

小嶋老师的

细节决定成败

点心教室

成功制作Oven Mitten的私房点心



(日)小嶋留味 著
张岚 译

SHIRITAGARI NO OKASHI RECIPE by Rumi Kojima

Copyright © Rumi Kojima, 2007

All rights reserved.

Original Japanese edition published by EDUCATIONAL FOUNDATION BUNKA GAKUEN
BUNKA PUBLISHING BUREAU.

This Simplified Chinese language edition published by arrangement with
EDUCATIONAL FOUNDATION BUNKA GAKUEN BUNKA PUBLISHING BUREAU, Tokyo
in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through Eric Yang Inc. Beijing Representative Office

© 2014, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由EDUCATIONAL FOUNDATION BUNKA GAKUEN BUNKA PUBLISHING BUREAU授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版简体中文版本。著作权合同登记号：06-2014第22号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

小嶋老师的点心教室 / (日)小嶋留味著; 张岚译. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5381-8806-6

I. ①小… II. ①小… ②张… III. ①糕点—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第201626号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印张: 6.5

字数: 150千字

出版时间: 2014年11月第1版

印刷时间: 2014年11月第1次印刷

责任编辑: 康倩

封面设计: 魔杰设计

版式设计: 袁舒

责任校对: 徐跃

书号: ISBN 978-7-5381-8806-

定价: 38.00元

投稿热线: 024-23284367 987642119@e

邮购热线: 024-23284502

<http://www.lnkj.com.cn>

目录 contents

制作美味点心的捷径····· 3
道具的选择与使用····· 7

◆ 第一章 ◆

● 挑战禁忌、众爱所归的泡芙

夹心泡芙····· 18
小贴士01 裱花袋的使用方法 ····· 23
硬皮泡芙····· 24
坚果酱夹心棒····· 26



◆ 第二章 ◆

● 不过分烘焙的美味点心

蒸烤黑森林蛋糕····· 30
杯形黑森林蛋糕····· 34
布列塔尼小圆酥饼····· 36/38
香草布雷茨····· 37/40
维也纳曲奇····· 37/41
小贴士02 香草糖的做法 ····· 41



◆ 第三章 ◆

●用纹理粗犷的蛋白霜来做点心

抹茶口味的戚风蛋糕····· 45/46

煎茶口味的戚风蛋糕····· 45/49



◆ 第四章 ◆

●用纹理细腻的蛋白霜来做点心

奶油夹心蛋糕卷·原味····· 52/54

奶油夹心蛋糕卷·抹茶&红豆·· 52/56

酸奶冰冻夹心蛋糕····· 57

牛轧糖奶冻····· 61



◆ 第五章 ◆

●用搅拌好的黄油制作出脆酥饼 (Pâtebrisée)

香蕉&菠萝蛋派····· 66

小贴士03 了解烤箱的特点····· 70

法式咸派····· 71/72

扁豆派····· 71/73

小贴士04 确认蛋挞皮的孔洞····· 73

大黄派····· 74

反转苹果派····· 76



◆ 第六章 ◆

● 在烤箱里煮出来的点心

林茨挞····· 80

小贴士05 覆盆子酱的制作方法····· 83



◆ 第七章 ◆

● 打发方法与和面方法，孕育出与众不同的磅蛋糕

香草磅蛋糕····· 87

小贴士06 用一种食品搅拌机 (KitchenAid) 制作香草磅蛋糕····· 90

柳橙口味仲夏蛋糕····· 91



◆ 第八章 ◆

● 口味绝伦的冷凝点心

蜂蜜奶冻····· 96

小贴士07 杏酱的做法····· 98

咖啡奶冻····· 99/100

茉莉花茶奶冻····· 99/100

小贴士08 关于明胶····· 100



关于材料····· 101



细节决定成败

小嶋老师的 点心教室

(日)小嶋留味 著
张岚 译

辽宁科学技术出版社
沈阳



小嶋留味

小嶋留味作为一名女性制果先驱者，在东京小金井经营着自己的CAKE SHOP&CAFE小店和“OVEN·MITTEN”点心制作教室。她擅长烘焙点心、蛋挞、黑森林蛋糕、泡芙等糕点。这家点心店中陈列的商品，均出自所有女性店员之手，糕点中充满了温暖人心的力量。

小嶋老师的点心制作教室，能够深入浅出的传授专业点心制作技巧。这正是点心教室创办20多年的秘诀所在。来这里学习的学生遍布各地，最近更有学生特意从中国远道而来呢。

只要按照小嶋老师的制作方法，在家里也能简单再现出“本以为只有专业人士才能烘焙出的味道”！正是因为如此，小嶋老师才受到了众多读者的喜爱和支持。小嶋老师除了在日本NHK电视台的料理制作节目中教授制作糕点以外，还出版了《小嶋老师的蛋糕教室》、《小嶋老师的美味点心秘诀》等多部与点心制作相关的书籍。

摄影 渡边文彦
设计 野泽享子
制作助手 古岩井爱子
比嘉绿
高桥由布子
发行人 大沼淳

制作美味点心的捷径

我制作点心的时候，在自己真心认为“好吃”之前，都会反反复复地不停制作。

我制作的点心基本都能品味到原材料本身的味道，因为我个人比较喜欢张扬面粉、鸡蛋、黄油、鲜奶油等材料本身的风味。有时候，我也会想制作加入一些其他原料，但是又会给人留下深刻印象的点心。这时候，我就会加些水果、坚果、茶叶、巧克力等辅料。而这些辅料的选择，绝对不是偶然的。

不仅仅是材料的细致调和，还有打制蛋白霜的泡沫以及混合方法等制作过程的一点一滴，都会对最后成型的点心口味产生巨大的影响。为了能水平稳定地做出理想状态的蛋糕坯，需要不断尝试，直到所有困惑都得以解决为止。再向下一个高度进阶的时候，就需要像此书一样的菜单了。

所以我很清楚，各位在实际制作点心的时候会遇到各种各样的疑惑。

如果不能尽可能地解决这些疑惑，我也没有办法向您传递点心的美味。而对于喜欢吃点心、喜欢做点心、想知道更多关于美味的秘密的朋友们，请一定通读此书，每一款点心都尝试做一下。恐怕按部就班地试着操作以后才会发现，貌似琐碎的事情其实也会出人意料地发生偏差。所以，就请反复地尝试吧！然后把这些珍贵的体验融合到这本点心食谱中来。

从起点出发，慢慢体验到小小的进步，开始真正的制果生涯。之后的每一点进步都应该是令人兴奋的体验吧。如果本书能为您的每一点进步做出小小的启蒙，我将万分欣喜。

小嶋留味

目录 contents

制作美味点心的捷径····· 3
道具的选择与使用····· 7

◆ 第一章 ◆

● 挑战禁忌、众爱所归的泡芙

夹心泡芙····· 18
小贴士01 裱花袋的使用方法 ····· 23
硬皮泡芙····· 24
坚果酱夹心棒····· 26



◆ 第二章 ◆

● 不过分烘焙的美味点心

蒸烤黑森林蛋糕····· 30
杯形黑森林蛋糕····· 34
布列塔尼小圆酥饼····· 36/38
香草布雷茨····· 37/40
维也纳曲奇····· 37/41
小贴士02 香草糖的做法 ····· 41



◆ 第三章 ◆

● 用纹理粗犷的蛋白霜来做点心

抹茶口味的戚风蛋糕····· 45/46

煎茶口味的戚风蛋糕····· 45/49



◆ 第四章 ◆

● 用纹理细腻的蛋白霜来做点心

奶油夹心蛋糕卷·原味····· 52/54

奶油夹心蛋糕卷·抹茶&红豆·· 52/56

酸奶冰冻夹心蛋糕····· 57

牛轧糖奶冻····· 61



◆ 第五章 ◆

● 用搅拌好的黄油制作出脆酥饼 (Pâtebrisée)

香蕉&菠萝蛋派····· 66

小贴士03 了解烤箱的特点····· 70

法式咸派····· 71/72

扁豆派····· 71/73

小贴士04 确认蛋挞皮的孔洞····· 73

大黄派····· 74

反转苹果派····· 76



◆ 第六章 ◆

● 在烤箱里煮出来的点心

林茨挞····· 80

小贴士05 覆盆子酱的制作方法····· 83



◆ 第七章 ◆

● 打发方法与和面方法，孕育出与众不同的磅蛋糕

香草磅蛋糕····· 87

小贴士06 用一种食品搅拌机（KitchenAid）
制作香草磅蛋糕····· 90

柳橙口味仲夏蛋糕····· 91



◆ 第八章 ◆

● 口味绝伦的冷凝点心

蜂蜜奶冻····· 96

小贴士07 杏酱的做法····· 98

咖啡奶冻····· 99/100

茉莉花茶奶冻····· 99/100

小贴士08 关于明胶····· 100



关于材料····· 101

道具的选择与使用

即使是相同的材料、相同的配比，也会由于使用的盆、刮板等的差别或者是蛋白霜打泡方法、搅拌方法的不同，而导致蛋糕坯的状态发生变化。如果这样，蛋糕的味道也会自然而然地发生变化。





秤

如果你看了蛋糕食谱就会明白，称量的精度单位要精确到1g。看起来似乎很麻烦，但是如果选择电子秤的话就完全不需要大费周折了。其实，即使是小小几克的差别，蛋糕的味道和口感也会发生变化。使用电子秤，更便于计算材料的增减。所以，称量材料的时候请一定选用电子秤。



温度计

黄油、蛋白霜泡沫的状态，以及材料混合的状态都会在蛋糕制作的过程中渐渐发生变化。如果你有这样一个红外线电子温度计，就可以在制作的过程中随时按一下开关，来随时测量温度变化。这是不是一种快乐呢？



小盆

照片中的小盆几乎会出现在每一个需要用盆的场合。适当的深度和圆润的形状非常适合搅拌黄油和鸡蛋。还有一个好处就是材质轻巧，便于使用。使用100~150g黄油来做磅蛋糕，或用100~200g的鸡蛋来做海绵蛋糕类的点心时，均可选择内盆径为21cm的L形盆。照片中的小盆是“无印良品”家的哦。



衬纸

这是铺垫在模型里的衬纸。使用衬纸的目的不仅仅是要便于脱模操作，更是通过它来适度吸收水分和油分，保证蛋糕坯更紧致密实。另外，使用衬纸还能有效防止遇热膨胀的蛋糕在遇冷后全部塌陷。所以与表面光滑的烘焙纸（baking paper）相比，有些场合“制果专用牛皮纸（kraft paper）”或“草纸”更合适一些。本书当中，“香草磅蛋糕”、“柳橙口味仲夏蛋糕”和“奶油夹心蛋糕卷”这几种款式都应该使用后者的衬纸。



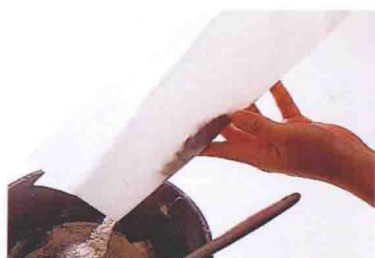
粉筛

为使面粉的均匀混合能更方便快捷，利用过滤道具筛面粉是一道必不可少的步骤。这个时候不应该使用万能笊篱，而应该选择专用的细孔过滤器。

●万能笊篱

筛杏仁等坚果的粉末，或白砂糖、粉类等材料时，更适合使用不锈钢万能笊篱。

筛面粉



1 面粉为什么会出乎意料地散落一片？原因在于用什么接面粉。本人推荐使用大白纸接面粉。筛面粉的时候手的动作要快，让面粉随着筛子的摆动与空气一起自然飘落。用这样的方法，不会让面粉承受太大的外力。最后用手把面粉全部抖掉，保证所需面粉能全部筛完。

2 最重要的是往盆里倒的时候要小心翼翼。面粉应该沿着纸的纵向对折线轻轻滑落至盆里。

3 最后，轻弹纸的背面，把残留在纸上的面粉也全部抖落。



手持搅拌器

学习Mitten家点心制作的时候，很重要的一点就是如何选择手持式搅拌器。因为搅拌器能决定蛋糕素材的起泡程度，进而影响成品的口感味道，甚至于改变点心风味的影响力。本书中介绍了打泡方法、参考用打泡时间。一般来说，鸡蛋和黄油所需的打泡时间为3~5分钟，但是由于效率不同，也会产生很大的时差。选择搅拌器的时候要注意叶片的形状。能高效高质搅拌原材料的叶片款式为：直接触蛋糕素材的部分宽窄一致，呈扁平状。相反，头部尖细、呈细针状的叶面效率较低。

打泡的方法



1 将搅拌器叶片垂直伸入盆里的材料中。打泡过程中一直保持这个角度。



2 叶片从盆底略微提升，在材料中间一边画尽可能大的圆（叶片轻触盆壁发出声响的程度），一边打泡。材料渐渐起泡、体积变大以后，将叶片再相应地提升一点儿，继续打泡。



3 叶片转数和搅拌器自身的搅拌速度都会对起泡程度产生影响。为尽快打出紧致的泡沫，需舒缓平滑地打泡。



4 根据情况，还可进行最后的纹理调整。



橡胶刮板

推荐耐热性较好的硅胶树脂、一体成型的刮板。我所用的是饭塚家的“New Clean 小刮板”。

搅拌

Mitten流的蛋糕坯做法中，如果要描述“把打好了泡沫的鸡蛋、黄油混合在面粉中”这个步骤的时候，不会用到“像切开一样”、“干净利落”这样的词语。除了打泡方法以外，只要在混合搅拌的手法上略作调整，也会惊喜地得到不同的点心。大家可以尝试一下。本书提到的点心基本有3种搅拌方法（均为右手搅拌的情况）。

拿着刮板的时候，好像手变长了一样！



刮板部朝下，手在上面握住整个手柄。不要只拿手柄的最上面，也不要握得太往下。理想状态是能把刮板当成手的延伸部分来使用，所以手柄最上边差不多碰到手腕处即可。伸出食指稳定刮板的左右动向。

搅拌方法 A



首先，是将面粉混合到打完泡沫以后的、纹理细腻的鸡蛋、黄油中的基本方法。使用刮板，尽可能大幅度、充分地进行搅拌。如果搅拌之后的面粉不仅强韧到足以支撑气泡的重量，还足够均匀细腻，那么烘焙出来的蛋糕坯口感就会非常好。

1 倾斜小盆，刮板从时钟的1:30位置插入。刮板边缘以与盆侧壁成垂直的角度伸进材料和盆中间。左手在9:00的位置扶住小盆。

2 刮板保持与盆侧壁的垂直角度，穿过盆的直径移动到7:30位置。



3 盛起一大刮板的材料，抬到盆边缘处。同时左手把盆转动到7:00位置。



4 手腕自然返回，把材料倒回盆中间，再从1:30位置插入刮板。搅拌黄油的时候比较黏稠，应该尽快去除刮板上的材料。否则，继续搅拌会让面粉呈面筋化，影响风味及口感。



5 反复操作以上步骤。但是本次要改变刮板的移动路径。反复操作就能让整个面团很均匀。

即使已经看不到干面粉时

还是要按照每10秒6~8次的节奏继续搅拌。如果你要做的是磅蛋糕，那一共要搅拌80~100次。

