

王安琪 著

# 不用烤箱 做蛋糕

给你最新鲜的创意，

打破没有烤箱就不能做蛋糕的刻板印象！

化学工业出版社

TS213.2

8

王琪

# 不用烤箱 做蛋糕

王安琪 著



化学工业出版社

·北京·

谁说做蛋糕一定要用烤箱，本书教您不用烤箱也能轻松做蛋糕。在简单介绍基本器具和材料使用重点后，分平底锅类、电饭煲类、微波炉类三部分详细介绍非烤箱蛋糕的制作过程。本书配料精细，过程详细，带您体验不用烤箱也能做出美味蛋糕的美妙滋味！

## 图书在版编目（CIP）数据

不用烤箱做蛋糕 / 王安琪著. —北京：化学工业出版社，2011.9

ISBN 978-7-122-11928-5

I. 不… II. 王… III. 蛋糕 - 制作 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第144819号

原繁体版书名：作蛋糕不用烤箱 作者：王安琪

本书中文简体字版由邦联文化事业有限公司授权化学工业出版社独家发行。  
未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分，违者必究。

北京市版权局著作权合同登记号：01-2011-5480

---

责任编辑：温建斌  
责任校对：陈静

封面设计：张辉

---

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印装：北京瑞禾彩色印刷有限公司

710mm×1000mm 1/16 印张6 字数116千字 2011年11月北京第1版第1次印刷

---

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

---

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

# 本书的使用说明

本书共分为3个单元，分别以“平底锅”、“电饭煲”、“微波炉”3种厨房器具来制作蛋糕，因此，所需的注意事项略有不同，说明如下。

◎材料计量：1大匙=15毫升=3小匙，1小匙=5毫升。

## 食材图片：

此蛋糕材料中的主味道食材图。

## 菜名：

为本道蛋糕的名称。

## 图示说明：

依各单元使用器具不同，说明如下页。

## 材料：

制作此道蛋糕所需使用的材料及其用量。

**开心果薄片蛋糕**

份量：直径5厘米，厚度3厘米  
制作：20~30分钟  
难度：初级

**食材** Ingredients

A	鸡蛋	1个
	蛋黄	2个
	细砂糖	50克
B	低筋粉	100克
	泡打粉	1克
	开心果粒	40克

**安妮教室**  
鸡蛋是一种特别可口的早餐材料。或是选出自己喜欢的鸡蛋做甜点，如果其可爱的样子能让你食欲大增的话。

**作法** Methods

- 材料(A)混合拌匀至没有颗粒的沙沙声。
- 低筋粉和泡打粉过筛后加入作法1中，再将开心果粒放入搅拌机(带干豆磨粉功能)磨成细粉后加入拌匀，筛成面粉。
- 将面粉倒入纸模中。
- 将纸模沿着平底锅锅边摆入，盖上锅盖，以中火烘烤10分钟，关火后继续烤5~10分钟，取出待凉。

平底锅蛋糕

70

## 作法：

制作此道蛋糕所需的详细步骤与过程。

## 安妮教室：

制作蛋糕的小技巧或注意事项。

## 食谱图片：

此道蛋糕制作的成品。



## 一只平底锅，搞定蛋糕

### 平底锅图示说明：

- ◎分量：使用模型或器皿的尺寸及制作蛋糕的份数。
- ◎制作：制作蛋糕烘烤的火候和时间。
- ◎赏味：蛋糕的保存方式和时间。

分量：  
直径12厘米  
慕斯中空圆模2个

---

制作：小火/10分钟

---

赏味：冷藏3天



## 电饭煲蛋糕，真方便

### 电饭煲图示说明：

- ◎分量：使用模型或器皿的尺寸及制作蛋糕的份数。
- ◎选择键：电饭煲的液晶屏幕可选择的功能键（本示范机型有“蛋糕”键）。
- ◎制作：制作蛋糕所需的加热时间。
- ◎赏味：蛋糕的保存方式和时间。

分量：直径12厘米  
陶瓷器皿1个

---

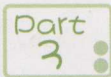
选择键：蛋糕或米饭

---

制作：45分钟

---

赏味：冷藏2天



## 微波炉做蛋糕，快速好帮手

### 微波炉图示说明：

- ◎分量：使用模型或器皿的尺寸及制作蛋糕的份数。
- ◎总微波时间：制作蛋糕需要使用微波炉加热的所有时间总和。
- ◎赏味：蛋糕的保存方式和时间。

分量：直径7厘米  
花边器皿4个

---

总微波时间：  
4分钟

---

赏味：冷藏3天

# 目录 CONTENTS



做蛋糕的基本器具和材料使用重点 /1

Part  
1

## 一只平底锅，搞定蛋糕

用平底锅做蛋糕的基本功 /4

制作平底锅蛋糕你需要这些器具 /5

白巧克力奶茶千层蛋糕 /6

午后杂粮蛋糕 /7

柠檬红茶马德莲 /8

马铃薯啤酒蛋糕 /9

焦糖菠萝蛋糕 /11

火腿奶酪米香蛋糕 /12

黄金地瓜梅子蛋糕 /13

姜蜜费南雪 /14

法式甜椒火腿蛋糕 /15

玫瑰花束蛋糕 /17

蔓越莓酒香磅蛋糕 /18

青柠奶滋磅蛋糕 /19

开心果薄片蛋糕 /20

绿豆薏仁蛋糕卷 /23

香蕉咖啡蛋糕卷 /24

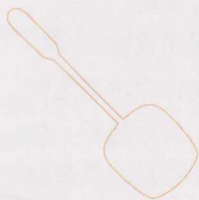
早餐可可脆片蛋糕 /25

格子蛋糕 /26

大豆胚芽蛋糕 /27

虎皮奶酪蛋糕 /29

豌豆胚芽蛋糕 /30



part  
2

电饭煲蛋糕，真方便

- 用电饭煲做蛋糕的基本功 /33  
制作电饭煲蛋糕你需要这些器具 /36  
日式红豆蛋糕、茗茶蛋糕 /37  
西班牙早餐蛋糕 /38  
蜂蜜蛋糕、五谷米、枫糖松糕 /39  
羊咩咩小蛋糕 /41  
水蜜桃谷片松糕 /42  
三色蔬菜蛋糕 /43  
苏打蛋糕 /45  
南瓜船蛋糕 /46  
圣诞糖霜水果蛋糕 /47  
杏仁皇冠蛋糕 /48  
肉桂香蕉戚风蛋糕 /49  
水梨克劳芙蒂 /51  
枫糖朗姆葡萄蛋糕 /53  
酸奶胡萝卜蛋糕 /54  
八宝酸奶蛋糕 /57  
梅醋番茄戚风蛋糕 /58  
桂花奶酱蛋糕 /59  
土耳其薄荷茶蛋糕 /60



part  
3

微波炉做蛋糕，  
快速好帮手

- 用微波炉做蛋糕的基本功 /62  
制作微波炉蛋糕你需要这些器具 /65  
樱桃糖蛋糕 /67  
蓝莓抹茶奶酪蛋糕 /68  
双色奶酪软蛋糕 /69  
水果酵母蛋糕 /71  
肉桂生姜蛋糕 /72  
菠菜燕麦蛋糕 /73  
醇奶柔绵蛋糕 /75  
巧克力微波蛋糕 /76  
橘香布丁蛋糕 /77  
北国奶酥苹果蛋糕 /79  
红曲酒酿天使蛋糕 /80  
合欢山雪酥蛋糕 /81  
松露方块蛋糕 /83  
美式乡村蛋糕 /84  
清爽柠檬布朗尼 /85  
波纹焦糖蛋糕 /87  
豆腐鸡蛋糕 /88  
栗子咖啡蛋糕 /89



# 做蛋糕的基本器具 和材料使用重点

制作蛋糕过程中，不论是使用平底锅、电饭煲、微波炉，除了根据家电的需求使用符合条件的器具之外（请看各单元的适用器具说明介绍），一些烘焙器具都是基本的必需品。另外，因为有些材料不能沾到水分（会导致制作蛋糕的失败），所以除了要将所有器具洗干净外，别忘了也要用厨房纸巾擦干水分。

## 基本必备的烘焙器具

- (1) **打蛋器**：带搅拌杯（盆）的桌上型电动打蛋器在拌打蛋糕面糊时较为省力，大约200元即可买到；手动打蛋器则是用来搅拌较少材料时使用。
- (2) **橡皮刮刀**：混合流状材料时用，具有弹性与圆弧度，可刮起搅拌盆内缘上的材料，不耐热。
- (3) **刷子**：用来将奶油涂刷在内锅或模型中。
- (4) **磅秤**：用来称量较多分量的材料，使用电子秤会较精准。
- (5) **量杯**：用来称量液体材料，使用透明的较容易判别容量。
- (6) **量匙**：称量少量液体与粉状材料，一串通常为4支，分别为1大匙(15毫升)、1小匙(5毫升)、1/2小匙、1/4小匙。
- (7) **筛网**：过筛粉类，使面粉松散不结块。
- (8) **雪平锅**：拌煮须加热材料，如煮布丁液、融化巧克力使用。
- (9) **压泥器**：将煮熟的马铃薯、地瓜等轻松压成泥状的工具。
- (10) **刮皮刀**：刮取柠檬或橙的皮，加入面糊中增加香味。
- (11) **擀面棍**：常用来擀平面团，但在本书用来敲碎食材，例如敲碎饼干、核桃等。
- (12) **竹签**：用来测试蛋糕是否熟透的小工具。





## 材料使用重点

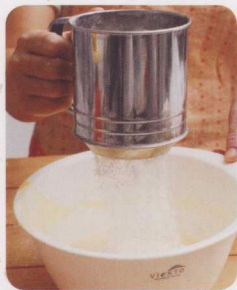
### ★材料需要先在室温中回温

预先将鸡蛋、奶油、奶油奶酪等需要冷藏的材料取出，放置在室温下等其回温。季节不同时会有差异，但通常在使用之前的20分钟左右先拿出来为佳。若鸡蛋刚从冰箱拿出来，因温度较低，需延长搅拌时间；奶油、奶油奶酪则是放到若用手指按压会立即凹陷，就表示退冰完成可以使用了。涂抹在模型内防粘黏的使用液态奶油或软化奶油皆可。



### ★粉类使用前要过筛

空气中的湿气会使得面粉结块，筋度越低的越明显。使用前请先过筛去除结块颗粒，搅拌时才不会发生拌不均匀的情形。



### ★隔水加热融化巧克力

将水加热至略冒水气状态(约50℃)后熄火，然后把巧克力切碎后放入可加热的小碗或小锅中，再放在热水上，以木勺搅拌融化。要注意不能让水跑入巧克力浆中，会导致油水分离。此方法也适用于融化黄油，融化前请切小块。



### ★打发蛋白的技巧

用电动打蛋器以顺时针或逆时针方向拌打皆可，越新鲜的蛋黏度越高，容易起泡成形。加糖拌打可使蛋白糊细致而稳定，但必须分2~3次加入，若一次加入会延长打发时间，组织也会过于稠密，打发后需立即使用以免消泡。



#### 1.蛋白不能有杂质

将蛋白放到干净没有油分、水分的玻璃盆或钢盆中，将盆往身体方向倾斜再开始拌打。



#### 2.开始起泡

蛋白开始起泡，慢慢将速度加快，并维持在中速，蛋白泡沫会慢慢变细变白。



#### 3.分次加糖拌打

分次加糖会较容易拌匀，也较不会使蛋白消泡，加糖的同时将打蛋器维持在中速。



#### 4.湿性发泡

持续拌打，并随时关掉开关检查，若拿起搅拌器，蛋白糊有流动状，尖端会有倒勾状，就是7分发，也叫做湿性发泡。



#### 5.干性发泡

再继续拌打约3分钟，拌打时产生的纹路会更明显，如果关掉开关，拿起搅拌器，蛋白糊没有流动性，尖端处挺立不会弯曲，这时候就是9分发，也叫做干性发泡。

## 安妮教室

classroom

- ◎ 打蛋白的时候容器内不可以有一点点的油或水，蛋壳上的水气也必须擦拭干净。
- ◎ 建议初学者可以将打蛋器保持在慢速，以免蛋白打过头了。
- ◎ 冷藏过的蛋白打发的效果会比长时间在室温状态的蛋白来得好，所以务必在使用前才将鸡蛋自冰箱取出。

- ◎ 干性发泡就是将打发蛋白的容器倒置，蛋白泡沫也不会掉落的状态。但是如果蛋白打发过头了，会呈现棉花状，就可能完全消泡且不能用来制作蛋糕，必须丢弃重新制作。



# 一只平底锅 搞定蛋糕

PART 1





# 用平底锅做蛋糕的基本功

友情提示：不同品牌平底锅其性能不尽相同，请了解家中平底锅的使用说明书后，再进行蛋糕制作。

平底锅的造型可以使火候和油平均分布，让食物在锅内均匀受热，这就是为什么平底锅真的可以烤蛋糕的原因。利用平底锅取代烤箱烘烤食物，成品口感一点也不输烤箱喔！大家也来动手试一试吧！

## Point 1

利用平底锅烘烤蛋糕与使用烤箱烘烤的方式略有差异，一般而言，烤箱需要事先预热，让烤箱内温度达到所需温度，但是使用平底锅烘烤蛋糕并不需要事先热锅，这是因为平底锅可以在短时间内达到均匀的高温，如果事先预热锅身反而很容易让蛋糕烤焦。



## Point 2

使用平底锅烘烤蛋糕的时候，会使用到2种火力，分别为“小火”和“中心火”。

◎小火指的就是炉火最外围、最小的火。

◎中心火指的就是开启煤气炉最小那一圈的火。

## Point 3

用平底锅烘烤蛋糕有两种方式，第一，直接将蛋糕面糊放入锅中烘烤；第二，将蛋糕面糊放入模型中，再将模型放置在平底锅内烘烤，并且尽量放置在平底锅的外围处，排放的距离和空间必须一致，烘烤完成的蛋糕色泽才会完美。

## Point 4

因为平底锅和烤箱的构造不同，烘烤蛋糕的时候，为避免蛋糕的表面湿黏而底部却已经熟透的状况，在烘烤的整个过程以及结束之后，都必须盖上锅盖；结束烘烤后继续盖着锅盖5~10分钟的目的，是为了确保食物完整受热并且让表层熟化，其间如果水气蒸发覆盖在锅盖上，可以使用厨房纸巾或干净的抹布擦拭水蒸气。

平底锅烘焙的蛋糕其口感较为湿润有弹性，这是因烘烤的过程中加上锅盖，阻止了水分的流失，但是须注意火候的控制，以免底部焦黑。

## 平底锅蛋糕的保存与回温方法

●本单元所介绍的点心有些必须现做现吃，有些则可以冷藏品尝，之外，还有一部分是可以冷藏保存后再回温品尝的，例如马铃薯啤酒蛋糕、法式甜椒火腿蛋糕。回温的方式很简单，利用微波炉来加热回温即可，但是不建议将食物再煎一次，因为食物本身已经是“全熟食品”，如果再做一次煎制的动作，容易产生外皮焦黑而内部冰冷的状态，进而影响口感。

●糕点类制作完成等降温之后即可品尝，若是无法一次吃完，可以放入冰箱保存，冷藏的时候务必将食物放置在保鲜盒中或是塑料袋内，以免糕点的表面水分散失而变得干硬。冷藏后的糕点可以直接品尝，例如本单元介绍的白巧克力奶茶千层蛋糕、姜蜜费南雪和格子蛋糕等，不需要回温就很美味。

# 制作平底锅蛋糕 你需要这些器具



## 烘焙纸 & 铝箔纸

将其铺在平底锅底部，可避免粘黏并方便拿取。

## 锅盖

蛋糕烘烤时盖上锅盖，可以使锅内的蛋糕均匀受热。



## 塑胶锅铲 & 木铲

翻动或是铲起平底锅内的蛋糕。

## 清洗与保养平底锅

**Step 1:** 使用平底锅之前，须先以洗洁精将锅内外清洗干净，再以干净的抹布或厨房纸巾将锅擦拭干净，包括锅底直接接触煤气炉的部分，因为如果以潮湿的锅底直接碰触火源，很容易将锅底烧黑，会增加清洗的难度并影响美观。



**Step 2:** 尽量不以冷水冲洗热锅，以免影响锅的不粘效果，以热水清洗热锅为佳。同时也请使用柔软的海绵来清洗锅内部。

**Step 3:** 较难清洗的油渍可先以厨房纸巾将多余的油分吸除，再倒入八分满的水煮沸，水煮沸之后关火，用软刷将锅内部轻轻刷干净，让难洗的污垢融入水中后倒掉，再准备海绵与洗洁精将残余的污垢以一般方式清除。

**Step 4:** 洗干净的锅最好再以厨房纸巾擦拭干净后倒扣摆放，或是直接吊起在架上亦可，最好不要将潮湿的锅直接正放，以免锅内部的水分累积在锅底，长久下来容易损害锅的材质，而减短了锅的寿命。



**Step 5:** 锅盖内部若沾满了油渍，清洗之前先以厨房纸巾擦拭一遍，再以海绵和洗洁精刷洗即可，冷热水皆可使用，但是热水清洗的效果较冷水佳。

**Step 6:** 改用木铲来取代传统铁铲，可以减少锅内部被铁铲刮伤的机会，即能延长锅的使用寿命。



classroom

### 妮妮教室

- 每次在舀入面糊的时候要注意分量，以免越煎越大片。
- 这一款蛋糕虽然入口有一点甜，但是搭配无糖的茶或咖啡，却又那么的合宜，建议您一定要试着自己制作。
- 中心火指的就是煤气炉最小那一圈的火。

# 白巧克力奶茶千层蛋糕

## 材料 Ingredients

鸡蛋	1个
市售奶茶	50毫升
A 熔化的奶油	10克
低筋粉	100克
泡打粉	1克
色拉油	1小匙
B 白巧克力	200克
无糖鲜奶油	40毫升

## 作法 Methods

1. 鸡蛋、奶茶放入调理盆搅拌均匀，将熔化的奶油加入拌匀，再将低筋粉和泡打粉过筛加入搅拌均匀，即成面糊。
2. 放入色拉油于平底锅中，再以厨房纸巾将油平均擦覆在表面。
3. 舀入1大匙面糊放入平底锅中央处，以中心火慢慢煎到面糊表面出现许多气泡，即可翻面。
4. 再舀入1小匙面糊涂抹在第一片蛋糕的表面，随即翻面；重复此动作直到1/3分量的面糊用完为一份；将第一份蛋糕取出后，才可进行第2~3份蛋糕的制作。
5. 白巧克力切碎放入钢盆，加入无糖鲜奶油后，以隔水加热的方式熔化，关火后保温。
6. 将作法4完成的蛋糕，其侧边粘裹巧克力，等巧克力凝固后再粘裹一次。
7. 再用毛刷将白巧克力涂抹在蛋糕的上下两面，放入冰箱冷藏约30分钟凝固后即可。

分量：

直径6厘米高7厘米  
千层蛋糕3个

制作：中心火/30分钟

赏味：冷藏3天

# 午后杂粮蛋糕

分量：  
直径12厘米  
慕斯中空圆模2个  
制作：小火/10分钟  
赏味：冷藏3天

## 材料 Ingredients

	牛奶.....	80毫升
	鸡蛋.....	1个
A	细砂糖.....	40克
	水.....	45毫升
	杂粮面包丁.....	80克
B	葡萄干.....	40克
	核桃碎.....	40克
	杏仁片.....	50克
	低筋粉.....	85克
C	泡打粉.....	1/2小匙
	小苏打粉.....	1/4小匙
D	涂抹用杏桃果酱.....	1小匙

## 作法 Methods

1. 杏仁片和核桃碎分别放入平底锅内干锅翻炒至金黄色，取出备用。
2. 材料(A)放入调理盆中搅拌均匀，再加入杂粮面包丁。
3. 再将材料(C)一起过筛加入，再续放入葡萄干、核桃碎，一起混合均匀，即成面糊。
4. 平底锅内铺入圆形烘焙纸后，再将模型（圆模内侧需涂抹少许奶油）放入平底锅内。
5. 再将1/2的面糊倒入模型内，表面撒上杏仁片，盖上锅盖，以小火烘烤10分钟，关火后续焖5~10分钟，取出。（再将剩余的面糊倒入模型中，以同样方式制作完毕。）
6. 脱模取出蛋糕后，表面涂抹杏桃果酱即可。

## 安妮教室

classroom

- 我非常喜欢这款蛋糕，因为每一口都可以吃到满满丰富的材料，也因为材料多到在嘴巴内咀嚼时，需要更久的时间来完成，所以反而可以控制吃的分量，不用怕不小心吃太多了。
- 杏桃果酱只是为了让成品的表面出现亮泽感，并非一定要使用。





# 柠檬红茶马德莲

分量：  
直径5厘米  
浅圆纸模6个  
制作：中心火/10分钟  
赏味：冷藏3天

## 材料 Ingredients

- |   |     |      |
|---|-----|------|
| A | 奶油  | 50克  |
|   | 鸡蛋  | 1个   |
| B | 细砂糖 | 50克  |
|   | 低筋粉 | 75克  |
|   | 泡打粉 | 1克   |
| C | 柠檬  | 1个   |
|   | 红茶包 | 1/2包 |

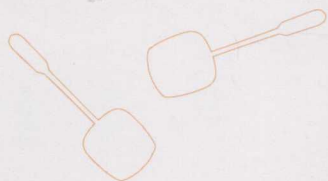
## 作法 Methods

1. 奶油放入锅中以小火加热至呈现焦褐色，关火，用细目滤网将奶油过滤，即成焦奶油。
2. 鸡蛋和细砂糖放入调理盆中搅拌均匀后，将低筋粉、泡打粉过筛后加入，再加入红茶粉拌匀成面糊。
3. 取作法1的焦奶油，分三次慢慢加入面糊里（每次加入后都要将面糊充分拌匀）。
4. 再将柠檬切半后，取1/2个柠檬挤出柠檬汁，加入作法3中拌匀，用保鲜膜覆盖封住调理盆后，放入冰箱冷藏2小时，备用。
5. 将剩下1/2个柠檬切成薄片，去籽备用。
6. 取出作法4冷藏完毕的面糊，倒入模型内，再将模型沿着平底锅锅边摆入，盖上锅盖，以中心火烘烤10分钟，关火后续焖5~10分钟。
7. 取出蛋糕并在每个蛋糕表面摆放柠檬薄片即可。

### 安妮教室

红茶包可以改用市售其他口味的红茶包来制作；而这里的1/2包的红茶包，就是将1包的红茶包拆开后，使用一半红茶粉的意思。

classroom



# 马铃薯啤酒蛋糕

分量：  
直径6厘米  
慕斯空心圆模6个  
制作：中心火/15分钟  
赏味：冷藏3天

## 材料 Ingredients

A	马铃薯	200克
	奶油	50克
	盐	1小匙
B	鸡蛋	1个
	啤酒	75毫升
	低筋粉	100克
C	泡打粉	1克
	盐	1/4小匙
	黑胡椒粉	1/2小匙
	沙拉酱	1大匙
	黄芥末酱	1小匙

## 作法 Methods

1. 马铃薯去皮洗净切块，放入沸水煮约20分钟至熟，关火，取出沥干水分。
2. 趁热取50克马铃薯和奶油放入调理盆中拌匀压成泥状，并加入1小匙盐混合。
3. 放入鸡蛋和啤酒拌匀，再放入过筛的低筋粉和泡打粉拌匀，即成面糊。
4. 平底锅内铺入圆形烘焙纸后，再将模型（圆模内侧需涂抹少许色拉油）沿着平底锅锅边摆入。
5. 将面糊倒入模型内，盖上锅盖，以中心火烘烤15分钟，关火后继续焖5~10分钟，脱模取出蛋糕。
6. 再将剩余的马铃薯块和材料(C)混拌成马铃薯泥，涂抹在蛋糕表面，以叉子画出线条即可。

### 安妮教室

- 马铃薯若是使用牙签可轻易插入其中心点，即表示煮熟了。
- 这是一款有德国乡村风味的啤酒蛋糕，只要再搭配青翠的蔬菜以及调味酱，就很适合当作餐前的开胃菜了。也可以将德国扭结饼干压碎后拌入面糊中，别有一番滋味。





