

跟着君之 学烘焙 II

— 君之 | 著 —

· 全新收录 ·
· 君之超详细
· 示范视频 ·
(见作者简介)

这一次彻底搞懂烘焙

★★★★★ 第一本没讲到的都在这里 精进技艺必读

内容经 320 000 000 人次阅读验证：

“跟着君之教的方法，我几乎从来不会失败。”



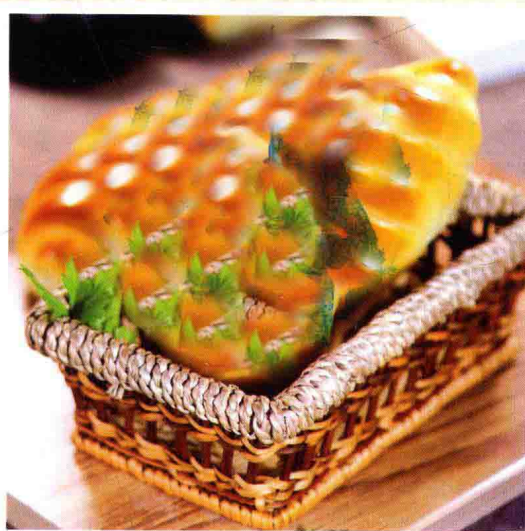
TS213.2

61

2

— 君之 | 著 —

跟着君之 学烘焙Ⅱ



图书在版编目 (CIP) 数据

跟着君之学烘焙. 2/君之著. —北京: 北京科学技术出版社, 2015. 8 (2016. 1重印)
ISBN 978-7-5304-7936-0

I. ①跟… II. ①君… III. ①烘焙—糕点加工 IV. ①TS213. 2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第169837号

跟着君之学烘焙 II

作 者: 君之

责任编辑: 张晓燕

责任印制: 张良

出 版 人: 曾庆宇

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街16号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086—10—66135495 (总编室)

0086—10—66113227 (发行部)

0086—10—66161952 (发行部传真)

网 址: www.bkydw.cn

电子邮箱: bjkj@bjkjpress.com

经 销: 新华书店

印 制: 北京宝隆世纪印刷有限公司

开 本: 720mm×1000mm 1/16 印 张: 14.625

版 次: 2015年11月第1版

印 次: 2016年1月第2次印刷

ISBN 978-7-5304-7936-0/T·829

定价: 39.80元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

Part 1

烘焙的基础知识

- 008 了解你的烤箱
- 009 面粉的分类
- 010 烘焙的五个关键词



Part 2

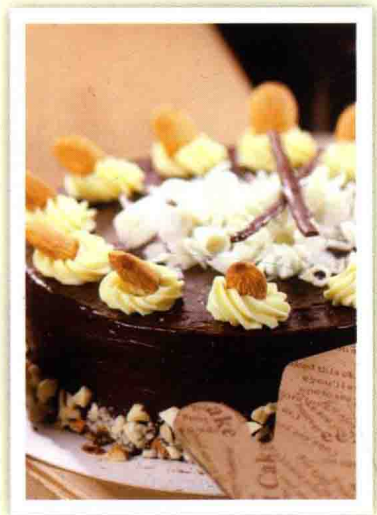
饼干

- 014 手工饼干基本整形法
(风车酥、牛眼酥、蝴蝶酥、双色酥)
- 017 双色饼干圈
- 018 双色小棋格饼干
- 020 混合坚果黄油饼干
- 021 椰丝小饼
- 022 伯爵饼干
- 024 朗姆葡萄椰蓉方块饼干
- 026 开心果黄油饼干
- 028 玛格丽特饼干
- 029 咖啡花生小圆饼
- 030 烘焙小贴士：
软化黄油的小窍门
- 031 巧克力浓郁曲奇
- 032 白兰地渍黑樱桃软曲奇
- 034 葡萄干巧克力软曲奇(素食版)
- 035 罗曼史曲奇
- 036 圣诞姜饼
- 038 姜饼屋
- 040 蜂蜜巧克力杏仁薄脆
- 042 杏仁瓦片酥
- 043 亚麻籽瓦片脆
- 044 葵花籽酥块
- 046 焦糖腰果酥
- 047 黑白芝麻酥块
- 048 榛子燕麦块
- 050 烘焙小贴士：
饼干如何保存?



Part 3

蛋糕



- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 052 戚风蛋糕的基础配方 | 074 翻转菠萝蛋糕 |
| 054 肉松戚风蛋糕卷 | 076 浓郁巧克力榛子蛋糕 |
| 056 超软烫面戚风 | 078 水果奶油蛋糕 |
| 058 虎皮蛋糕卷 | 080 奶酪夹心巧克力派 |
| 060 棉花蛋糕 | 082 巧克力传奇蛋糕 |
| 062 巧克力天使蛋糕 | 084 我的随心蛋糕 |
| 064 分蛋海绵蛋糕的基础配方 | 086 大杏仁巧克力蛋糕 |
| 066 黑樱桃海绵蛋糕卷 | 089 低脂红枣蛋糕 |
| 068 巧克力分蛋海绵蛋糕 | 090 低脂香蕉松糕 |
| 070 重油红枣蛋糕 | 092 烘焙小贴士：
镜面果胶的简易制法 |
| 072 黑樱桃巧克力蛋糕卷 | |

Part 4

乳酪、慕斯、布丁

- | | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 094 草莓乳酪慕斯 | 115 烘焙小贴士：
让甜点散发美妙
香气的朗姆酒 |
| 096 樱桃慕斯 | 116 焦糖布丁 |
| 097 榴莲慕斯杯 | 117 椰香布丁 |
| 098 水晶桂花羊羹 | 118 芒果奶酪布丁 |
| 100 烘焙小贴士：
吉利丁、琼脂是什么？
有什么区别？ | 119 抹茶烤布丁 |
| 102 巧克力马拉可夫蛋糕 | 120 烘焙小贴士：
烘焙剩下的蛋黄
与蛋白怎么办？ |
| 104 酸奶芝士慕斯 | |
| 106 巧克力慕斯 | |
| 108 香草奶油芝士蛋糕 | |
| 110 摩卡方芝士蛋糕 | |
| 112 巧克力方形慕斯蛋糕 | |



Part 5

面包

- | | | | |
|-----|-----------------------|-----|-----------------------------|
| 122 | 烘焙小贴士：
面包的揉面与发酵流程 | 146 | 原香烧烤鸡肉比萨 |
| 124 | 肉松面包卷 | 148 | 金枪鱼黑橄榄比萨 |
| 126 | 毛毛虫面包 | 150 | 烘焙小贴士：
发酵的温度与
湿度如何实现？ |
| 127 | 咖啡奶香面包 | 151 | 全麦吐司 |
| 128 | 网纹芹菜沙拉包 | 152 | 香橙吐司 |
| 130 | 香葱芝士面包条 | 154 | 啤酒吐司 |
| 131 | 胡萝卜餐包 | 155 | 黑麦葡萄干司康 |
| 132 | 蔓越莓面包 | 156 | 葡萄干司康（酵母版） |
| 134 | 巧克力面包 | 158 | 甜甜圈 |
| 136 | 朗姆葡萄干面包 | 160 | 蛋糕甜甜圈 |
| 138 | 烘焙小贴士：
如何判断干酵母的活性？ | 162 | 培根奶酪吐司堡 |
| 140 | 黄油卷 | 164 | 奶酪吐司脆 |
| 142 | 德国圣诞面包 | 165 | 辣苏打面包 |
| 144 | 浓香黄油小餐包 | 166 | 烘焙小贴士：
关于面包的小知识 |
| 145 | 肉桂卷 | | |



Part 6

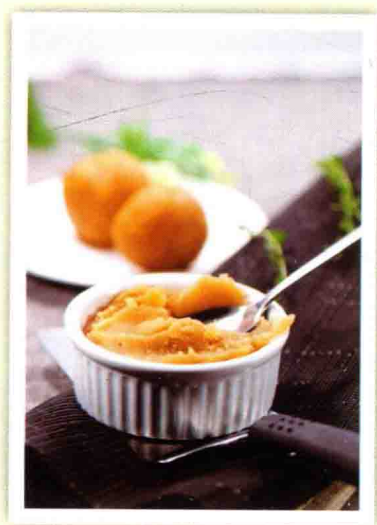
派、塔及小点心

- | | | | |
|-----|--------|-----|---------------------|
| 168 | 柠檬派 | 182 | 柠檬奶油塔 |
| 170 | 草莓乳酪派 | 184 | 咖啡乳酪泡芙 |
| 172 | 清甜双果派 | 186 | 蛋白霜蘑菇 |
| 174 | 传统樱桃派 | 188 | 榛子巧克力法式馅饼 |
| 176 | 酥脆樱桃派 | 190 | 松露巧克力 |
| 178 | 南瓜派 | 192 | 烘焙小贴士：
多余的派皮怎么办？ |
| 180 | 黑樱桃杏仁塔 | | |

Part 7

中式点心、传统点心

- 194 老婆饼
- 196 枣花酥
- 198 凤梨酥
- 200 萨其马
- 202 榴莲班戟
- 204 摩卡咖啡月饼
- 205 烘焙小贴士：广式月饼的那些事儿
- 206 广式五仁月饼
- 208 广式枣泥月饼
- 210 京式提浆月饼
- 212 老北京自来红
- 214 冰皮月饼
- 216 酥皮鲜肉馅饼
- 218 烘焙小贴士：关于麦芽糖的疑问解答



Part 8

基础资料汇集

- 220 家庭自制沙拉酱
- 222 卡仕达酱
- 223 焦糖酱及奶油焦糖酱
- 224 基础奶油霜
- 226 转化糖浆
- 228 凤梨馅
- 230 几种广式月饼馅

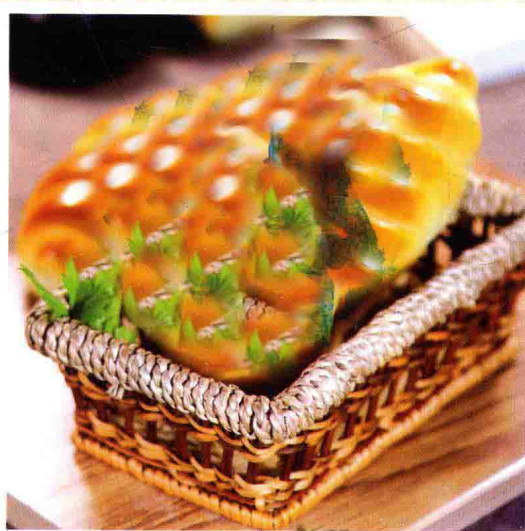
TS213.2

61

2

— 君之 | 著 —

跟着君之 学烘焙Ⅱ



图书在版编目(CIP)数据

跟着君之学烘焙. 2/君之著. —北京: 北京科学技术出版社, 2015. 8 (2016. 1重印)
ISBN 978-7-5304-7936-0

I. ①跟… II. ①君… III. ①烘焙—糕点加工 IV. ①TS213. 2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第169837号

跟着君之学烘焙 II

作 者: 君之

责任编辑: 张晓燕

责任印制: 张良

出 版 人: 曾庆宇

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街16号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086-10-66135495 (总编室)

0086-10-66113227 (发行部)

0086-10-66161952 (发行部传真)

网 址: www.bkydw.cn

电子邮箱: bjkj@bjkjpress.com

经 销: 新华书店

印 制: 北京宝隆世纪印刷有限公司

开 本: 720mm×1000mm 1/16 印 张: 14.625

版 次: 2015年11月第1版

印 次: 2016年1月第2次印刷

ISBN 978-7-5304-7936-0/T·829

定价: 39.80元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。

卷首语

传递一份 烘焙 的惊喜

From author

两 年多前，我的第一本书《跟着君之学烘焙》出版的时候，我完全没有想到，这本书会如此大受欢迎，以至于至今仍在很多美食书畅销榜上名列前茅。与书的持续畅销相伴的是，越来越多的人第一次把烤箱搬回了家，开始了一种全新的充满乐趣与温情的家庭烘焙生活。

一直觉得，烹饪美食是一件奇妙的事情，简单的配

料，却能化普通为神奇。而烘焙更是有着自己独特的魅力。它需要更多的细心，更多的专注，给平凡的原料带来更奇妙的变化。与此同时，烘焙也成为了我们平淡生活中的一扇窗户，通过它，我们可以看见更多不平淡的精彩。

多年以前，我就有一个小小的“野心”，希望能通过自己的力量，让更多的人了解烘焙，热爱烘焙，体验这种简单却如魔法般神奇的过程。如今，有了《跟着君之学烘焙》的“推波助澜”，有了《跟着君之学烘焙Ⅱ》的全新出版，这个“野心”正在一步一步地快速实现着。

这本《跟着君之学烘焙Ⅱ》，可以看做是《跟着君之学烘焙》的延续，整本书收录了从我的博客中精选的百余个新配方，所有配方依旧是为家庭烘焙量身打造，保持了“简单、实用、易上手”的风格。无论你是否看过《跟着君之学烘焙》，都可以从这本书开始，踏上一次全新的烘焙之旅。

至于我那个小小的“野心”，我一点也不担心它不会实现，因为我知道，在这背后，有一种叫做“分享”的精神支撑着它。在我的定义里，烘焙天生就是适合分享的，每一个烘焙爱好者周围，总会陆续出现更多的烘焙爱好者。因为我们知道，在烘焙中守候的每一份期待，收获的每一份惊喜，有人分享，才会更有意义。

正如我相信，翻开这本书的你，如果也曾感受过这份期待与惊喜，也必然会在今后的日子里将它不断地传递开去，不是吗？

君之

E-mail : junsmore@163.com

Blog : <http://blog.sina.com.cn/junsmore>



Part 1

烘焙的基础知识

- 008 了解你的烤箱
- 009 面粉的分类
- 010 烘焙的五个关键词

Part 2

饼干

014 手工饼干基本整形法

(风车酥、牛眼酥、蝴蝶酥、双色酥)

017 双色饼干圈

018 双色小棋格饼干

020 混合坚果黄油饼干

021 椰丝小饼

022 伯爵饼干

024 朗姆葡萄椰蓉方块饼干

026 开心果黄油饼干

028 玛格丽特饼干

029 咖啡花生小圆饼

030 烘焙小贴士:

软化黄油的小窍门

031 巧克力浓郁曲奇

032 白兰地渍黑樱桃软曲奇

034 葡萄干巧克力软曲奇(素食版)

035 罗曼史曲奇

036 圣诞姜饼

038 姜饼屋

040 蜂蜜巧克力杏仁薄脆

042 杏仁瓦片酥

043 亚麻籽瓦片脆

044 葵花籽酥块

046 焦糖腰果酥

047 黑白芝麻酥块

048 榛子燕麦块

050 烘焙小贴士:

饼干如何保存?



Part 3

蛋糕



- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 052 戚风蛋糕的基础配方 | 074 翻转菠萝蛋糕 |
| 054 肉松戚风蛋糕卷 | 076 浓郁巧克力榛子蛋糕 |
| 056 超软烫面戚风 | 078 水果奶油蛋糕 |
| 058 虎皮蛋糕卷 | 080 奶酪夹心巧克力派 |
| 060 棉花蛋糕 | 082 巧克力传奇蛋糕 |
| 062 巧克力天使蛋糕 | 084 我的随心蛋糕 |
| 064 分蛋海绵蛋糕的基础配方 | 086 大杏仁巧克力蛋糕 |
| 066 黑樱桃海绵蛋糕卷 | 089 低脂红枣蛋糕 |
| 068 巧克力分蛋海绵蛋糕 | 090 低脂香蕉松糕 |
| 070 重油红枣蛋糕 | 092 烘焙小贴士：
镜面果胶的简易制法 |
| 072 黑樱桃巧克力蛋糕卷 | |

Part 4

乳酪、慕斯、布丁

- | | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 094 草莓乳酪慕斯 | 115 烘焙小贴士：
让甜点散发美妙
香气的朗姆酒 |
| 096 樱桃慕斯 | 116 焦糖布丁 |
| 097 榴莲慕斯杯 | 117 椰香布丁 |
| 098 水晶桂花羊羹 | 118 芒果奶酪布丁 |
| 100 烘焙小贴士：
吉利丁、琼脂是什么？
有什么区别？ | 119 抹茶烤布丁 |
| 102 巧克力马拉可夫蛋糕 | 120 烘焙小贴士：
烘焙剩下的蛋黄
与蛋白怎么办？ |
| 104 酸奶芝士慕斯 | |
| 106 巧克力慕斯 | |
| 108 香草奶油芝士蛋糕 | |
| 110 摩卡方芝士蛋糕 | |
| 112 巧克力方形慕斯蛋糕 | |



Part 5

面包

122	烘焙小贴士： 面包的揉面与发酵流程	146	原香烧烤鸡肉比萨
124	肉松面包卷	148	金枪鱼黑橄榄比萨
126	毛毛虫面包	150	烘焙小贴士： 发酵的温度与 湿度如何实现？
127	咖啡奶香面包	151	全麦吐司
128	网纹芹菜沙拉包	152	香橙吐司
130	香葱芝士面包条	154	啤酒吐司
131	胡萝卜餐包	155	黑麦葡萄干司康
132	蔓越莓面包	156	葡萄干司康（酵母版）
134	巧克力面包	158	甜甜圈
136	朗姆葡萄干面包	160	蛋糕甜甜圈
138	烘焙小贴士： 如何判断干酵母的活性？	162	培根奶酪吐司堡
140	黄油卷	164	奶酪吐司脆
142	德国圣诞面包	165	辣苏打面包
144	浓香黄油小餐包	166	烘焙小贴士： 关于面包的小知识
145	肉桂卷		



Part 6

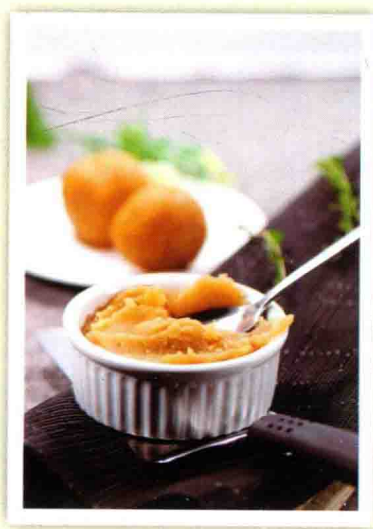
派、塔及小点心

168	柠檬派	182	柠檬奶油塔
170	草莓乳酪派	184	咖啡乳酪泡芙
172	清甜双果派	186	蛋白霜蘑菇
174	传统樱桃派	188	榛子巧克力法式馅饼
176	酥脆樱桃派	190	松露巧克力
178	南瓜派	192	烘焙小贴士： 多余的派皮怎么办？
180	黑樱桃杏仁塔		

Part 7

中式点心、传统点心

- 194 老婆饼
- 196 枣花酥
- 198 凤梨酥
- 200 萨其马
- 202 榴莲班戟
- 204 摩卡咖啡月饼
- 205 烘焙小贴士：广式月饼的那些事儿
- 206 广式五仁月饼
- 208 广式枣泥月饼
- 210 京式提浆月饼
- 212 老北京自来红
- 214 冰皮月饼
- 216 酥皮鲜肉馅饼
- 218 烘焙小贴士：关于麦芽糖的疑问解答



Part 8

基础资料汇集

- 220 家庭自制沙拉酱
- 222 卡仕达酱
- 223 焦糖酱及奶油焦糖酱
- 224 基础奶油霜
- 226 转化糖浆
- 228 凤梨馅
- 230 几种广式月饼馅

Part 1

烘焙的基础知识

01 了解你的烤箱

虽然电烤箱是一种使用非常简单的电器，但当你购买一台新烤箱的时候，仍需要一点心理准备——你和它之间，可能会经历一段小小的“磨合期”。

当你开始使用烤箱的时候，可能会发现，根据配方所示的温度与时间，并没有达到预期的烘烤效果。这是因为普通的台式家用烤箱，性能各有差异，具体使用情况也不尽相同，温度与时间，都需要根据实际情况酌情调整。



严格按照配方的时间与温度，却糊了！

你的烤箱温度可能偏高，下次烘烤的时候，适当调低一些温度就好了。反之，若烤到规定的时间仍未上色，则烤箱温度偏低，下次适当调高一些。

蛋糕或饼干的顶部已经糊了，底部颜色却还很浅！

烤箱的上火太高了，也可能烤箱太小，蛋糕膨胀以后离上加热管太近了。可以将烤盘往下移一层，或者顶部上色后，在表面盖一层锡纸阻挡部分热量。

蛋糕或饼干底部糊了，顶部颜色还很浅！

烤箱的下火太高了。试试在烤盘的下方再放一个空烤盘，阻挡部分热量。

一个烤盘里同时烘烤的饼干或蛋糕，有的已经糊了，有的颜色还很浅！

一个可能是同一盘烘烤的食物大小不均匀。请尽量将同一盘的食物都整形成同样的大小与厚度。尤其是饼干，如果有大有小，很可能小的已经熟了，大的还没烤好哦。

另一个可能是烤箱的温度不均匀。若是这种情况，烘烤到一半的时候，将烤盘调转方向，能使受热更均匀。或烘烤到2/3的时候，将烤盘里的点心位置换一换（动作要快）。不过要注意，像烤泡芙之类烘烤时不能开烤箱的品种时，就不能使用这种方法了。

台式烤箱和嵌入式烤箱该选哪个？

嵌入式烤箱通常价格比台式烤箱昂贵许多，但专业性能也是台式烤箱不能比的。而且嵌入式烤箱拥有更大容量的同时还能节省厨房的空间，缺点在于需要在装修厨房的时候就设计好它的位置，装修完以后再想添置，就很麻烦了。

台式烤箱性价比高，且也能满足家庭烘焙的所有需求，但请尽量选择容积在24升以上的。

02 面粉的分类

根据面粉的蛋白质含量不同，面粉有低筋面粉、中筋面粉、高筋面粉之分。低筋面粉蛋白质含量在9%以下，中筋面粉蛋白质含量在9%~12%，高筋面粉蛋白质含量在12%以上。

平时我们日常生活中接触的最多的是中筋面粉——家常的各种面食都是使用中筋面粉制作的。高筋面粉与低筋面粉在超市中还没有普及，并不是所有超市都能买到。

做蛋糕的时候，通常使用低筋面粉，因为它可以使蛋糕口感更为松软细腻。高筋面粉一般用来制作面包。

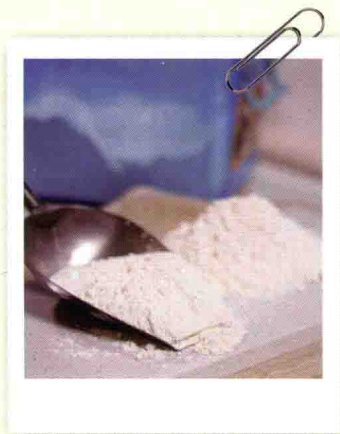
如果买不到低筋面粉，可以在中筋面粉内掺入20%的玉米淀粉，降低面粉筋度，用来代替低筋面粉。

什么是玉米淀粉？

以玉米为原料制成的淀粉。玉米淀粉比面粉更加洁白细腻，在中餐里常用来勾芡。烘焙中，玉米淀粉可以掺入面粉调节面粉的筋度，也用来制作派馅、饼干等。

什么是全麦面粉？

由整粒小麦磨成的粉，因为没有去掉麦麸，所以口感比较粗糙。全麦粉含有丰富的营养价值，用全麦粉制作的全麦蛋糕是越来越受欢迎的粗粮健康食品。全麦面粉一般不单独使用，而是以一定比例掺入面粉中。



玉米淀粉



全麦面粉

Q3 烘焙的五个关键词

关键词一：打发

打发，是烘焙里出现频率最高的动作之一，一般用电动打蛋器完成，打发的对象通常为全蛋、蛋黄、蛋白或者软化的黄油。通过打发，使鸡蛋等材料搅入空气，变得蓬松，体积增大，从而在烘焙里产生膨松剂的效果。当我们制作海绵蛋糕的时候，即使不添加泡打粉等膨松剂，蛋糕仍然能蓬松柔软，就是“打发”的功劳。

所打发的材料不同，打发后的状态也不同，一起来看看各种材料打发后的样子吧！



打发的基本工具：打蛋器



蛋白湿性发泡

蛋白打发后会呈现浓厚的白色奶油状。当提起打蛋器，蛋白能拉出一个弯弯的尖角，此时的状态称为湿性发泡。



蛋白干性发泡

继续打发蛋白，当提起打蛋器，蛋白能拉出一个直立的尖角，则称为干性发泡。当蛋白达到干性发泡后，请不要继续打发，否则蛋白会打发过度，成块状或棉絮状，导致蛋糕的制作失败。

全蛋打发

全蛋的打发比单独打发蛋白要困难，时间也更长。全蛋在40℃左右最易打发，因此常将打蛋盆坐在热水里打发全蛋。全蛋打发后变得稠密轻盈，当提起打蛋器，滴落下来的蛋糊不会马上消失，可以在盆里的蛋糊表面画出清晰的纹路时，就打发好了。



黄油打发

黄油打发后会呈现轻盈的羽毛状。相比鸡蛋的打发，黄油的打发并没有一个界定的标准，我们可直接观察，打发后的黄油颜色明显变浅，体积明显变大。很多情况下，黄油打发的时候会加入鸡蛋，若鸡蛋量较多，请将鸡蛋在打发过程中少量多次加入，防止发生油蛋分离的现象。另外要注意的是，黄油需在软化的状态下打发。低温较硬的黄油，或者高温融化成液态的黄油，都不能用来打发。

