

时尚煮妇易学就会系列

新手不败烘焙

张朝顺/著

Xinshou bu bai hongbei

材料、装备清单

合理选购心中有数

入烤箱前的关键步骤

详细解读保证不败

制作前的小叮咛

从容应对不会慌乱

30道最基础点心配方

低位起步容易成功



化学工业出版社

时尚煮妇易学就会系列

新手 不败烘焙

张朝顺/著

Dinshou bu bai hongbei



化学工业出版社

· 北 京 ·

本书以最基础的点心制作和配方为主,介绍了最简单的饼干、玛芬蛋糕、司康以及简易的披萨共 28 道点心的制作方法,从准备工作到材料介绍、再到制作步骤,内容设计贴心,符合初学者的心理需求;精美细致的实拍图片,与操作步骤一一对应,一目了然;8 种经典搭配点心的酱料,使你的茶点更为多变和丰富。对于有心从事烘焙行业或是烘焙业余爱好者,书中这些基础和进阶的配方应该可以帮助您尽快地体会到烘焙的乐趣;只要根据提示的步骤操作,注意那些常见的问题,很快您也可以成为拥有专业水平的“糕点师傅”。

图书在版编目(CIP)数据

新手不败烘焙 / 张朝顺著. —北京: 化学工业出版社,
2009.4

(时尚煮妇易学就会系列)

ISBN 978-7-122-04530-0

I. 新… II. 张… III. 烘焙-面点-食谱 IV. TS972.132

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第002456号

原繁体版书名: 新手不败烘焙 作者: 张朝顺

本书中文简体字版由三艺文化事业有限公司授权化学工业出版社独家出版发行。

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: 01-2009-1566

责任编辑: 孟 嘉

装帧设计: 北京水长流文化发展有限公司

责任校对: 李 林

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: 北京画中画印刷有限公司

720mm×1000mm 1/16 印张 6 字数 104 千字 2009年5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: 28.00元

版权所有 违者必究

前言

每一次拍摄食谱都是耐力与体力的考验，原因是必须在短暂的两三天里独立制作数十道点心，同时还得确认每一个步骤的正确性并顾及产品的外观是否完美，所以一整天下来几乎没有休息的时间，即使这样我还是乐此不疲，因为烘焙已经与我的人生密不可分。

这一次与三艺合作的第二本烘焙食谱书，内容包括了最基础的点心制作和配方，对于有心想要从事烘焙行业或是纯属兴趣在家中享受烘焙乐趣的人来说，这本书应该都可以满足您的需求，从简单的饼干、玛芬蛋糕、司康以及简易的披萨面团开始，我们都有详细的图文介绍，您只要根据我们的步骤逐步制作，很快也可以拥有专业级的水准。

除了点心以外，我们还精心研发适合搭配点心的酱料，例如司康的单元中我们设计了三款美味的酱料让您搭配；披萨的单元中介绍了经典的三种酱料的制作与配方；薄饼的单元中我们也介绍了经典美味的酱料，甚至是简单的玛芬和布朗尼都有装饰抹酱来陪衬，因此这是一本绝对物超所值、精采丰富的烘焙食谱书，让您可以随意变化并实际将点心融入生活中来制作与品尝。

張朝順



- 2 糕点完成图片，轻柔淡雅的色彩，让您忍不住跃跃欲试。
- 6 每一道糕点都有详尽的制作过程，让您step by step不出错。
- 5 备好适当分量的材料，是做好糕点的必要条件。
- 4 制作糕点前，一定要先将准备工作做好，避免在制作过程中手忙脚乱。



快速入门点心篇
Chapter One
Quick & Easy
Dessert... 81

材料表
 细糖 200g
 全蛋 4颗 230g
 低筋面粉 55g
 北欧南瓜子 250g

准备水
 · 烤箱预热及烘焙温度160℃
 · 低筋面粉过筛

做法水
 1 糖、蛋打散，筛入所有粉类(a)，拌匀(b)。
 2 再加入北欧南瓜子拌匀均匀(c)。
 3 用汤匙取适量的大小，铺平在烤盘上成圆形或不规则形(d)。
 4 再以抹刀刮平，入烤箱以160℃烘烤10~12分钟(e)。

烘焙图解











数量：约30片
 规格：7.5cmX2.7cm烤盘1个
 烘焙温度/时间：160℃
 10~12分钟
 保质期：室温7天

北欧 南瓜子瓦片

- 3 重要的小叮咛，开始制作前一定要看仔细喔！
- 1 各种糕点的完成品名
- 7 此单元的面团种类。
- 8 操作分解图，制作时可对照参考是否正确。

目 录

本书使用说明

- 01 五种面糊(团)的简况
- 04 烘焙糕点前需要注意的基本动作
- 10 材料器具简介



Part 1 快速简易点心篇

玛芬面糊

- 21 榛果巧克力豆玛芬
- 24 原味香草牛奶玛芬
- 26 胡萝卜玛芬
- 29 凤梨芝士霜饰

披萨面团

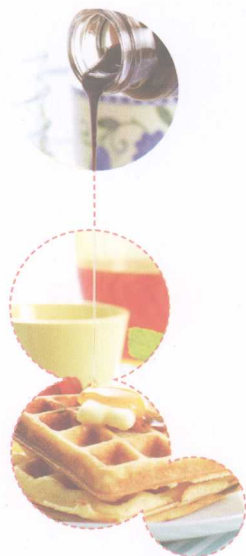
- 30 培根芝士薄片披萨
- 32 番茄肉酱厚片披萨
- 35 白酱海鲜厚片披萨

披萨酱料

- 38 番茄红酱
- 39 奶油白酱
- 40 罗勒青酱

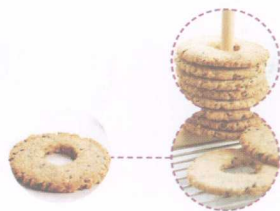
司康面团

- 41 原味司康
- 43 鲜奶油香缇
- 44 全麦葡萄干司康
- 45 大蒜奶油抹酱
- 46 香葱甜椒司康
- 48 鲱鱼芝士抹酱



松饼面糊

- 49 香草松饼佐蜂蜜奶油(机器式)
- 50 松饼佐卡士达酱(平底锅)
- 53 卡士达酱
- 54 法式煎薄饼
- 56 焦糖奶油酱
- 57 日式可丽饼



Part 2 饼干·布朗尼篇

脆饼面团

- 60 蛋黄芝士脆饼
- 62 姜味黑糖脆饼
- 64 芝麻麦香脆饼
- 66 杏仁可可脆饼



酥饼面团

- 68 枫糖黄油酥饼
- 70 蝴蝶酥饼
- 74 薄荷雪球
- 76 果馅法兰酥
- 78 牛奶糖胡桃酥饼



薄饼面糊

- 80 北欧南瓜子瓦片
- 82 佛罗伦斯
- 84 幸运饼干

布朗尼面糊

- 86 覆盆子白巧克力布朗尼
- 88 巧克力核桃布朗尼



五种面糊（团）的简况

玛芬面糊

玛芬蛋糕在国外的定义其实是快速面包的一种，所谓的快速面包指的是不需要搓揉且不需要酵母粉长时间发酵，而是使用泡打粉或苏打粉来制造松发的效果，常见的快速面包还包括了披萨、司康和松饼。虽说是快速面包，但是其要求的口感却与面包有弹性的嚼劲大不相同，反而是松软且类似蛋糕的质感。

玛芬的制作方式有四种，包括了传统常使用的(一)糖油拌和法，也就是将软化的黄油和糖混合打至松发，再加入干性的材料拌匀，这种口感类似磅蛋糕，但是又更湿润松软；另外一种是不需要打发的(二)直接拌和法，先将所有干粉混合筛匀，再加入湿性材料简单的拌合，这种玛芬的口感较结实；也有使用(三)蛋糖拌和法来制作，就是将全蛋与细糖混合搅拌至松发，再加入干性材料拌匀，这种的口感当然更细致，同时更像松软的蛋糕；最后一种是利用(四)预拌粉来制作，也就是将预拌粉与蛋、油和牛奶直接搅拌均匀，即可放入烤箱烘烤，这种玛芬的口感好坏与预拌粉的品质相关，好的预拌粉可以让玛芬的口感细致、蓬松，即使冰过了也不会让组织变硬。

本书介绍的三种玛芬都是使用糖油拌和法，这种制作方式的成功率高，而且口味属于大众化，您只要反复试做几次，就可以随意添加干果类、核果类或是蔬菜类的材料。唯一要注意的是加入的材料不可以含过高水分，最好是沥干了水分以后再加入，同时也要注意加入的材料是否比重过大，以免影响了组织的松发效果。加入干果之前可以撒上少许分量内的低筋面粉，这样有助于材料在蛋糕体中均匀分布而非沉淀于底部。

披萨面团

披萨也是属于快速面包的一种，原因是薄片披萨的面团并不需要使用酵母粉来制作，而即使是使用了酵母粉来制作的面团，其制作过程也与面包的反复搓揉与发酵稍有不同。在家中制作披萨最好尽可能使用新鲜的当季食材，因为新鲜的食物可以让平凡的披萨变身成无与伦比的美味。同时在制作披萨酱料的时候也要尽量使用上等的橄榄油，毕竟披萨的出身地在意大利，而意大利是个盛产橄榄油的国家，所以选用橄榄油是制作意大利国民料理的基本态度。

这里特别介绍了薄片披萨和一般厚度的披萨制作方式，同时严选了三种最负盛名的披萨酱料，让读者可以在家中轻松制作。这三种酱料，青酱、红酱和白酱，都可以用来烹调意大利面。而披萨面团在制作完成后即可以密封冷冻保存，等到想吃的时候再取出解冻。

司康面团

司康也属于快速面包的一种，英国人喜欢在午茶时段享用，美国人喜欢在早餐时候享用，建议您在品尝司康之前，先放入电锅中稍为蒸热后搭配抹酱食用，这可以让司康的口感变得湿润且松软。

外国人在制作司康的时候喜欢添加很多材料，例如奶酪丝、燕麦片、葡萄干、肉桂粉、全麦粉……，因此司康是一种健康食物的象征。司康的面团较为干硬，烤好的成品也较有咬劲，有点像是酥松的饼干，因此如果要加入水分高的材料，例如马铃薯泥、南瓜泥或是地瓜泥，则要减去牛奶的液体分量，以免影响面团的组织。

烘烤司康前一定要在表面刷上蛋黄液、全蛋液或是牛奶，这样可以让司康的表面光亮，同时也可以增添风味。读者只要反复制作几次，就可以轻松掌握制作的秘诀。书中还介绍了搭配司康的抹酱，这三种抹酱都可当作平时早餐面包的抹酱，其中鲜黄油香缇还可以运用在蛋糕或是松饼上。

松饼面糊

松饼是最简易的快速面包，也可以说是大人小孩都爱吃的简易点心。松饼可以当作早餐、午茶点心，或是作为简便的午、晚餐也很适合。松饼可甜可咸，可随意搭配各种新鲜食材，或是搭配日式的豆沙馅料亦可。

制作松饼的机器有各种造型，包括营业用的方形，家庭用的心形，也有各种可爱的动物卡通造型，市面上甚至还推出简易的松饼预拌粉，让制作松饼变得简单又有趣。但是这些其实都不是制作松饼的必需品，过去在还没有开发这些商品之前，制作松饼需要的只是一只平底锅、一个锅铲。

这个单元里介绍了四种松饼面糊的配方，以及搭配松饼的酱汁，这是属于基础





的搭配方式，也是公认最好吃的组合，如果想要更加提升食物的美味等级，切记要使用最上等的材料来制作。例如蜂蜜就可以选用进口的法国蜂蜜，法国蜂蜜有各种不同的口味任你挑选，例如薰衣草口味、槐树口味。而黄油则有不同等级的分类，您也可以选择芝士抹酱来取代黄油，如此可供挑选的范围又扩大了，例如烟熏鲑鱼、大蒜、茴香、核桃等。尽可发挥你的创意巧思，让松饼变成全家人最喜爱的点心。

饼干、布朗尼

饼干几乎是大部分人进入西点烘焙领域的第一站，原因是饼干的失败率低、材料容易取得且不需特别高深的制作技巧。在这个单元里我们将饼干划分成几个不同的类别，主要是根据口感来区别，包括了脆饼、酥饼、薄饼和布朗尼，但是其实这样的区别还不足以完整介绍饼干的世界。在国外的烘焙定义中，饼干所占的地位也不可小觑，毕竟老外都喜欢一手拿着饼干、一手捧着咖啡大口品尝。

制作饼干的时候只要食谱中没有特别限制，则低筋面粉可以改用中筋面粉来取代，而细糖也可以改用砂糖，尤其是脆饼和酥饼这两种饼干。而布朗尼被定义成饼干，也许让人无法认同，但是事实上传统的布朗尼的确是以饼干为发展方向，尤其布朗尼的制作方法以及口感也与蛋糕有异，只是糕点的发展至今已经被改良太多，而让人误以为布朗尼就是巧克力蛋糕。

脆饼面团中的水分含量较少，所以组织较为硬脆；酥饼面团中的水分较多，当然口感就比较酥松，除此之外，黄油搅拌得越松发则饼干越酥松，相反的如果黄油仅仅适当地搅拌而已，则烤好的饼干口感较偏向硬脆。通常脆饼和酥饼面团都可以一次多做一些，密封冷冻并待下次需要时解冻烘烤，所以您不必担心配方中的分量太多。

烘烤薄饼时特别要注意烤箱的温度，温度太高则薄饼的周围容易烤焦而中心却还没烤熟；薄饼的面糊也要平均分布，以免厚薄不均造成烘烤的生熟度不一。

读者在决定制作饼干之前，应该仔细阅读步骤，并且将材料和工具准备妥当，如此就可以在不慌乱的情况下逐步制作。同时保存饼干也是相当重要的一环，为了让辛苦烘烤完成的饼干保持最佳状态，最好准备密封袋或是密封罐来保存，必要的话也可以放入干燥剂，以确保饼干不失色。

烘焙糕点前需要注意的基本动作

准备烤模

在开始制作点心之前，一定要先确认烘焙物的分量以便于准备烤模(a、b、c、d、e)。

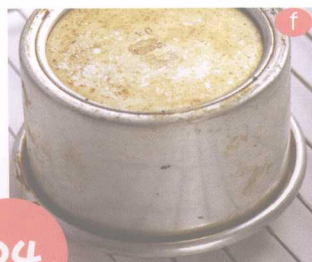


1 戚风蛋糕

戚风蛋糕的烤模不需要涂油撒粉，但是出炉后必须翻转倒置(f)，所以务必选择戚风蛋糕专用模或活动烤模，以利于脱模。烤盘是否需要涂油撒粉必须视蛋糕的种类，也可以在烤盘底部铺一张烘焙纸来帮助脱模(g)。

2 烤盘涂油

烤盘涂油的方式是用一小块软化的黄油将烤盘内部、底部均匀涂满一层黄油，有盐或是无盐黄油皆可，或是使用烤盘喷油亦可(h)。



3 烤模撒粉

烤模撒粉的方式是将2~3大匙的高筋面粉撒在涂油的烤模内，倾斜并转动烤模让面粉均匀地覆盖在模子的内部和底部，再将多余的面粉倒出来(i)。



4 铺烘焙纸

如果不想撒粉，也可以裁剪一张与烤模底部尺寸相等的烘焙纸，铺在涂油的烤模内。有些市售的磅蛋糕模型会附带裁剪合适的烘焙纸，此时只需将烘焙纸铺入烤模内，再倒入蛋糕体即可(j)。



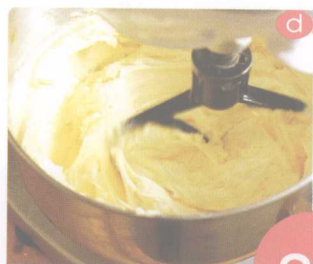
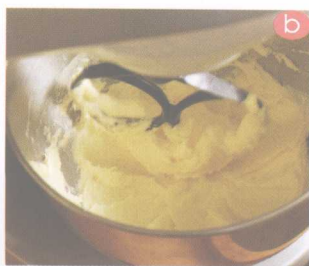
粉类过筛

制作糕点前一定要先将干的粉类透过细目筛网过筛，这是因为低筋面粉的湿度高，容易结块，如果没有筛松即会影响成品的组织。同样的，泡打粉、苏打粉和可可粉也有相同的情况，这些在使用前都需要过筛(a)。



糖油拌和法

细糖和黄油混合打发，可以让烘焙的蛋糕组织蓬松柔软，这是因为在搅打的过程中将空气拌入其中了(b)。搅打黄油的时候务必确认黄油已经软化(c)，软化的黄油可以让搅拌轻松快速地达到预期的程度。软化并非融化，融化的黄油无法打发。使用电动搅拌器是较省事的选择，如果使用搅拌木匙亦可，只是所需的时间会增加。搅拌的过程中必须不时地放下搅拌器，用橡皮刮刀将搅拌盆周围的材料刮下，之后再继续搅拌。糖油拌和法通常都需要搅拌至材料的颜色变淡，组织呈现松软且充满空气的状态(d)。



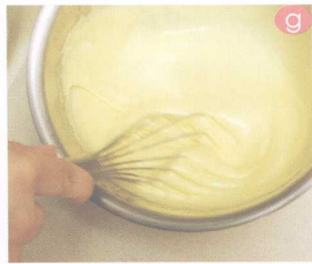
全蛋打发

此时需要使用网状(球状)搅拌器，并且使用钢盆的效果会较好。钢盆底下垫一盆热水，可以让全蛋更容易打至松发(e)，搅拌的过程中蛋液的温度达到与人体相当的温度时，即可以将热水盆移开。全蛋打发需要靠细糖，细糖可以在一开始即加入混合(f)。

蛋黄与糖的拌和

蛋黄与糖的拌和就如同糖油拌和法，搅拌的目的都是为了让空气可以进入材料中，并且搅拌至松发且颜色变淡。但是千万不可以太早将糖与蛋黄混合，以免细糖会变成难溶的颗粒，而影响打发的效果，所以务必等到要开始搅拌的动作时才将糖与蛋黄混合。

搅拌蛋黄和糖需要使用网状(球状)搅拌器，手提或电动的皆可，主要视量的多寡来决定。搅拌的时候需要用力地搅拌，电动搅拌器则设定在中高速。搅拌至材料变多、组织蓬松且颜色变淡，同时提起搅拌器时，蛋黄液会顺势滑落在盆中形成一条慢慢消失的线条即可(g)。



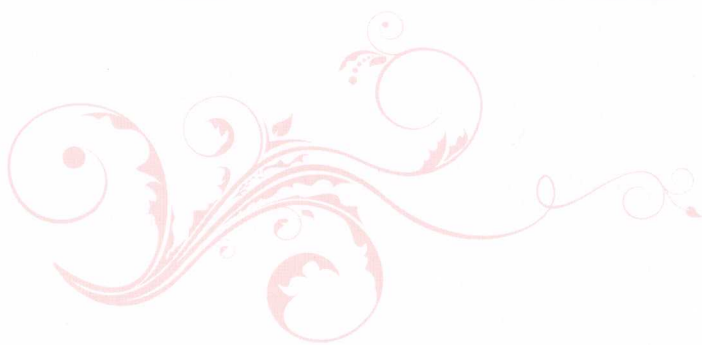
蛋白打发

准备一个干净的搅拌盆，不可以有任何的油脂或是水分，使用网状(球状)搅拌器，手提或电动的皆可，主要视量的多寡来决定(h)。搅拌的时候需要用力的搅拌，电动搅拌器则先设定在高速，待蛋白出现颗粒泡沫状的时候改中速，并分次加入细糖搅拌至糖溶化、蛋白体松发且出现银亮的光泽(i)。

打蛋白是一项需要多练习的技术，对初学者来说几乎没有把握可以将蛋白打到百分百，只有一次又一次的练习来亲自感受。通常烘焙界定义蛋白打发的程度分成两种，一种是湿性发泡，另一种是干性发泡；湿性发泡是指提起打蛋器时蛋白会出现勾状尖端，整个蛋白液组织是松软可滑动的(j)；而干性发泡指的是提起打蛋器时

蛋白液表面可见明显的搅拌痕迹，将整个搅拌盆倒立也不会让蛋白掉落的程

度(k)。而搅拌过度则是蛋白的组织完全剥离无法成滑顺状, 此时代表的就是失败了。为了避免失败, 建议搅拌的速度不要过快, 这样可以掌握蛋白发泡的程度。



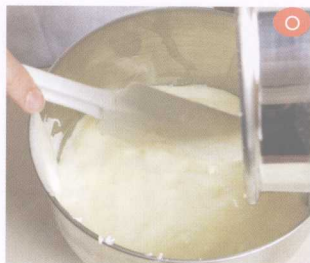
蛋白与蛋黄的混合

当蛋白已经打发且准备与蛋黄液(l)混合时, 此时的蛋白密度小、蛋黄密度较大, 必须先取1/3至1/4左右的打发蛋白加入蛋黄液中先行拌匀(m), 让蛋黄液的密度和组织变轻一点(n), 接着将全部的蛋白加入蛋黄液中(o), 改用大支的橡皮刮刀将两种材料混合(p), 顺着同一个方向, 且刮刀必须沿着盆边向盆子中间拌入, 同时盆子中间底部容易有材料沉淀, 务必刮起材料确认。如果搅拌的时候发现材料坍塌了, 那表示搅拌过度使空气都跑走了, 或是蛋白打得过发变得干硬而不容易搅拌, 也有可能是配方、制作过程有问题而造成的。

搅拌完成后倒入烤模(q), 可以将搅拌盆提高一点, 让面糊自高处掉落至模型内, 这样可以让我们看清楚有没有尚未混合的材料。



烘焙糕点前 需要注意的 基本动作



烤箱预热

建议初学者在购买烤箱的时候顺便买一支烘焙专用温度计(r)，因为有些新的烤箱温度偏高，容易将产品烤焦，而旧的烤箱却因为使用过度而造成温度过低，为了避免影响初学者的心情，搭配一支温度计来准确抓住烤箱的温度是绝对必需的。



预热烤箱应该在一开始准备制作糕点的时候，但是如果制作时间冗长，则可以在即将烘烤前10分钟开启烤箱，以确保产品在一进入烤箱时就以最适合的温度来烘焙。烤箱的温度和时间设定也是烘焙的关键，初学者应该在刚开始学做糕点时尽量守在烤箱附近，当有状况发生时可以做最迅速的调整或补救。

鲜奶油打发

鲜奶油的打发与蛋白的打发情况很类似，只是打发鲜奶油的时候可以在盆子底下垫一盆冰块水，让鲜奶油保持在低温的状态下打发，会更容易。准备一个干净的搅拌盆，不可以有任何的油脂或是水分，使用网状(球状)搅拌器，手提或电动的皆可，主要视量的多寡来决定(s)。搅拌的时候需要用力的搅拌，电动搅拌器则先设定在低速，再慢慢地将速度转快，只要空气拌入了鲜奶油中，很快鲜奶油就会开始变浓稠，并进而变得更结实(t)。

使用电动搅拌器很容易将鲜奶油搅拌过度，所以务必将速度设定在慢速，以免失败后还要重新制作。搅拌过度的鲜奶油组织缩回，变成一滩无法起泡的液体，这时候务必将搅拌盆内的材料洗净，并擦干搅拌盆，而不可以再加入鲜奶油去试图打发。

动物性鲜奶油需要加入适量的细糖混合打发，而植物性鲜奶油则因为已经含糖，所以并不需要再加入糖。动物性鲜奶油适合制作布丁、慕斯，煮汤，炒意大利面，制作鲜黄油香缇等的酱料(u)，而植物性鲜奶油则适合涂抹在蛋糕表面做装饰。



精准分量换算表

●液体

鲜奶油 1大匙=15g=15ml

1茶匙=5g=5ml

1杯=225g=16大匙=8盎司^①

牛 奶 1大匙=15g=15ml

1茶匙=5g=5ml

1杯=225g=16大匙=8盎司

蛋 黄 1个=20g

蛋 白 1个=30g

色拉油 1大匙=15g=15ml

1茶匙=5g=5ml

1杯=225g=16大匙=8盎司

●固体

黄 油 1大匙=15g=15ml

1茶匙=5g=5ml

1杯=225g=16大匙=8盎司

玛琪琳 1大匙=15g=15ml

1茶匙=5g=5ml

1杯=225g=16大匙=8盎司

●其他

连壳蛋 1个=60g

去壳蛋 1个=50g

细砂糖 1杯=185g

糖 粉 1杯=130g

面 粉 1杯=125g

玉米淀粉 1大匙=13g

奶 粉 1大匙=7g

可可粉 1大匙=7g

碎巧克力 1大匙=7g

花生酱 1大匙=7g

蜂 蜜 1大匙=21g

1杯=340g

碎干果 1杯=114g

葡萄干 1杯=170g

干酵母 1茶匙=3g

盐 1茶匙=5g

泡打粉 1茶匙=4g

小苏打 1茶匙=5g

塔塔粉 1茶匙=4g

① 1盎司=1/16磅=28.35克。

材料器具简介

学习烘焙前，一定要先看看使用哪些工具材料，并了解它们的功能及特性，再前往烘焙材料店选购，建议您先将这些基本配备准备齐全，再进行成品的制作，以下是本书会运用到的工具，清楚的解说与图片，让您可一目了然，避免至烘焙店采买，却找不到想要工具与材料的窘境。

材料介绍



核桃

核桃是最常用且受欢迎的干果之一，使用前可略烤再制作。



糖粉

烘焙上最常用的糖就是细粒白砂糖和磨细的糖粉，台湾产品最佳，口感最好。



小苏打粉

用于烘焙主要是使蛋糕体组织滑嫩。



杏仁片

杏仁片不仅营养丰富，且芳香可口，可加入糖浆中，用不完的杏仁片可放冷藏或阴凉处保存。



红糖

红糖的原料是甘蔗，内含物质丰富，除了甜味外，还具有独特的风味，适合做法简单的料理。



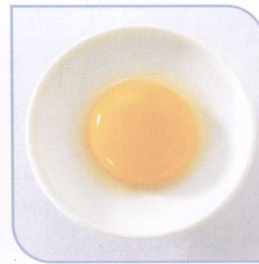
黄油

从牛奶中提炼出来的，分为有盐、无盐两种，一般使用无盐黄油。



盐

精制盐，用量少许，调味并增加风味。



蛋

在烘焙中占重要的地位，新鲜的鸡蛋买来时，最好放入冰箱冷藏。