



数据加载失败，请稍后重试！

李雯洁 (Wendy) 著

小心思甜点

Wendy's Delicate Dessert



 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE



数据加载失败，请稍后重试！

序言 2

2016年我第一次来上海开和果子课程的时候，Wendy就来参加了，之后也多次来我这里学习。上课的时候，Wendy态度非常认真，给我留下了很好的印象。

此次听闻Wendy准备出版关于甜点和和果子的书籍，我非常开心。我研读了Wendy的书，书中的配方以及制作方法都体现了Wendy扎实的基本功，而且在设计上也体现出日本和果子的魅力，是一本非常精彩的食谱。从中国流传来的唐果子到日本演变成了和果子，现在在中国备受瞩目的和果子文化又通过中国友人的手开始了新的进化。本书不仅深刻理解了日本和果子文化而且又保留了中国特色，就算放在日本的食谱书籍中来比较也是很优秀的。

对于尊重中日文化交流并愿做桥梁的Wendy，请允许我表示敬意，并送上祝贺。

三崛纯一

.....
日本甜点协会理事
和果子司第三代家主
“果道 - 果流”创始人
宗家家元

自序

我是一名高级西点师，喜欢制作各类甜品，更愿将新式西点与传统西点结合，把食品美学巧妙地融汇到生活中。我也喜欢乐此不疲地折腾烤箱，因为它散发出的香味是幸福的味道，它来自最平凡的生活，却可以让你看见更多不平凡的精彩。

很多人认为我是专职的西点师，其实我是一个全职妈妈。最初是为了给孩子做早餐，经常从网上搜寻菜谱，那些巧手妈妈制作的西点引发了我对烘焙的兴趣，于是便添置了第一台烤箱，每天晒出早饭，和大家一起分享厨艺经验和烘焙心得。为了提升自己，我开始学习各种烘焙专业课程，每次学完总觉得圆满了，可是又会有更多新课程等你去学习，可以说兴趣给了我烘焙甜点的动力。现在也有学生跟随我学习烘焙，作为老师我会毫无保留地与他们分享知识，他们既是我的学生也是我的老师，每个人身上都有值得我学习的地方。

很多人不理解我为什么会喜欢烘焙，答案其实只有一个：烘焙能够给我带来快乐。

微信圈里的朋友见证了我的成长，当你完成一个作品与朋友一起分享；与志同道合的朋友一起以烘焙会友；用心去制作最健康的食物，给家人最好的回馈……那些与烘焙有关的点点滴滴的时光都是快乐的。

我希望坚守最初的信念，秉承一颗恒心为之努力，制作更多的美食与大家分享。

Wendy

.....

高级西点师 | 美食达人 | 美食撰稿人
第十七届全国焙烤职业技能竞赛银奖
全国婚礼蛋糕创意大赛铜奖





扫码看视频

扫码加入“就是爱烘焙”交流群，
烘焙大师不外传的私房烘焙秘籍分享给您！

20款私房烘焙甜点，

扫码付费即可获得视频课程及电子教案。

还有Wendy等多位专业烘焙老师在线答疑及不定期的网红甜点课程分享哦！



1



2



3



4



5



6

1 香梨燕麦饼干

梨有润肺化痰、清热降火的功效。麦片是简单又营养丰富的早餐食材,把两者结合起来,能量满满,可帮助身体适应逐渐变冷的天气。

2 冰激凌曲奇

在传统曲奇的基础上把它们做成冰激凌形状,奶香味浓郁,温和又松软,咬一口掉一地渣儿。有原味、抹茶、可可三种经典口味!

3 美国大饼亚美尼亚脆饼

一款配方简单、制作方便的脆饼。像中国大饼一样,表面可以撒各种作料,虽然叫它美国大饼,但是世界各地的人们都在食用。

4 星空面包

最近国外有款很火的面包,有着星星和月亮的蓝色星空,是不是想到了某位大师的抽象画《星夜》?面包可是比画还抽象!

5 寒天冰蛋糕

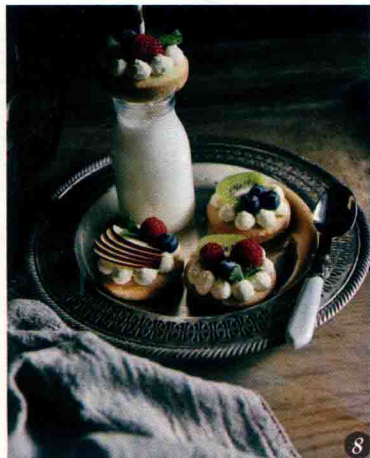
高温天气,人都快热化了,更别提奶油蛋糕的融化速度了……美食总有治愈的力量,就用寒天冰蛋糕来拯救一下吧,夏天的大蛋糕非它莫属了。

6 巧克力蛋糕派

巧克力蛋糕派要用到黑巧克力,其特殊口感充满惊喜。依我的经验,做一盘是不够吃的!



7



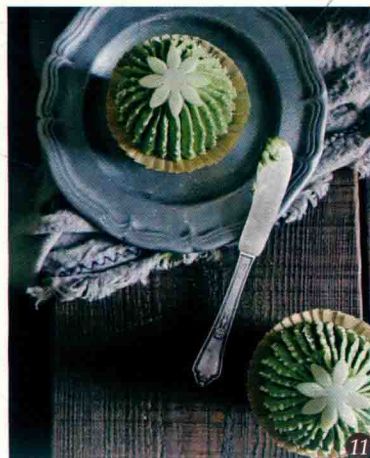
8



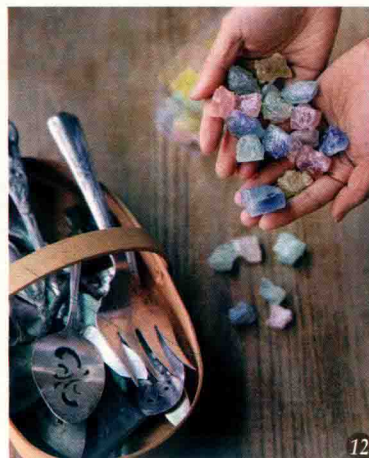
9



10



11



12

7 富士山奶盖蛋糕

松软的日本抹茶戚风蛋糕，奶盖象征山顶常年冰雪覆盖。蛋糕蕴含茶香，搭配奶盖丝丝酸甜，口感妙极！

8 水果甜甜圈

和制作面包甜甜圈相比，做水果甜甜圈减少了揉面和发酵的时间，做起来更省事。

9 半模巧克力戚风蛋糕

半模制作戚风蛋糕是最简单、成功率也最高的做法之一，不用担心开裂和回缩，成品又松又软，口感细腻，巧克力味浓郁。

10 奶冻莲花抹茶蛋糕

这款蛋糕抹茶味道浓郁，仙气十足。夏季虽然短暂，但挡不住我们欣赏它的美好，错过了莲花，再不能错过莲花抹茶蛋糕哟！

11 仙人球蛋糕

这款蛋糕在我的微博中阅读量超过 20 万！抹茶奶油包裹着猕猴桃，咬一口鲜嫩多汁，可可蛋糕软绵，几种味道搭配在一起，成就了和谐曼妙的口感。

12 矿石糖

做自己爱吃的糖果，只需要按照配方做，没有难度。心中充满小期待。5天后，奇迹出现！



13



14



15



16



17



18



19



20

13 爱心棉花棒棒糖

棉花棒棒糖，咬一口萌化你的心。

变换各种模具。从液体到一个个成型，享受这个神奇的过程吧！

14 椰蓉蛋白小球

制作这款小球非常简单，仅需椰丝、蛋白和糖粉三种原料，成品椰香清甜，外酥内软，既有卖相又好吃，是一款百分百成功的甜点！

15 草莓雪花酥

今年的网红甜点非雪花酥莫属，没别的，做雪花酥实在太简单了，几分钟就能吃上，不受工具和材料的局限。

16 迷你香梨派

用香梨做个派。学会了方法，还可以换成苹果、草莓、蓝莓、芒果……每一种都可口动心，香酥诱人，冷热都好吃。

17 巧克力夹心雪糕

小心思藏在雪糕的内心，只需要一瓶可可酱，想做什么形状自己搞定，完全满足了自己的玩心！

18 和三盆糖

和三盆糖是高级日式点心的甜味原料，其香气幽淡，甜味适中，让日式点心多了些优雅温和和甘甜。

19 抹茶白豆水羊羹

一道很著名的日式茶点，以豆类制成的果冻状食品。羊羹口味变化万千，但以白豆沙和抹茶的最普及，也最受欢迎。

20 和果子樱花

和果子与其说是点心，不如说是日本传统艺术品，精致的造型表现了人们对食物之美的追求。

目录

第1篇 基础知识

烤箱	2
基础工具	4
基础模具	6
基础用料	7

第2篇 流行饼干



15 小丑曲奇
饼干



17 柠檬迷迭香
饼干



19 可可曲奇



21 香橙核桃
意式脆饼



23 圣诞牛乳
夹心饼干



25 金沙曲奇



27 婚礼翻糖
饼干



31 福字糖霜
饼干



35 镂空糖霜
饼干

第3篇

缤纷蛋糕



41 柑橘开心果
麦芬



43 火龙果心形
蛋糕



45 日式玛德琳



47 迷你樱桃
杏仁蛋糕



48 六味磅蛋糕



51 素海苔肉松
小蛋糕



53 南瓜芝士
蛋糕



55 可可水晶
蛋糕



57 可可香橙
蛋糕



59 抹茶分层
蛋糕



61 可可乳酪
小蛋糕



63 苔藓磅蛋糕



67 橙味小方
蛋糕



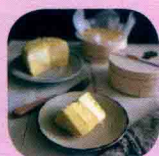
68 皇冠可可
戚风蛋糕



73 彩虹戚风
蛋糕



77 圣诞巧克力
士力架



79 双层芝士
蛋糕

第4篇

健康面包



87 墨西哥小餐包



89 墨西哥甜面包



91 低糖白软包



92 金沙面包



95 黑芝麻奶酪空心面包



97 番茄烘饼



99 油桃面包



101 牛奶芝士面包棒



105 圣诞花环比萨



107 火炬蛋筒面包



109 蔓越莓奶酪欧包



111 蓝莓爆浆欧包



113 无油无糖全麦黑芝麻面包



114 伯爵葡萄干巧克力面包



117 柏林乡村面包



118 巧克力杯子面包



121 史多伦面包



125 抹茶布丁吐司

第5篇

美味派挞



130 酥脆草莓派



132 法式青柠
乳酪挞



135 随心水果派



137 芒果派

第6篇

小资美食



141 巧克力
萨拉米



143 自制素肉松



145 木糠杯



147 地瓜麻薯球



149 蒸出来的
甜甜圈



151 网红烤青团



152 奶冻可丽卷



156 西瓜发糕



159 焦糖核桃酥

第7篇

冰品饮料



163 养颜排毒
绿色果蔬汁



165 纤体果蔬汁



167 焦糖冰激凌



169 抹茶双色
雪糕



170 奥利奥冰激凌
夹心蛋糕



173 奥利奥糖果
冰激凌



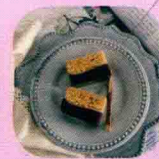
175 多肉白巧
慕斯蛋糕

第8篇

和风小点



181 落雁果子



182 日式松风



184 浮岛



187 和果子夏叶



191 和果子银杏



192 和果子水仙



195 和果子玉菊



197 和果子柿子



198 和果子
千代鹤



201 和果子萌芽



第1篇

基础知识

工欲善其事，必先利其器

烤箱

* 烤箱选择

烤箱在做烘焙时最常用到，对作品的影响也是最直接的。选择一个好的烤箱可以帮助你提升烘焙的成功率，能让复杂的事情变得更简单。

当你想入手一台烤箱时，不管出于什么考虑，一定要选择上、下火能分开调温的烤箱，且烤箱容量不宜过小。拥有一台采用上下独立温控的烤箱，你会发现可以做的食物非常多，在烤制过程中可根据具体情况选择不同的烤制方式：上、下火同时或者仅上火或下火，以使烘烤后的食物表面有完美的上色。烤箱容量大并不是为了一次性烤很多的蛋糕、面包，而是因为当你把模具放进烤箱的时候，你可能会纠结放上层靠近上火，蛋糕烘烤时一膨胀就碰到上管了，表面上色过度，放下层火又太大。所以对于普通用户来说，最起码应该拥有一个 28L 以上 的烤箱，方能使烘烤的食物受热均匀。同样容积的烤箱，应尽量选择内胆较高的。

烤箱最好能拥有发酵功能，这对做面包的帮助很大，能满足烘焙中的一次发酵、二次发酵及其他更多面食的发酵需求，使发酵更快，提高效率 and 成功率。

越来越多人喜欢在家做烘焙，烤箱也有了新的发展趋势，出现了蒸汽烤箱。这种烤箱在工作时，配置注水的装置，可纯蒸、纯烤，也可蒸烤结合实现高温蒸汽、蒸汽嫩烤等功能。和电烤箱比起来，蒸汽烤箱烹饪出的食物口感更好。用蒸汽烤箱制作出的法式面包膨胀完美，表皮金黄，内部组织气孔均匀。

* 烤箱使用

烤箱的品牌和大小都会影响到烤箱的温度，要根据烤箱的实际温度来调整烘烤温度与时间。烤箱使用前要进行预热，不同容积的烤箱，预热所需要的时间不同，容积越大，预热的时间就越长。由于打开烤箱的一瞬间烤箱内的温度会骤降，所以应把预热温度设置得比实际烘烤温度高 20℃，待预热结束再调回需要烘烤的温度。



不同烤箱，温度也有差异，因此在加热过程中要勤观察，防止温度过高或过低而导致食物烤焦或不熟。烘烤时尽量减少开关烤箱门的次数，每开一次烤箱门就应该把设定时间延长1~3分钟。

* 烤箱的保养

- 清洗烤箱的最佳时间是烤箱还留有余热的时候，用湿抹布擦洗烤箱内壁，然后倒掉烤盘中的残渣。

- 去除顽固污渍时，可将小苏打放入水中溶解，再用抹布蘸取擦拭污渍。即使烤箱内壁非常脏，也不能用钢丝球清洁，这样做会导致掉漆。另外，钢丝球上掉落的碎片与零件接触，也容易发生危险。

- 烤箱使用后会产生异味，可将咖啡渣或柠檬片在烤箱中放一晚，或将烤箱设置在150℃烘烤它们15分钟左右，即可去除异味。

