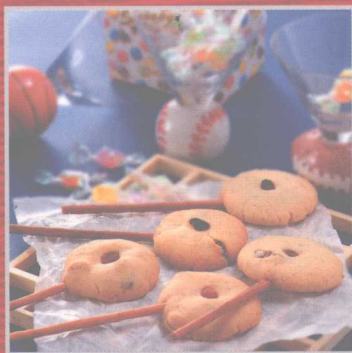
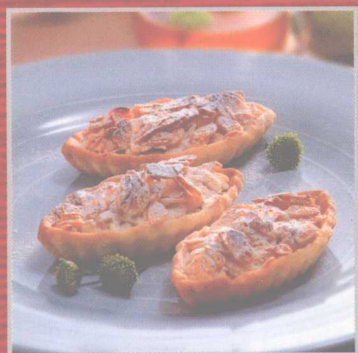


爱上曲奇

Love Cookies

方芍尧 编著



本书由香港万里机构出版有限公司授权以中文简体字出版并只限于中国内地发售，不得销售到港澳台地区。©2006 Wan Li Books Co.,Ltd.。

©2008，简体中文版版权归辽宁科学技术出版社所有

本书由中国香港万里机构出版有限公司授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版发行中文简体字版本。著作权合同登记号：06-2008第173号
版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

爱上曲奇/方苟尧编著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社,
2008. 10
ISBN 978-7-5381-5572-3

I. 爱… II. 方… III. 饼干—制作 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第138888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: 沈阳天择彩色广告印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm×236mm

印 张: 7.5

字 数: 150千字

印 数: 1~4000

出版时间: 2008年 10 月第 1 版

印刷时间: 2008年 10 月第 1 次印刷

责任编辑: 风之舞

封面设计: 熙云谷设计机构

版式设计: 高峰 刘双秋

责任校对: 李淑敏

书 号: ISBN 978-7-5381-5572-3

定 价: 32.00元

联系电话: 024-23284360

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lkzzb@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnkj.com.cn



方苟尧 编著

辽宁科学技术出版社
沈阳

突破传统是否真的不容易？

阳光穿破纱窗，柔风轻抚睡容，突然一阵急促的电话铃声，打破了夜的寂静，万般无奈地爬到电话旁，接听电话，原来是不通情理的编辑小姐的来电，她说在睡梦中想出一个新选题，非常适合我的性格，就是以和风为主的曲奇，并要求这本书的曲奇不能太传统、要有创意而且是年轻人喜爱的、薄薄的，造型要独特，还要有花式，话一说完，就把电话一收，嘟……嘟！她也不理会我的感受和回应，便自顾自的拿了决定。睡虫全醒了，我便无可奈何地接下了这个任务，爬到案桌上拿笔直书。

在创作过程中，我参考了不少书籍，浏览市面上的各类曲奇和许多超级市场的货架，增加做饼的灵感。在不断试验的情况下，有如科学家做实验，失败了再尝试，尝试了再失败，深深地体会了什么是屡败屡战，屡战屡败的挫折感觉，更体会到了挫败如何能伤人于无形及让人沮丧。永不言败是我的座右铭，那么，这次是否真的要认输呢？不会，人生的挫折只会挑起我的个人潜能，让它更强壮更具爆炸力。

拍摄当日，我显得踌躇满志，深信多日来的试练，应该会很顺利地完此书。不过，当第一天拍摄完毕时，摄影哥哥轻描淡写地投下一语，“曲奇的样子平平无奇，造型欠变化，没有分别，请再次想想如何让它有生命和突破曲奇的框框。”这一语令自己震惊、无奈而进入迷失世界（究竟在哪一处出错了？）

如此过了两天，为了抹去心中的不快，增加创意灵感，于是决定到日本寻回迷失了自己。短短数天的日本之旅，除了寻回了自我，增强了信心，还令我明白了摄影师的忠告，于是把以往的稿子毁掉，忘掉传统曲奇给我的思想框框，把一些天马行空的大胆想法付诸行动，奇迹出现了，在往后的数天中拍摄过程很是顺利。

原来只要有胆把正常和正统的框框移去，根据基本理念（准确材料比例的方程式），加点个人见解，并留意身边的生活细节，创新已经不是问题了。传统是否不好？创新是否有歪正道？这些似是而非的道理没有正确的答案。只是个人能否跳出自画的框框。跳得出，你可以看高一点；跳不出，只能坐井观天，要当“人中龙”或是“井中蛙”全凭一己之念吧！突破传统容易与否，全在你的手中，也不是唯一的答案，只要是好便可以了。

每编写一本食谱，便是向自己下的一封挑战书，不希望自己的脑袋停顿和生锈，只有不断创作，才能保持高素质的创意灵感。认定个人创作方向，才能突破自己设下的障碍，不会陷入死胡同。请不要为了一些无形又无聊的框架裹足不前，释放你的创意，突破一些守旧的传统吧！

方芍尧

写于深秋的晚上

Contents 目录



002 序言

006 烘烤曲奇的预备课 (认识工具和材料)



008 工具认识

009 材料介绍

012 烘烤曲奇的基础课 (制作基本技巧)



014 准备工作

014 面团制作

016 成形

017 烘烤

018 调味曲奇



019 话梅曲奇

020 芥末曲奇

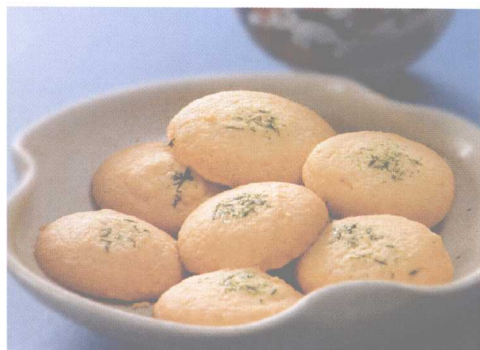
022 七味烟肉曲奇

024 五味曲奇

026 咖喱南瓜曲奇

028 咖喱薯仔曲奇

030 香蒜曲奇



032 黑椒鱼仔曲奇

034 椰子香草曲奇

036 榴莲曲奇

038 虾仔曲奇

040 蟹仔曲奇

042 馅饼曲奇



043 蓝莓小曲奇

044 黑加仑夹心曲奇

046 榛子牛油曲奇

048 杏仁脆饼

050 巧克力心意曲奇

052 红豆曲奇

054 香橙曲奇

056 香蕉曲奇

058 栗子曲奇

060 北海道白曲奇

062 海苔圈心曲奇

064 核桃南瓜子曲奇

066 经典曲奇



067 芝麻曲奇

068 巧克力腰果曲奇

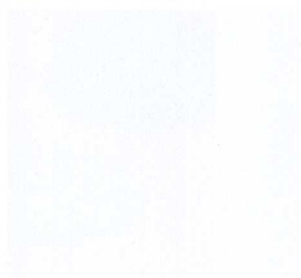
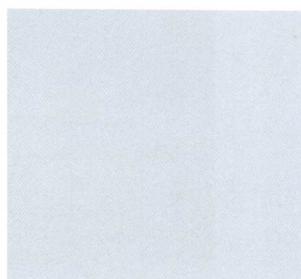
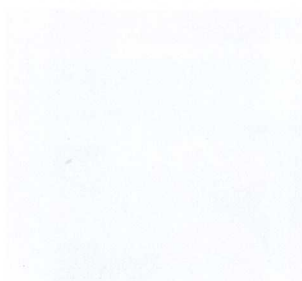
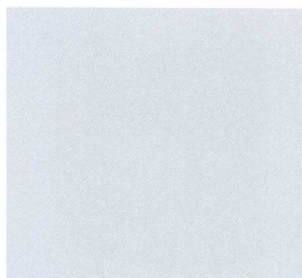
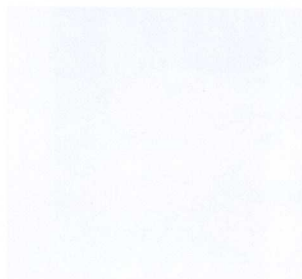
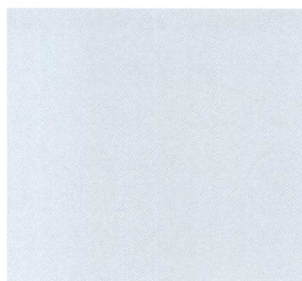


- 070 杂果牛油曲奇圈
- 072 传统果仁曲奇
- 074 巧克力小曲奇
- 076 巧克力杏仁碎曲奇
- 078 巧克力杏仁圈曲奇
- 080 巧克力咖啡曲奇
- 082 咖啡曲奇
- 084 芝麻薄片曲奇
- 086 花生曲奇
- 088 椰子曲奇
- 090 脆脆奶酪条
- 092 柠檬小饼

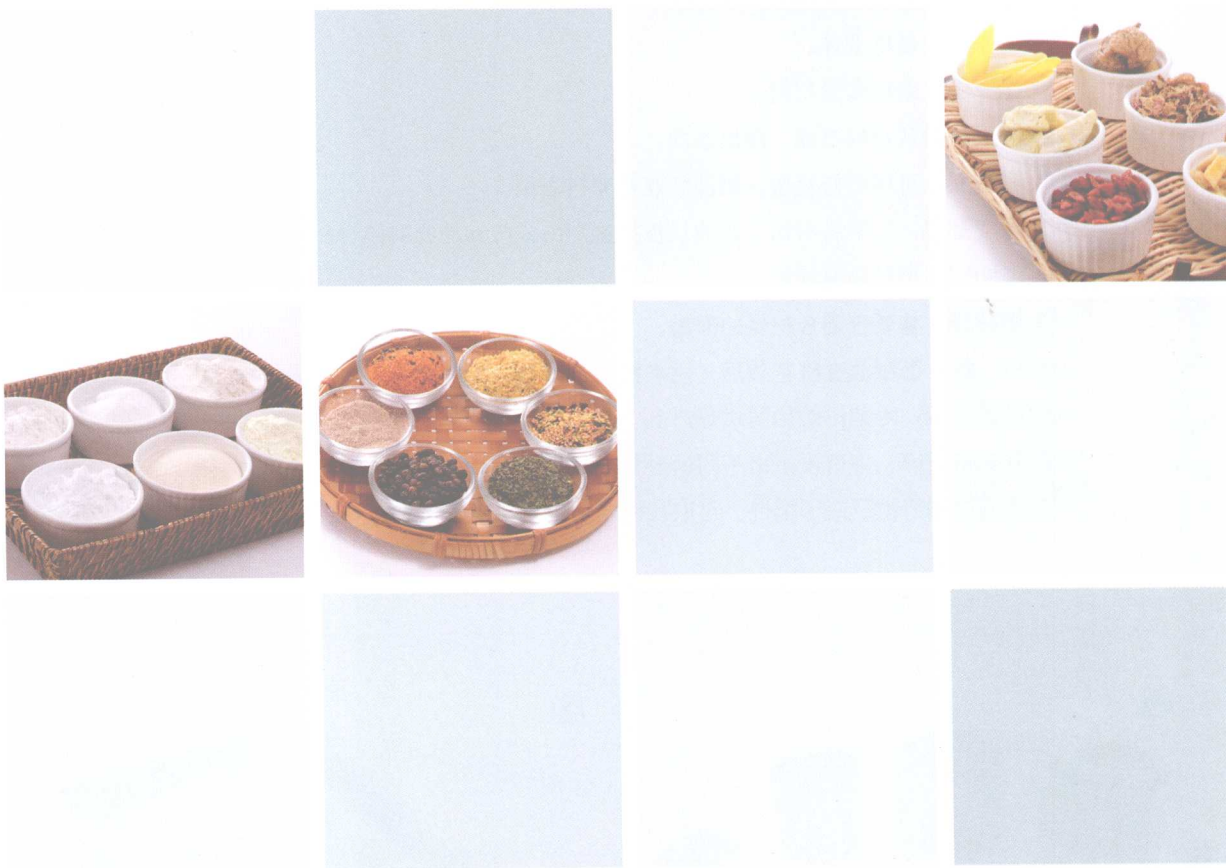
094 特色曲奇



- 095 地瓜曲奇
- 096 菠萝曲奇
- 098 伯爵红茶曲奇
- 100 芒果南瓜子曲奇
- 102 豆腐海苔曲奇
- 104 玫瑰草莓曲奇
- 106 奶酪曲奇
- 108 柚子曲奇
- 110 秋叶曲奇
- 112 胡萝卜曲奇
- 114 圣诞曲奇
- 116 无花果曲奇
- 118 绿茶曲奇



烘烤曲奇的预备课 (认识工具和材料)

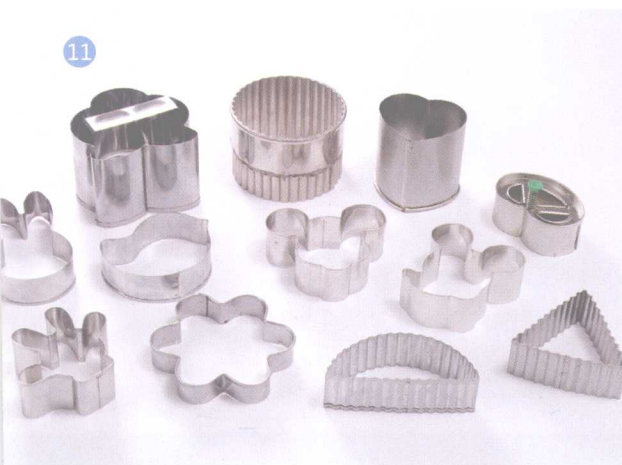


制作甜点的第一步，便是从烘烤曲奇开始。认识你的必备工具和材料，可以降低制作时的失误率，增加成功率，为你展开烘焙曲奇的第一课，迈向成功。

工具认识 Knowledge of Utensils

在厨房里，必须设有烘焙工具百宝箱，把一些基本用具放在一起，方便随时大显身手。究竟应该有什么工具呢？请看看以下的介绍。

- ① 电子秤：量度重量的电子仪器。
- ② 量 杯：量取液体。
- ③ 量 匙：量取微量材料。
- ④ 筛：将粉状材料过滤，隔出杂质。
- ⑤ 打蛋器：可用做打鸡蛋、奶油和混合原料之用。
- ⑥ 橡皮刮刀：主要将面糊、奶油从搅拌盆刮出或与其他物料混合。
- ⑦ 擀面杖：用做压薄面团。
- ⑧ 挤花袋：盛载已混合材料的面糊。
- ⑨ 挤 嘴：面糊放在挤花袋后，用来挤出不同的形状或花纹。
- ⑩ 冷却铁架：冷却出炉后的烘焙产品。
- ⑪ 各式挤饼模：把面皮挤出不同的形状。
- ⑫ 手提挤曲奇枪及饼印配件：可取代挤花袋，挤出不同形状或花纹的曲奇。



材料介绍 Introduction of Ingredients

各位新手，开始做曲奇时，应该先认识一些必备材料，再弄清楚可被利用的材料特质，独一无二的曲奇，只有你才可做得到哦！

（一）基本用料 Basic Ingredients

- ① 高筋面粉：粗蛋白质含量为11.5%~14%，吸水率达60%~64%，筋性较强，可令烘烤后曲奇松脆。
- ② 奶 粉：它是干燥后的乳制品，分有全脂、低脂和脱脂三种，可增加制品的奶（乳）香味。
- ③ 糖 粉：比一般沙糖细滑，可迅速溶于水，适合做蛋白甜饼或冷冻的甜品。
- ④ 全麦粉：由全麦磨制而成，含有麦胚、高纤维、营养和脂肪，能增加制品的麦香和口感。
- ⑤ 低筋面粉：任意谷物研磨而成的细粉末，含粗蛋白质约8.5%，吸水率为50%~53%，分有漂白和不漂白两大类。
- ⑥ 糖 霜：成品含粟粉，品质洁白细滑，适合做曲奇和饼面装饰。
- ⑦ 牛 油：它是动物性油脂的一种，分有含盐和不含盐两种。它由牛奶（牛乳）搅拌至产生泡沫状，当其达到半凝固状态时，便是牛油。一般的牛油成分约80%是牛油，其余的20%为水和奶固体。
- ⑧ 鸡 蛋：鸡蛋结构分蛋白和蛋黄，前者能令制品膨胀，后者则可添加制品的香味。
- ⑨ 奶油奶酪：奶酪的一种，利用牛奶提炼而成，属软绵带酸的奶酪。



(二) 提升味道的用料 Ingredients for enhancing the flavor



- ① 猪排咖喱粉：咖喱粉的一种，含黄姜粉、咖喱粉、辣椒粉、大茴香和小茴香等香料，味道香浓。
- ② 五味粉：含五种不同香料的日本调味料。
- ③ 黑椒粉：研磨后的胡椒碎。
- ④ 黑胡椒粒：原料成熟的胡椒粒，呈黑色，香味浓郁。
- ⑤ 话梅粉：糖渍梅子研磨成粉末状。
- ⑥ 七味粉：一种以辣椒为主要材料的调味料，由七种不同颜色的调味料配制而成。
- ⑦ 蟹仔干：属于淡水小蟹，经加工处理而成的略带甜味的零食小吃。
- ⑧ 干椒丝：干燥后的辣椒丝，色泽暗红，香味浓而不辣。
- ⑨ 虾干：干燥后的小虾，味道香浓。
- ⑩ 日本豆腐干：脱水后的豆腐粒。
- ⑪ 鱼仔干：干燥后的小鱼干，质感香脆，味道鲜而不咸。
- ⑫ 罂粟子：它是细小、干身和直径约2.5毫米的灰蓝色种子，质感粗而含有丰富坚果的味道。可用做蛋糕馅料、酥点和咖啡蛋糕的饼面装饰，特别适用于烹饪，源自欧洲、中东和印度的菜式。
- ⑬ 椰子粉：用椰子研磨而成的粉末状，含丰富的椰油，使用时与清水拌匀便可。
- ⑭ 芝麻粉：用芝麻研磨成粉末状，味道浓烈。
- ⑮ 海苔粉：即成海苔剪成的幼细小片状。
- ⑯ 培根干：将培根烘焙成薄脆状，肉味浓郁呈鲜红色。
- ⑰ 榛子粉：将榛子研磨成粉末状。



（三）百搭用料 Widely Used Ingredients

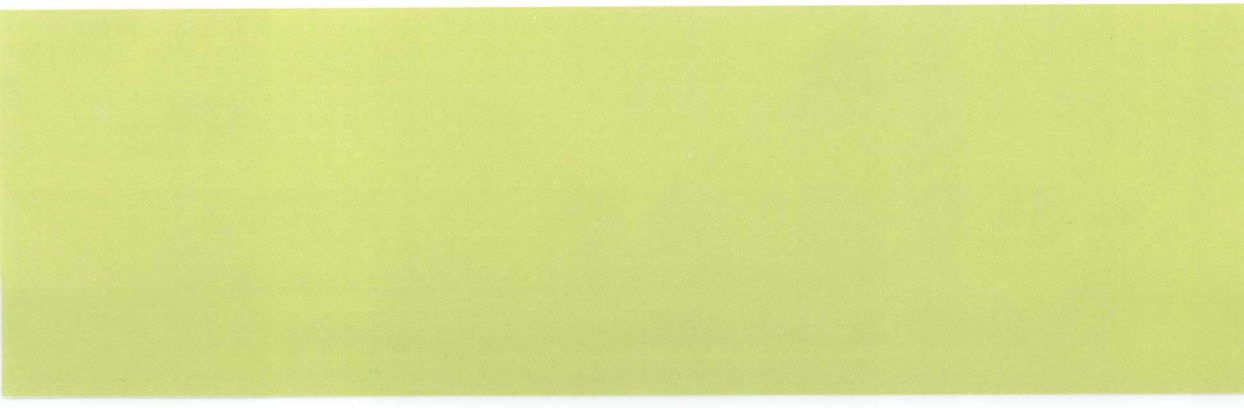
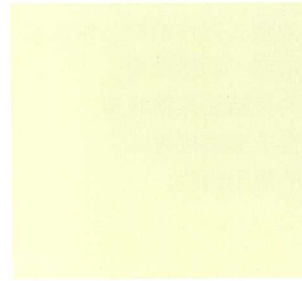
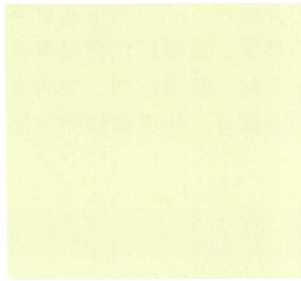
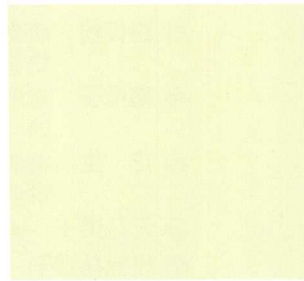
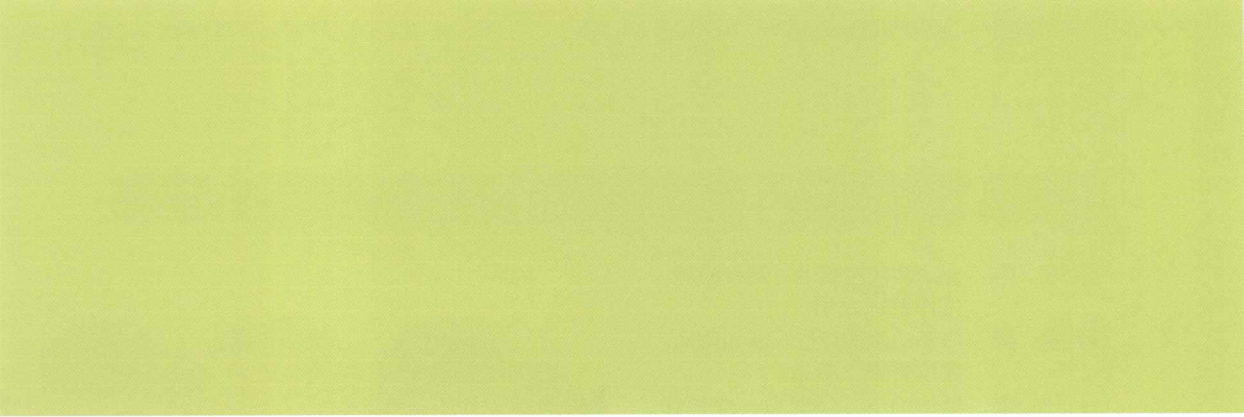
- ① 核 桃：含丰富的坚果油，甜美松脆，可作装饰之用。
- ② 腰 果：产于印度的果仁，状如腰形，含浓香果仁味道。
- ③ 开心果：果仁细小，外层被一层紫红色包裹着，果肉呈绿色。
- ④ 杏仁粉：研磨成粉末状，含浓香的杏仁油味道。
- ⑤ 南瓜子：南瓜种子去壳后，干燥而成的一种果仁。
- ⑥ 花 生：属地下果实，含丰富油脂，烘焙后会发出独特的香味。
- ⑦ 无花果干：盛产于中东，干燥后的干果味道集中。
- ⑧ 玫瑰花瓣干：欧洲品种的玫瑰花瓣干，味道清香。
- ⑨ 香蕉干：脱水的香蕉片，味道集中而香味浓郁。
- ⑩ 枸杞子：枸杞的种子，呈鲜红色带果香味道。
- ⑪ 榴莲干：有果皇之称，味道浓烈，果肉香甜，脱水而成的水果片。
- ⑫ 菠萝干：脱水的菠萝片，味道清甜带浓郁香味，属百搭材料。



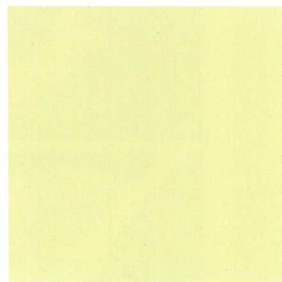
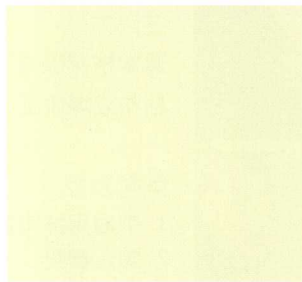
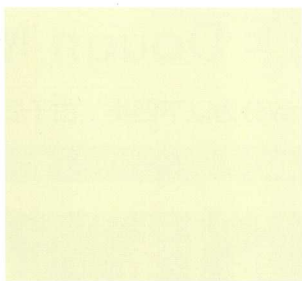
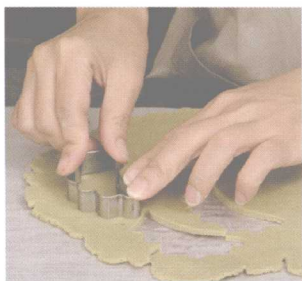
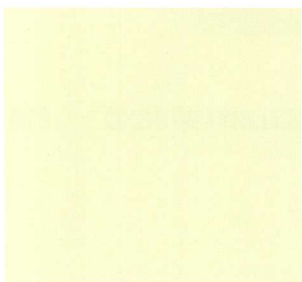
（四）增强香味和色泽的用料 Ingredients for enhancing the smell and color

- ① 日本红豆腐：用日本红豆经特别加工而成，色泽鲜红，甜度很高的馅料。
- ② 蓝莓酱：用蓝莓加糖煮成的浓厚果酱，味道浓烈，可作馅料，饼面装饰和夹饼点吃用。
- ③ 榛子酱：色泽呈棕褐色，油分含量高且味道浓烈，质感浓厚。
- ④ 黑糖浆：色泽深黑，甜度不高，却含有香浓的蔗糖和焦糖味道。
- ⑤ 蜜桃酱：用蜜桃和糖煮熬而成，颜色美丽，含丰富蜜桃香味。
- ⑥ 栗子蓉：质感幼滑糯软，味道浓香，是西点的常用馅料。





烘烤曲奇的基础课 (制作基本技巧)



准备工作 Preparation

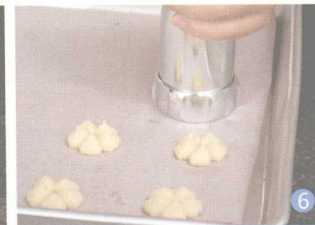


- ① 烘烤曲奇前先把牛油放软。
- ② 烘焙前，先把粉类材料分别过筛（除去杂质或让粉料变得松散），然后放在一起混合过筛。这样，制品的品质和效果会更好。

面团制作 Dough Making

本书的曲奇面团大致分为以下四类，由于质感不同，烘烤后的制品效果也有所分别。

（ I ）软性面团：质感柔软，因为用了全蛋，所以面团含水分比较多。



比例建议

牛油与糖（1:1）

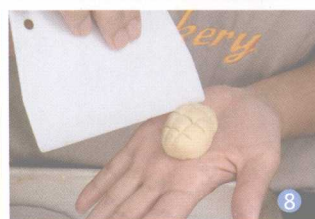
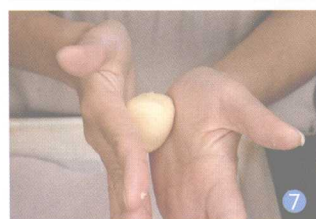
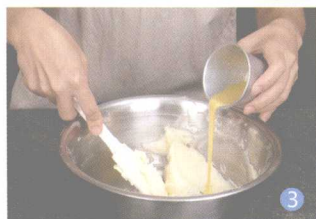
使用方法

通常挤花嘴或汤匙直接放不粘布或焗饼纸。

图解示范

- 1 牛油用抹刀压至软身。
- 2 筛入糖粉。
- 3 把牛油和糖搅至完全混合和转成奶白色。
- 4 加入蛋液。
- 5 倒入面粉拌匀。
- 6 把面团放入挤曲奇枪内，挤出图案。

(II) 软中带硬面团：质感软硬适中，面团含浓郁牛油味。



比例建议

牛油与糖 (2:1)

使用方法

一般挤花或搓成圆球。

图解示范

- 1 牛油放入器皿内压至软身。
- 2 筛入糖粉。
- 3 加入鸡蛋。
- 4 把蛋液与牛油搅至完全混合。
- 5 筛入面粉。
- 6 揉成完全没有粉粒的光滑面团。
- 7 把面团分成小份，搓圆。
- 8 做成喜爱的形状。

(III) 硬性面团：质感硬实，只用了蛋黄，所以面团含水分较少，容易搓成粉团。

比例建议

牛油与糖 (1:1)

使用方法

一般会把面团放入冰箱使之硬实，取出压模。

图解示范

- 1 把牛油压软。
- 2 加入糖粉。
- 3 再加入蛋液。
- 4 倒入面粉。

