
- Sea salt creamel candy 盐味牛奶糖（这是我怀念你的方式） ————— 200
- Rice cracker chocolate 米果巧克力萨琪玛（不加化学添加剂的食品） ————— 204
- Passion fruit jelly 百香果水果软糖（妈妈们安心做给小朋友们吃的糖果） ————— 208
- Chocolate fondue 热巧克力（在零下10℃的一抹温暖！） ————— 212
- Tomato relish 番茄果酱（咸果酱带着走） ————— 216
- Strawberry fool 草莓笨蛋饮（网球赛记得带着我） ————— 220
- Virgin mojito 摩奇多调酒（没酒精也让人有微熏的感觉） ————— 224

Sammi 的

完美烘焙配方

钟莉婷◆著

 中国画报出版社
CHINA PICTORIAL PUBLISHING HOUSE

Contents 目录

自序 做菜是一件很简单的事!	004
本书使用器具	006
必学烘焙技巧	008

<i>Part 1. Baking — Biscuit</i> 烘焙饼干	011
Madeleine 玛德莲娜贝壳蛋糕 (妈妈栽种的香水柠檬)	012
Palmiers 心型酥 (心型饼干)	016
Viennese biscuits 威尼斯奶酥饼 (最佳的结婚喜饼)	020
Sables diamantes 钻石饼干 (带着闪钻的饼干)	024
Gingerbread people 姜饼人 (饼干也能成画布)	028
Biscotti 意大利硬饼干 (可和着酒吃的饼干)	032
Muesli slice 燕麦饼干条 (给小孩的另类早餐)	036

<i>Part 2. Baking — Pastry</i> 烘焙甜点	041
Fruits tart 季节水果塔 (救急的甜点)	042
Lemon meringue pie 柠檬玛林派 (成为赌后小注的甜点)	046
Clafoutis 樱桃卡拉芙蒂派 (一道非常家常的法式甜点)	050
Peach galettes 甜桃派 (水果甜点)	054
Blueberry jam crumble 蓝莓面包酥派 (适合消磨周末电影时间的甜点)	058
Apple turnover 苹果饺 (适合边走边吃的甜点)	062
Pithivier 国王派 (最适合求婚的甜品)	068
Pineapple upside-down tart 凤梨塔 (老奶奶的爱心甜点)	072
Strawberry mille-feuilles 草莓卡士达千层派 (挑战自己手艺的甜点)	076
Croquembouche 泡芙塔 (让人爱恨交加的甜点)	082
Paris Brest 巴黎车轮泡芙 (因自行车比赛而诞生的甜点)	088

<i>Part 3. Baking — Cake</i> 烘焙蛋糕	093
-----------------------------------	-----

Lamington 拉明顿蛋糕砖 (能让朋友回忆起在澳大利亚的甜点)	094
Brownie 巧克力布朗尼蛋糕 (烤过头的熔岩巧克力蛋糕)	098
Banana cake 香蕉蛋糕 (对, 这是台湾的香蕉!)	102
Carrot cake 胡萝卜蛋糕 (把蔬菜做在蛋糕里)	106

Part4. Baking — Bread 烘焙面包 110

- Pearl sugar brioche 布里欧面包 (你是谁? 面包先生还是甜点小姐?) 112
Yogurt scone 酸奶司康饼 (给贵妇的下午茶点) 118
Bread sticks 香料面包棒 (能挡饥饿的小零嘴!) 122

Part5. Baking — Savory 烘焙咸点 126

- Potato pizza 马铃薯披萨 (能体现意大利人和中国人口味的食谱) 128
Brekky pie 馅饼派 (周末冰箱的清道夫) 132
Croque madame muffins 阔克太太马芬 (阔克先生在哪里?) 136
Spinach and ricotta omelet 菠菜奶酪烘蛋 (要秀厨艺时的简易料理) 140
Short pastry, quiche 法式培根奶酪咸派 (让人改变印象的咸派) 144
Vol-au-vents 鱼肉玉米派 (不用洗碗盘的咸点) 150
Sheppard's pie 农夫派 (给在花园里工作的爸爸的礼物) 154
Baked cheese pear boat 烤洋梨奶酪船 (认识我, 就会爱上我) 158

Part6. Dessert — 不用烤箱的甜点 163

- Churros 吉拿果 (让人着迷的西班牙油条!) 163
Italian cheese doughnut 意大利甜甜圈 (留住牌友的最佳武器) 168
English burnt custard 焦糖布蕾 (英法争议不休的甜点) 172
Bread and butter pudding 土司布丁 (这样也可以做成布丁!) 176
Rice pudding 米布丁 (用米做的布丁) 180
Berry jelly 莓果果冻 (甜点里的糖果) 184
Mango pudding 芒果布丁 (评判餐厅环境的佳品) 188
Yogurt 自制奶昔 (一定要用“克宁”牌奶粉做) 192
Vanilla ice-cream / Rum and raisins ice-cream 香草 / 莱姆葡萄冰淇淋
(在家就可以做的香草冰淇淋) 196
Sea salt creamel candy 盐味牛奶糖 (这是我怀念你的方式) 200
Rice cracker chocolate 米果巧克力萨琪玛 (不加化学添加剂的食品) 204
Passion fruit jelly 百香水果果软糖 (妈妈们安心做给小朋友们吃的糖果) 208
Chocolate fondue 热巧克力 (在零下 10°C 的一抹温暖!) 212
Tomato relish 番茄果酱 (成果酱带着走) 216
Strawberry fool 草莓笨蛋饮 (网球赛记得带着我) 220
Virgin mojito 摩奇多调酒 (没酒精也让人有微熏的感觉) 224

做菜是一件很简单的事！

编辑和我联系谈出书，是一年前的事。我们在出书的主题上始终没有达成共识，所以一直延迟到2013年8月才算有了一个和我个人意愿相合的主题。出书对我而言并不是厨艺的展现，而是分享！分享食物和人之间可串连的记忆，分享做菜时的愉悦，分享吃到自己动手所做食物时的喜悦！这是最容易达到的一个成就，不管你是男、女、老、幼，我都希望在这个过程中，让你也喜爱上做菜这件事，并借由食物和你的朋友与环境释出友好。

我在年少时第一次离家到澳大利亚求学，那时的我，连个荷包蛋都煎不好。人家说有好厨艺的妈妈，身边只会有会吃的小孩。我的妈妈在烹饪上给我的影响，直到这几年才有领悟。当年，我带着一箱泡面离开，这种速成的味道让我没多久就极度思念台湾的家乡菜，因此在餐桌上像个小孩一样地哭了起来……后来，我搬到一间各国融合的大宿舍里，和几个其他国籍的好朋友约定，每天由一人担任煮夫来负责大家的晚餐。我们这群人里，有从中南美学开飞机的机师；有从印尼来的年轻大学生；有的是打工游学的韩国人；也有在医院实习的印度人。我吃遍了各国的家常料理，喝遍各国的酒，抽过各国的烟，实在是有趣极了。第一次感受到吃东西真是件快乐的事，尤其是接触到各国的香料，让我的味觉大开。但是，当轮到我煮饭时，大家吃到我煮的四不像，脸上就像挂着一副“这个小女生到底是在什么样的国家长大，又是吃什么食物长大的？”的疑惑表情，让我受到很大的打击，也感觉让自己的家乡蒙羞。每次做菜前，我就死命地在电脑里找家乡的食谱，这已经让我忘了来异乡到底是为了什么……好像用食物征服他国人才是我出国的目的，这也是我开始学做菜的原因。在厨房里等着蒸笼冒出蒸汽才会出现的特别料理，结果却等到硬得像石头的面团，于是大家就用面团打起棒球的那段时光，是我一辈子忘不了的食物记忆！

脱离语言学校后，我的厨艺稍有进步，但因为跟着网络食谱照本宣科，无法安抚我的味觉，所以只好用母亲调味的记忆来满足每天的食欲！进了正式学校后，我们的功课多到没有时间出校门消费，学校请了厨师烹饪我们的三餐。当时我所就读的瑞士饭店管理学校，课程里要求修成一门烹饪课程，而学校课程是和法国蓝带厨艺学校合作的。

对我来说，学做中餐还算有日常记忆支持，但是西餐却真没有概念！也许是因为我的西餐知识一片空白，让我学习西式调味和烹饪特别快，也特别有兴趣。那时的我，可以每天吃西餐，每天做西餐，活像个外国人。我和学期一开始就在搓泡菜、腌泡菜又天天吃泡菜的韩国室友形成了一个很有趣的对比。我很开心那时我的主厨对我每次上课的赞赏。因为有他的鼓励，我对厨艺的喜爱已经超越了其他课程的学习。

在澳大利亚这个美食多美酒多的国家，很快的，我也习惯了每天奶酪、面包的生活。在国外的饭店工作时，我不断思索自己回家乡后要做的事，因为我很肯定饭店管理不是我想要的终身职业。虽然我也深爱这个行当，但我最后还是选择接受更正统的厨艺培训，在饭店管理课程学完后，申请进入法国蓝带厨艺学校。

蓝带学校课程意外的轻松，每个星期只有三天课，这让我的生活顿时空闲了下来！我设定了另一个目标，在学艺未完成前就先到业界去工作。于是选择了一间法国人在悉尼开的知名烘焙店，毛遂自荐地让它破例录用非法籍外国员工。我每天都是做基本的烘焙和例行工作，打蛋糕糊、烤蛋糕、组泡芙……我在老法身上学习到对自己专业工作的热爱和负责。每天下午我在店里二楼制面室窗台吃午餐时，咬着法国三明治，看着悉尼大桥，有种自己是生在这里的错觉！那时候，和我那群老美老英同学固定每个星期四到不同的知名餐厅，带着不同的酒，吃遍悉尼市的美食。虽然当时不懂得用相机记录吃过的菜色，但是因为这些生活上的不经意，让我现在烹饪时仍带着当时所感受到的氛围，并且也让我更投入在做菜和餐饮，以及任何与服务有关的事业里！

回家后，我和家人开了间餐厅，做了好几个顾问案，帮人开餐厅，帮人办派对，也尝试在中国大陆做了几个顾问案。当中有失败，也有很多成功的案子，谢谢家人无限的支持以及乌树林餐厅给我的资源，让我在重重困境中仍旧热爱餐饮，并且成为一个专业的餐饮服务人！在这本食谱制作的过程中，也谢谢帮我忙的赞助厂商，因为你们对我的认同，我才能在自己的烹饪想法里一直坚持下去。更要谢谢出版社给我机会做这样的分享，给我那么好的编辑和摄影师，让我的想法能具体地分享给所有热爱烘焙的人士！谢谢我生活中的所有经历，因为有这些经历，让我更相信自己做得到！希望借由此书鼓励所有以为自己不会做菜的人，也希望你们买了这本食谱分享给你爱的人！

本书使用器具



电子秤、量秤（Scales）

所有材料，除了有量杯、量匙的协助外，使用电子秤更精准地称量是很重要的。购买时，找间距刻度较小的电子秤，便可用于小克数的材料称量。



量杯、量匙（Measuring Cups and Spoons）

量器在烘焙中是一个重要的角色，大多使用在小克数的材料称量上，像是盐、胡椒、香料等。大多使用量匙来加速称量的准备；而量杯会用在小毫升数的液状体的称量，以刻度来代表所称量出来的毫升数。



放凉网架（Cooling Racks）

建议买一些有高度的网架，放置刚烤好的烘焙品时，冷空气可由架下流通，协助烘焙品冷却。放凉烤架有另一个作用，即拿来帮烘焙品或甜品穿衣服（Coating）时，将成品叠高，多余的巧克力可以由网缝中往下流再回收使用。



烤盘（Baking Tray）

依照家中所使用的烤箱来选择烤盘大小。市面上有铝制、不锈钢制的烤盘，铝制的较易变形，但大小的选择较多；不锈钢较耐用，但价格差异很大。



烤模和各式模具（Tins and Molds）

除了一些经典糕点有特定要求的模具外，烘焙品有各式的模具来做成不同的造型。有些不沾的蛋糕模具，在使用前不需再涂上奶油或任何油脂；但如果是一般铝制模具，就需要涂上一些油脂，这样在烘烤完成后，较容易脱模。



打蛋器（Whisks）

钢线较多的打蛋器是用在鸡蛋的搅拌上，可以搅打出较为细致的气泡，而钢线较少的是用在鲜奶油的搅拌上。

当然也可以混合使用，只是钢线越多，混拌时受到的抵抗力越大，就必须更用力地搅打。把手较短、钢圈较小的打蛋器，用在打面糊上，手距越短，遇到比较扎实的面糊时会越省力。

长柄刮刀 (Spatulas)

这种塑料的长柄刮刀最常用于把钢盆或容器里的东西刮干净。橡胶的刮刀比塑胶的有弹性得多，在厨房里除了可以准备大小两把不同的刮刀外，还建议买两种颜色来区别甜食和咸食时使用。



刮板 (Dough Scrapers)

这是用来分割面团、搅拌糊状原料、整型和刮起在桌面上的面团或面粉的协助工具。有不锈钢和橡胶两种，后者的弹性较大。



烘焙用刷 (Pastry Brushes)

刷子用在加亮甜品、刷蛋白或是融化奶油上。刷具现在有各式的材质，尼龙和毛刷是最普遍的材料，但尼龙的无法刷加热的原料，因为尼龙也许会因为加热而融化。在烘焙时建议备 2 ~ 4 把刷子，分别用在奶油（油脂）、蛋、果胶和其他食材，这样就不会因交叉使用而影响味道。清洗的时候，不要使用任何清洁剂，因为刷子容易残留清洁剂，而且清洗完的刷子应该先阴干后再储藏起来。



过筛网 (Sifters)

用于过滤粉料，去除粉料的结块。过筛后的粉料，也会变得较为轻盈且均匀。



挤花袋和挤花嘴 (Piping Bags and Nozzles)

有各种不同尺寸和材质的挤花袋，依照每次要填入的量来选择大小。而除了装饰蛋糕花饰用的各式花嘴外，大多分为平口和星形，应按想打出来的形状及大小需求来选择花嘴。每次清洗挤花袋后，应翻面晾干。



钢盆 (Mixing Bowls)

建议使用底部较小、整体较像圆形的钢盆，因底部越圆滑，没有死角，搅打的时候就越均匀。材质以不锈钢和铜制的为最好。



擀面棍 (Rolling Pin)

厨房里使用的擀面棍最好准备大小两种尺寸。大的擀面棍用来处理较大的面团，因为大擀面棍的重量可以较轻易擀平面团；而小的擀面棍就可以拿来处理较小的细节及小面积的面团。



必学烘焙技巧

在烘焙之前，先要知道两件事情：一是和一堆面粉一起作业时，有时候会在面团和烘焙原料的同一个环节上不停地失败，有时候运气好到一气呵成，同一个原料会产生各种令人意外的结果。二是烘焙这件事情需要气氛和心情，也会碰到困难，有时更会让你发狂。初期接触烘焙时，可能没有你预想的那么简单和容易成功！

如果这两件事都不会影响到你对烘焙的喜爱，那就不要轻易地放弃，应该继续尝试。我的经验是，如果抓到了诀窍，就可以用相同的经验尝试更多的配方，自创更多的烘焙甜品或咸品；就像是数学公式一样，如果了解了公式，运算就变成一件非常有趣的事情。这是一些烘焙的小技巧，希望你拿到通行无阻的钥匙！

盲眼烘焙 (Bake blind, Blind baking)

这是指在还没有把烘焙内馅倒入派皮之前，对派皮先做的烘焙。原因是有时派馅比派皮容易熟，或者派馅不用烘烤，所以需要将派皮先烤半熟或是全熟。方法是用烘焙纸盖住派皮表面，然后倒入干的豆类或米，增加重量来压住烤纸，让派皮不会因为热气在烘烤当中膨胀。

揉压 (Knock back)

这个技巧比较常用在发酵面团上。第一次发酵后，面团会因为酵母、面粉及温度而发生变化，体积因为充满二氧化碳而膨胀。利用揉压的动作将气体逼出来，阻止面团的麸质过分延展或倒塌，在充分将面团揉压后，就可以将面团定型以及做第二次发酵了。

无盐奶油和粉类的混合 (Creaming method)

鲜奶油这个名词也拿来做动词用，在烘焙技巧里，大多是用在饼干、派皮和酥脆等三种烘焙物上。这个技巧是将放在室温、仍保有硬度的无盐奶油，切成块状，然后和粉类（大多为糖），以手或电动搅拌机混打成轻盈状（无盐奶油比例多时）或面包碎状（无盐奶油比例少时），再继续加入配方里的其他原料一起制作，这个过程我们统称为混合，通常用这种面制作出来的烘焙品，口感较为酥脆。

上亮漆 (Glaze) 与蛋的洗礼 (Egg wash)

烘焙品的表面处理，会用到这两种方式来增加烘焙物的光亮面：上亮漆，是将果胶涂在放凉的烘焙物上。方法是以刷子蘸取加热后的果胶，轻轻地、薄薄地在表面刷上一层，一方面增加亮度，一方面封住烘焙物表面的毛细孔，让水分不易流失。而蛋的洗礼，是利用全蛋或是加水的蛋黄，在烘焙物进入烤箱之前，刷在面团表面上，再开始烘烤，其作用除了增加烘焙物的色泽外，也增加烘焙物的香气。

上粉扑 (Dust)

这个动作是在成品的烘焙物上涂一层薄薄的粉，有时是糖粉，有时是可可粉，增加面团的美观性，就和女生在脸上上粉一样。

发泡 (Whipping)

通常用在蛋和鲜奶油的搅打上。发泡很重要，是因为食谱中对发泡的结果有不同的解释：软发泡 (soft whipped peak) 和硬发泡 (stiff whipped peak) 是在烘焙物要求的发泡程度上有所不同。软发泡的鲜奶油或蛋，容易和其他材料混合；而硬发泡的鲜奶油，大多是做蛋糕体上的装饰奶油。

而打发的蛋液是为了让蛋糕体不需借由发粉和苏打粉等发泡介质让蛋糕变得蓬松，是利用空气打入蛋里的原理，增加口感。

软发泡的判断：约是原液体的 1.5 倍体积，表面光滑，质感轻盈，打发物在倒放的打蛋器上呈现的是成型，但尾端呈下垂的状态。

硬发泡的判断：约是原液体的 1.5 倍体积以上，表面光滑，质感轻盈，打发物在倒放的打蛋器上呈现的是成型，但尾端呈尖挺的状态。

过筛 (Sift)

建议在用粉类前都先过筛一遍。因为原料有时放置在室温中太久会造成结块，如果结块不处理，会在成品里形成不熟的面粉或糖块。而且过筛有另外两个好处：在去除粉块的同时，又可以充分混合一起过筛的粉料；在过筛的时候，软塌塌的面粉会因为动作上的跳动，让空气进入粉的空隙中，粉类又再度恢复松软的状态。

帮面团（糊）住进房子里 (Line)

这是指将派皮擀入模具中，用模具切成我们要求的形状，或是将面粉倒入模具里成型的一个动词兼名词。所以下次当你在英文食谱里看到这个字，不要开手机，而是记得把派皮依照模具的形状切形，或是把面粉倒入食谱里所标示的模具。

隔水加热法 (Water bath/ bain marie)

烤布丁类糕点时最常用到这种方式，因为布丁的密度较大，所以受热的均匀度不会像蛋糕那么好。如果再加上温度不稳定的烤箱，常会得到一个表层上色且凝固，但内部完全不熟的布丁。但是用模具隔着热水的烤法，受热就会均匀很多。另一个要用到隔水加热的方法是，融化奶油、巧克力、吉利丁与果胶的时候，在锅里烧热水，把装着需要融化材料的小型长柄锅放入热水锅内，利用 80°C 的热水持续加温，在这样温暖又不太热的温度里可以达到想要的成果。

切入 (Folding)

不是所有面糊的搅拌都要用搅打的方式。切入就是把两种不同的半成品材料混合在一起，更多用在过筛后的粉类，加入打发的蛋液或鲜奶油，用有柄的塑胶刮刀，以划开的方式把粉类往上翻开，持续至所有粉类都加入，直到面糊中看不见粉粒为止。这样的切入动作，替代了较粗鲁的搅打混合方式，使面团有了蓬松感。

本书材料分量单位换算表：

先在这里提醒一下书中几个单位间的大概换算。最好是有量匙工具来协助，会较精准！

- 面粉 (Flour) 的换算 1cup 大约等于 125g 的重量
- 较轻的调味粉 (可可粉、肉桂粉、豆蔻粉、红椒粉、白胡椒、玉米淀粉)

1tsp = 1 Tea Spoon (一茶匙) = 2g

1tbsp = 1 Table Spoon (一大匙) = 7.5g

- 盐 / 黑胡椒

1 pinch = 用二指去夹起的盐、黑胡椒的量

1tsp 大约是 5g 1tbsp 大约是 15g

- 液体 (牛奶 / 水) 的换算 1ml = 1g

