

日本烘焙师的专业配方

藤田千秋的司康饼和软曲奇

[日] 藤田千秋 著 李花子 译



日本烘焙师的专业配方

藤田千秋的司康饼和软曲奇



[日] 藤田千秋 著 李花子 译

图书在版编目(CIP)数据

藤田千秋的司康饼和软曲奇 / (日) 藤田千秋著 ;
李花子译. — 杭州 : 浙江科学技术出版社, 2013.12
ISBN 978-7-5341-5811-7

I. ①藤… II. ①藤… ②李… III. ①饼干—制作
IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第248309号

著作权合同登记号 图字: 11-2013-211号

原书名: スコーン & ホットビスケット

Scone & Hot biscuit © Chiaki Fujita 2010

Original Japanese edition published in 2010 by Nitto Shoin Honsha Co., Ltd.

Simplified Chinese Character rights arranged with Nitto Shoin Honsha Co., Ltd.

Through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

藤田千秋的司康饼和软曲奇

责任编辑: 宋 东 王 群 王巧玲	特约编辑: 高 婷 史 倩
责任校对: 梁 峥 李骁睿	特约美编: 王道琴
责任美编: 金 晖	封面设计: 刘潇然
责任印务: 徐忠雷	版式设计: 孙阳阳

出版发行: 浙江科学技术出版社

地址: 杭州市体育场路347号

邮政编码: 310006

联系电话: 0571-85058048

制 作:  (www.rzbook.com)

印 刷: 北京艺堂印刷有限公司

经 销: 全国各地新华书店

开 本: 710 × 1000 1/16

字 数: 100千

印 张: 7

版 次: 2013年12月第1版

印 次: 2015年10月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5341-5811-7

定 价: 39.00元



©如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系调换。



Part 1

美味烘焙第一步! 基础司康饼&软曲奇

基础生面团的做法·····8

基础司康饼

切达奶酪司康饼·····12

基础软曲奇

蓝莓软曲奇·····16

自创果酱和鲜奶油·····18

各色生面团总汇·····20

美味升级的三大要领·····22

Part 2

饭桌上的美味! 喷香司康饼&软曲奇

谷物·香草·蔬菜

燕麦核桃软曲奇·····24

全麦粉司康饼·····26

洋葱软曲奇·····28

马铃薯司康饼·····30

鳄梨软曲奇·····32

山芋&白芝麻司康饼·····33

五谷煎饼·····34

番茄&罗勒软曲奇·····36

蜂蜜胡萝卜软曲奇·····38

玉米&秋葵软曲奇·····39

南瓜&肉桂软曲奇·····40

橄榄小司康饼·····42

乳制品

茅屋奶酪司康饼·····44

酸奶油炸司康饼·····46

粉红胡椒&奶酪司康饼·····48

豆浆&鹰嘴豆司康饼·····50

熟食风

月牙馅饼·····52

欧芹&培根软曲奇·····54

香肠馅饼·····56

司康饼&软曲奇三明治

熏鲑鱼三明治·····58

鸡蛋豆腐泥三明治·····59

生火腿&芝麻菜三明治·····59

咖喱鸡肉沙拉·····60

萝卜芽&鳄梨三明治·····60



Part 3

精致茶点轻松做! 花样司康饼&软曲奇

经典

- 红茶司康饼·····62
- 黑芝麻软曲奇·····64
- 妙可可司康饼·····66
- 蜂蜜香料司康饼·····68

水果

- 菠萝&椰子软曲奇·····70
- 蓝莓软曲奇·····72
- 柠檬司康饼·····73
- 苹果软曲奇·····74
- 西梅&杏仁软曲奇·····76
- 葡萄干司康饼·····78
- 甜橙司康饼·····79
- 香蕉&黑胡椒软曲奇·····80
- 蔓越莓&巧克力软曲奇·····82

和风

- 酒糟司康饼·····84
- 甘纳豆司康饼·····86
- 甘栗司康饼·····87
- 黄豆粉炸司康饼·····88
- 红小豆沙司康饼·····90
- 黑糖味噌司康饼·····91

花样造型

- 抹茶&红小豆司康饼·····92
- 迷你羊角包·····94
- 水果酥饼司康饼·····96
- 脆皮果肉馅饼·····98
- 肉桂卷轮·····100

咖啡店风格

- 焦糖软曲奇·····102
- 爱尔兰司康饼·····104
- 美洲核桃软曲奇·····106
- 巧克力&杏仁软曲奇·····108
- 奶油花生软曲奇·····109

工具一览·····110



日本烘焙师的专业配方

藤田千秋的司康饼和软曲奇



[日] 藤田千秋 著 李花子 译



Scone & Hot Biscuit



前言

提到“司康饼”，最先浮现在你脑海里的是什么呢？英国、下午茶、桌布、果酱、凝脂奶油……如今，酒店等场所提供的司康饼都属于上等品，款式高雅大方。比较个性的咖啡店中也经常见到司康饼的身影。司康饼专卖店也逐渐增多，而且销售的品种各式各样，口感也各有千秋。在各色的场所捉捕司康饼的身影，从细小的差异中品味司康的口感，其乐无穷。

司康饼存在许多不同的口味和形态。通常，我会将具有意大利风味的称为“司康饼”，将咖啡店常见的粗粒、简易、类似美式风味的点心称为“软曲奇”。

不论司康饼还是软曲奇，在西饼店或咖啡店都可以轻松购得。可是对美食要求比较高的美食家们都知道，新鲜出炉的点总是最特别的。它们表皮酥脆、内层松软，这样的美味，只有在第一时间制作出来后立马品尝才能感受到。

我希望大家都能品尝到如此独特的美味，这也正是推出本书的用意。本书共介绍了55种司康饼和软曲奇。除了闲适消遣的大众派茶点，我还精心挑选了用培根和橄榄等制作的多口味主食点心，让大家在不同的场合和需求下都能够游刃有余。

当你掌握了基本做法后，就可以发挥想象力，添加自己喜欢的材料，再稍加装饰，一份创意十足而又能同时满足口福、眼福的美味就不再是难题了。朋友们，跟我一起动动手，收获一门幸福的手艺吧。

藤田千秋



Part 1

美味烘焙第一步! 基础司康饼&软曲奇

基础生面团的做法·····8

基础司康饼

切达奶酪司康饼·····12

基础软曲奇

蓝莓软曲奇·····16

自创果酱和鲜奶油·····18

各色生面团总汇·····20

美味升级的三大要领·····22

Part 2

饭桌上的美味! 喷香司康饼&软曲奇

谷物·香草·蔬菜

燕麦核桃软曲奇·····24

全麦粉司康饼·····26

洋葱软曲奇·····28

马铃薯司康饼·····30

鳄梨软曲奇·····32

山芋&白芝麻司康饼·····33

五谷煎饼·····34

番茄&罗勒软曲奇·····36

蜂蜜胡萝卜软曲奇·····38

玉米&秋葵软曲奇·····39

南瓜&肉桂软曲奇·····40

橄榄小司康饼·····42

乳制品

茅屋奶酪司康饼·····44

酸奶油炸司康饼·····46

粉红胡椒&奶酪司康饼·····48

豆浆&鹰嘴豆司康饼·····50

熟食风

月牙馅饼·····52

欧芹&培根软曲奇·····54

香肠馅饼·····56

司康饼&软曲奇三明治

熏鲑鱼三明治·····58

鸡蛋豆腐泥三明治·····59

生火腿&芝麻菜三明治·····59

咖喱鸡肉沙拉·····60

萝卜芽&鳄梨三明治·····60



Part 3

精致茶点轻松做! 花样司康饼&软曲奇

经典

- 红茶司康饼·····62
- 黑芝麻软曲奇·····64
- 妙可可司康饼·····66
- 蜂蜜香料司康饼·····68

水果

- 菠萝&椰子软曲奇·····70
- 蓝莓软曲奇·····72
- 柠檬司康饼·····73
- 苹果软曲奇·····74
- 西梅&杏仁软曲奇·····76
- 葡萄干司康饼·····78
- 甜橙司康饼·····79
- 香蕉&黑胡椒软曲奇·····80
- 蔓越莓&巧克力软曲奇·····82

和风

- 酒糟司康饼·····84
- 甘纳豆司康饼·····86
- 甘栗司康饼·····87
- 黄豆粉炸司康饼·····88
- 红小豆沙司康饼·····90
- 黑糖味噌司康饼·····91

花样造型

- 抹茶&红小豆司康饼·····92
- 迷你羊角包·····94
- 水果酥饼司康饼·····96
- 脆皮果肉馅饼·····98
- 肉桂卷轮·····100

咖啡店风格

- 焦糖软曲奇·····102
- 爱尔兰司康饼·····104
- 美洲核桃软曲奇·····106
- 巧克力&杏仁软曲奇·····108
- 奶油花生软曲奇·····109

工具一览·····110



◆ 本书统一规定

- ◎ 1大茶匙为15毫升，1小茶匙为5毫升。大茶匙和小茶匙盛量时请以刮平匙面为标准。
- ◎ 4克泡打粉为1小茶匙，3克为3/4小茶匙。
- ◎ 鸡蛋选用大号的。
- ◎ 黄油除了特别指明之外，均使用无盐黄油。
- ◎ 本书中的烘焙配方均以电烤箱烘焙标准写成。由于机型不同，烤箱的加热温度、加热时间、烘焙成效等方面会存在差异。请以书中所描述的烘烤时间为基准，再根据不同设备的具体情况酌情调整。
- ◎ 书中所用的盐为自然盐（如粗盐）。如果要使用精制盐，因其盐分含量较高，使用时应酌情控制用量。

◆ 盐的量法

盐的用量标为“两指一撮”、“三指一撮”。具体目测到的结果可参考以下图片。



◆ 牢记以下几点，烘烤出绝佳美味

- ◎ 充分预热烤箱。设定烤箱的预热温度时，要比配方温度调高20℃，使烤箱彻底加热。当烤箱充分预热后，即使再放入生面团，温度也不易下降。
- ◎ 砂糖、蜂蜜等多属于装饰用品，容易烤焦，烘烤时需要多加留意。烘焙时应随时观察烤箱内的情况，看似要烤焦时，迅速打开箱门并盖一层烘焙用铝箔纸。
- ◎ 如果烤出来的颜色比较淡，把烤箱温度调高10℃后，按照配方的时间继续烘焙。如果水分蒸发不够理想，在配方温度不变的情况下，将烘烤时间延长3~5分钟即可。

Part 1

美味烘焙第一步！ 基础司康饼&软曲奇



基础生面团的做法

本书所介绍的司康饼与软曲奇不仅味道正宗，而且做法简单。只要材料配备齐全了，马上就可以烘烤，一眨眼的工夫你就能享用各种美味了。下面，我们从简易的生面团开始做起吧。

(1) 材料



材料 (可以制作4个)

A 低筋面粉——100克
砂糖——5克
粗盐——两指一撮
泡打粉——3克

黄油——20克

牛奶——50克

低筋面粉（成型后用）——适量

计量粉类时



容器上面叠放面粉筛，放在电子秤上面，加入所需材料，就能轻松计量了。

(2) 准备

• 烤箱预热至220℃。

※虽然实际烘烤温度为200℃，但是如果调高温度进行预热，在打开烤箱放进生面团时，箱内的温度不会因此而降。

• 黄油切成1厘米方块，放进冰箱冷藏。

(3) 做法

1. 筛入粉类

将A筛进容器里。



2. 添加黄油

加入黄油，先用手指压扁压碎，待黄油碎到一定程度，用两只手掌对搓，使黄油变得更细碎。



黄油碎粒的状态

黄油碎到芝麻粒大小，整体均匀，呈肉松状即可。



3. 加入牛奶

待黄油呈细碎状态后，均匀地倒入约2/3的牛奶，搅拌至刮刀可以切入的硬度即可。



这时，取1小茶匙牛奶另外放入一个容器里。这个做法便于稍后的水分调整。

4. 再次添加牛奶

观察生面团的状态，有粉粒的地方加入剩余的牛奶，用相同方式搅拌。



5. 合拢成团

整体搅拌匀整后，从容器中取出，用两手按揉成团。如果仍有粉状部分，就撒入分开存放的1小茶匙牛奶。



6. 切开生面团后叠压

将面团用刮刀切半，重叠后按压，重复操作2~3次。合拢后用手压成1.5厘米厚度。若面团太黏稠，再撒些低筋面粉。



7. 切分生面团

用刮刀整理周边，将面团修整成8厘米×10厘米的长方形，再切成4份，间隔摆放在铺好烘焙油纸的烤盘上。



8. 烘烤

用过滤网在生面团上撒一层低筋面粉。烤箱重设为200℃，烤20~25分钟。



9. 散热

取出，放在蛋糕架上散热。但过于干燥时容易变硬，所以散热后应放进塑料袋里保存。



■ 生面团的合拢方法

不用揉捏也可以合拢面团。注意，叠面团的时候，重点是把粉多的一面叠到内侧；用手按压的时候注意力度均匀，避免用手揉捏。



用刮刀切半。



将切好的生面团重叠。



用手按压。

■ 将生面团稍微醒一下，味道更佳！

除了P14中所介绍的滴面系列生面团之外，其余的都可以在成型后立即烘烤。而用保鲜膜包进冰箱里醒0.5~3小时，则烘焙味道会更好。另外，生面团也可以冷藏（冷藏保存方法及烘烤方法参见P22）。

使用料理机制作生面团，简单方便不费力！

步骤1~4可以直接使用料理机迅速完成。只要用料理机旋转两三次即可，不筛粉也没有问题，十分简单、省事。

基础司康饼

掌握基础生面团的做法后，下一步就添加具体食材进行烘焙吧。

这里，先向大家介绍一款简易司康饼，体验一下烤出来的香脆奶酪。

切达奶酪司康饼



大块司康饼

小块司康饼



将融化的奶酪烤得脆脆的，作为早餐和茶点，一定会大受欢迎

切达奶酪司康饼



◎材料 (5厘米×4个或3厘米×12个)

- A
- 低筋面粉——100克
 - 砂糖——5克
 - 粗盐——两指一撮
 - 泡打粉——3克

黄油——20克

牛奶——50克

切达奶酪——30克

※也可根据个人喜好选择高达奶酪。

低筋面粉（成型后用）——适量

◎准备

- 烤箱预热至220℃备用。
- 黄油切成1厘米方块，放进冰箱冷藏备用。
- 切达奶酪切成1厘米方块备用。
- 将A混合好，筛进容器里备用。

●做法

1. 混合



在盛有A的容器里加入黄油，用手指压扁、压碎，待黄油变得细碎后，加入切达奶酪。

2. 加入牛奶



从50克牛奶中取3/4左右倒入步骤1中，用刮刀以切入的方式搅拌。接着，在还有粉状材料的部分加入剩余的牛奶，混合成一体并搅拌均匀。