

かんたんお菓子

好吃的点心，理想的下午

〔日〕白崎裕子 著 赵可译



南海出版公司

かんたんお菓子

好吃的点心，理想的下午

〔日〕白崎裕子 著 赵可 译

南海出版公司

图书在版编目 (C I P) 数据

好吃的点心, 理想的下午 / (日) 白崎裕子著; 赵可译. — 海口: 南海出版公司, 2017.10
ISBN 978-7-5442-8853-8

I. ①好… II. ①白… ②赵… III. ①烘焙-食谱
IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第080616号

著作权合同登记号 图字: 30-2017-034

KANTAN OKASHI

Copyright © 2012 by Yoko HIRAMATSU

First published in Japan in 2012 by WAVE PUBLISHERS CO., LTD.

Simplified Chinese translation rights arranged with WAVE PUBLISHERS CO., LTD.

through Japan Foreign-Rights Centre/Bardon-Chinese Media Agency

All rights reserved

好吃的点心, 理想的下午

〔日〕白崎裕子 著

赵可 译

出 版 南海出版公司 (0898)66568511
海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编 570206
发 行 新经典发行有限公司
电话(010)68423599 邮箱 editor@readinglife.com
经 销 新华书店

责任编辑 秦 薇
特邀编辑 郭 婷
装帧设计 朱 琳
内文制作 博远文化

印 刷 天津市银博印刷集团有限公司
开 本 889毫米×1194毫米 1/16
印 张 7.5
字 数 90千
版 次 2017年10月第1版
2017年10月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5442-8853-8
定 价 49.00元

版权所有, 侵权必究

如有印装质量问题, 请发邮件至 zhiliang@readinglife.com

CONTENTS

饼干

- 基础饼干 黄豆粉饼干 / 008
- 经典饼干 车达乳酪风味饼干 / 012
- 椰子饼干球 / 014
- 模具造型饼干 比司吉 / 016
- 肉桂巧克力比司吉 / 018
- PICKUP 乳化的秘诀 / 020
- 果酱夹心饼干 / 021
- 花式饼干 菊花酥 / 022
- 甜点配料 黄豆粉奶油 / 024
- 黄豆粉奶油夹心饼干 / 025
- 经典饼干 全麦饼干棒 / 026
- 白芝麻薄脆饼 / 028
- 巧克力脆饼 / 030
- 节日饼干 杏仁酥饼 / 032
- 巧克力酥饼 / 034

蛋糕

- 麦芬蛋糕 果酱麦芬 / 038
- 大理石麦芬 / 042
- 全麦坚果麦芬 / 044
- 香蕉麦芬 / 046
- 玛德琳蛋糕 柠檬玛德琳&巧克力玛德琳 / 048

- 人气蛋糕 金砖费南雪 / 052
- 树莓费南雪 / 054
- 经典蛋糕 全麦松饼 / 056
- 无花果布朗尼 / 058
- 白兰地巧克力蛋糕 / 062
- 香蕉蛋糕 / 064
- 柠檬香蕉蛋糕 / 068
- 香蕉干果蛋糕 / 069

挞

- 基础款 酥脆挞皮 / 072
- 甜点配料 果冻果酱 / 076
- 果酱挞 / 077
- 柠檬凝乳 / 078
- 柠檬挞 / 079
- 基础款 杏仁奶油挞 / 080
- 经典款 水果奶油挞 / 082
- 香蕉巧克力挞 / 084
- 苹果挞 / 086
- 节日款 莓果挞 / 088
- 甜点配料 卡仕达奶油 / 092
- 巧克力卡仕达奶油 / 093
- 杏仁奶油 / 093

司康

- 快手司康
 - 玉米粉司康 / 096
 - 黄豆粉司康 / 100
 - 黑麦水果风味司康 / 100
- 基础司康
 - 原味司康 / 102
- 经典司康
 - 巧克力司康 / 104
 - 香蕉司康 / 104
 - 全麦司康 / 106
- 甜点配料
 - 豆浆酸奶油 / 108
- 小礼物
 - 酒糟松露 / 110

- ◎ 7种必备工具 / 112
- ◎ 原料介绍 / 113
- ◎ 白崎裕子Q&A / 115

后记 / 116

关于本书



做面糊 / 面团所需的时间可根据个人习惯进行调整。注意，如需饧面^①，时间另算。



本书中用的烤箱功率为 1400 瓦，请根据自家烤箱的功率酌情调整烘烤时间与温度。



常见问题的解决办法，可参考“白崎裕子 Q&A”（第 115 页）。

* 书中的称量单位“1 勺”指 1 平勺，1 大勺 = 15 毫升，1 小勺 = 5 毫升。

* 称取原料时建议使用电子秤，原料用量准确是成功的关键，因此要精确称重。

* 保存方法：烤好的饼干要在完全冷却后，与干燥剂一起放入密封容器中保存，这样可以避免受潮，作为小礼物送人也很方便。/ 挞和饼干一样，可以与干燥剂一起装入较大的保鲜盒或保鲜袋中保存，以免受潮。/ 司康要在还微微有些余热时装入保鲜袋中保存。第二天享用时，只需用喷雾器喷湿表面再放入烤箱，以 180℃ 重新加热，就可以恢复刚烤好时的口感。/ 蛋糕的保存方法请参阅食谱。甜点做好后，请尽快享用。

* 如果没有模具，可以把面糊或面团摊开烘烤，也可以用纸自制模具，还可以在不锈钢搅拌盆内铺上油纸，当作模具。另外，做饼干时如果没有专用模具，可以试着用刀切块、用手揉成小球，或者用叉子整形，无论怎样都可以做出美味又可爱的饼干。

① 制作面食的一道工序，将做好的面团在进一步加工前静置一段时间，使其松弛变软。在发面过程中又称醒面。

かんたんお菓子

好吃的点心，理想的下午

〔日〕白崎裕子 著 赵可 译

南海出版公司

甜点世界之门

小学三年级时，我照着图画书烤出了人生中第一份饼干。虽然不太好看，但饥肠辘辘的妹妹还是非常高兴地说：“真好吃！”从那天起，我便迷上了做甜点。

一开始，我用拉面碗当搅拌碗、用橡皮筋把筷子扎成一束当作打蛋器，无论做饼干还是蛋糕，都用平底锅煎烤。直到小学六年级，我才用过年收的红包买了一台小小的红色烤箱。在从秋叶原返家的电车上，我抱着膝盖上的烤箱晃了两个小时，小脑袋一片混乱：“买这种东西回家，我究竟是怎么想的啊！”

本书中的甜点所需原料主要有各种粉类、豆浆、植物油和甜味调味料。只用这几类原料，只要调整一下配比、做法稍加改变，就能做出不同风味和口感的饼干、蛋糕。

本书原料表中的面粉指的都是低筋面粉。我们可以用葛根粉代替土豆淀粉、用枫糖代替甜菜糖，甜度与油的用量也可以适当调整。

新经典文化股份有限公司
www.readinglife.com
出 品



了解每一种原料，我们才能轻松做出可以安心享用的甜点。

如果你是第一次做甜点，可以先选择比较简单的来尝试，这一点非常重要。只要迈出了第一步，自然而然就会慢慢掌握更多甜点的做法。由易到难是本书编排设计方面的一大特色。

不知道这本书是否能够为大家开启“甜点世界之门”，但或许我能把开启这扇门的钥匙交到你们手中。这就是我的愿望。



CONTENTS

饼干

基础饼干	黄豆粉饼干 / 008
经典饼干	车达乳酪风味饼干 / 012
	椰子饼干球 / 014
模具造型饼干	比司吉 / 016
	肉桂巧克力比司吉 / 018
● PICKUP	乳化的秘诀 / 020
	果酱夹心饼干 / 021
花式饼干	菊花酥 / 022
● 甜点配料	黄豆粉奶油 / 024
	黄豆粉奶油夹心饼干 / 025
经典饼干	全麦饼干棒 / 026
	白芝麻薄脆饼 / 028
	巧克力脆饼 / 030
节日饼干	杏仁酥饼 / 032
	巧克力酥饼 / 034

蛋糕

麦芬蛋糕	果酱麦芬 / 038
	大理石麦芬 / 042
	全麦坚果麦芬 / 044
	香蕉麦芬 / 046
玛德琳蛋糕	柠檬玛德琳&巧克力玛德琳 / 048

人气蛋糕	金砖费南雪 / 052
	树莓费南雪 / 054
经典蛋糕	全麦松饼 / 056
	无花果布朗尼 / 058
	白兰地巧克力蛋糕 / 062
	香蕉蛋糕 / 064
	柠檬香蕉蛋糕 / 068
	香蕉干果蛋糕 / 069

挞

基础款	酥脆挞皮 / 072
● 甜点配料	果冻果酱 / 076
	果酱挞 / 077
	柠檬凝乳 / 078
	柠檬挞 / 079
基础款	杏仁奶油挞 / 080
经典款	水果奶油挞 / 082
	香蕉巧克力挞 / 084
	苹果挞 / 086
节日款	莓果挞 / 088
● 甜点配料	卡仕达奶油 / 092
	巧克力卡仕达奶油 / 093
	杏仁奶油 / 093

司康

- 快手司康
 - 玉米粉司康 / 096
 - 黄豆粉司康 / 100
 - 黑麦水果风味司康 / 100
- 基础司康
 - 原味司康 / 102
- 经典司康
 - 巧克力司康 / 104
 - 香蕉司康 / 104
 - 全麦司康 / 106
- 甜点配料
 - 豆浆酸奶油 / 108
- 小礼物
 - 酒糟松露 / 110

◎ 7种必备工具 / 112

◎ 原料介绍 / 113

◎ 白崎裕子Q&A / 115

后记 / 116

关于本书



＝ 做面糊 / 面团所需的时间可根据个人习惯进行调整。注意，如需饧面^①，时间另算。



＝ 本书中用的烤箱功率为 1400 瓦，请根据自家烤箱的功率酌情调整烘烤时间与温度。



＝ 常见问题的解决办法，可参考“白崎裕子 Q&A”（第 115 页）。

* 书中的称量单位“1勺”指 1 平勺，1 大勺 = 15 毫升，1 小勺 = 5 毫升。

* 称取原料时建议使用电子秤，原料用量准确是成功的关键，因此要精确称重。

* 保存方法：烤好的饼干要在完全冷却后，与干燥剂一起放入密封容器中保存，这样可以避免受潮，作为小礼物送人也很方便。/ 挞和饼干一样，可以与干燥剂一起装入较大的保鲜盒或保鲜袋中保存，以免受潮。/ 司康要在还微微有些余热时装入保鲜袋中保存。第二天享用时，只需用喷雾器喷湿表面再放入烤箱，以 180℃ 重新加热，就可以恢复刚烤好时的口感。/ 蛋糕的保存方法请参阅食谱。甜点做好后，请尽快享用。

* 如果没有模具，可以把面糊或面团摊开烘烤，也可以用纸自制模具，还可以在不锈钢搅拌盆内铺上油纸，当作模具。另外，做饼干时如果没有专用模具，可以试着用刀切块、用手揉成小球，或者用叉子整形，无论怎样都可以做出美味又可爱的饼干。

^①制作面食的一道工序，将做好的面团在进一步加工前静置一段时间，使其松弛变软。在发面过程中又称醒面。



Cookie

饼干

饼干是一种基础甜点，储存方便，大家都很喜爱。

用低温慢慢烘烤，可以使水分彻底蒸发，成品口感酥脆。

烤好的饼干完全冷却后，

才能装入密封容器中保存，以免受潮。

放入市售饼干或袋装海苔中的干燥剂一起保存，

饼干的酥脆口感可以保持更长时间。

泡一杯茶，配几块饼干，

就算之前觉得“今天真倒霉”，

也会转念释然——“有什么关系呢”，

这就是饼干的神奇之处。

基础饼干

黄豆粉饼干



10分钟

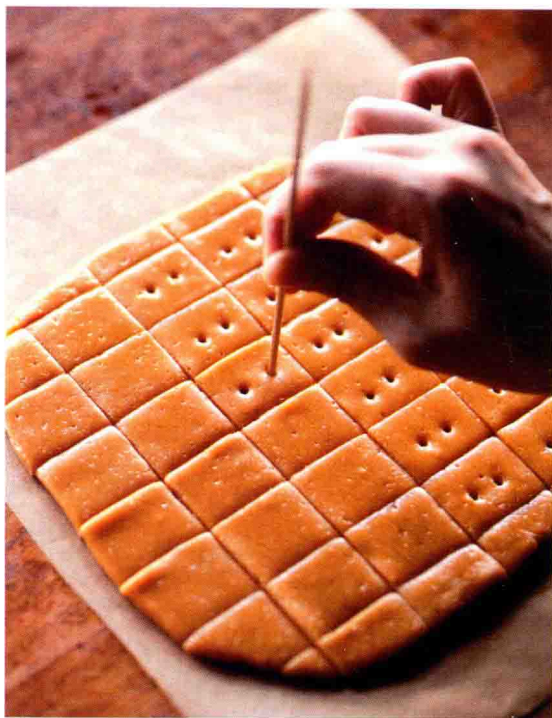


25分钟

不用鸡蛋和黄油，又想让饼干拥有酥脆的口感，必须注意这两点：

第一，尽量不要用手揉捏做好的面团，特别是手温较高的人，这会让面团变硬，影响成品的口感。

第二，必须将菜籽油与枫糖浆搅拌至浓稠状态，使其充分乳化。或许有人会问“什么是乳化”，简单来说，就是让水和油充分混合。掌握这个技巧之后，才能使菜籽油均匀融入面团中。我们可以用刚刚搅拌过粉类原料的打蛋器混合液体原料，这样就会混入少量粉类，乳化会更加顺利。具体做法请参考第20页。



满满的怀旧感，深入人心的美味。
本书中制作饼干需要掌握的基本功，
全都体现在这款饼干中了。



为什么饼干总是
烤不熟？

如果烤箱设定的温度太低，可能无法让饼干熟透。烤箱种类不同，实际烘烤效果会产生差异，下次不妨把温度稍微调高一点儿。

◎ 黄豆粉饼干的做法

原料 (约 30 块)

① 低筋面粉…80克
黄豆粉…20克

② 枫糖浆…45克
菜籽油…30克
盐…1小撮

用紫薯粉代替黄豆粉，
就能做出紫薯饼干！



1

混合粉类原料



将①倒入到搅拌碗中，用打蛋器充分混合，注意不要留有结块。

2

混合液体原料



把②倒入小号搅拌碗中，用混合过粉类原料的打蛋器搅拌至浓稠状态，充分乳化（参考第20页）。

{ POINT }



液体原料乳化后颜色发白，呈浓稠状



把所有原料整理成一团

3

混合所有原料



把2倒入1中，用刮刀整理成一团。

5

整形



用刀或其他工具轻轻切块，并用竹签在每块饼干坯上扎些小孔，连同油纸一起移入烤盘中。

更多口味

· 紫薯饼干
将原料①中的黄豆粉换成紫薯粉，做法不变。



如何判断是否烤好

用手指轻轻推一下烤过的饼干，如果可以轻松移动，就说明烤好了。冷却后再吃更酥脆。

4

擀平面团



把面团放在与烤盘大小相当的油纸上，稍稍压扁后盖上保鲜膜，用擀面棒擀成厚约5毫米的面片。

6

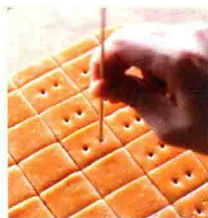
烘烤



把烤盘放入预热至160℃的烤箱烘烤10分钟，取出后沿着之前的切痕彻底切开。将烤箱温度调至150℃，再烤15分钟。



盖上保鲜膜再整形比较方便



如果没有竹签，可以用叉子代替



每块饼干都要彻底切开，把侧面也烤酥脆

经典饼干

车达乳酪风味饼干



10分钟



25分钟

酒糟具有特殊的发酵风味，加入盐和油，放入烤箱用低温慢慢烘烤，能使酒精蒸发，产生类似乳酪的香味。

选用质地柔软的酒糟，做起来比较容易。如果酒糟太硬，可稍微减少用量，加少许豆浆。

原料 (约 30 块)

① 低筋面粉…85克
全麦面粉…15克
盐…2小撮
黑胡椒…少许

② 酒糟…15克
豆浆…10克
菜籽油…30克
枫糖浆…20克

- 1 把①倒入搅拌碗中 (a)，用打蛋器混合均匀，注意不要留有结块。
- 2 把酒糟放入小号搅拌碗中，倒入豆浆浸泡至膨胀 (b)，加入菜籽油和枫糖浆，用打蛋器搅拌成柔滑的糊状 (c)，充分乳化。
- 3 把1倒入2中，用刮刀整理成一团。把面团放在与烤盘大小相当的油纸上，稍稍压扁后盖上保鲜膜，用擀面棒擀成4毫米厚的面片。用刀或其他工具轻轻切分，并用竹签在每块饼干坯上扎些小孔 (d)，连同油纸一起移入烤盘中。
- 4 把烤盘放入预热至160℃的烤箱烘烤10分钟，取出后沿着之前的切痕彻底切开。把烤箱温度调至150℃，再烤15分钟。

最适合当作下酒小食的
乳酪风味饼干。

