

时尚美食街 | 系列

引领新“食”尚 逛“街”选美味

蜜点甜心

双福 ◎ 主编



农村读物出版社

时尚美食街系列

蜜点甜心

双福 ◎主编



农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

蜜点甜心/双福主编. —北京: 农村读物出版社,
2008.12
(时尚美食街系列)
ISBN 978-7-5048-5173-4

I. 蜜… II. 双… III. 糕点-制作-西方国家 IV.
TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第201582号

主 编 双 福
统 筹 周学武
编 著 周学武 侯熙良 常方喜 石晓亮 彭 利 陈 辰
孙 燕 刘继灵 孙 鹏 王雪蕾 贾全勇 梅妍娜
赵 晶 裴 丽 李华华 徐正全 李青青 石婷婷
摄 影
设 计  文化工作室
www.shuangfu.cn
菜品制作 杨 勇 陈 健 孙 鹏

责任编辑	育向荣 刘博浩
出 版	农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路2号 100125)
发 行	新华书店北京发行所
印 刷	北京画中画印刷有限公司
开 本	720mm X 1000mm 1/16
印 张	5
字 数	80千
版 次	2009年1月第1版 2009年1月北京第1次印刷
印 数	1 ~ 8000册
定 价	15.80元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

目 录

CONTENTS



写在前面 ● 西式点心的小常识 ----- 05

可爱点心

果料巧克力球	07
香酥肉松角	08
果酱派	09
拿破仑水果盒	09
奶油水果派	10
水果蛋卷	11
公主饼	11
苹果派	12
佛罗伦萨圈	13
林森克力架	13
红糖布丁	14
吉士多纳条	15
橘味土豆布丁	15
迷彩水晶果冻	16
苹果酥饺	17
咖啡条	17
栗子球	18
果仁克朗奇	18
挪威圈	19
雪花饼	19

滋味蛋塔

蛋黄核桃塔	20
朗姆鲜果蛋塔	21
草莓蛋塔	21
鲜奶水果塔	22
奶酥蛋塔	23
草莓杏仁塔	23
杏仁蛋塔	24
酥皮蛋塔	25
椰子塔	25

美妙饼干

杏仁饼干	26
------	----

果仁饼干	27
巧克力棍	27
夹心草莓饼干	28
核桃甜饼	29
威尼斯酥饼	29
核桃仁饼干	30
椰子酥	31
快乐饼干	31
奶油蛋黄酥	32
杏仁西饼	32
弯月香草酥	33
果仁圈	33

松软蛋糕

拿破仑蛋糕	34
马德里蛋糕	35
瑞士花蛋糕	35
胡萝卜油糕	36
芭乐花蛋糕	37
农妇蛋糕	37
草莓蛋糕	38
水纹蛋糕	39
新西兰蛋糕	39
柠檬蛋糕	40
开心橙汁糕	41
栗子海绵蛋糕	41
三角巧克力蛋糕	42
黄油蛋糕	43
魔鬼蛋糕	43
咖啡核桃蛋糕	44
奶酪蛋糕	45
橙汁蛋糕	45
冷藏巧克力蛋糕	46
大亨蛋糕	46



浓情匹萨

香煎鸡肉匹萨	47
熏肉芦笋匹萨	48
田园匹萨	49
意大利培根匹萨	49
什锦鲜果匹萨	50
玛格丽特匹萨	51
鳗鱼匹萨	51
培根蔬菜匹萨	52
咸蛋黄虾仁匹萨	53
番茄金枪鱼匹萨	53
佛罗伦萨匹萨	54
拿波里什锦匹萨	55
腊肉肠匹萨	55

快捷三明治

牛排三明治	56
煎牛排三明治	57
扒蔬菜三明治	57
鱼排汉堡	58
鸡肉汉堡	59
猪排汉堡	59
牛肉汉堡	60
培根菠萝三明治	61
肉排香香堡	61
香蔬蛋奶堡	62
鸡蛋火腿三明治	62

营养水果餐

蜜汁三鲜	63
多果珍宝捞	64
奇异果黑雨捞	65
鲜果沙巴雍	65
蜜橙香蕉冰沙	66
冰爽西瓜雪泥	67
香奶西米露	67
酸甜奇异色拉	68
雪梨莲子盅	69
酪梨芒果色拉	69

风情饮品

果汁盛宴	70
百香果雪泡	71
薄荷蜜滋蜜	71
草莓酸奶汁	72
翠玉果汁	73
翡翠鸡尾酒冰沙	73
茉莉花奶茶	74
咖啡奶茶	75
福尔摩斯奶茶	75
绿豆沙奶茶	76
海洋之岛	77
香瓜玉露	77

附录 ● 糕点常用原料、配料

78





写在前面

西式点心的小常识

成品名称

慕司: 英文MOUSSE的译音, 又译成木司、莫司、毛士等, 是将鸡蛋、奶油分别打发充气后与其他调味品调和而成, 或将打发的奶油拌入馅料和明胶水制成的松软形甜食。

泡芙: 英文PUFF的译音, 又译成卜乎, 也称空心饼、气鼓等, 是用水或牛奶加黄油煮沸后烫制面粉, 再搅入鸡蛋, 通过挤糊、烘烤、填馅料等工艺而制成的一种点心。

曲奇: 英文COOKITS的译音, 是用黄油、面粉加糖等主料经搅拌、挤制、烘烤而成的一种酥松的饼干。

布丁: 英文PUDDING的译音, 是用黄油、鸡蛋、白糖、牛奶等为主要原料, 配以各种辅料, 通过蒸或烤而成的一种柔软的点心。

派: 英文PIE的译音, 又译成排、批等, 是一种油酥面饼, 内含水果或馅料, 常用原形模具做坯模。按口味分有甜、咸两种, 按外形分有单层皮派和双层皮派。

挞: 英文TART的译音, 又译成塔, 是以油酥面团为坯料, 借助模具, 通过制坯、烘烤、装饰等工艺而制成的内有水果或馅料的一种小型的点心, 其形状可因模具的变化而变化。

沙勿来: 英文SOUFFLE的译音, 又译成苏夫利, 分为冷食和热食两种, 热的以蛋清为主要原料, 冷的以蛋黄和奶油为主要原料, 是一种充气量大、口感松软的点心。



半成品、原料名称

黄酱子: 又称黄少司、黄酱、克司得、牛奶酱等, 是用牛奶、蛋黄、淀粉、糖及少量的黄油制成的糊状物, 在西点中用途较广, 多用于做馅, 如气鼓馅等。

黄油酱: 又称黄油膏、糖水黄油膏、布代根等, 是黄油搅拌后加入糖水而制成, 多为奶油蛋糕等制品的配料。



果冻: 用糖、水和啫喱粉按一定的比例调制而成的冷冻甜食。

巴非: 英文PARFAIR的译音, 以鸡蛋和奶油为主要原料的冷冻甜食。

啫喱: 英文JELATINE或JELLY的译音, 也称明胶或鱼胶等, 分植物型和动物型两种。植物型是由天然海藻抽提胶复合而成的无色无味的食用胶粉; 动物型的是由动物皮骨熬制成的有机化合物, 呈无色或淡黄色的半透明颗粒、薄片或粉末状。多用于鲜果点心的保鲜、装饰及胶冻类的甜食制品。



膨松奶油：用鲜奶油或人造奶油加糖搅打制成，在西点中用途非常广泛。

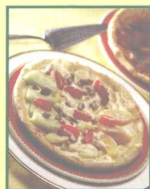
马司板：英文MARZIPAN的译音，又称杏仁膏、杏仁面、杏仁泥，是用杏仁、白糖加适量兰姆酒或白兰地制成。它柔软细腻、气味香醇，是制作西点的高级原料，可制馅、制皮，捏制花鸟鱼虫及植物、动物等装饰品。

蛋白糖：又称蛋白膏、蛋白糖膏、烫蛋白等，是用沸腾的糖浆烫制打起的膨松蛋白而成的，洁白、细腻、可塑性好。例如制作装饰用的假糖山。

糖霜皮：又称糖粉膏、搅糖粉等。是用糖粉加鸡蛋清搅拌而成，是制作白点心、立体大蛋糕和展品的主要原料，其制品具有形象逼真、坚硬结实、摆放时间长的特点。

札干：是用明胶片、水和糖粉调制而成的制品，是制作大型点心模型、展品的主要原料。札干细腻、洁白、可塑性好，其制品不走形、不塌架，既可食用，又能欣赏。

风封：又称翻砂糖，是以砂糖为主要原料，用适量水加少许醋精或柠檬酸熬制后反复搓叠而成的，是挂糖皮点心的基础配料。



制作专业术语

化学起泡：以化学膨松剂为原料，使制品体积膨大的一种方法。常用的化学膨松剂有碳酸氢铵、碳酸氢钠和泡打粉。

生物起泡：利用酵母等微生物的作用，使制品体积膨大的方法。

机械起泡：利用机械的快速搅拌，使制品充气而达到体积膨大的方法。

打发：指蛋液或黄油经搅打体积增大的方法。

清打法：又称分蛋法，指蛋清与蛋黄分别抽打，待打发后再合为一体的方法。

混打法：又称全蛋法，指蛋清、蛋黄与砂糖一起抽打起发的方法。

跑油：多指清酥面坯的制作，及面坯中的油脂从水面皮层溢出。

面粉的“熟化”：指面粉在储存期间，空气中的氧气自动氧化面粉中的色素，并使面粉中的还原形氢团——硫氢键转化为双硫键，从而使面粉颜色变白，物理性能得到改善。

烘焙百分比：以点心配方中面粉重量为100%，其他各种原料的百分比是相对于面粉的多少而言的，这种百分比的总量超过100%。





果料巧克力球

>>原料<<

点心渣200克，黑巧克力75克，果酱、炼乳各50克，腰果碎粒、花生碎粒、松子仁各25克，郎姆酒、鲜奶油各适量。

>>制作<<

1. 将点心渣、腰果碎粒、果酱、花生碎粒、松子仁、炼乳、郎姆酒拌匀捏成球。
2. 将果料球蘸一层溶化的巧克力。
3. 果料球上用鲜奶油划线装饰即可。

>>面点师小语<<

如果蛋糕渣太干，可适当加些凉开水。



香酥肉松角

>>原料<<

清酥面皮料（超市有售）350克，酥片300克，肉松125克，酥油25克，鸡蛋2个，芝麻少许。

>>制作<<

1. 将清酥面皮料包入酥片，擀成长方形薄片，叠三折，反复三次，制成面片；肉松、酥油搅拌均匀。
2. 面片切成小方形，四边刷上鸡蛋液，放入肉松馅，折成三角形。
3. 将肉松角摆入烤盘中，刷上鸡蛋液，撒入芝麻点缀，入烤箱以190℃炉温烘烤至表面金黄色即可。

>>面点师小语<<

味如其名，香酥可口；制作时注意蛋液不要刷到切口处，否则会影响面团的层次起发。

果酱派

>>原料<<

面粉200克，黄油100克，糖50克，草莓酱1瓶，鸡蛋1个。

>>制作<<

1. 将黄油、糖、水、面粉拌匀，和成光滑面团。
2. 面团分两份，一份擀成圆片，抹上草莓酱。
3. 一份擀成长片，切成若干条，盖在圆片上，成网状，刷上蛋液，放烤盘中，入烤箱用200℃烤至金黄色即可。

>>面点师小语<<

这一款甜点营养丰富，质地酥松，馅心可口。



拿破仑水果盒

>>原料<<

清酥面皮料（超市有售）、酥片各300克，鲜奶油125克，什锦水果丁25克，鸡蛋2个。

>>制作<<

1. 鲜奶油、什锦水果丁拌匀；清酥面皮料包入酥片，擀成薄片，叠四折，反复三次，擀成厚面片。
2. 将面片用模具压成圆片，再用模具在圆片上压入4/5的深度。
3. 放入鲜奶油、什锦水果丁，刷上蛋液放入烤箱，以180℃烘烤至金黄色即可。

>>面点师小语<<

香酥味美；什锦水果丁可根据自己的喜好选择，但水分大的水果不宜久放。



奶油水果派

>>原料<<

什锦水果丁300克，面粉、鲜奶油各200克，奶油100克，白糖75克，米粉50克，鸡蛋2个，小苏打、香草粉各适量。

>>制作<<

1. 将面粉、奶油、白糖、鸡蛋液、小苏打、香草粉搅拌均匀，和成油酥面团，放入冰箱冷藏。
2. 锅中加水，倒入什锦水果丁煮开，用玉米粉勾芡，晾凉成水果馅；油酥面团擀成薄片，铺在烤盘里入烤箱烤熟。
3. 把水果馅放在油酥面片上铺平，抹上一层鲜奶油，挤上奶油图案即可。

>>面点师小语<<

鸡蛋、奶油、白糖要反复搅拌，融合成一体，这样烤出来的点心才酥松可口。

水果蛋卷

>>原料<<

鲜奶油200克，白糖、低筋面粉各175克，什锦水果丁25克，鸡蛋7个，香兰素少许。

>>制作<<

1. 将鸡蛋液加白糖打发，加入低筋面粉、香兰素搅拌均匀，制成面糊。
2. 将面糊倒入烤盘中摊薄，放入烤箱用180℃烘烤至表面金黄色取出。
3. 把烤好的蛋糕切成长条，卷起成空心的桶状，注入拌匀的鲜奶油、什锦水果丁即可。

>>面点师小语<<

鸡蛋含有人体需要的几乎所有营养物质，被誉为“理想的营养库”。



公主饼

>>原料<<

黄油、鸡蛋、糖粉、面粉各250克，柠檬皮、发酵粉各少许。

>>制作<<

1. 将鸡蛋打散，加糖粉搅匀，隔水蒸片刻；柠檬皮切碎，放入鸡蛋中，搅拌至起泡。
2. 将面粉、发酵粉、鸡蛋混合液加入溶化的黄油搅拌均匀。
3. 模具涂黄油，撒上干面粉，倒入面粉蛋糊，入烤箱用200℃烤15分钟即可。

>>面点师小语<<

这是法国具有代表性的点心，喝咖啡的伴侣。





苹果派

>>原料<<

千层派皮（超市有售）300克，干果粒、葡萄干各25克，鸡蛋2个，苹果1个，糖霜、糖各适量。

>>制作<<

1. 将千层皮切成正方形。
2. 苹果洗净去皮、核，切成小块。
3. 在千层皮上放苹果、少量葡萄干和干果粒，提起四角，在中间捏紧，放烤盘中，刷蛋糖水（用1个鸡蛋、100克糖和100克水混合而成），入烤箱烤至金黄色，撒糖霜即可。

>>面点师小语<<

也可将苹果换成其他水果，口味可千变万化。

佛罗伦萨圈

>>原料<<

白糖250克，面粉225克，麦淇淋175克，杏仁片、葡萄干等果料各100克，杏仁粉75克，蛋糕屑、奶粉各25克，鸡蛋、发酵粉、牛奶、黄油各适量。

>>制作<<

1. 将少许黄油、糖、蛋液、牛奶、面粉、蛋糕屑、发酵粉、杏仁粉拌匀，制成面团；适量糖、奶粉、麦淇淋、水，加热至沸腾离火，加入面粉搅匀，放入果仁和果料。
2. 1/2面团擀成圆片，余下面团用花边模制成圆环块，叠于圆片上面。
3. 入烤箱用190℃烤至五成熟，取出放入馅，再入烤箱烤10分钟即可。

>>面点师小语<<

口感酥脆，水果味浓。



林森克力架

>>原料<<

面粉200克，黄油、糖各100克，杏仁粉75克，蛋糕屑25克，鸡蛋液1/2个，发酵粉、蛋卷、果仁、巧克力、牛奶各适量。

>>制作<<

1. 将黄油、糖、蛋液、牛奶混合，加入面粉、杏仁粉、蛋糕屑、发酵粉拌匀，制成光滑的面团。
2. 将面团搓成长条，用擀面棒顺长压一条凹槽，切成长段。
3. 表面涂蛋液，滚上果仁，放入烤盘中，入烤箱用190℃烤约15分钟，晾凉，放上两头蘸有巧克力的蛋卷即可。

>>面点师小语<<

造型可爱，香甜可口。



红糖布丁

>>原料<<

白糖75克，红糖、鱼胶粉各25克，牛奶350毫升，蛋黄4个。

>>制作<<

1. 把红糖加少许水溶化，加入1克鱼胶粉拌匀，放在小碗中。
2. 将牛奶、水、白糖、蛋黄搅拌均匀后过滤，上火煮至微开，加入鱼胶粉搅匀。
3. 倒入装有糖浆的小碗中，凝固扣出即可。

>>面点师小语<<

鱼胶粉又称果冻粉、明胶粉，白色无味，是做果冻的必备之物。

吉士多纳条

>>原料<<

面粉、奶油各200克，糖霜100克，鸡蛋1个，黄油25克，酵母粉、奶粉、糖、吉士粉、樱桃、盐、花生油各适量。

>>制作<<

1. 将面粉、糖、盐、奶粉、酵母、鸡蛋、黄油和适量水拌匀，揉成面团，发酵40分钟。
2. 将面团搓成长椭圆状的多纳条，放入七成热油锅中炸至金黄色捞出。
3. 在表面切一长口，挤入吉士料（沸水烫熟吉士粉，加入奶油、糖霜拌匀），点缀樱桃即可。

>>面点师小语<<

这款点心营养丰富，易于消化。



橘味土豆布丁

>>原料<<

土豆500克，白糖100克，橘子汁500毫升，橘子1个，淀粉适量。

>>制作<<

1. 土豆去皮洗净，切成小块，放入锅中煮烂，碾成泥状。
2. 将橘子汁注入土豆泥中，上火烧开后，加入白糖、淀粉搅拌，烧2分钟盛于盘中，晾凉，入冰箱冷藏至凝结成块，摆上橘瓣点缀即可。

>>面点师小语<<

布丁是西餐中常见的甜食，是由牛奶、鸡蛋、各类水果、干果及糖烤制而成。



迷彩水晶果冻

>>原料<<

鲜荔枝150克，冰糖100克，红、黄樱桃各50克。

>>制作<<

1. 将荔枝去皮、核取肉，切两半；红、黄樱桃洗净。
2. 锅内加适量清水、冰糖烧开，加入红黄樱桃、荔枝肉烧开，煮至糖汁浓厚，倒出晾凉，放入冰箱冷藏至凝固，取出即可。

>>面点师小语<<

荔枝性温，食后易产生灼热感，所以一次食用量不宜太多。