



所有你遇到的戚风问题，
在这里都能找到答案

子瑜妈妈◎著

如何第一次就能做出完美的戚风？

新浪美食名博、著名美食撰稿人

@子瑜妈妈继《hello，早餐》

《宝贝·爱吃》之后又一倾心力作

子瑜妈妈的 戚风蛋糕

关键动作细心分解 · 失败案例深度解析 · 基础操作视频展示

浙江科学技术出版社



子瑜妈妈^的 戚风蛋糕

子瑜妈妈◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

子瑜妈妈的戚风蛋糕 / 子瑜妈妈著. — 杭州: 浙江科学技术出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5341-7349-3

I. ①子… II. ①子… III. ①蛋糕-制作
IV. ①TS213.23

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第 259949 号

书 名 子瑜妈妈的戚风蛋糕
著 者 子瑜妈妈

出版发行 浙江科学技术出版社
杭州市体育场路347号 邮政编码:310006
办公室电话:0571-85176593
销售部电话:0571-85062597 0571-85058048
网 址:www.zkpress.com
E-mail:zkpress@zkpress.com

排 版 杭州兴邦电子印务有限公司
印 刷 浙江海虹彩色印务有限公司

开 本	787×1092 1/16	印 张	6.5
字 数	150 000		
版 次	2016年11月第1版	印 次	2016年11月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5341-7349-3	定 价	35.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题,本社销售部负责调换)

责任编辑	王巧玲 全 林	责任校对	赵 艳
责任美编	金 晖	责任印务	田 文

目录

Part

1 先来了解一下基础知识 007

什么是戚风蛋糕? 009

想要一次成功,需要备齐这些用具 010

了解戚风蛋糕,从认识主要材料开始 012

制作戚风蛋糕的10个关键点 014

这些制作戚风蛋糕的过程一定要知道 017



Part

2 开始做戚风蛋糕吧! 021

戚风蛋糕模具的选择 022

戚风蛋糕的烤制温度 022

关于本书配方的细节提醒 023

关于本书配方的重点描述 023

中空模具做戚风——经典原味戚风 024

普通活底圆模做戚风——6寸戚风 026

孩子们的最爱——可可戚风 028

诱人咖啡香——咖啡戚风 030

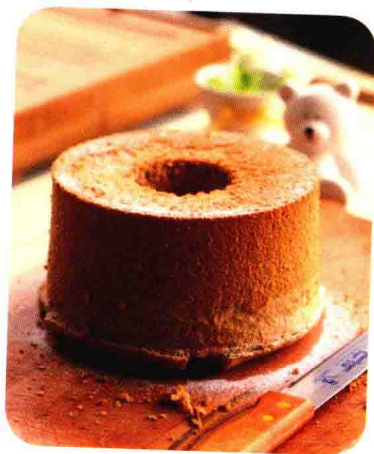
加点儿营养蔬菜——胡萝卜戚风 032





- 戚风穿花衣——胡萝卜花戚风 • 034
- 芝麻喷喷香——黑芝麻戚风 • 036
- 给蛋糕美丽的花纹——双色戚风 • 038
- 酸甜好滋味——蓝莓戚风 • 040
- 营养倍增——坚果戚风 • 042
- 乳酪口感的戚风——乳酪戚风 • 044
- 香醇浓郁——香草戚风 • 046
- 加点粗粮——五谷杂粮戚风 • 048
- 巧克力谁不爱——巧克力戚风 • 050
- 酸奶好营养——酸奶戚风 • 052
- 甜甜又蜜蜜——南瓜红枣戚风 • 054
- 解腻增香——蔓越莓戚风 • 056
- 湿润柔软口感的做法——超柔软戚风 • 058

- 没有用蛋黄的戚风——天使蛋糕 • 060
- 谁说蛋糕只能是甜的——咸味戚风 • 062
- 绝对香醇——可可核桃戚风 • 064
- 不加糖，更健康——无糖戚风 • 066
- 有趣的黑煤球——黑戚风 • 068
- 柔软湿润——北海道戚风 • 070



art

③ 打扮一下美美的! 073

- 奶油打发——学做蛋糕装饰之前一定要学会的操作 • 074
- 巧用水果做装饰——裸蛋糕 • 076
- 用酸奶、零食做简易装饰——酸奶零食蛋糕 • 078



巧用菊花嘴——奶油裱花戚风 • 080

用巧克力装饰——巧克力坚果戚风 • 082

巧用 2D 裱花嘴——浪漫裱花戚风 • 084

用鲜花装饰一下——鲜花戚风 • 086

一步到位的装饰——中通灌奶 • 088

给蛋糕做出惊艳的印花——糖霜花戚风 • 089

用奶油进行简单装饰——半裸奶油戚风 • 090

淋酸奶或奶油装饰——酸奶淋面戚风 • 091

抹奶油撒桂花装饰——桂花奶油戚风 • 092

撒巧克力屑装饰——巧克力奶油戚风 • 093

撒糖粉装饰——糖粉裸蛋糕 • 094

戚风蛋糕的保存及剩余蛋糕的利用 • 095

了解失败的原因，不成功，不罢休！ • 096

我们因为戚风成为朋友——子瑜妈妈的线下戚风大家庭 • 100



子瑜妈妈^的 戚风蛋糕

子瑜妈妈◎著





前言

我想要写一本关于戚风蛋糕的书，
任何戚风蛋糕的问题都能在这本书里找到答案，
让学做戚风蛋糕的人不用经历可怕的“七疯”，一次就成功！

如果你正在翻阅这本书，说明你对戚风蛋糕感兴趣，
兴趣是最好的老师，你的成功指日可待。

做戚风，会入迷！沉迷于它的轻盈！
沉迷于它的高度！沉迷它那性感的中空！
我爱上了戚风，我为戚风狂！你呢？

子瑜妈妈



目录

Part

1 先来了解一下基础知识 007

什么是戚风蛋糕? • 009

想要一次成功,需要备齐这些用具 • 010

了解戚风蛋糕,从认识主要材料开始 • 012

制作戚风蛋糕的10个关键点 • 014

这些制作戚风蛋糕的过程一定要知道 • 017



art

2 开始做戚风蛋糕吧! 021

戚风蛋糕模具的选择 • 022

戚风蛋糕的烤制温度 • 022

关于本书配方的细节提醒 • 023

关于本书配方的重点描述 • 023

中空模具做戚风——经典原味戚风 • 024

普通活底圆模做戚风——6寸戚风 • 026

孩子们的最爱——可可戚风 • 028

诱人咖啡香——咖啡戚风 • 030

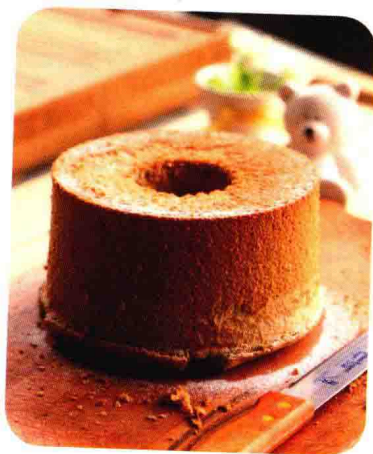
加点儿营养蔬菜——胡萝卜戚风 • 032





- 戚风穿花衣——胡萝卜花戚风 • 034
- 芝麻喷喷香——黑芝麻戚风 • 036
- 给蛋糕美丽的花纹——双色戚风 • 038
- 酸甜好滋味——蓝莓戚风 • 040
- 营养倍增——坚果戚风 • 042
- 乳酪口感的戚风——乳酪戚风 • 044
- 香醇浓郁——香草戚风 • 046
- 加点粗粮——五谷杂粮戚风 • 048
- 巧克力谁不爱——巧克力戚风 • 050
- 酸奶好营养——酸奶戚风 • 052
- 甜甜又蜜蜜——南瓜红枣戚风 • 054
- 解腻增香——蔓越莓戚风 • 056
- 湿润柔软口感的做法——超柔软戚风 • 058

- 没有用蛋黄的戚风——天使蛋糕 • 060
- 谁说蛋糕只能是甜的——咸味戚风 • 062
- 绝对香醇——可可核桃戚风 • 064
- 不加糖，更健康——无糖戚风 • 066
- 有趣的黑煤球——黑戚风 • 068
- 柔软湿润——北海道戚风 • 070



art

③

打扮一下美美的!

073

- 奶油打发——学做蛋糕装饰之前一定要学会的操作 • 074
- 巧用水果做装饰——裸蛋糕 • 076
- 用酸奶、零食做简易装饰——酸奶零食蛋糕 • 078



巧用菊花嘴——奶油裱花戚风 • 080

用巧克力装饰——巧克力坚果戚风 • 082

巧用 2D 裱花嘴——浪漫裱花戚风 • 084

用鲜花装饰一下——鲜花戚风 • 086

一步到位的装饰——中通灌奶 • 088

给蛋糕做出惊艳的印花——糖霜花戚风 • 089

用奶油进行简单装饰——半裸奶油戚风 • 090

淋酸奶或奶油装饰——酸奶淋面戚风 • 091

抹奶油撒桂花装饰——桂花奶油戚风 • 092

撒巧克力屑装饰——巧克力奶油戚风 • 093

撒糖粉装饰——糖粉裸蛋糕 • 094

戚风蛋糕的保存及剩余蛋糕的利用 • 095

了解失败的原因，不成功，不罢休！ • 096

我们因为戚风成为朋友——子瑜妈妈的线下戚风大家庭 • 100



Part 1 / 先来

了解一下基础知识





什么是戚风蛋糕？

戚风蛋糕的英文是“chiffon cake”，“chiffon”这个词的意思为“薄纱、雪纺绸”，可想而知，戚风蛋糕是一款超级蓬松、柔软、轻盈的蛋糕。

戚风蛋糕最初由美国人哈里·贝克（Herry Baker）发明，直到 20 年后的 1947 年，该秘方公布于世，这款轻盈、绵软、细腻的蛋糕才开始风靡全球。

戚风蛋糕的特点是将蛋白和蛋黄分开来搅打，用这样的制作方式烘烤出来的蛋糕比用全蛋打发的面糊烘烤出来的蛋糕体积更蓬松，口感也更细腻。戚风蛋糕的另一大特点就是运用了植物油，而非黄油，这样不仅使饱和脂肪酸含量降低，蛋糕糊也更稳定、更不易消泡，烤出来的蛋糕也更蓬松。

这就是戚风，一款人人都爱的蛋糕。



烤箱

1



电动打蛋器

手动蛋抽

3



15cm 中空模



18cm 中空模

2



搅拌盆

4

想要一次成功，
需要备齐这些用具

装备1 烤箱

目前，中国大多数家庭使用 30L 左右的小烤箱。小烤箱有时候温度不是很精准，容易偏高或偏低，所以，很多写烘焙方子的博主都会在文章中备注一句：**烤箱温度和时间仅供参考。一定要多尝试几次才能摸准自己烤箱的温度**，烘焙后期记得在边上观察上色情况，酌情增减时间和温度。只有先了解自己烤箱的脾气，才能做出成功的蛋糕。

装备2 戚风模

推荐使用中空铝制戚风模，一般尺寸有 14cm、15cm、16.5cm、17cm、18cm、20cm、24cm，这种模具中间如烟筒，烘焙时可以使面糊受热均匀、快速爬升，成品轻盈、蓬松！特别要提醒的是，购买模具前要考虑自家烤箱的大小，我家用 30L 烤箱，我配的最大的戚风模是 18cm 的。

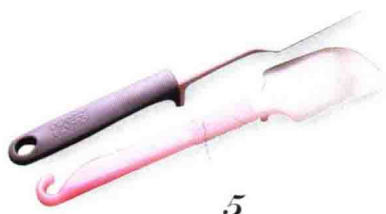
装备3 打蛋器

打蛋器分为电动和手动两种。购买一台电动打蛋器非常有必要，打蛋白时特别省力。一般家庭用的话，手持式的就可以了。手动的蛋抽也很必要，我在做戚风时，手动蛋抽是用来搅拌蛋黄糊的，不会太快也不会搅拌不匀，加入面粉后特别容易拌匀。

装备4 搅拌盆

需要准备两个大点的搅拌盆，深度不要太浅，硬度要大，可以选择不锈钢或者钢化玻璃的。

橡皮刮刀



5

隔热手套



7

脱模刀



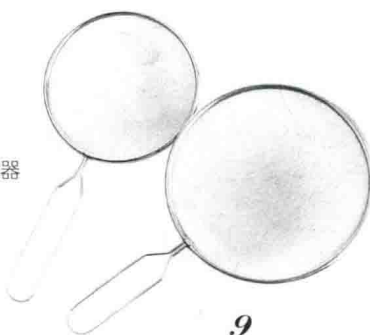
8



电子秤

6

过筛器



9

装备5 橡皮刮刀

在面糊搅拌均匀、挑蛋白到蛋黄糊盆中、刮干净盆壁上的面糊时，都需要使用刮刀。

装备6 电子秤

这个装备绝对不能少，有太多的人用“毛估估”的方式来称量戚风材料，做失败了后还很迷茫地问：“为什么我按照你的方子做的却失败了？”对于一个新手来说，请千万要把材料称量精准了再开始制作，材料的精确度决定你做出来的蛋糕的完美度。等成为一个老手的时候，你可以修改配方，搭配出属于自己的独一无二的方子。

装备7 隔热手套

没有隔热手套可不行哦！选择棉麻材质且有一定厚度的隔热手套，能帮你安全快速地完成倒扣的步骤。一定要养成碰烤箱之前戴好隔热手套的习惯，杜绝一切在烘烤过程中徒手伸进烤箱里的动作。

装备8 脱模刀

很多新手都不会徒手脱模，这需要一定的经验累积，在这之前，请借助脱模刀。脱模刀细细长长扁扁的，淘宝搜“脱模刀”即可买到，脱模方法详见第19页。

装备9 过筛器

面粉在加入之前，需要过下筛。因为面粉会结块成粒状，过筛之后比较容易与液体混合，烘焙后口感较为细腻、松软。