

Quick Cook

Desserts

诱人

魔法甜点书

与味蕾玩一场挑逗游戏

[英] 丹妮丝·斯玛特(Denise Smart) 著 王琤 译

1套食材 × 3种用时的烹饪法

1⌚ 快速 2⌚ 标准 3⌚ 精做

忙时10分钟上桌

闲时30分钟慢慢体会烹饪乐趣

快西餐

白巧克力草莓奶酪蛋糕

芒果西番莲水果挞

蓝莓蛋奶布丁

焦糖榛果脆饼

纽约奶酪蛋糕杯

玫瑰露石榴蛋白酥

南方日报出版社
NANFANG DAILY PRESS

hamlyn 授权

魔法甜点书

Quick Cook Desserts

[英] 丹妮丝·斯玛特 (Denise Smart) 著
王琤 译



南方日报出版社

NANFANG DAILY PRESS

中国·广州

图书在版编目(CIP)数据

魔法甜点书 / (英) 斯玛特著; 王琤译. — 广州: 南方日报出版社, 2016.6
(快西餐系列丛书)

ISBN 978-7-5491-1374-3

I. ①魔… II. ①斯… ②王… III. ①甜食—制作 IV. ①TS972.134

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第040870号

First published in Great Britain in 2012
under the title *Hamlyn Quick Cook: Desserts*
by Hamlyn, a division of Octopus Publishing Group Ltd.
Endeavour House, 189 Shaftesbury Avenue, London WC2H 8JY
Copyright © Octopus Publishing Group Ltd. 2012

Simplified Chinese Edition © Guangdong Yuexintu Book Co., Ltd.
Chinese Translation © Guangzhou Anno Domini Media Co., Ltd.
All rights reserved 所有权利保留

魔法甜点书

MOFA TIANDIAN SHU

作 者: [英] 丹妮丝·斯玛特 (Denise Smart)

译 者: 王 琤

责任编辑: 阮清钰

特约编辑: 雷晓琪 陈 阳

装帧设计: 罗庆丽

技术编辑: 邹胜利

出版发行: 南方日报出版社 (地址: 广州市广州大道中289号)

经 销: 全国新华书店

制 作: ◆ 广州公元传播有限公司

印 刷: 东莞市信誉印刷有限公司

规 格: 760mm × 1020mm 1/16 18印张

版 次: 2016年6月第1版第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5491-1374-3

定 价: 46.80元

如发现印装质量问题, 请致电020-38865309联系调换。

简介

Introduction

Quick Cook Desserts

30 20 10 快，更快，最快

本书为忙碌的甜品爱好者提供了新颖而灵活的甜品制作方法，让你可以按照自己的时间安排，选择最合适的食谱。打开这本书，你会看到360道让你跃跃欲试、忍不住天天都想来上一份的甜品。所有美味甜品，最多只需30分钟即可完成；有些20分钟内就可以上桌；而最快的更是只要10分钟就可以完成。不用准备复杂的食材和器具就能轻轻松松每晚都来上一道美味甜品，而且慢慢地，你还能打造一套范围广泛内容丰富且适合自己的食谱大全。

变魔法一样的甜品制作指南

现代生活节奏紧张，日益忙碌，几乎没什么时间让我们可以从头开始制作一份甜品。然而，不管你是喜欢水果的清香爽口或巧克力的丝滑醇香，还是只想要做出一份征服全家味蕾或款待朋友的甜品，都可以借助这本书来实现。书中“健康之选”所包含的菜谱为读者提供了许多较为健康的选择，所以即便是减少脂肪含量，使用更健康的食材和烹饪方式，你还是能够享用到美味的甜品。

所谓完美的甜品，其秘密就在于：适合当下的这一餐。所以如果主菜口味较重，那就选择清爽的果味布丁；而挞、派或巧克力类甜品则可以搭配口味较淡的主菜。季节也会影响选择，所以在冬天的时候，你可能特别想来一份暖乎乎软绵绵的甜品；而到了夏天，较清淡的果味甜品则更能博得你的青睐。制作甜品时，使用当季水果，味道更佳。另外，哪怕上桌时只配了一勺冰淇淋，或只烤了几分钟后再撒一层糖也会让人食指大动。

窍门篇

只要有合适的烹饪工具，任何人都能做出一道美味的甜品；拥有装备精良的厨房更是



可以让你事半功倍。

对甜品制作者来说，一台手持电动搅拌机是节省时间的利器，可以大幅加快打发蛋白酥或海绵蛋糕的速度。

一台食物料理机也是必不可少的。有了这台机器，就可以随时随地打碎饼干、绞碎坚果、混合水果泥和水果酱，更可以马上做出面包屑、海绵蛋糕糊、各种饼干和饼皮。而微波炉则可以用来融化巧克力和奶油。

想要精确把握食材分量，量匙和一套厨房用秤则至关重要。另外，你也要准备至少两把锋利的刀具，一把小的用来去皮切片，另一把大的用来切剁食材。要记得，比起钝刀，锋利的刀才更安全。此外，买一套不同大小的金属切模或塑料切模、一个苹果去核器、樱桃去核器、用来将柑橘类水果的外皮刨成细丝的蔬果刨或擦丝刨、糕点刷和擀面杖。

不管是搅打蛋白和奶油，还是搅拌面糊和海绵蛋糕糊，都需要一套搅拌碗（一定要一尘不染）。

家里要准备好各种大小的不粘烤盘，一个瑞士卷烤盘和足够的烘焙纸、铝箔纸和保鲜膜。另外你也会用到一个不粘平底煎锅和一套深平底锅。

为了节省时间，本书中的很多甜品在制作时都选用了较小的容器，所以要准备好松饼蛋糕模、杯子蛋糕模、单个装蛋挞模、小烤盅、耐热盘、奶油小圈饼模型或金属布丁模。制作甜品时一定要选择大小合适的容器，以保证成品可以顺利脱模。

食材篇

一定要保证你的储藏柜里物资充足。厨房食品柜里只需常备几款食材，就能轻轻松松迅速变出一道美味的甜品。水果罐头可以加入速成奶酥或当作奶油拌果泥的原料，另外也可以替代某些过季水果。市售蛋白酥脆饼和碗状蛋白酥可以当成甜品的容器，随时填入奶油和水果；又或是作为食材，掰碎后做出一道草莓伊顿麦斯（见第115页）。饼干碎的用途更是广泛，可以当成奶酪蛋糕的饼底或为烤水果添加口感，也可以在酒里浸透后垫入玻璃杯中，作为奶油拌水果或萨芭雍的最底层。此外，炼乳或罐装淡奶是鲜奶和奶油的最佳替代物；而有了罐装焦糖，你就能迅速做出一道美味的香蕉太妃派。

你的橱柜里一定要常常备有中筋面粉、自发粉、可可粉和发酵粉。细白砂糖、糖粉和金黄幼砂糖等各种糖更是必不可少，最好也准备些蜂蜜，还有金黄糖浆和枫糖浆。鸡蛋也是另一种常用食材（除非有特别说明，否则，本书食材列表中所提到的鸡蛋都是中等大小）。

巧克力也是本书各份食谱中常见的一款食材，特别是“浓情巧克力”一章。购买黑巧克力时，可可脂含量最好达到70%以上，因为这种巧克力更容易定型。

可以直接将买来的成品蛋糕拿来铺在玻璃杯里，当成查佛的第一层，也可坚持选用传统的查佛海绵蛋糕；又或者取香蕉切片、巧克力和姜汁蛋糕，送入烤箱烤一小段时间，出炉后配上你最喜欢的酱料，这样就轻松完成了一道简单的海绵蛋糕布丁。

即食的巧克力酱或太妃酱、糖渍水果和水果酱可以浇到冰淇淋和圣代上，也可以填入热香饼，又或是当水果布蕾的第一层。香料，如姜、肉豆蔻和肉桂，也可以为甜品增添别具特色的口味。

尝试选用不同的面包。如水果面包、意大利圣诞面包或法国奶油面包等，可以做出速成面包奶油布丁、肉桂烤吐司或作为挞、派的基底。

最后，往市售的大号或小号甜派皮里填入馅料，就能立刻做出甘美多汁的柠檬派、蜜糖挞或水果挞。

冰箱与冰柜

好好利用你的冰柜吧！热带水果或夏日莓果放入袋子冷冻起来后用途多多，既可以加到奶酥里也可以加到冰淇淋和雪葩里。将果冻和慕斯送进冰柜，只要一小段时间，就可以完成定型。

如今，我们已经不再需要花费自己宝贵的时间来和面制作挞、派皮，在超市就可以买到冷冻或冷藏的松脆派皮、起酥皮和千层酥皮，并将其变成美味的甜品，像苹果或甜杏馅儿的挞、派、千层酥和酥皮卷。

冰柜里一定要常常备有一盒优质香草冰淇淋和一份水果雪葩，这样，你随时随地都能立刻端出一份不错的甜品。

制作奶酥的顶料时多做一份，放进冰柜冷冻起来，这样，你手边就总会备有一份制作布丁的基本原料。当季水果炖煮加工后送入冰柜储藏，过季之后也可用来做奶酥或奶油拌水果。

在冰箱里塞满新鲜的奶油、牛奶、纯酸奶、罐装奶油、法式酸奶油、奶油奶酪、马斯卡彭奶酪和卡士达酱，这样时时刻刻都能搭配出一份可口甜品。并且，这些食材中也有不少可以用来搭配布丁直接食用。

调味品

要为布丁增加风味一点也不难。买些水果露，例如黑加仑子或接骨木花口味的，加入奶油或水果糖浆里就可以调出很棒的味道；想要味道更醇厚一点的话，可以加一匙朗姆酒或白兰地，又或是利口酒，例如橙味、黑加仑子或杏仁口味的。你也可以买些肉桂、薰衣草或香草砂糖加到布丁里，又或者干脆自己调些香草砂糖，只要将细白砂糖和去籽的香草荚一同装入罐子密封储存就大功告成了。

往奶油和糖里拌入些柠檬丝、酸橙丝或橙皮丝，就能给甜品带来清新酸甜的柑橘类果味。泡过姜块、橙子、薄荷或辣味调料的巧克力，可以迅速调制各种味道的巧克力酱。采购时，要选香草精、杏仁精和柠檬精等萃取香精，而不是合成香精，因为前者的味道更浓。而像是柠檬草、老姜、绿茶等配料，或肉豆蔻、肉桂和八角等香料，则可以带来更多平时不经常在甜品中品尝到的味道。另外，迷迭香、罗勒和柠檬百里香等香草也可以让甜品散发浓郁芳香。

摆盘

人们都说，品尝菜都是从眼睛开始的。所以，对甜品来说，如何摆盘就显得至关重要。一份普通的甜品，只要完成后充满想象力地摆弄几下，就能达到外观专业、让人垂涎欲滴的效果。这些小技巧可能非常简单，例如撒上少许糖粉或可可粉、摆上些新鲜水果或巧克



力屑，又或者淋上融化的巧克力或水果酱等。另外，市售现成饼干，像手指饼干、杏仁薄脆饼、马卡龙、意大利咖啡饼干和意大利杏仁饼都是甜点的最佳搭档。如果你还有些时间，往瓦片酥饼里舀入冰淇淋（见第217页），或者配些咸焦糖酱（见第173页）。又或者往大理石板上抹一层大约5毫米厚融化的纯巧克力、白巧克力或牛奶巧克力，静置到刚刚定型，再用刀子以45度角刮出漂亮的巧克力屑，撒到甜品上。

其他注意事项

所有食谱的量匙标准为：

1汤匙=15毫升

1茶匙=5毫升

烤箱在使用时需要预热到特定温度。如果使用的是有风扇辅助的烤箱，请根据制造商提供的说明调节时间及温度。烤架在使用时也需要预热。

本书提及的甜品含有坚果及坚果制品。对坚果及坚果制品有过敏反应的人群，以及极有可能对此类过敏的人群，如孕期和哺乳期的母亲、病人、老人、婴儿及儿童，建议避免食用含有坚果和坚果榨油的甜品。

为谨慎起见，请注意检查市场上的即食食材的标签，看里面是否含有坚果制品。

建议不食用生鸡蛋。本书中部分甜品包括有生鸡蛋或未烹饪至全熟的鸡蛋。为谨慎起见，对孕期和哺乳期的母亲、病人、老人、婴儿及儿童等易感人群来说，应避免食用含有生鸡蛋或未烹饪至全熟的鸡蛋的甜品。

另外，本书涉及多种食材、调料，读者可到大型的超市、西餐食材专卖店、烘焙专卖店咨询购买，或者直接通过网络商店购买。对于个别难买到的食材或调料，读者也可根据实际情况，更换为相对易得的、能发挥类似作用的品种。

如何使用本书？

► 在快西餐系列丛中，每份食谱都提供了3种制作方式，即30分钟速成版、20分钟超级速成版、10分钟极简速成版。每一章的开头，你会看到一份列表，它将这一章节所有食谱所需的烹饪时间排列出来。这样，你就可以根据自己的时间安排，先选出合适的食谱，然后再翻到制作方法那一页。



◀ 在每页中间，你会看到一份主要的食谱，旁边配有一幅精美图片，下面还列出了另外两种不同制作时间版本的食谱。

► 如果你觉得自己所选的那道甜品味道不错，那为什么不试试另外两种时间版本的做法呢？所以，如果你喜欢需要20分钟的杧果西番莲水果挞（见第19页），却只能抽出大概10分钟的时间，你也能找到利用懒人食材或小窍门快速制作完成这道甜品的方法。



◀ 如果你尝试过10分钟版本的草莓伊顿麦斯（见第115页），觉得用到的食材和尝起来的味道不错，那为什么不试试其他内容更丰富的甜品？比如需要20分钟的草莓奶油蛋白酥，或举一反三，来一个更复杂的版本，比如烤草莓蛋白酥派？或者还有另一种方法，将360道美味的食谱全部浏览一遍，找出吸引你全部目光的那份，然后根据自己的时间安排，选择合适的版本试一试。



◀ 或者，翻到“口味特选”，按照主题快速浏览一遍，例如“大众之选”或“浓情蜜意”，会更容易找到灵感。

口味特选

Quick Cook Desserts

Pick a Flavor

夏日精选

Especially for summer
Delicious desserts that capture the flavours of summer.

美味甜品，清凉炎日夏天



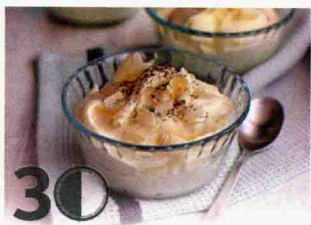
10 泰式水果串 11



20 甜杏杏仁酥 23



20 覆盆子烤鲜桃配意大利杏仁饼 45



30 白巧克力柠檬草小豆蔻慕斯 85



30 覆盆子千层派 181



10 玫瑰露石榴蛋白酥 199



20 罗勒菠萝片 223



10 煎芒果配酸橙辣椒糖浆 233



20 豆蔻薄荷酸奶拌芒果 237



10 薄荷糖拌西瓜 249



30 热带水果沙拉配绿茶姜汁糖浆 257



20 接骨木奶油拌醋栗 259

冬日暖心

Winter comfort

Tasty desserts to warm you up on a cold winter day.

可口甜品，温暖寒冷一冬



调味烤梅子 15



脆皮甜杏蓝莓馅饼 31



梅子奶酥燕麦饼 33



大黄子姜翻转派 49



巧克力烩饭 77



黄油糖卡士达酱配香蕉
山核桃仁 119



椰枣枫糖浆山核桃仁
布丁 129



果脯苹果卷 151



快速玫瑰露小豆蔻米
布丁 155



香蕉太妃翻转挞 183



辛香糖渍水果干 229



黑莓苹果酥皮饼 239

莓好食光

Berry nice
Liven up your puddings with all things berry.

用莓果点缀你的每一道甜点



10 覆盆子蜂蜜奶油燕麦片 7



20 蓝莓香草查佛 29



20 西番莲果草莓脆皮挞 43



30 黑莓夏洛特 51



10 白巧克力酱蓝莓脆薄饼 69



20 蓝莓热香饼 113



10 草莓伊顿麦斯 115



30 蓝莓柠檬海绵布丁 141



30 白巧克力覆盆子蛋白卷 171



20 简易黑莓奶昔 219



20 接骨木莓果配蛋白浮岛 247



20 烤红果配榛子蛋白酥 251

沁人心脾

Chilled out

Frozen and chilled desserts, and things to pop on top

冷冻和冰镇甜点，再加上一点小心思



热带水果罗勒冰淇淋 5



软脂巧克力酱 59



樱桃巧克力圣代 61



巧克力小雪葩 87



石板街冰淇淋圣代 125



巧克力甜杏脆饼 147



阿芙佳朵咖啡 165



咸焦糖巧克力冰淇淋 173



迷你火焰雪山 193



椰子酸橙果冻 195



冻莓果酸奶冰淇淋 217



速成覆盆子雪葩 255

小鬼至爱

Kids' favourites

Make these desserts to give your kids a treat.

做份甜点，送给家里的小馋猫



糖水煮大蕉配水果面包 25



菠萝翻转布丁 41



手捏油桃杏仁派 47



洋梨巧克力奶酥 79



巧克力热香饼 83



辛香巧克力海绵蛋糕配
巧克力酱 93



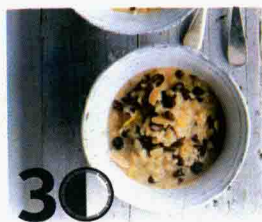
果味巧克力面包奶油
布丁 101



水果串蘸热棉花糖 123



花生酱配油炸芝麻香
蕉球 127



奶香柠檬杏仁米布丁 135



香草水煮西洋梨配热乳脂
糖浆 179



白脱奶香蕉热香饼 241

可爱小点

Mini mouthfuls

Individual servings of some of your favourite desserts.

一个人享受的甜蜜时光



薄脆酥皮苹果挞 35



单人份黑加仑子奶酪蛋糕 53



水果蘸巧克力酱 63



酸樱桃巧克力布朗尼布丁 71



巧克力薄饼 73



迷你糖浆挞 139



烤纽约奶酪蛋糕 145



意大利柠檬酒奶油白兰地脆饼 185



葡式蛋挞 191



薰衣草布蕾 203



现烤芒果西番莲果舒芙蕾 205



迷你卡布奇诺奶酪蛋糕 207

大众之选

Crowd pleasers

Tarts, puddings and pies to please your family and friends.

挞、派和布丁，让亲朋好友赞不绝口



芒果西番莲水果挞 19



白巧克力草莓奶酪蛋糕 89



巧克力樱桃查佛 91



子姜巧克力挞 95



甜杏巧克力法国奶油
面包挞 99



巧克力西梅果仁蛋糕 103



香蕉太妃派 111



雪利酒查佛 131



酸橙派 133



苹果挞 143



清香柠檬挞 169



香橙迷迭香玉米糕 197