

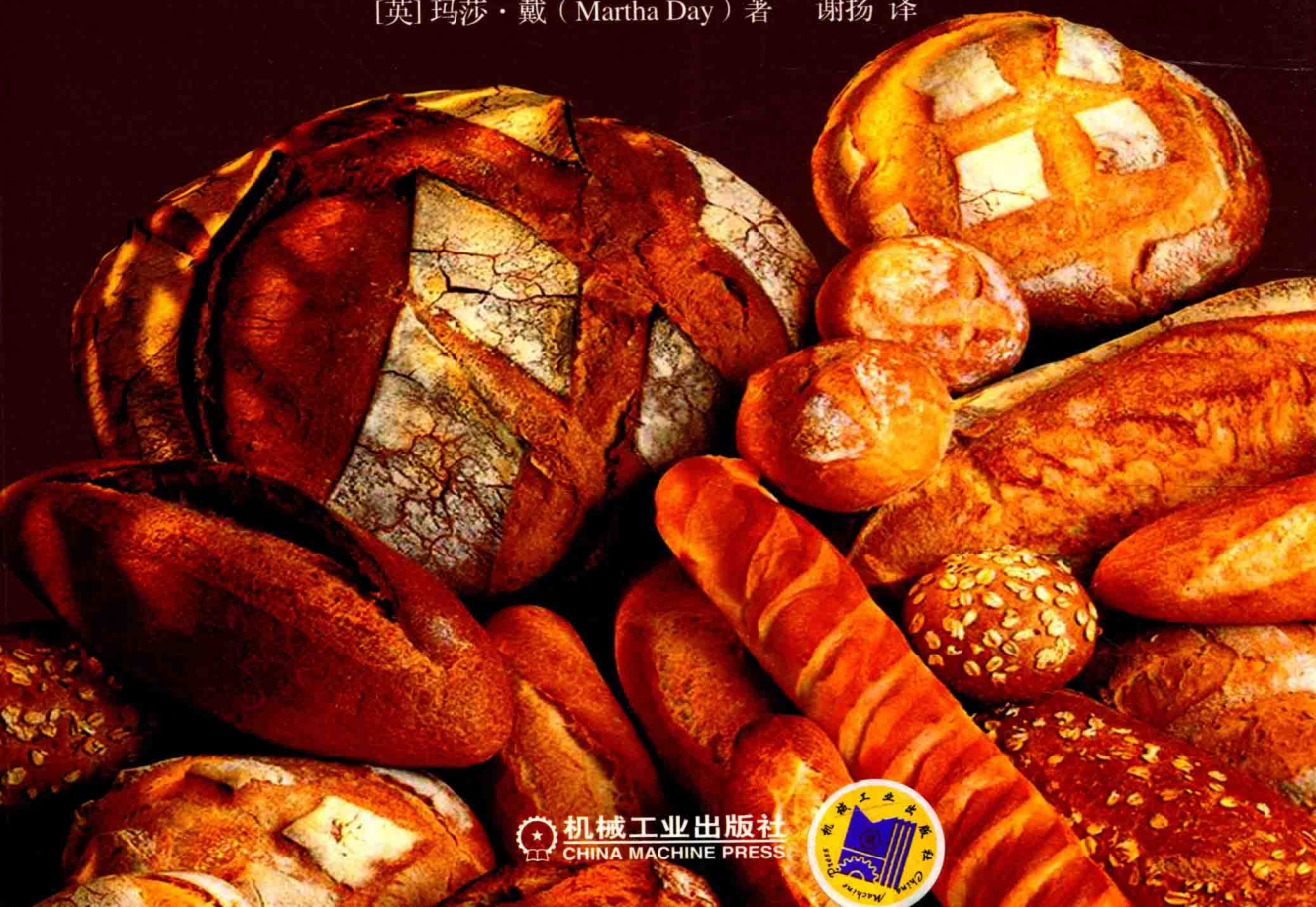
1800多幅高清图步骤图，400多种正宗的西式美味，顶级美食家手把手教你在家做烘焙

烘焙大全

C O M P L E T E B O O K O F B A K I N G

面包 饼干篇

[英] 玛莎·戴 (Martha Day) 著 谢扬 译



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



烘焙大全

面包 饼干篇

看完900多幅制作步骤详解图，
轻松学会200余种面包、饼干和英国松饼的制作方法。

[英] 玛莎·戴 (Martha Day) 著
谢扬 译



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

Original Title: COMPLETE BOOK OF BAKING

Copyright in design, text and images © Anness Publishing Limited, U.K., 1999

Copyright © SIMPLE CHINESE translation, China Machine Press, 2014

SIMPLE CHINESE translation rights arranged through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

本书中文简体字版由 Anness Publishing Ltd 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内（不包括中国台湾地区和中国香港、澳门特别行政区）独家出版发行。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。版权所有，侵权必究。

北京市版权局著作权合同登记图字：01-2014-3077 号。

图书在版编目(CIP)数据

烘焙大全. 面包、饼干篇 / (英)戴(Day, M.) 著; 谢扬译. — 北京: 机械工业出版社, 2015.2

书名原文: Complete book of baking

ISBN 978-7-111-49100-2

I. ①烘… II. ①戴… ②谢… III. ①面包-制作②饼干-制作 IV. ① TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 000323 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑: 高伟 责任编辑: 高伟 郎峰 周晓伟

责任印制: 乔宇 责任校对: 周晓伟

北京尚唐印刷包装有限公司印刷

2015 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

190mm×215mm·10.833 印张·272 千字

0001—6000 册

标准书号: ISBN 978-7-111-49100-2

定价: 49.80 元

凡购买本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

电话服务

网络服务

服务咨询热线: (010) 88361066

机工官网: www.cmpbook.com

读者购书热线: (010) 68326294

机工官博: weibo.com/cmp1952

(010) 88379203

金书网: www.golden-book.com

封面无防伪标均为盗版

教育服务网: www.cmpedu.com

目 录

contents



本书使用说明	3
原料、工具和技法	8
烘焙原料	10
烘焙工具	12
烘焙技法	14
制作司康饼	15
制作茶香面包	16
制作饼干的饼底	17
发酵面团	18
制作卷形面包	20
制作佛卡夏和面包条	21



面包	22
葡萄干全麦面包	24
树莓面包	25
胡萝卜小餐包	26
樱桃干面包	26
香橙蜂蜜茶包	28
苹果面包	28
麦芽面包	30
柠檬核桃茶包	31
香蕉面包	32
红枣坚果麦芽面包	33
香蕉橙子面包	34
鲜杏苹果核桃面包	35
香蕉姜汁茶包	36
香梨葡萄干茶包	37
豆蔻藏红花茶包	38
越橘茶包	39
香蕉辛香面包	40
巧克力核桃面包	41
果味茶包	42
水果干面包	43
芒果茶包	44
西葫芦茶包	44



经典面包	46
白面包	48
乡村面包	49
裂口面包	50
辫子面包	51
酵母面包	52
黑面包	54
山核桃黑面包	56
黑麦酸面包	57
酪乳全麦面包	58
长棍面包	59
谷物面包	60
杂粮面包	62
芝麻面包	63
粮仓面包	64
燕麦面包	65
杂粮三明治	66

布朗苏打面包	68
鼠尾草苏打面包	69
迷迭香面包	70
螺旋香草面包	71
莳萝面包	72
奶酪面包	73
番茄干辫子面包	74
帕尔玛火腿干酪面包	76
西葫芦酵母面包	77
菠菜培根面包	78
核桃面包	80
西葫芦核桃面包	81
李子面包	82
香橙全麦面包	83
玉米面包	84
香辣甜玉米面包	84
洋葱佛卡夏	86
藏红花佛卡夏	88
洋葱乳酪长棍面包	90
藏红花紫苏面包	92
鼠尾草圆面包	94
香甜芝麻面包	95
杏脯核桃面包	96
苹果酱面包	97
香蕉小豆蔻面包	98
香蕉坚果全麦面包	100
红枣山核桃面包	101

葡萄干面包	102
红薯葡萄干面包	103
小葡萄干面包	104
李子花瓣面包	106



世界各地的经典面包 108

英式白面包	110
英式格兰特面包	111
英式罂粟籽布鲁姆面包	112
英国收获节面包	114
英式猪油面包	116
英式麦芽葡萄干面包	117
威尔士水果面包	118
威尔士陶罐面包	119
苏格兰早餐卷	120
康沃尔藏红花面包	121
咕咕霍夫面包	122
法式波勒卡面包	123
法式汤种面包	124
法式麦穗面包	125
法式田园面包	126
叶形烤饼	128

法式核桃面包	129
法国长棍面包	130
法式甜面包	131
法式牛角面包	132
法式牛奶小面包	134
法式奶香面包	134
瑞士辫子面包	136
德式酸面包	137
德式圣诞面包	138
德式裸麦粗面包	140
瑞典麦芽黑面包	141
瑞典黑麦脆饼	142
芬兰大麦面包	142
露西亚小圆面包	144
丹麦皇室面包	145
丹麦水果面包	146
北欧阳光面包	148
西班牙裸麦面包	149
西班牙第十二夜面包	150
加利西亚面包	152
葡萄牙玉米面包	153
蜗牛面包	154
意大利橄榄面包	155
意大利玉米面包	156
意大利火腿面包	157
意大利香草面包	158
意大利面包圈	160

意大利夏巴塔面包	161
意大利圣诞节面包	162
意大利巧克力面包	163
西西里面包	164
托斯卡诺面包	165
托斯卡纳面包	166
摩洛哥假日面包	167
希腊基督面包	168
希腊复活节面包	169
希腊橄榄面包	170
土耳其皮塔饼	171
波兰罂粟籽面包	172
波兰黑麦面包	173
匈牙利农庄面包	174
俄罗斯马铃薯面包	175
犹太白面包	176
美式南瓜核桃面包	177
旧金山酸面包	178
波士顿黑面包	180
美式百吉饼	181
美式猴子面包	182
新英格兰扇尾小餐包	183
墨西哥死亡面包	184
伊朗波斯面包	185
叙利亚洋葱面包	186
印度泥炉烤面包	187
印度烤饼	188



饼干 190

农家饼	192	巧克力蛋白杏仁饼	212
燕麦脆饼	192	椰蓉蛋白杏仁饼	212
燕麦椰蓉酥饼	194	杏仁瓦片	214
脆薄饼	194	佛罗伦萨饼干	215
姜汁饼	196	杏仁蕾丝饼干	216
香橙饼	197	燕麦蕾丝饼干	216
肉桂曲奇	198	树莓夹心饼干	218
劲嚼巧克力饼	198	白兰地奶油脆	219
巧克力蝴蝶饼	200	胡椒饼	220
奶油芝士螺旋小饼	201	巧克力椰蓉酥	220
香草月牙饼	202	奶油酥饼	222
核桃月牙饼	202	煎饼	222
手指饼干	204	巧克力曲奇	224
核桃曲奇	204	肉桂饼	225
意大利杏仁脆饼	206	杏仁香精夹心饼	226
圣诞曲奇	207	榛仁方块酥	227
烤燕麦蛋白甜饼	208	花生酱饼干	228
蛋白甜饼	208	巧克力曲奇	228
传统糖饼	210	苹果酱饼干	230
巧克力坚果饼	211	太妃棒	230
		巧克力布朗尼	232
		大理石乳酪布朗尼	233
		坚果巧克力方糕	234
		葡萄干布朗尼	234
		核桃巧克力棒	236
		核桃方块	237
		无花果棒	238

柠檬棒	238
鲜杏棒	240
杏仁方块	241
五香葡萄干棒	242
太妃黄油棒	242



英国松饼 244

草莓松饼	246
红薯司康饼	248
酪乳司康饼	249
英式传统司康饼	249
全麦司康饼	250
香橙葡萄干司康饼	250
葵花葡萄干司康饼	252
西梅岩皮饼	252
马郁兰芝士司康饼	254
香葱芝士司康饼	255
莴萝土豆司康饼	256
帕马森干酪松饼	257
香草松饼	258
芝士松饼	258



烘焙大全

面包 饼干篇

看完900多幅制作步骤详解图，
轻松学会200余种面包、饼干和英国松饼的制作方法。

[英] 玛莎·戴 (Martha Day) 著
谢扬 译



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



本书使用说明

自己在家烘焙食物无疑是一种甜美的享受。将新鲜的原料变成最美味的面包、饼干，整个家里都弥漫着烤箱中飘出的香气，刺激着你蠢蠢欲动的食欲，那种浓浓的自豪感和成就感，是直接在外面买来的现成点心所无法企及的。

通过这本书，您可以尽情地探索各种饼干、面包等点心的奥秘。即便您是初学者，也不必担心，只要按照图中所示，按部就班，就可以轻松做出美味点心。而对于自主烘焙经验丰富的读者，本书带来的新食谱，必定让您耳目一新，从而多学几样拿手点心。

烘焙是一种精密的科学，它需要按照一定的顺序和方法才能达成。首先要仔细阅读食谱，开始前准备好所有需要的原料。若无特别说明，本书中所选用的鸡蛋都是室温下放置的中等大小的。称量好面粉后要过筛，按照食谱中的要求加入其他干性材料。筛面粉时要保持一个适宜的高度，这样有利于充入空气，使面粉更松发，易于操作。

当食谱中要求将一种原料加入到另一种原料中时，应尽量让空气充入。用大铁勺或长刮刀，从混合物的中心部位向下插到底部，需要耐心并且小心地数次翻拌才能让混合物充分融合。

烤箱都是有差异的，所以您需要买一个精准的烤箱温度计来测量烤箱的温度。在烤箱的中心部位烘焙，温度会更加恒定。本书中所用烤箱为英式传统烤箱，如果您使用的是风扇式烤箱，烤箱设置温度需要适当降低 $10 \sim 20^{\circ}\text{C}$ ，建议您根据烤箱使用说明书来操作。质量好的烘焙模具更易导热，做出来的食物品质更高。

实践、耐心和热情是通往成功烘焙的关键。接下来要出场的各色食谱会让你迅速行动起来——筛面粉、打鸡蛋——唤起你自制点心的兴趣。不论是烘焙者，还是有幸能吃到美味点心的人，一定都会得到巨大的满足感。

目 录

contents



本书使用说明	3
原料、工具和技法	8
烘焙原料	10
烘焙工具	12
烘焙技法	14
制作司康饼	15
制作茶香面包	16
制作饼干的饼底	17
发酵面团	18
制作卷形面包	20
制作佛卡夏和面包条	21



面包	22
葡萄干全麦面包	24
树莓面包	25
胡萝卜小餐包	26
樱桃干面包	26
香橙蜂蜜茶包	28
苹果面包	28
麦芽面包	30
柠檬核桃茶包	31
香蕉面包	32
红枣坚果麦芽面包	33
香蕉橙子面包	34
鲜杏苹果核桃面包	35
香蕉姜汁茶包	36
香梨葡萄干茶包	37
豆蔻藏红花茶包	38
越橘茶包	39
香蕉辛香面包	40
巧克力核桃面包	41
果味茶包	42
水果干面包	43
芒果茶包	44
西葫芦茶包	44



经典面包	46
白面包	48
乡村面包	49
裂口面包	50
辫子面包	51
酵母面包	52
黑面包	54
山核桃黑面包	56
黑麦酸面包	57
酪乳全麦面包	58
长棍面包	59
谷物面包	60
杂粮面包	62
芝麻面包	63
粮仓面包	64
燕麦面包	65
杂粮三明治	66

布朗苏打面包	68
鼠尾草苏打面包	69
迷迭香面包	70
螺旋香草面包	71
莳萝面包	72
奶酪面包	73
番茄干辫子面包	74
帕尔玛火腿干酪面包	76
西葫芦酵母面包	77
菠菜培根面包	78
核桃面包	80
西葫芦核桃面包	81
李子面包	82
香橙全麦面包	83
玉米面包	84
香辣甜玉米面包	84
洋葱佛卡夏	86
藏红花佛卡夏	88
洋葱乳酪长棍面包	90
藏红花紫苏面包	92
鼠尾草圆面包	94
香甜芝麻面包	95
杏脯核桃面包	96
苹果酱面包	97
香蕉小豆蔻面包	98
香蕉坚果全麦面包	100
红枣山核桃面包	101

葡萄干面包	102
红薯葡萄干面包	103
小葡萄干面包	104
李子花瓣面包	106



世界各地的经典面包 108

英式白面包	110
英式格兰特面包	111
英式罂粟籽布鲁姆面包	112
英国收获节面包	114
英式猪油面包	116
英式麦芽葡萄干面包	117
威尔士水果面包	118
威尔士陶罐面包	119
苏格兰早餐卷	120
康沃尔藏红花面包	121
咕咕霍夫面包	122
法式波勒卡面包	123
法式汤种面包	124
法式麦穗面包	125
法式田园面包	126
叶形烤饼	128

法式核桃面包	129
法国长棍面包	130
法式甜面包	131
法式牛角面包	132
法式牛奶小面包	134
法式奶香面包	134
瑞士辫子面包	136
德式酸面包	137
德式圣诞面包	138
德式裸麦粗面包	140
瑞典麦芽黑面包	141
瑞典黑麦脆饼	142
芬兰大麦面包	142
露西亚小圆面包	144
丹麦皇室面包	145
丹麦水果面包	146
北欧阳光面包	148
西班牙裸麦面包	149
西班牙第十二夜面包	150
加利西亚面包	152
葡萄牙玉米面包	153
蜗牛面包	154
意大利橄榄面包	155
意大利玉米面包	156
意大利火腿面包	157
意大利香草面包	158
意大利面包圈	160

意大利夏巴塔面包	161
意大利圣诞节面包	162
意大利巧克力面包	163
西西里面包	164
托斯卡诺面包	165
托斯卡纳面包	166
摩洛哥假日面包	167
希腊基督面包	168
希腊复活节面包	169
希腊橄榄面包	170
土耳其皮塔饼	171
波兰罂粟籽面包	172
波兰黑麦面包	173
匈牙利农庄面包	174
俄罗斯马铃薯面包	175
犹太白面包	176
美式南瓜核桃面包	177
旧金山酸面包	178
波士顿黑面包	180
美式百吉饼	181
美式猴子面包	182
新英格兰扇尾小餐包	183
墨西哥死亡面包	184
伊朗波斯面包	185
叙利亚洋葱面包	186
印度泥炉烤面包	187
印度烤饼	188



饼干 190

农家饼	192	巧克力蛋白杏仁饼	212
燕麦脆饼	192	椰蓉蛋白杏仁饼	212
燕麦椰蓉酥饼	194	杏仁瓦片	214
脆薄饼	194	佛罗伦萨饼干	215
姜汁饼	196	杏仁蕾丝饼干	216
香橙饼	197	燕麦蕾丝饼干	216
肉桂曲奇	198	树莓夹心饼干	218
劲嚼巧克力饼	198	白兰地奶油脆	219
巧克力蝴蝶饼	200	胡椒饼	220
奶油芝士螺旋小饼	201	巧克力椰蓉酥	220
香草月牙饼	202	奶油酥饼	222
核桃月牙饼	202	煎饼	222
手指饼干	204	巧克力曲奇	224
核桃曲奇	204	肉桂饼	225
意大利杏仁脆饼	206	杏仁香精夹心饼	226
圣诞曲奇	207	榛仁方块酥	227
烤燕麦蛋白甜饼	208	花生酱饼干	228
蛋白甜饼	208	巧克力曲奇	228
传统糖饼	210	苹果酱饼干	230
巧克力坚果饼	211	太妃棒	230
		巧克力布朗尼	232
		大理石乳酪布朗尼	233
		坚果巧克力方糕	234
		葡萄干布朗尼	234
		核桃巧克力棒	236
		核桃方块	237
		无花果棒	238

柠檬棒	238
鲜杏棒	240
杏仁方块	241
五香葡萄干棒	242
太妃黄油棒	242



英国松饼 244

草莓松饼	246
红薯司康饼	248
酪乳司康饼	249
英式传统司康饼	249
全麦司康饼	250
香橙葡萄干司康饼	250
葵花葡萄干司康饼	252
西梅岩皮饼	252
马郁兰芝士司康饼	254
香葱芝士司康饼	255
莴萝土豆司康饼	256
帕马森干酪松饼	257
香草松饼	258
芝士松饼	258





原料、工具和技法





在厨房里准备好合适的原料和工具，并掌握这些基本的烘焙方法，就能保证你每次都能成功地做出美味点心。



❁ 烘焙原料

这里重点介绍几种需要常备在家中储藏柜和冰箱中的最基本食材。

黄油和麦淇淋

黄油可以在烘焙过程中提供最好的味道，是制作酥饼这类高脂肪含量点心的必备品。黄油在使用前需静置到室温，融化或切成小粒，再与其他材料混合成糊状物，然后手动或用电动搅拌器将其打发。由于大量的黄油能抑制酵母发酵，所以在一些面包食谱中，会将黄油揉进初次发酵的面团中。

麦淇淋是一种低脂的黄油替代品。由于低脂价廉，成为餐桌上涂抹面包和茶点的理想佳选。

鸡蛋

鸡蛋是烘焙中最基本的一种原料。食谱中使用的都是室温下的鸡蛋，如果鸡蛋在冰箱中储存，需要在使用前至少 30 分钟将其取出，恢复至室温。



❁ 科学喂养的母鸡产出的优质鸡蛋。

面粉

批量生产的精制面粉适宜大部分烘焙所用。但是要想做出高质量的食物，那就要选择有机石磨面粉，因为它会增加食物的香味和质感。

高筋面粉 由含筋量高的硬质小麦制成，此种面粉适宜做面包。

低筋面粉 也称海绵粉，比普通面粉的含筋量低，适宜做松软蛋糕和饼干。

全麦面粉 全麦面粉是完整的小麦籽粒磨成的粉，质地粗糙，是一种营养价值很高的健康食品原料。

黑麦面粉 这种黑色面粉的含筋量极低，多数与高筋小麦粉混合使用，制成的面包具有浓郁的香味。



❁ 多种不同的面粉，多种不同的性能，为你的食谱选择最合适的一款。

甜味剂

糖 大多数烘焙食谱都需要糖。砂糖是用于乳化方法的最佳甜味剂，因为这种晶体能迅速地溶解于脂肪中。砂糖在与脂肪或液体加热溶解后也常被用作混合配料。

蔗糖也可以在加热溶解后加入到干性原料中。黑糖用于要求味道和色泽浓郁的食品中。

粗糖是未经提炼的无色纯糖。它比精制糖的味道更重，并且包含多种矿物质。

果汁 浓缩果汁在烘焙过程中作用很大。无甜味剂添加，无防腐剂，可以按要求稀释，也可以直接用于烘焙或增加馅料甜味。