

QIAOZUO MEIOU GAODIAN

# 巧做美欧糕点

[美] 盖尔·梅斯 原著  
高 间 翻译  
刘新明 策划



金盾出版社

· 美欧餐饮风情丛书 ·

# 巧做美欧糕点

和你一起制作 130 款西式糕点

[美] 盖尔·梅斯 原著  
高 间 翻译  
刘新明 策划

金盾出版社

## 内 容 提 要

本书为“美欧餐饮风情丛书”之一,书中详细介绍了美欧糕点文化,美欧糕点制作的原料及工具,并介绍了130款美欧糕点的配方和制作方法。集知识性、趣味性和实用性于一体,图文并茂,可供宾馆、饭店和家庭使用,也可作为餐饮培训中心的参考教材。作者盖尔·梅斯太太是中美友好的积极参与者,她将此书投入中国出版,正是为了推进东西方餐饮文化的交流和增进中美人民之间的友谊。

### 图书在版编目(CIP)数据

巧做美欧糕点/[美]盖尔·梅斯原著;高间译.——北京:金盾出版社,2004.6

(美欧餐饮风情丛书)

ISBN 7-5082-3030-2

I. 巧… II. ①盖…②高… III. ①糕点-制作-美洲②糕点-制作-欧洲 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第039426号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 66882412

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京精美彩印有限公司

正文印刷:北京2207工厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:6 彩页:191 字数:155千字

2004年6月第1版第1次印刷

印数:1—6000册 定价:31.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

本书所用图片全部由  
美国雾蓝观公司监制和提供

谨 此 致 谢

# 导言



“我小时候每逢生日时，我母亲总是专门给我烤制一个颠倒式的菠萝蛋糕，菠萝当中的圆心里放着一颗红樱桃，蛋糕上插着几根标志我岁数的小蜡烛。哥哥戴维过生日时，我母亲给他做的是巧克力蛋糕。母亲最清楚我喜欢水果味的东西，戴维喜欢巧克力的东西。”我先生罗伯特对他去世的母亲诺娜太太的往事谈得不多，偶尔提起时，常常是以儿时诺娜做生日菠萝蛋糕开始。

诺娜太太像亿万个默默无闻的母亲一样，在操持一日三餐的辛劳中把孩子们一年年养大，把他们送出家门，走入社会。这些成家立业的孩子们对自己儿时生活和母亲的亮点回忆，常常是围绕着一道菜或一款甜食。当一代代像诺娜那样的人们走完勤劳的一生，她们制作过的一道道菜和一款款甜食则如水晶岩一般层层积淀，终于成为今日博大的人文宝库的一部分。

美欧式糕点是西方人日常享用的甜食，它形制美妙，品味万方。在这本书里，我把我搜集到的包括诺娜太太和其他一些母亲们创制的甜食制作方法，精选出130款奉献给我亲爱的中国读者们，与大家共享。

制作美欧式糕点并不困难。本糕点谱列出的原料不难获得(许多在中国市场都有出售,其他的随着国际贸易扩大也将陆续登陆中国),制作方法简单易学,只要按照所列步骤一步一步地操作,就能制作成功。希望这些洋溢着异国风情的甜食能使你及你全家的生活更加甜蜜,也更希望给我中国的小朋友们留下许多儿时的亮点回忆。



诺娜的颠倒式菠萝蛋糕

# 目 录

第一章 制作糕点需用的原料 .....	(1)
第一节 面粉 .....	(1)
一、全功能面粉 .....	(1)
二、蛋糕面粉 .....	(1)
三、自发面粉 .....	(2)
四、全麦粉 .....	(2)
五、玉米淀粉 .....	(2)
六、玉米面 .....	(3)
第二节 发剂 .....	(3)
一、苏打粉 .....	(4)
二、发粉 .....	(4)
三、酵母 .....	(4)
第三节 油脂类 .....	(5)
一、奶油 .....	(5)
二、马加林 .....	(5)
三、猪油 .....	(5)
四、糕饼油 .....	(6)
五、植物油 .....	(6)
第四节 奶类制品 .....	(6)
一、牛奶 .....	(6)
1. 全脂奶(7)	3. 别味奶(7)
2. 低脂奶(7)	
二、炼乳和浓缩奶 .....	(7)
三、奶乳 .....	(8)
1. 重奶乳(8)	3. 一半一半(8)
2. 轻奶乳(8)	

四、奶油牛奶.....	(9)
五、酸奶乳.....	(9)
六、酸奶.....	(9)
七、奶酪.....	(9)
(一)奶酪的分类.....	(10)
1. 硬奶酪(10)	5. 双乳奶酪(10)
2. 软且带包衣的奶酪(10)	6. 三乳奶酪(11)
3. 半软奶酪(10)	7. 蓝脉奶酪(11)
4. 刮丝奶酪(10)	
(二)市售的奶酪品种.....	(11)
1. 切达奶酪(11)	10. 葡罗福朗奶酪(13)
2. 白奶酪(11)	11. 布莱奶酪(14)
3. 罗曼诺奶酪(12)	12. 巴马奶酪(14)
4. 菲塔奶酪(12)	13. 若克扶特奶酪(14)
5. 革劳斯特奶酪(12)	14. 爱克普罗吐尔奶酪(14)
6. 古茹叶尔奶酪(12)	15. 莫泽瑞拉奶酪(14)
7. 莫斯卡朋奶酪(13)	16. 奶乳奶酪(15)
8. 老鼠奶酪(13)	17. 瑞士奶酪(15)
9. 斯第尔顿奶酪(13)	
第五节 巧克力.....	(16)
一、与巧克力有关的产品 .....	(16)
1. 可可豆(16)	6. 苦巧克力(17)
2. 可可肉(17)	7. 半甜巧克力(17)
3. 可可酒(17)	8. 甜巧克力(17)
4. 可可油(17)	9. 牛奶巧克力(18)
5. 可可粉(17)	10. 白巧克力(18)
二、熔化巧克力的方法 .....	(18)
1. 沸水融化法(18)	2. 微波炉融化法(18)



3. 直接加热融化法(19)	
三、可可粉——巧克力的替代品 .....	(20)
第六节 坚果仁.....	(20)
一、杏仁 .....	(20)
二、胡桃 .....	(20)
三、核桃 .....	(21)
四、榛子 .....	(22)
五、马卡达米亚干果 .....	(22)
六、松子 .....	(23)
七、花生 .....	(23)
第七节 鸡蛋 .....	(24)
第八节 增甜剂 .....	(25)
一、白糖 .....	(25)
二、粉状白糖 .....	(25)
三、超细白糖 .....	(26)
四、红糖 .....	(26)
五、糖稀 .....	(26)
六、糖浆 .....	(26)
1. 玉米糖浆(27)	3. 风味糖浆(27)
2. 枫树糖浆(27)	
七、蜂蜜 .....	(27)
八、化学代糖品 .....	(28)
第九节 香料 .....	(28)
1. 丁香(28)	6. 茴香(29)
2. 桂皮(29)	7. 迷迭香(30)
3. 多香果(29)	8. 洋苏叶(30)
4. 大料与五角大料(29)	9. 香芹籽(30)
5. 茼萝(29)	10. 肉豆蔻(30)

11. 小豆蔻(30)	17. 姜(31)
12. 薄荷(31)	18. 胡荽(31)
13. 香味薄荷(31)	19. 芥末籽(32)
14. 藏红花(31)	20. 芝麻(32)
15. 金盏花(31)	21. 小茴香(32)
16. 溴香薷(31)	22. 浓缩香料和香精(32)
<b>第十节 酒类</b> .....	<b>(32)</b>
1. 白兰地(33)	3. 威士忌(33)
2. 朗姆酒(33)	
<b>第十一节 其他</b> .....	<b>(34)</b>
<b>一、蔬菜</b> .....	<b>(34)</b>
1. 红薯(34)	3. 西葫芦(34)
2. 南瓜(34)	
<b>二、水果</b> .....	<b>(36)</b>
<b>第二章 制作糕点常用的厨具、电器和杂品</b> .....	<b>(37)</b>
<b>第一节 厨具</b> .....	<b>(37)</b>
<b>一、量具</b> .....	<b>(37)</b>
1. 量匙(37)	2. 量杯(37)
<b>二、切刮器具</b> .....	<b>(38)</b>
1. 电动食品加工机(38)	4. 削皮器(40)
2. 刀具(39)	5. 甜饼切刀(40)
3. 刮丝器(40)	
<b>三、混打器具</b> .....	<b>(40)</b>
1. 手工混打器(40)	2. 电动混打机(42)
<b>四、混和机</b> .....	<b>(42)</b>
1. 电动混和机(42)	2. 手持电动混和机(42)
<b>五、糕点铲</b> .....	<b>(42)</b>
1. 金属糕点铲(42)	2. 塑料、橡胶糕点铲(43)

六、挤汁器 .....	(43)
七、刮匙 .....	(43)
八、舀勺 .....	(43)
九、筛滤器 .....	(44)
十、糕饼刷 .....	(44)
十一、擀面杖 .....	(44)
十二、切板 .....	(44)
十三、钵 .....	(45)
第二节 烘烤用具 .....	(45)
一、烤盘 .....	(45)
1. 圆形蛋糕烤盘(45)	6. 甜饼烤盘(46)
2. 方形蛋糕烤盘(46)	7. 结利卷烤盘(46)
3. 长方形蛋糕烤盘(46)	8. 麻分烤盘(47)
4. 环形蛋糕烤盘(46)	9. 甜派烤盘(48)
5. 面包烤盘(46)	10. 水果派烤盘(48)
二、冷却网架 .....	(48)
第三节 电器 .....	(48)
1. 冰箱和冰柜(48)	7. 电动旋转烤箱(50)
2. 炉灶(49)	8. 深炸锅(50)
3. 烤箱(49)	9. 电动冰激凌机(50)
4. 微波炉(49)	10. 电动咖啡豆研磨机(51)
5. 面包机(49)	11. 咖啡机(51)
6. 电动蒸锅(50)	
第四节 其他杂品 .....	(51)
1. 容器和塑料盒(51)	3. 纱布(51)
2. 铝纸、蜡纸和塑料密封纸(51)	
第三章 蛋糕 .....	(52)
1. 白雪果脯蛋糕(52)	2. 蜜香果脯蛋糕(53)

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 3. 艾索的英式果脯蛋糕(54)   | 20. 咖啡蛋糕(74)       |
| 4. 传统酸奶乳蛋糕(56)     | 21. 魔卡可可蛋糕(75)     |
| 5. 酸奶乳咖啡蛋糕(58)     | 22. 苹果蛋糕(76)       |
| 6. 白奶酪蛋糕(59)       | 23. 纽约式苹果蛋糕(78)    |
| 7. 核仁奶酪蛋糕(60)      | 24. 蓬松苹果酱蛋糕(78)    |
| 8. 巧克力奶酪蛋糕(61)     | 25. 奶油斯卡曲苹果酱蛋糕(79) |
| 9. 草莓奶酪蛋糕(61)      | 26. 诺娜的颠倒式菠萝蛋糕(80) |
| 10. 双色胡桃奶酪蛋糕(62)   | 27. 香橙蛋糕(81)       |
| 11. 白兰地奶酪蛋糕(63)    | 28. 杏仁蛋糕(84)       |
| 12. 柠檬旁德蛋糕(64)     | 29. 榛子蛋糕(84)       |
| 13. 巧克力旁德蛋糕(66)    | 30. 诺娜的密生西葫芦蛋糕(85) |
| 14. 威尔士蛋糕(67)      | 31. 巧克力密生西葫芦蛋糕(87) |
| 15. 福济蛋糕(67)       | 32. 胡萝卜蛋糕(87)      |
| 16. 德式巧克力蛋糕(68)    | 33. 芝麻玉米麻分蛋糕(88)   |
| 17. 橙味巧克力蛋糕(69)    | 34. 桂香胡桃蛋糕(90)     |
| 18. 巧克力蛋糕卷(72)     | 35. 天使之食蛋糕(91)     |
| 19. 巧克力花生酱奶花蛋糕(73) | 36. 魔鬼之食蛋糕(92)     |

#### 第四章 甜派 .....(93)

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 37. 传统的派壳(93)    | 47. 杏派(102)      |
| 38. 酥脆派壳(94)     | 48. 香桃派(102)     |
| 39. 革莱姆甜饼干派壳(95) | 49. 青橙派(103)     |
| 40. 美式苹果派(96)    | 50. 樱桃甜派(103)    |
| 41. 法式苹果派(97)    | 51. 香蕉甜乳派(105)   |
| 42. 苹果脆屑派(97)    | 52. 百果馅派(106)    |
| 43. 巧克力姆丝派(98)   | 53. 新英格兰南瓜派(106) |
| 44. 诺娜的胡桃派(99)   | 54. 蜜香南瓜派(108)   |
| 45. 巧克力胡桃派(101)  | 55. 红薯派(108)     |
| 46. 橙香胡桃派(101)   | 56. 姜香红薯派(109)   |

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 57. 棋派(111)     | 61. 博本派(113)   |
| 58. 白巧克力棋派(111) | 62. 朗姆香冻派(114) |
| 59. 波士顿乳派(112)  | 63. 水果香乳派(114) |
| 60. 红酸果面渣派(112) |                |

**第五章 甜饼**.....(117)

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| 64. 马卡容(117)      | 72. 脆花生甜饼(124)   |
| 65. 核仁马卡容(117)    | 73. 葡萄干燕麦甜饼(126) |
| 66. 红桑榭核仁马卡容(118) | 74. 奶油巧克力甜饼(127) |
| 67. 喜乐柠檬甜饼(120)   | 75. 巧克力豆甜饼(128)  |
| 68. 威尼斯核桃甜饼(121)  | 76. 熔岩球(129)     |
| 69. 巧克力果仁帕夫(122)  | 77. 白兰地甜饼(130)   |
| 70. 满口香(122)      | 78. 皇室香柠甜饼(131)  |
| 71. 香姜甜饼(123)     | 79. 安奈斯甜饼(132)   |

**第六章 其他糕点**.....(133)

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| 80. 普通麻分(133)    | 94. 椰丝多那圈(150)    |
| 81. 玉米麻分(134)    | 95. 红薯胡萝卜布丁(152)  |
| 82. 枫浆核仁麻分(135)  | 96. 面包布丁(152)     |
| 83. 蓝莓麻分(136)    | 97. 草莓布朗尼(153)    |
| 84. 巧克力豆麻分(138)  | 98. 巧克力布朗尼(154)   |
| 85. 咖啡麻分(140)    | 99. 传统福饼(155)     |
| 86. 普通盘饼(140)    | 100. 牛奶巧克力福饼(156) |
| 87. 奶油牛奶盘饼(143)  | 101. 法式烤面包(157)   |
| 88. 奶油牛奶酥饼(144)  | 102. 烤香草面包(157)   |
| 89. 红酸果司贡(144)   | 103. 玉米面包(158)    |
| 90. 燕麦葡萄干司贡(146) | 104. 美味香蕉面包(159)  |
| 91. 多那圈(147)     | 105. 枫浆烤苹果(160)   |
| 92. 巧克力多那圈(149)  | 106. 苹果糊(161)     |
| 93. 焦糖果仁多那圈(149) | 107. 菠萝香红薯(162)   |

108. 蓝莓乳糕(163)	110. ABC(164)
109. 法式蜜桃(164)	111. 香屑裹冰激凌(165)
<b>第七章 奶花、奶霜、浇汁、酱类</b> .....(167)	
112. 巧克力蛋糕奶花(167)	122. 奶乳奶酪霜(173)
113. 巧克力甜奶花(167)	123. 椰丝奶乳奶酪霜(173)
114. 椰丝小胡桃仁奶花(167)	124. 魔卡霜(174)
115. 巧克力花生酱奶花(168)	125. 糖核桃仁浇汁(174)
116. 艾露易丝的神威奶花(169)	126. 焦糖浇汁(174)
117. 香草奶花(170)	127. 奶油斯卡曲浇汁(175)
118. 橙味奶油花(170)	128. 焦糖酱汁(175)
119. 咖啡乳(171)	129. 热巧克力酱(175)
120. 糕点甜乳(171)	130. 橙香热巧克力酱(176)
121. 魔卡奶油霜(171)	
<b>附录一：华氏度换算为摄氏度公式</b> .....(177)	
<b>附录二：常用茶匙、汤匙容量与毫升换算</b> .....(177)	
<b>附录三：常用杯容量与升换算</b> .....(177)	
<b>附录四：美欧容量单位与国际单位换算</b> .....(177)	
<b>附录五：美欧重量单位与国际单位换算</b> .....(178)	

# 第一章 制作糕点需用原料

制作美欧糕点所用的原料一般包括面粉、发剂、油类、奶类制品、增甜剂、鸡蛋、巧克力、坚果仁、香料等，现逐项介绍给大家。

## 第一节 面粉 (Flour)

### 一、全功能面粉 (all purpose flour)

面粉有“软性”和“硬性”之分。这种软性、硬性是由面粉中所含有的两种特殊蛋白质——面筋(gluten)和麸朊(gliadin)的含量所决定的。而这两种蛋白质的含量又是由土质、气候、降雨量和麦子的品种所决定的。北方的春小麦中这两种蛋白质的含量高，属于硬性，用它磨成的面粉可吸收较多的水份，因而最适合制作面包，特别是用酵母发面制作的面包很很筋道、有嚼头。但是用发粉快速发面制作的糕点却带有硬性，不柔软蓬松，因而不适于制作糕点。而南方的冬小麦是生长在土壤不深冻的温暖环境中，其中这两种蛋白质的含量低，属于软性，在与发粉结合后做成的快速发面面包和糕点都极为蓬松。一般的全功能面粉是硬性面粉和软性面粉混和后的产品，其面筋含量大多在10~12%左右。

市售的全功能面粉主要有两种，即无漂白全功能面粉(unbleached all-purpose flour)和漂白全功能面粉(bleached all-purpose flour)。前者主要用来制作酵母发面面包，后者则为制作快速发面面包和糕点之用。

### 二、蛋糕面粉 (cake flour)

蛋糕面粉主要由软性小麦磨制而成，常用来制作蛋糕和一些



需用混合面粉制作的甜点，由于它的面筋含量低，因而做出的蛋糕非常蓬松柔软。但是蛋糕面粉的市场价格比全功能面粉要高得多，所以在日常生活中不少人采用全功能面粉替代蛋糕面粉来制作糕点。不过这种替代还必须附加一些间接的操作，也就是在每一杯全功能面粉中要掺入两汤匙玉米淀粉(cornstarch)，将两者混和均匀后再予筛滤，这样的混合物一杯就可以替代一杯蛋糕面粉。按此方法，用全功能面粉替代蛋糕面粉做出的蛋糕，其蓬松度与用蛋糕面粉做出的相比不相上下。

### 三、自发面粉 (self-rising flour)

市场上有时还能见到一种自发面粉，常用来制作自发酥饼(biscuit)及面包。所谓自发面粉，是预先在面粉中掺入了一定比例的盐和发粉，然后再包装出售的。这样在操作时就比较简便，省去了加盐和加发粉的步骤。但是很多糕点师并不很情愿使用自发面粉来制作糕点，一是因为在面粉中调和进盐和发粉并不很费事；二是自发面粉在储存至一定时间之后，其中的发粉会程度不等地失去效用；三是很多糕点在制作时需要加盐，而自发面粉里已经有了盐，究竟应否再加盐和再加多少尚得仔细换算。这种种因素都会影响到糕点的最终质量，所以自发面粉并不很受消费者欢迎。

### 四、全麦粉 (whole wheat flour)

全麦粉是将整粒麦子碾磨而成，并且不筛除麸皮。

### 五、玉米淀粉 (cornstarch)

玉米淀粉又称玉米面粉(corn flour)，是从玉米粒中提炼出的淀粉。包括玉米淀粉在内的淀粉类(很多其他类谷物也可以提炼出淀粉)，在烹饪中是作为稠化剂使用的，而在糕点制作过程中，在调制糕点面糊时，有时需要在面粉中掺入一定量的玉米淀粉。另外，如前面谈到蛋糕面粉时所述，玉米淀粉按比例与全功能面粉相



混和是蛋糕面粉的最佳替代品。

### 六、玉米面 (cornmeal)

玉米面为玉米磨成的粉，有黄玉米面和白玉玉米面两种。在糕点制作中如果需要用玉米面，我建议用石磨磨的(stone-ground)和未去麸的(whole meal)一类。

所有的面粉类原料都应该储存在干燥密封的容器里，以保证其质量不变。

在制作美欧式糕点过程中经常提到在混和面粉等粉状原料时要进行筛滤(sift)。筛滤是面粉在边筛边滤过程中使空气混入的一种方法。用筛滤过面粉制成的糕点相对来讲要蓬松很多。很早以前直至上个世纪五、六十年代，筛滤一贯是糕点制作过程中处理面粉的必经步骤，因而流传至今的很多糕点制作方法仍旧强调要将所用的面粉经过筛滤这一步骤。但是很多人大概还不了解，现代的面粉已在制作过程中经过了多次筛滤，然后才包装出售的。所以现在制作糕点，凡是直接用即时开包不加筛滤的面粉制成的，其蓬松程度与面粉再经过筛滤后制成的相比较，并没有大的区别。

此外，正确地称量面粉以确保用量准确对于糕点制作成功也是一个重要因素。称量面粉的正确方法是：用量杯舀取面粉，舀取后将高出于杯沿的部分用直刀沿着杯沿平平地刮除，而不要用手拍打量杯的壁部或底部，否则用量就会超过。从经验中领会到，制作蛋糕所用的面粉量，少一些要比多一些做出的效果要好得多。

## 第二节 发剂 (Leavens and yeast)

制作糕点的粉类需要添加发剂，以使和成的面团或面糊体积膨胀、内里充满气泡，这样做出的成品方能蓬松、柔软。制作美欧式糕点所用的发剂基本上是苏打粉、发粉和酵母三种。