

顶级甜点师必学技巧与秘诀

东京制果学校 基础甜点

| 东京制果学校 | (日) 益田一亚辉 铃木兼介 著
张岚 王春梅 译



建校60年课堂教材首次公开！
东京制果学校强大讲师阵容联手创作！
课堂必学的100多个技巧和秘诀
+500多张图解步骤说明

如同亲临东京
制果学校，
瞬间接近大师
水平！

责任编辑: 康 倩
封面设计: 魔本设计
QQ: 928 464 320

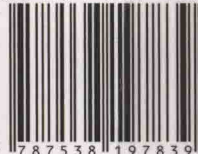
Pâtisserie et Chocolat



让自己向往已久的甜点与巧克力
成为自己的杰作
东京制果学校教您制作
48款必学基础甜点

上架建议: 美食·烘焙

ISBN 978-7-5381-9783-9



9 787538 197839 >

定价: 45.00元

顶级甜点师必学技巧与秘诀

东京制果学校 基础甜点

[东京制果学校] (日) 益田一亚辉 铃木兼介 著
张岚 王春梅 译

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

ICHIRYU PATISSIER NI NARAU WAZA TO KOTSU YOGASHI NO KIHON RECETTE 48

By Kazuaki Masuda and Kensuke Suzuki

Copyright ©2015 Kazuaki Masuda and Kensuke Suzuki

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Asahi Shimbun Publications Inc.

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with Asahi Shimbun Publications Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo

©2016 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由 Asahi Shimbun Publications Inc., Tokyo 授权辽宁科学技术出版社在中国出版中文简体字版本。著作权合同登记号：第 06-2015-175 号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

东京制果学校基础甜点 / (日) 益田一亚辉, (日) 铃木兼介著;
张岚, 王春梅译. -- 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2017.1
ISBN 978-7-5381-9783-9

I. ①东… II. ①益… ②铃… ③张… ④王… III. ①糕点 -
制作 - 法国 - 教材 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第078879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25号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁新华印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 10

字 数: 150千字

出版时间: 2017年1月第1版

印刷时间: 2017年1月第1次印刷

责任编辑: 康倩

封面设计: 魔杰设计

版式设计: 袁舒

责任校对: 李淑敏

书 号: ISBN 978-7-5381-9783-9

定 价: 45.00元

编辑电话: 024-23284367

投稿E-mail: 987642119@qq.com

邮购热线: 024-23284502

篇首语 2

甜点与巧克力制作的基本观念 3

Part 1

蛋糕

01 草莓鲜奶油蛋糕 8

02 水果蛋糕卷 12

03 戚风蛋糕 16

04~07 花样戚风蛋糕
(抹茶味 / 红茶味 / 可可味 / 柳橙味) 19

08 法式草莓蛋糕 20

09 安茹白奶酪蛋糕 24

10 洋梨夏洛特 28

11 提拉米苏 32

12 欧培拉蛋糕 36

13 蒙布朗 40

14 乳酪挞 44

15 水果挞 48

16 草莓千层派 52

17 奶油泡芙 56

18 咖啡闪电泡芙 60

19 假日蛋糕 64

20 巧克力蛋糕 68

21 费南雪 72

22 玛德琳 76

23 佛罗伦萨 (法式焦糖杏仁饼) 80

24 焦糖布丁 84

25 法式烤布蕾 88





卡仕达奶油的制作方法	91
沙布蕾面团（挞皮）的制作方法	91
千层派皮的制作方法	92

Part 2

巧克力

巧克力的基本常识	94
调温的基础技法	95
调温方法 1 水冷法	96
调温方法 2 大理石调温法	97
调温方法 3 片状法	98
巧克力花样	99
26 · 27 杏仁巧克力与榛果巧克力	100
28 岩石脆片巧克力	103
29 岩石巧克力	106
30 库洛贡脆片	108
31 · 32 橙香松露巧克力与白松露巧克力	110
33 马兹卡舞巧克力	113
34 银河巧克力 40%	116
35 半苦巧克力	118
36 银河巧克力慕斯	121
37 榛果巧克力	124
38 百香柳橙巧克力	126
39 芝麻巧克力	128
40 亚洲风情巧克力	130
41 开心果杏桃巧克力	133

42	抹茶巧克力	136
43	樱桃巧克力	139
44 · 45	巧克力糖渍橙条 / 巧克力糖渍橙片	142
46	板状巧克力	144
47	法式水果软糖	146
48	焦糖巧克力	148
甜点的历史		151
Part 1 制作甜点所需的材料和器具		152
可可的种类		155
Part 2 制作巧克力所需的材料和器具		156
作者介绍		158

- 使用直径为 16~18cm 的单柄锅。
- 使用烤箱的时候，由于机器差异，需要分别调整不同的温度、烘焙时间。请根据各自情况，灵活调整。
- 做法中，若只有写出打蛋器的部分，是指用手动打蛋器来打发操作即可。如果有写到速度（高速、中速、低速）的情况，则是建议使用手持电动打蛋器或桌上型电动搅拌机。
- 使用电子微波炉加热材料的时候，请一定放入耐热容器中。使用金属制品时，可能会产生火花。请避免使用金属制品。
- 本书中介绍制作方法、显示流程图时，偶尔出现操作者没有佩戴手套的情况。但其实专业技术人员会在制作过程中，全程佩戴手套。也推荐各位读者正确佩戴卫生用品。
- 本书中的数据为截止到 2015 年 7 月的数据。

顶级甜点师必学技巧与秘诀

东京制果学校 基础甜点

[东京制果学校] (日) 益田一亚辉 铃木兼介 著
张岚 王春梅 译

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·



篇首语

东京制果学校建校 60 年以来，积累了大量制作甜品的经验和技巧。本书是由各位资深教员共同编写的一本食谱。在日常授课中，本校教员倾向于让学生按照本书基础配方，反复进行大量的练习，力求把食谱中蕴含的技巧与道理铭刻在学生的信念中。本书中介绍的都是最基本的甜品款式。

为了能让从未接触过甜品制作的新手读者也能如愿做出理想的甜点，本书中特意附加了大量实际操作图。希望能够加深各位的理解。也许有读者认为“制作甜品难于上青天”，但其实只要掌握了技巧、抓住了要点，也并非难事。

虽说是最基础的甜点与巧克力，也请大家反复尝试制作吧。在反复尝试的过程中，甜点也好、巧克力也罢，一定会成为“你自己的甜品”。

甜品能够丰富我们的生活，愉悦我们的心灵。希望通过本书，大家可以享受到甜品制作的乐趣。如果大家能够按照书中配方制作出美味甜点，我们也会感到由衷的快乐。

益田一亚辉 铃木兼介



东京制果学校

1954 年，东京制果学校本着“甜品即人品”的理念建校。现已成为培养专业甜品技师的专门学校。校内课程分为西点、和果子、面包，共 3 大领域。为了培育出实践力强的专业人员，本校采用小组制，让学生可以积极发挥自身的主观能动性。尊重学生的自主性与创造力，通过最先进的设备培养学生专业的实践能力，至今已取得了巨大的成果。本校同时接收来自欧美、亚洲各国的留学生，正在向成为世界性制果专门学校进发。

地址：东京都新宿区高田马场 1-14-1

邮政编码：169-0075

电话：03-3200-7171 / 传真：03-3200-2627

甜点与巧克力制作的基本观念

1

精准的称量

甜点与一般的料理不同。材料分量稍有差池，就会对蛋糕体或奶油馅产生极大影响。特别需要注意面粉，请使用电子秤，尽可能确保称量精确度。制作巧克力的时候一定要保证好温度，可以在制作过程中借助温度计的帮助。

2

使用常温的原材料

鸡蛋、砂糖、面粉都是经常会用到的材料。甚至可以说，只要有这三种材料，就能做出海绵蛋糕。如果食谱中没有特别提示，原材料要在常温下使用是基本的概念。要注意，原材料在温度低的时候，通常会花更长的时间打发，或是容易产生搅拌不匀。

3

使用干净卫生的器具

为了防止霉菌繁殖，家里做甜点的器具最好能与一般料理的器具区分使用。请使用经常清洗、干净卫生的器具。从卫生角度考虑，动火类食谱也需要严格遵守操作时间。

4

请先理解制作的流程

制作前，应该把食谱中介绍的“搅拌原材料的顺序和时间”都记在脑袋里。蛋糕和巧克力都是容易变形的甜品，稍纵即逝的时间会影响成品的味道和外观。希望大家在操作过程中，尽可能不要中断操作。

篇首语 2

甜点与巧克力制作的基本观念 3

Part 1

蛋糕

01 草莓鲜奶油蛋糕 8

02 水果蛋糕卷 12

03 戚风蛋糕 16

04-07 花样戚风蛋糕
(抹茶味 / 红茶味 / 可可味 / 柳橙味) 19

08 法式草莓蛋糕 20

09 安茹白奶酪蛋糕 24

10 洋梨夏洛特 28

11 提拉米苏 32

12 欧培拉蛋糕 36

13 蒙布朗 40

14 乳酪挞 44

15 水果挞 48

16 草莓千层派 52

17 奶油泡芙 56

18 咖啡闪电泡芙 60

19 假日蛋糕 64

20 巧克力蛋糕 68

21 费南雪 72

22 玛德琳 76

23 佛罗伦萨 (法式焦糖杏仁饼) 80

24 焦糖布丁 84

25 法式烤布蕾 88





卡仕达奶油的制作方法	91
沙布蕾面团（挞皮）的制作方法	91
千层派皮的制作方法	92

Part 2

巧克力

巧克力的基本常识	94
调温的基础技法	95
调温方法 1 水冷法	96
调温方法 2 大理石调温法	97
调温方法 3 片状法	98
巧克力花样	99
26 · 27 杏仁巧克力与榛果巧克力	100
28 岩石脆片巧克力	103
29 岩石巧克力	106
30 库洛贡脆片	108
31 · 32 橙香松露巧克力与白松露巧克力	110
33 马兹卡舞巧克力	113
34 银河巧克力 40%	116
35 半苦巧克力	118
36 银河巧克力慕斯	121
37 榛果巧克力	124
38 百香柳橙巧克力	126
39 芝麻巧克力	128
40 亚洲风情巧克力	130
41 开心果杏桃巧克力	133

42	抹茶巧克力	136
43	樱桃巧克力	139
44 · 45	巧克力糖渍橙条 / 巧克力糖渍橙片	142
46	板状巧克力	144
47	法式水果软糖	146
48	焦糖巧克力	148
甜点的历史		151
Part 1 制作甜点所需的材料和器具		152
可可的种类		155
Part 2 制作巧克力所需的材料和器具		156
作者介绍		158

- 使用直径为 16~18cm 的单柄锅。
- 使用烤箱的时候，由于机器差异，需要分别调整不同的温度、烘焙时间。请根据各自情况，灵活调整。
- 做法中，若只有写出打蛋器的部分，是指用手动打蛋器来打发操作即可。如果有写到速度（高速、中速、低速）的情况，则是建议使用手持电动打蛋器或桌上型电动搅拌机。
- 使用电子微波炉加热材料的时候，请一定放入耐热容器中。使用金属制品时，可能会产生火花。请避免使用金属制品。
- 本书中介绍制作方法、显示流程图时，偶尔出现操作者没有佩戴手套的情况。但其实专业技术人员会在制作过程中，全程佩戴手套。也推荐各位读者正确佩戴卫生用品。
- 本书中的数据为截止到 2015 年 7 月的数据。

Bases et Recettes de Pâtisserie

Part 1

蛋糕

Gâteau

【蛋糕类】

第一部分中将介绍 25 款经典甜点与配方。蛋糕制作基础中的基础，就是海绵蛋糕体。鸡蛋的选用、混合材料的时间等细节，都会对成品质量造成影响。当然，也不能忽略制作当天的气温和湿度。还有最后的点缀装饰，也起到升华作品效果的重要作用。



材料 (直径 15cm 的圆形模型 1 个)

海绵蛋糕体

※ 使用蛋黄和蛋白，同时打发，使其气泡细致柔软。

全蛋…100g 绵白糖…65g
蜂蜜…15g 低筋面粉…60g
黄油 (无盐) …15g

酒糖水

细砂糖…30g
水…50ml
草莓香甜酒…15ml

草莓…10 个

香缇鲜奶油

(淡奶油与砂糖混合打发)

淡奶油 (乳脂含量 45%) …200g
细砂糖…15g

★成品装饰用

草莓、蓝莓、覆盆子、香芹叶等个人喜
好的时令水果…适量
杏仁 (碎) …适量
巧克力…适量

需要特别准备的器具

- 直径 15cm 的圆形模型…1 个
- 烘焙纸…直径 15cm 的圆形烘焙纸 1 张、
略高于模型高度 × 50cm 的长条形烘焙纸
1 张
- 蛋糕分片器 • 毛刷 • 抹刀

草莓鲜奶油蛋糕

Gâteaux aux fraises

鲜奶油草莓蛋糕诞生于日本，被称之为蛋糕之王。
使用共同法 (蛋黄与蛋白一起打发的手法) 制作的
海绵蛋糕体，具有柔软弹性的口感。

制作方法 ※ 图中为制作 2 个蛋糕所需的分量。烤箱预热至 170℃。黄油 40℃ 隔水加热融化。



1 把提前剪好的圆形烘焙纸、
略高于模型高度 × 50cm 的
烘焙纸分别铺在模型底面
和侧面。



2 把全蛋放入盆中打散，逐
次加入绵白糖后慢慢搅拌
均匀。



3 将混合后的 2 隔水加热至
40℃ 左右，然后加入蜂蜜
继续打发 (高速)。

建议

加热时可以灵活运用微波炉。
但是，切记禁止使用金属制品。



4-1



4-2



4 左右小幅度地摇晃粉筛，低筋面粉过筛后 [4-1] 加入 **3** 中搅拌均匀 [4-2]。尽量使晃动粉筛的手和搅拌的手都不要停下来，边倒边搅拌，同步进行混合。

→ 建议

加入粉类的时候，尽量从混合部位的上方直接筛落。如果两个人配合操作，效果会更好。

5 使用刮刀等，上下大幅度地搅拌面糊，使面糊中饱含大量空气。



6 所有粉类都搅拌均匀以后，将提前加热至 40℃ 的黄油缓慢地加入 **5** 中。



7 大幅度搅拌，不要因为加入黄油而让气泡消失。



8 倒入 **1** 的模型中。从模型的中间开始倒入，然后整理至表面平整顺滑。

❖ 要点

黄油应隔水加热。

