

糕点名师讲堂

面包



基础教程

黎国雄 编 著



权威，全面，创新，突破。

顶级大师制作秘笈大公开，
超详细的图文过程全介绍。

快速掌握专业技术，就业、创业不用愁。

新手必备指南，诱人面包轻松做。

广东出版集团
广东经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

面包基础教程 / 黎国雄编著. —广州: 广东经济出版社,
2009. 6

(糕点名师讲堂丛书)

ISBN 978-7-5454-0238-4

I. 面… II. 黎… III. 糕点—制作—教材 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第081983号

出版发行	广东经济出版社(广州市水荫路11号11~12楼)
经销	广东新华发行集团
印刷	广州伟龙印刷制版有限公司
开本	889毫米×1194毫米 1/16
印张	6.5
版次	2009年6月第1版
印次	2009年6月第1次
书号	ISBN 978-7-5454-0238-4
定价	全套(1~6册)228.00元

如发现印装质量有问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市水荫路11号11楼

电话: (020)38306055 37604312 邮政编码: 510075

邮购地址: 广州市水荫路11号11楼

电话: (020)37601950 37601509 邮政编码: 510075

图书网址: <http://www.gebook.com>

• 版权所有 翻版必究 •

【糕点名师讲堂】

面包

GAO DIAN MING SHI JIANG TANG

基础教程

黎国雄 编 著



广东出版集团
广东人民出版社



PREFACE

前言

在这个时尚与美味并重的社会，西点美食已成为我们生活的重要组成部分。其清新的口感备受大众青睐，与此同时，各种蛋糕、西点、面包的店铺也如雨后春笋般应运而生。为了满足人们对西点美食与日俱增的钟爱之情，越来越多的师傅投身于这份炙手可热的事业中来。

西点美食之所以越来越受人们的喜爱，简言之，是因为其不但好吃，而且好看。

如何做到好吃？那就需要西点师傅有扎实的基本功——材料的搭配与分量控制、造型制作、制作时的温度调节、时间控制等都要做到恰到好处。如何做到好看？源源不断的创意、独具一格的审美观和对色彩的自如运用便至关重要。人们对西点、蛋糕百吃不腻，但对蛋糕的“外貌”却有了越来越高的要求，喜欢更有创意的东西。惬意珍馐的同时，也像在欣赏一件艺术品！

要说西点美食，就不能不提一个人——黎国雄，黎国雄师傅是西点行业里的大师，无论是技术还是他的制

作创意，都深受业界赏识赞叹。此套书中的每一款西点都经过黎师傅的精心挑选并用心制作，好看更好吃！

自《名师名点》出版以来，受到广大读者特别是业界人士的好评和喜爱，我们深受感动和鼓舞。应广大读者的诚恳要求，我们再次携手黎国雄师傅，倾力推出这套基础教程系列《糕点名师讲堂》，此套书包括了《慕斯基础教程》、《芝士蛋糕基础教程》、《巧克力蛋糕基础教程》、《西点基础教程》、《面包基础教程》和《裱花基础教程》六册，比《名师名点》内容更为详尽实用。

术业有专攻，此书每册都专业介绍了一类蛋糕的制作方法，从简单的基础理论到近百款实践制作实例，都用简洁的文字，配以清晰的流程图片详细讲解，易看易懂易学。闻道有先后，如果你是一个初学者，此套书将引领你轻松地投入西点美食制作的世界里，成为一个制作西点美食的师傅，并进一步提高；倘若你已是一位蛋糕师傅，那此书也将是一个很好的学习参考。

本册《面包基础教程》精选了八十多款最经典的面包的款式，并详细介绍了其烘焙方法，并将它们分为软式甜面包、咸味面包、硬质面包、吐司面包等几大类，在每一款面包的烘焙方法介绍中都有详细的图文介绍，让你一目了然，易学易懂，轻松就能做出美味飘香的面包来。

如果你想与本书的作者进行技术交流，或深入了解更多的制作技术要领，可与广州黎国雄蛋糕烘焙中心联系。

CONTENTS 目录

4 原材料

9 第一部分 软式甜面包



49 第二部分 咸味面包

69 第三部分 硬质面包

81 第四部分 吐司面包

84 第五部分 松酥类面包

90 第六部分 新式面包

5 器材

- 10 燕麦鸡尾包
- 12 香酥沙拉包
- 14 香酥椰卷包
- 15 花生奶酥包
- 16 奶露椰子包
- 17 什果包
- 18 奶酪瓜子包
- 20 奶酪肉松包
- 21 火腿肉松包
- 22 奶酪吉士包

- 50 风味麦香包
- 52 风味水果包
- 53 芝士火腿卷
- 54 芝士香肠包
- 55 芋风面包

- 70 培根法包
- 72 康芝法包
- 73 燕麦法包

- 82 香芋吐司
- 83 燕麦吉士吐司

- 85 松酥类面包面团制作
- 86 香芋可松包
- 87 蜜豆可松包
- 88 红薯可松包
- 89 丹麦肉松包

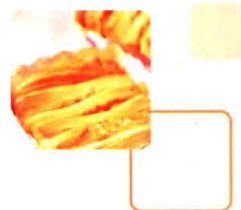
- 91 香菜芝士包
- 92 咖啡提子包
- 94 咖啡核香包
- 95 奶皇啡香包

6 面包知识小讲堂

- 23 香橙椰子包
- 24 皇冠提子包
- 26 椰香包
- 27 苹果包
- 28 柠檬椰蓉包
- 30 蓝莓椰蓉包
- 31 奶油肉松包
- 32 香酥柠檬包
- 33 蓝莓芝士条
- 34 意大利肠仔包

- 56 黄金薯面包
- 58 香辣沙丁鱼包
- 60 香葱牛肉包
- 61 沙丁鱼调理包
- 62 培根调理包

- 74 乡野法包
- 75 蚂蚁面包
- 76 瓜子面包



- 36 黄金双尖包
- 38 黄金吉士包
- 39 黄金椰蓉包
- 40 蓝莓槟包
- 41 黄金玉米包
- 42 蜜豆牛奶包
- 44 奶油椰子包
- 45 茶香蜜豆包
- 46 鲜奶香橙菠萝包
- 48 香酥桑果包

- 63 香辣牛肉吐司
- 64 香菇调理包
- 66 海鲜调理包
- 68 黄金海苔包

- 78 腰果仁面包
- 79 开心果仁面包
- 80 燕麦瓜子包



- 96 啡香核桃条
- 97 芝士香菇包
- 98 芝士排包

- 100 可可乳酪包
- 101 芝士提子包
- 102 风味香菇包



YuanCai Liao 原材料

- 1.面粉：分高筋面粉、低筋面粉，是制作面包和蛋糕的主要材料之。
- 2.砂糖：制作糕点的主要材料之，使糕点着色或增加香甜味，并为面团发酵提供能量。
- 3.蛋白稳定剂：属酸性材料，溶解于蛋清后可延缓蛋白霜的老化。
- 4.鸡蛋：制作糕点的主要材料之一，搅拌时充入空气后形成泡沫，使面包的体积增大并变得疏松。
- 5.蜂蜜：天然的转化糖浆，能使产品的组织结构得到改良，帮助产品着色。
- 6.白兰地酒：多用于浸渍果碎、调味，能使产品增加风味。
- 7.绿茶粉：使产品着色，增加产品香味。

- 8.泡打粉：加温时能产生气体，使产品膨胀增大体积。
- 9.玉米淀粉：改良产品的组织结构。
- 10.酵母：在一定温度和湿度条件下能促使大量酵母菌繁殖，使面包发酵，体积增大。
- 11.可可粉：由可可豆加工而成，使产品增强风味。
- 12.肉松：有猪肉松、牛肉松、鸡肉松等，用于增加面包风味和装饰面包。
- 13.各类坚果肉：增强产品的口感，用于装饰面包。
- 14.玉米粒：多用于装饰。
- 15.樱桃：有红色、绿色和黄色等几种，多用于装饰面包。
- 16.蛋糕油：属添加剂，能改良产品的组织结构，使产品有较强的张力。
- 17.奶油：是一种人造油，能改良产品的组织结构，增强口感和风味。

注：由于材料的种类繁多，在后面面包的制作材料介绍时，只列出较主要的材料。



Q i C a i 器材

- 1.搅拌机：用于搅拌蛋糕面糊和面包面团等。
- 2.不锈钢盆：用于装盛液体材料，便于搅拌材料。
- 3.搅拌棒：可搅拌预备的软体材料。
- 4.通槌：用于擀压体积较大或较硬的面皮。
- 5.酥棍：用于擀压体积较小的面皮。
- 6.油扫：用于在面包上扫油和扫蛋液。
- 7.抹刀：用于装饰时抹材料。
- 8.蛋糕刀：用于分切各式糕点。
- 9.塑胶刮板：制作产品时用于折叠拌均面团等。
- 10.各式花嘴：用于装饰时挤出各类花式的软体材料。
- 11.电子秤：用于称量各种材料的份量。
- 12.小刀：用于界切较软的物体和材料。

- 13.耐高温纸杯：使不同款式的产品在烘烤时保持不变形。
- 14.各式铅制模具：用于制作各种款式和形状的产品。
- 15.搅拌机配属用具：不同形状的配件可搅拌不同的材料。



面包知识

小讲堂



面包的起源

面包是一种在面粉中加入水和其他辅助原材料进行调匀，经发酵后烤制而成的食品。早在一万多年前，西亚一带的古代居民就已会种植小麦和大麦，他们利用石板将谷物碾压成粉，再将粉状材料与调料调和后放在烧热的石板上烘烤，从而制成了最早期的面包。



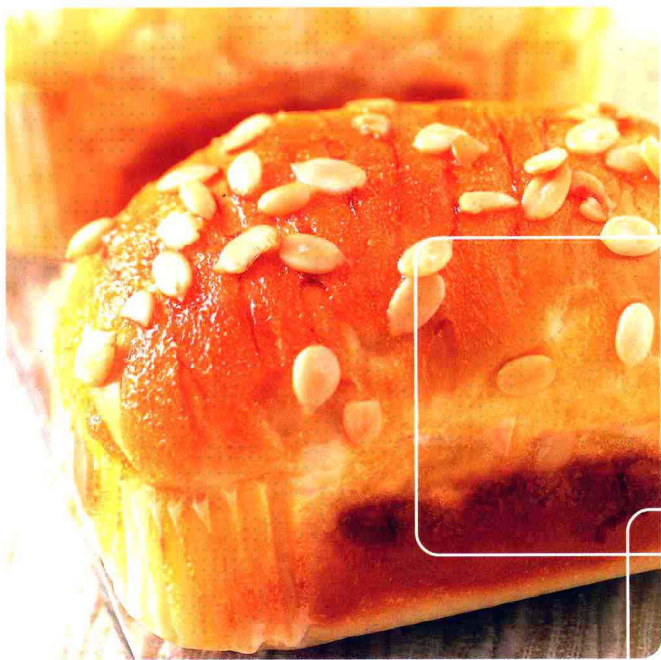
面包的最基本原料的构成特征及功能

1. 面粉

面粉是由小麦磨制而成的。小麦经过清理除杂、润麦、研磨、筛粉等工艺后，被制成各种等级的面粉。按照蛋白质的含量可将面粉分为高筋粉、低筋粉和中筋粉三种，也简称高粉、低粉、中粉，其中高筋粉的蛋白质含量在 11.5% 以上，中筋粉的蛋白质含量在 8.5%~11.5% 之间，而低筋粉的蛋白质含量则在 8.5% 以下。

面粉所含的成分有蛋白质、碳水化合物、酶、水分、脂肪和维生素等。

面粉是烘焙产品的骨架，同时也是制作面包的主体材料，能形成面包的组织结构。面粉经加水搅拌均匀后会形成面筋，起到支撑面包组织的骨架作用；另外，面粉中的淀粉吸水膨胀，并能在适当的





温度下糊化，固定成型；此外，面粉具有提供酵母发酵所需的能量的功能，在制作面包时，当配方中糖含量较少或不加入糖时，面包发酵所需要的能量便由面粉来提供。

2. 盐

食盐是制作面包时的重要原料之一。虽然它在面包生产中所占的比例不大，但其起到的调味作用却不可忽视。

盐在面包制作中的功能：

- (1) 增加风味。尤其是在甜面包中加入适量的盐，口味更佳。
- (2) 强化面筋。盐可以使面筋质地变密，增加弹性，从而增强面筋的韧度。
- (3) 调节发酵速度。盐是渗透力很强的物质，它对酵母菌的繁殖有一定的抑制作用。因而面包师可以通过增加或减少配方中盐的用量，来调节、控制面粉的发酵速度。
- (4) 改善品质。适当地用盐，可以改善面包的色泽和组织结构，使面包内部颜色发白、质地柔软。

3. 水

4. 酵母

酵母是制作面包时必不可少的一种生物膨松剂。若没有酵母，就很难做出面包来。

酵母在面包制作中的功能：

- (1) 生物膨松作用。酵母在面团发酵时产生大量的二氧化碳气体，使面筋形成网状结构，气体填充其中，从而使面团酥松多孔，体积变大。
- (2) 扩展面筋的作用。酵母发酵除产生二氧化碳外，还能增强面筋的延展性，使发酵所产生的二氧化碳能保留在面团中，提高面团的保气能力。
- (3) 改善风味的作用。酵母发酵时，能产生特有的风味。
- (4) 增加营养价值。因为酵母的主要成分是蛋白质，在酵母干物质中，蛋白质含量几乎占一半，且必需氨基酸含量充足，尤其是谷物中缺少的赖氨酸。此外，酵母含有大量的维生素B₁、维生素B₂及尼克酸。

5. 糖

糖在面包制作中的含有大量功能：

- (1) 糖在烘焙产品时是一种富有能量的甜味料，也是酵母主要能量的来源。
- (2) 糖有吸湿性及水化作用，可使产品保持柔软，并增长面包保鲜期。
- (3) 糖有焦化作用，可增加产品的色泽美观度和香味。
- (4) 改善面团的物理性质及面包内部的组织结构。

6. 油脂

所谓油脂，即在常温下，呈液态时称为“油”，呈固态时称为“脂”的物质。又因脂中含有大量的油，故被称为“油脂”。在面包制作中用得较多的油脂是奶油、奶油和猪油。

油脂在面包制作中的功能：

- (1) 能改善面包的品质，使面包更加润滑可口。
- (2) 使面包产生特殊的香味，增加人们的食欲。
- (3) 可保持面包中的水分。
- (4) 可增长面包的保鲜期，延长制品寿命。

7. 鸡蛋

鸡蛋在面包制作中的功能：

- (1) 增加制品的营养含量。
- (2) 增加面包的色香味。
- (3) 改善内部组织，使制品柔软有弹性。
- (4) 有乳化作用。

8. 乳制品

乳制品在面包制作中的功能:

- (1) 改善面团性质, 增加面筋强度, 使其有韧性。
- (2) 增加风味, 提高营养价值。
- (3) 改善面包表皮颜色, 延长制品寿命。



面包的分类

面包是以水、面粉、酵母、盐为主要原料, 辅以糖、油、蛋或添加剂, 搅拌成面团, 经过成形、发酵, 最后烘烤而得到的面质发酵成品。

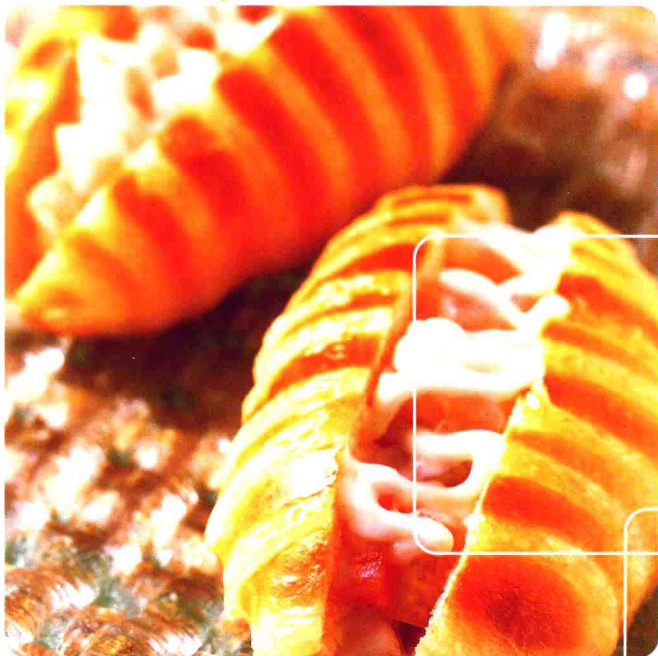
面包发展到今天, 其种类繁多, 大致可分为以下几类:

软式面包——凡是使用面包烤盘或者面包模具等容器来盛装面团并烘烤的, 都属于软式面包。这类面包的外表柔软, 色泽金黄至浅棕色, 烘烤味道浓郁, 口味较好, 内部组织也柔软, 孔眼幼细均匀, 切面平滑, 颜色较为洁白。目前国内所制作的绝大多数面包都属于这类, 如吐司面包、餐包、甜面包等。软式面包又可以分为软式甜面包和软式咸面包。

硬式面包——凡是利用面包烤盘或者面包模具等容器直接把醒发好的面包胚装好烘烤的, 都属于硬式面包。这类面包的特点是: 表皮薄但脆, 颜色浅黄色, 面包味甚浓, 内部组织柔软但多孔, 有不均匀的大孔洞, 有较多的发酵香味, 耐咀嚼, 如法式棍包, 硬餐包等。硬式面包可分为硬式甜面包和硬式咸面包两类。

松酥面包——是利用软式面包的面团, 却按照酥层类西式点心的做法来制作得到的面包。这类面包既可以归属于面包类, 因为面团内有酵母作膨松剂, 又可以归属于西点类, 因为其成品很有层次。如丹麦包、酥类面包部属这类制品。

注: 在面包的分类上, 经常是灵活的, 没有绝对的界限, 甜面包和咸面包可以囊括以上的分类, 但仅按咸甜分类是不够科学的。



D 第一部分

iYiBuFen

R 软式甜面包

RuanShiTianMianBao





燕麦鸡尾包 Yan Mai Ji Wei Bao

材 料



椰子馅材料

椰子馅:

A: 奶油 95 克, 砂糖 90 克;

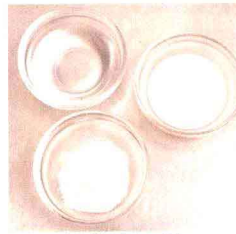
B: 鸡蛋 70 克;

C: 奶粉 115 克, 椰蓉 135 克, 椰香粉 2 克。



面团材料

面团: 砂糖 300 克, 鸡蛋 150 克, 淡奶 80 克, 水 750 克, 奶粉 50 克, 高粉 1500 克, 酵母 15 克, 改良剂 7 克, 食盐 15 克, 蛋糕油 13 克, 奶油 150 克。



奶黄馅材料

奶黄馅: 清水 240 克, 即溶卡士达粉 96 克, 牛奶 100 克。

风味特点

麦香和椰香味甚浓。

小提示

制作面团时, 要把面团筋度掌握好; 最后封好面团时温度在 30℃ 左右, 湿度在 75% 左右。
注: 奶皇馅由其三种材料混匀而成。

制作过程

面团制作

- 1 将高粉、奶粉、酵母、改良剂、砂糖拌匀。
- 2 加入水、淡奶、鸡蛋慢速搅拌均匀。
- 3 快速搅拌至面筋度七至八成左右。
- 4 加入奶油、蛋糕油、食盐慢速拌匀。
- 5 快速拌至可拉出薄膜状。
- 6 把面团放在烤盘上加入保鲜膜盖上, 醒发 20 分钟左右。
- 7 分割成每个 75 克的小面团 (在以后的制作中, 面团克数可根据需要灵活调整)。
- 8 将分均匀的面团滚圆, 不用滚得太紧。
- 9 将面团盖保鲜膜醒发 20 分钟左右。

面包制作

- 1 制作椰子馅: 将 A 部分材料充分拌匀。
- 2 分次加入 B 部分材料充分拌匀。
- 3 加入 C 部分材料拌匀。
- 4 将每个 75 克的小面团拍扁排气。
- 5 放上椰子馅。
- 6 卷成形。
- 7 沾上燕麦片。
- 8 放入烤盘, 再放入发酵箱内发酵大约 90 分钟, 温度为 35℃ ~ 38℃, 湿度为 70% ~ 80%; 发酵至体积为原来的 3 倍左右。
- 9 装饰奶皇馅后入烤炉烘烤, 入炉以上火 215℃、下火 180℃ 的温度烘烤 15 分钟左右。
- 10 出炉即成。



1



2



3



4



5



6



7



8



1



2



3



4



5



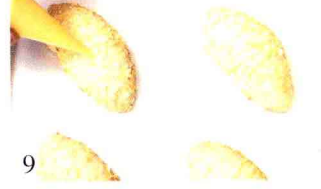
6



7



8



9



10





香酥沙拉包 Xiang Su Sha La Bao

材 料

香酥粒：砂糖 130 克，奶油 180 克，低粉 360 克。
沙拉酱：细糖 40 克，盐 2.5 克，味精 1 克，鸡蛋 50 克，沙拉油 385 克，白醋 12 克，淡奶 22 克。

风味特点

酥香柔软。

小 提 示

注：面团制作参考第 11 页“面团制作”。



香酥粒材料



沙拉酱材料

制作过程



1 制作香酥粒：将砂糖、奶油拌匀。



2 加入低粉拌匀。



3 用手搓成粒状。



4 装入碗中备用。



5 制作沙拉酱：将细糖、盐、味精、鸡蛋充分拌匀。



6 慢慢加入沙拉油打发。



7 加入白醋拌匀。



8 加入淡奶拌匀备用。



9 将每个 75 克的小面团拍扁排气。



10 卷起成形。



11 装起发酵，发酵时温度为 35℃ ~ 38℃，湿度为 70% ~ 80%，大约 80 分钟。



12 让面团发酵至体积为原来的 3 倍左右。



13 扫上蛋黄液。



14 挤上沙拉酱。



15 撒上香酥粒，入炉以上火 210℃、下火 175℃ 的温度烘烤约 13 分钟。



16 出炉即可。



香酥椰卷包

XiangSuYeJuanBao

风味特点

浓郁的椰香味。

小提示

不要卷得过紧。

注：面团制作与椰子馅制作参考第11页。

制作过程

- ① 将每个75克的小面团拍扁排气。
- ② 包上椰子馅。
- ③ 包好成圆形，用酥棍将面团擀开。
- ④ 折起，(如图)切出条纹。
- ⑤ 按图所示折成条形。
- ⑥ 卷起成形。
- ⑦ 放入发酵箱，醒发90分钟左右，温度为37℃，湿度为75%。
- ⑧ 让面包发酵至体积为原来的3倍左右。
- ⑨ 扫上鸡蛋液。
- ⑩ 撒上香酥粒，入炉以上火215℃、下火175℃的温度烘烤大约15分钟后出炉即可。





花生奶酥包

HuaShengNaiSuBao



材 料

花生奶酥馅：奶油120克，糖粉100克，花生酱150克，奶粉65克，花生碎90克。

风味特点

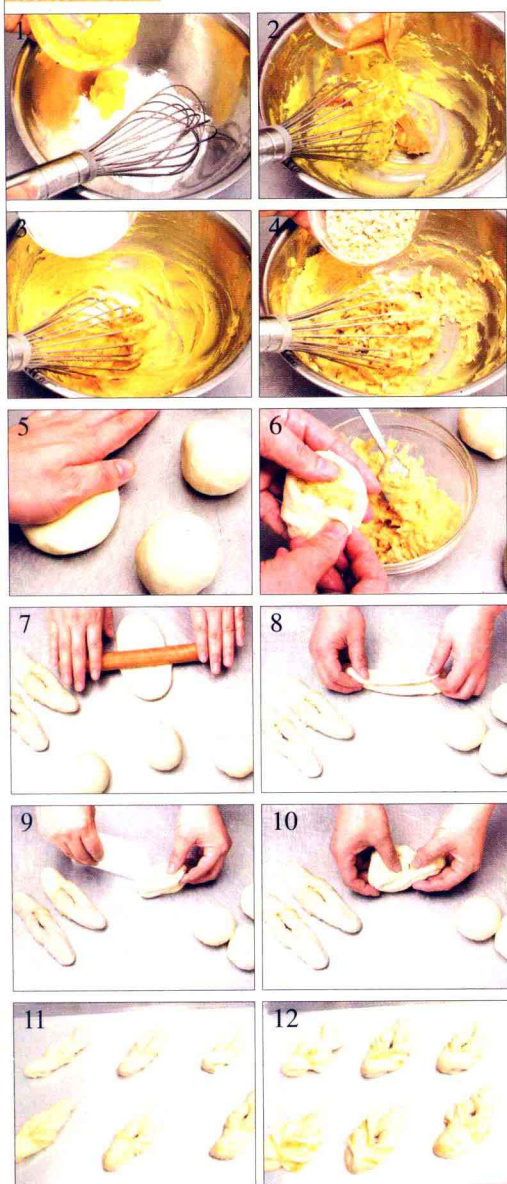
花生酥香风味。

小提示

注：面团制作参考第11页“面团制作”。

沙拉酱制作参考第13页5~8。

制作过程



- ① 制作花生奶酥馅：把奶油、糖粉拌匀。
- ② 加入花生酱拌匀。
- ③ 加入奶粉充分拌匀。
- ④ 加入花生碎拌匀。
- ⑤ 将每个75克的小面团拍扁排出里面的空气。
- ⑥ 用面团包好花生奶酥馅。
- ⑦ 将面团擀开。
- ⑧ 按图示对折。
- ⑨ 用刮板切出条纹。
- ⑩ 按照图示卷起成型。
- ⑪ 入发酵箱醒发约80分钟，温度为38℃，湿度为75%。
- ⑫ 让面团发酵至体积为原来的3倍左右。
- ⑬ 扫上鸡蛋液。
- ⑭ 挤上沙拉酱。
- ⑮ 撒香酥粒，入炉以上火220℃、下火180℃的温度烘烤12分钟左右，出炉即可。