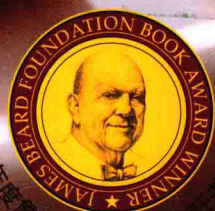


[法] 雅克·法伊弗 (Jacquy Pfeiffer) [美] 马莎·罗斯·舒尔曼 (Martha Rose Shulman) 著 朱 凯 译

# 法式 烘焙圣经

*The Art of French  
Pastry*



北京科学技术出版社

# 法式 烘焙圣经

*The Art of French  
Pastry*

[法] 雅克·法伊弗 (Jacquy Pfeiffer)

[美] 马莎·罗斯·舒尔曼 (Martha Rose Shulman)◎著

朱 凯◎译

 北京科学技术出版社

Copyright©2013 by Jacquy Pfeiffer  
Photographs copyright©2013 by Paul Strabbing  
Simplified Chinese edition copyright©2016 by Beijing Science and Technology Publishing Co., Ltd.  
This translation published by arrangement with Alfred A. Knopf, a division of Random House, LLC,  
New York, a Penguin Random House Company  
Through Bardon-Chinese Media Agency  
博达著作权代理有限公司  
All rights reserved

著作权合同登记号 图字：01-2015-1633

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

法式烘焙圣经 / (法)法伊弗, (美)舒尔曼著;朱凯译. — 北京:北京科学技术出版社, 2016.9

ISBN 978-7-5304-8356-5

I . ①法… II . ①法… ②舒… ③朱… III . ①烘焙—糕点加工—法国  
IV . ① TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 095839 号

## 法式烘焙圣经

---

作 者: [法] 雅克·法伊弗 [美] 马莎·罗斯·舒尔曼	策划编辑: 田 恬
译 者: 朱 凯	责任印制: 张 良
责任编辑: 代 艳	出版发行: 北京科学技术出版社
出 版 人: 曾庆宇	邮政编码: 100035
社 址: 北京西直门南大街16号	0086-10-66161952 (发行部传真)
电话传真: 0086-10-66135495 (总编室)	
0086-10-66113227 (发行部)	
网 址: www.bkydw.cn	电子信箱: bjkj@bjkjpress.com
经 销: 新华书店	印 刷: 北京印匠彩色印刷有限公司
开 本: 720mm×1000mm 1/16	印 张: 23.75
版 次: 2016年9月第1版	印 次: 2016年9月第1次印刷
ISBN 978-7-5304-8356-5/T·884	

---

定价: 98.00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。

# 目 录

烘焙人生 / 1

法式糕点制作技艺 / 4

所需用品 / 8

第一章 法式糕点基础 / 21

糖霜 / 23

简易糖浆 / 24

蛋汁 / 25

用于涂抹蛋糕模的面粉黄油混合物 / 26

糖粉奶油酥粒 / 奶酥 / 27

泡芙面糊 / 泡芙面团 / 29

布里欧修 / 39

经典千层酥皮 / 千层酥面团 (层叠面团) / 45

香草卡士达酱 / 英式奶油酱 / 51

糕点奶油 / 54

杏仁奶油 / 57

焦糖 / 61

焦糖坚果 / 65

榛子果仁糖酱 / 70

巧克力牛轧糖薄片 / 72

意式蛋白霜奶油霜 / 74

法式蛋白酥 / 77

甘纳许 / 82

巧克力慕斯 / 87

覆盆子酱 / 89

糖渍果皮 / 95

第二章 经典法式糕点 / 99

萨隆堡泡芙 / 101



巧克力闪电泡芙 / 105  
巴黎车轮泡芙 / 108  
咖啡提篮泡芙 / 111  
泡芙塔 / 115  
法式千层酥 / 拿破仑蛋糕 / 122  
榛子香橙蛋白酥蛋糕 / 127  
可颂和巧克力可颂 / 131

### 第三章 塔 / 139

甜面团 / 甜酥面团 / 141  
油酥面团 / 146  
水油酥面团 / 咸味酥皮面团 / 149  
苹果牛轧糖塔 / 151  
野生蓝莓塔 / 155  
蜜李塔 / 欧洲李子塔 / 158  
巧克力塔 / 巧克力塔配牛轧糖顶部装饰 / 161  
柠檬奶油塔配泪滴形蛋白酥 / 165  
阿尔萨斯酸奶油浆果塔 / 法式白奶酪浆果塔 / 168  
覆盆子榛子塔 / 171  
自制林茨塔 / 自制林茨蛋糕 / 175  
大黄塔配榛子碎 / 181

### 第四章 饼干 / 185

圣诞节传统奶油酥饼 / 圣诞节面包 / 187  
茴芹饼干 / 圣诞茴芹小饼干 / 191  
挤花饼干 / 油酥小饼干 / 194  
肉桂星星饼 / 197  
柠檬杏仁酥 / 镜面杏仁酥 / 200  
榛子酱夹心杏仁饼干 / 205  
椰子球 / 椰子马卡龙 / 213  
杏仁瓦片酥 / 215  
法式马卡龙 / 218  
蝴蝶酥 / 象耳朵 / 222

### 第五章 蛋糕和冰激凌 / 227

杏仁甘纳许磅蛋糕 / 鹿背蛋糕 / 229  
海绵蛋糕（蛋糕模版本） / 奶油海绵蛋糕 / 233

果酱海绵蛋糕卷 / 奶油海绵蛋糕卷 / 237

杏仁比斯吉卷 / 239

无面粉巧克力海绵蛋糕 / 241

巧克力榛子圣诞节树干蛋糕 / 243

圣奥诺雷蛋糕 / 246

黑森林蛋糕 / 251

杯装巧克力慕斯蛋糕 / 259

香草冰激凌 / 263

咕咕霍夫冰激凌蛋糕 / 咕咕霍夫夹心蛋糕 / 265

冰冻夹心蛋糕 / 271

冰冻咖啡巧克力慕斯 / 277

## 第六章 阿尔萨斯特色糕点 / 283

咕咕霍夫 / 285

史多伦面包 / 291

酥粒布里欧修 / 294

蜂刺布里欧修 / 蜂巢布里欧修 / 297

阿尔萨斯肉桂卷 / 301

杏仁奶油布里欧修 / 305

法式贝奈特饼 / 309

狂欢节油炸馅饼 / 315

香料蛋糕 / 姜饼 / 318

樱桃面包布丁 / 321

啤酒面包 / 324

种子面包 / 328

普雷结 / 椒盐卷饼 / 331

洋葱塔 / 337

法式啤酒乳蛋饼 / 341

火焰薄饼 / 344

阿尔萨斯肉派 / 347

## 附录 装饰物：锦上添花 / 353

榛子焦糖卷丝 / 354

巧克力卷 / 356

致谢 / 358

索引 / 360

法式糕点学校简介 / 372



# 烘焙人生



我是在父亲的面包坊里长大的，这家面包坊位于阿尔萨斯一个名为马勒海姆的小村庄。我的床就在烤炉上方（冬天很舒服，但炎热的夏夜就不好过了，因为不论那时还是现在，空调在法国村庄都不常见）。直到我15岁，那新鲜出炉的面包的美妙芳香是我唯一所知的起床铃。我父亲每天午夜起床制作面团。他的作息时间表反映了20世纪六七十年代法国传统面包师的生活：从午夜工作到中午，午饭后从1点睡到4点，然后从晚上9点睡到午夜。我的母亲则负责打理面包坊前面的店面。她每天早上5点起床，为6点开门营业做准备（那时门外早就排起了队）。她要接待顾客，直到晚上7点才关门。

母亲熟知她的每一位顾客。她知道谁喜欢上色浅的面包，谁喜欢上色深并且烘烤得有些过头的面包；她知道谁要买可颂以及买多少。她知道要为某个邻居留一块大号咕咕霍夫，为另一个留6个肉桂卷。阿尔萨斯人对食物有超乎想象的热情，而一位成功的面包师必须让每个人都满意。顾客们不会公开抱怨，但只要不满意，他们就再也不会光临你家的店铺。我那身材娇小的母亲热情地接待一位又一位顾客，迅速算出消费总额并把它们记在小本子上。在我14岁左右时，一个星期六的早上，我代替姐姐伊丽莎白到店里工作（她一向在星期六到店里帮忙，但那天有事不在）。无知的我一直认为售货很简单——把吐司交给顾客能有多难呢？我的母亲在一旁微笑着，她知道我对她的

顾客几乎一无所知，希望我能通过这次工作了解顾客的需求。计算总额时，我能够感觉到他们审视的目光（幸好我的数学还不错）。到了中午，我实在无法承受那么大的压力，恳求母亲不要再让我到店里工作了。“我会擦地板，清洗爸爸厨房里的每一个罐子和烤盘，但是请不要再让我到前面店里工作！”她笑着说：“现在你知道我每天是怎么过的了吧？”

放学后、周末以及节假日期间，我和我的兄弟姐妹经常被要求到面包坊工作（但不是店里）。我们会尽力逃避，跑到附近的小山上、田野里或者农场的谷仓里玩，但最终父母总会找到我们。我的父亲非常严厉，总能找到事情让我们做——清洗粘满油脂的烤盘和咕咕霍夫模，给用来制作苹果派的苹果削皮，将用来制作水果塔的李子切碎。每到星期三，母亲都要将洋葱剥皮后切成细长条，再用黄油炒熟，用来制作风味极佳的薄皮阿尔萨斯洋葱塔，这种塔父亲每周只做一次。有时父亲会让我在千层酥皮上刷蛋汁，他对这道工序特别重视，因为蛋汁刷多了会阻碍酥皮膨胀。

每到圣诞假期，我们全家人就会围坐在一起，一边听埃迪特·皮亚夫、夏尔·特雷内、莫里斯·舍瓦利耶和20世纪五六十年代其他法国歌手的歌曲，一边做圣诞饼干。现在我很喜欢这些歌曲，但是当时，我实在不太欣赏它们。如果父亲的助手没来而我又还没有开学，父亲就会在夜里叫醒我，让我帮他称量长法棍和短法棍的面团。在法国，这两种面包的面团



重量都必须为 350 g。每次，面团都会粘在我的手指上，仿佛要成为我身体的一部分。每当我看到父亲又快又好地给面团整形而自己被黏糊糊的面团弄得手忙脚乱，都会备受打击。

然而，我父母掏光身上的 250 法郎辛苦建成的这个面包坊，对我来说不仅仅意味着辛劳和烦闷。我从很小开始就喜欢在里面动手做些什么。只要放学后不去踢足球或加入兄弟姐妹的游戏，做好晚饭或照料好受伤的小动物（我在谷仓发现的）后，我就会找母亲要一些早上从工作台上刮下来的面团。我会花几小时的时间，趁着父亲睡觉的时候用面团捏一些雕像或厨房用品，然后放进砖石烤炉里烘烤。白天烤炉的电源是关闭的，但是关闭几小时后里面依然有余热。看到我这么喜爱手工制作，母亲会把吃贝比贝尔奶酪剩下的红色蜡纸存起来给我用，因为她知道我会把它们做成花朵或其他东西。每天晚上，我都会坐在桌前做手工。

随着我慢慢长大，父亲的生意逐渐变好，我开始明白一个手艺人可以拥有美好的生活。辛勤的工作和有规律的生活是必不可少的，而我们阿尔萨斯人更为自律。父亲经常对我说不要进入食品行业（因为太辛苦了），但我知道他内心深处希望我某天能够继承他的面包坊。不过，我想做一些更有美感的事情。学做糕点是梦想，于是我请父亲帮我找一位糕点师，让我去做学徒。

发现自己对糕点感兴趣依然跟父亲有关。尽管他是一位面包师而非糕点师，他也制作闪电泡芙、法式千层酥、饼干和蛋糕。阿尔萨斯是个重视传统的地区。几百年来，面包师为每个特殊的日子制作特殊的糕点。每当村里人要举办生日派对、第一次领圣餐仪式、毕业典礼或婚礼，父亲的面包坊都会非常忙碌。他会制作完美的海绵蛋糕，在上面涂抹巧克力奶油霜、咖啡奶油霜或香草奶油霜（奶油霜在 20 世纪 60 年代是最好的蛋糕涂层），再挤出古典的维多利亚式糖霜拉线。如果村里要举办大型婚礼，他就会一次制作 30、40 或 50 个蛋糕，

因为阿尔萨斯的传统是，新郎和新娘的父母要把有奶油霜和装饰物的蛋糕作为回礼送给参加婚礼的所有亲朋好友。每到这时，我的兄弟姐妹和我就会帮我父亲把海绵蛋糕切成三层，淋上掺了樱桃酒的糖浆，再在蛋糕表面涂上奶油霜。父亲则会给蛋糕涂上糖霜，在侧面粘上烤过的杏仁片，最后在顶部挤出裱花装饰。当了糕点学徒之后，在这种繁忙时节，我经常在周末或工作结束后到我家的面包坊帮忙。帮父亲给无数个蛋糕裱花是我完善技艺的不二法门——做得多了，最后你就知道该怎么做了。

不过，从我决定做糕点学徒到能够在父亲的蛋糕上挤出糖霜拉线，其中的辛苦不为外人所知。我跟随一位名为琼·克劳斯的糕点师学习糕点制作，学习地点在 20 千米之外的斯特拉斯堡。这位糕点主厨虽然善于教导学徒，却是一个苛刻的酒鬼。我那美好的少年时代从 1976 年 9 月开始发生了翻天覆地的变化，那一年，我 15 岁。你将在后面读到我在那段艰辛岁月里的故事。我不止一次想要放弃，但是我有远大的目标和对未来的梦想，我知道在学徒期间学到的所有基础技巧对糕点师的职业生涯至关重要，而我那严苛的老板是个合格的师傅。我对自己说：“如果我放弃了，天晓得我会沦落到什么地方。”而且我知道，如果我离开，我将再也无法面对我的父亲。于是，我坚持了下来。

最后，我不仅没有被严格的训练打倒，反而从中受到启发，进入了这个美好的行业。我在阿尔萨斯一家大型连锁糕点店工作，甚至在服役期间在海军担任糕点师。（除了法国，还有哪个国家会在驻守非洲海岸线的军舰上安排糕点师呢？）此后，我在世界各地做了很多充满挑战的、奇妙无比的工作。

1991 年，我搬到芝加哥，负责掌管费尔蒙酒店的糕点厨房，但那个时候我发现我的职业理想是教学。从某种程度上说，我的教学生涯开始于我在国外的第一份工作——担任糕点主厨，我从中重新认识了自己。那时，我 23



岁，在沙特阿拉伯管理一个由 25 名员工组成的团队。这些员工来自菲律宾、印度、孟加拉、斯里兰卡和巴基斯坦，从来没有做过糕点，要教会他们并不容易，但我素来喜欢挑战。你永远不知道故事的结局如何，这是我所选择的工作之所以如此有吸引力的原因。之后的每份工作，从文莱、中国香港、帕罗图奥到芝加哥，我训练过许许多多毫无经验的员工。在下班后和周末，我开始在我居住的地方开办非正式的制作巧克力的培训班。1995 年，我和同事塞巴斯蒂安·卡诺纳一起开办了法式糕点学校。当时它是美国唯一一家此类型的学校，如今它已经是全世界最有声望的糕点学校之一了。

在法式糕点学校，我们培训糕点师和糕点爱好者，所用的训练方法比我师傅的温和得多。尽管如此，训练依然严格。和我所受的学徒教育一样，这种培训对许多人来说是进入糕点行业的关键性开端，学生在深受启发的同时打下良好的基础至关重要。近 20 年来，我每天站在学生身边看他们操作，因此知道每一项新任务的难点在哪里，也能预测学生可能会犯的错误。

一本出色的烹饪书就像一位优秀的老师，能够激发厨师或烘焙者的热情。它可以让你迈出正确的第一步。如果你不了解糕点的制作

原理，那么制作糕点对你来说将十分困难。因此，让大家理解糕点制作原理是我一直以来努力的目标，也是我创作这本书的初衷。在书中，我不仅要向你讲述我的烘焙生涯中的故事，还要监督你，确保你认真称量原料并且在制作前把原料放在室温下回温，在用擀面杖擀塔皮面团时不过分用力，在制作泡芙面糊、向液体中添加面粉时用手动打蛋器而非刮刀搅拌（因为如果你把潮湿的面粉加到液体中，面粉就会结成块）。你将学会制作法国传统糕点，也将学会制作一些不那么有名但同样好吃的糕点——陪伴我长大的阿尔萨斯特色糕点。

在每个配方中，我都会清楚地告诉你为什么要使用特别的原料，制作原理是什么，怎么做是错的以及做错后该如何补救。这些解释和说明可能看起来很啰嗦，但它们是成功的关键。我的目标并不仅仅是讲解完美的海绵蛋糕或苹果塔的制作方法。不论你是一位家庭烘焙者还是一位职业糕点师，我的目标都是让你明白做一个手艺人意味着什么（只要你制作糕点，你就是一个手艺人）。我就是这么被训练成一个手艺人的，我在法式糕点学校的学生们也会成为这样的人。无论你是在家烘焙还是将烘焙作为职业，你都将在按照本书制作糕点的过程中掌握新技巧，而且你也能自称为手艺人。



# 法式糕点制作技艺



这是一本传授法式糕点制作技艺的书。我十几岁时学会了这些出色的技艺，多年来我将它们传授给成百上千的学生并以此为乐。这种手工艺的传承依靠的是人与人之间的接触，旨在指导你掌握完整的法式糕点制作流程。书中那些为家庭烘焙者准备的配方所包含的内容比职业烘焙者甚至法式糕点学校的学生所用配方的内容丰富得多。你可以反复研究配方中的细节，这些内容也是我们每天教授给我们的学生的。这些知识不仅能够帮助你制作那些糕点，而且能够使你的烘焙技艺整体上一个台阶。

我相信，你只要满足两点要求，就能掌握一种工艺或技巧。而要满足要求，一要靠我，二要靠你自己。我会为你提供足够的信息和工具，让你了解如何制作特定的糕点，但你的努力——耐心和坚持——同样重要。许多人会玩乐器，会织漂亮的毛衣，或者精通一种运动。你不可能只看看乐谱，只演奏一遍就会弹奏巴赫的《众赞歌》。首先你要记住钢琴上的琴键，接着要练习音阶，再练习片段，最后不断地反复练习整首乐曲。学习编织时，首先你要掌握不同的针法并熟练操作，然后学习织围巾，接下来开始织毛衣。学习制作糕点也一样：你只有先学会制作泡芙面糊和挤花技巧，才能制作合格的闪电泡芙。

第一次尝试某些（或许是大多数）制作技巧，比如挤奶油霜，会让你觉得没那么容易。但是如果你愿意练习，那么你最终会知道该怎

么做。做一个手艺人的美好之处就在这里：练习得越多，手艺就越好。至少，在我的帮助下，你在开始阶段不会充满迷惑，因为我会告诉你该如何握裱花袋，通过图片告诉你裱花袋应该距离烤盘多远，倾斜角度是多少，什么时候停止挤压以及最后如何处理“小尾巴”。此外，当你按照某个配方操作并且发现不对劲时，我会一直在这儿回答你的疑问。

在阅读本书的过程中，你还将学到一些化学知识。了解糕点中发生的化学变化十分重要，因为当原料发生反应时，糕点会发生（或不发生）某些变化。不理解这些原理就去制作法式糕点，就像一点儿都不懂机械知识却去修理汽车一样。但是，一旦了解了其中的制作技巧和化学原理，你就能按照配方成功地制作糕点，哪怕重复 100 次也不会失误。

下面这几页的内容我在学校的每个班都讲过，而且我会一遍又一遍地重复，并且发现多次重复有利于学生掌握。我希望它们能够激励你成为真正的手艺人。以后，无论你是以这门手艺为生还是只把它当作业余爱好，你都将拥有许多幸福的“客户”。

## 如何使用本书

后面的许多配方（尤其是第一章的）就像小型的糕点制作技艺教案。它们展现了法式糕点的基本原理和经典范例，而后者正是几个世纪以来最受顾客欢迎的糕点。我的学生们有时想要跳过经典进行创新，但我一直坚持让他们

先学会制作这些经典的糕点。我们没有必要浪费精力，我希望他们能够先制作出合格的传统可颂，再进行创新。

没有掌握基本技巧的话，你将无法完成第二章到第六章的配方，所以熟练掌握第一章的配方和技巧十分重要。请反复练习。这些配方后面都列有以之为基础的相关配方，这样，你掌握某些基本技巧后，就可以从中挑选自己想挑战的新配方了。

制作糕点最重要的一点是给自己充足的时间。你要把每个配方看作一个工程项目，其成果是你的家人和朋友享用的可口糕点。假如你当天要举办家宴，必须制作主菜、前菜和配菜，那就不要制作复杂的糕点，比如咖啡提篮泡芙（第 111 页）。提篮泡芙十分好吃，但是制作过程复杂：要先制作泡芙面糊、糕点奶油和翻糖，然后在烤好的泡芙中填充馅料并在表面蘸上翻糖，再把小泡芙放在大泡芙上面，最后挤上慕斯林酱（第 55 页）。制作像提篮泡芙、泡芙塔和圣奥诺雷蛋糕这样复杂的糕点时，你要像做手工那样安排好时间。你可以准备好所有原料，在星期六或星期日下午动手制作。做好糕点后，将它们送给朋友和邻居尝尝，或者作为日常的餐后甜点。如果你想为家宴做这类糕点，可以事先烤好泡芙并放在冰箱里冷冻。

如果你想制作不那么复杂的糕点，本书中还有很多配方供你选择，比如第 108 页的巴黎车轮泡芙和第六章中的任何一种塔（塔皮也可以事先制作）。不论你对哪个配方感兴趣，都要从头到尾读两遍，确定自己已经熟练掌握了基本技巧，才能开始做计划和动手操作。这样，你可以留出必需的时间，从容不迫地完成配方。你还要学会如何冷冻糕点的各个组成部分，这样你可以在几周后使用它们并且很快做出美妙的糕点。你一旦熟悉了基础配方并对完成它充满信心，就可以略过那些大段的说明，直接进入实际操作部分了。

## 称量原料：称重和测量体积

在培训的第一周我总是会告诉我的学生，称量原料十分重要，而且精确的称量意味着糕点的质量稳定。这时，他们的反应往往很有意思。听到自己要称量未来 6 个月所需使用的每一种原料后，所有人都会面面相觑、难以置信。有些人生气，有些人则担心，怕自己在制作将要学习的糕点时不会用老祖母用过的那种古老的称量工具。不满的学生会问我们该怎样适应称量原料这件事，而我会反复向他们保证，几个世纪以来人们一直在称量原料，而且习惯这道精细的工序十分容易。“人类已经登上了月球！我相信你们能够把原料放在秤上，直到它显示你要的重量。”

接下来是我最喜欢的部分。为了证实我的观点，我拿起一个量杯，装满面粉，在学生面前称量。接着，我把结果写在黑板上：123 g。然后，我装了另外一量杯面粉并称量：125 g。我又重复了 8 次，结果都不出所料——每次称量出的重量都不同。

这个实验证明了一个简单的论点：用量杯或量勺测量原料不够精确，不能用于糕点制作。你越多地使用量杯（包括尖嘴量杯）或量勺，原料重量的误差就越大，配方的精确性也就越难以保证——最终，糕点的质量就越难保持稳定。如果你想完全掌握一个配方，那么你必须知道原料将如何发生反应。如果仅仅测量原料的体积，那么你将无法确保每次都能成功地做出蛋糕；而如果你称量每一种原料，那么这本书中的每一个配方你都可以成功完成，不论你重复多少次。

测量体积造成的重量误差并不出人意料。一量杯面粉或者糖粉的重量受很多因素影响，包括它们是否潮湿、放入量杯后是否被压实、舀出之前在袋子里是否存放了很久、是否筛过以及量杯本身的刻度是否标准。不同厂家的量杯，刻度并不完全一致。测量液体（如牛奶）的体积时，不同的人看同一量杯上的刻度线，得到的读数也不尽相同。而用不同厂家的量勺



测量体积时，误差更是大得惊人。（如果你不相信，可以自己试一试！）

你知道吗？用秤称量出的 200 g 面粉的体积相当于 1½ 量杯 + 1 大勺 + 1¼ 小勺。你将发现，我在每个配方中都提供了一个表格，表格中列有每种原料的大致体积。但是我并不想让你使用那些近似值。假如你以前从未用秤称重，这些表格能让你对某个重量的原料的体积有个大概的印象。但是如果你制作糕点时参考的是这些近似值，我无法保证成功率。每位专业的糕点师都会赞同我对这些近似值的看法。

用秤称量原料的话，准备所有原料的时间也会短得多。我建议你使用电子秤。一台精确的以克为单位的电子秤不仅能够称量液体原料、鸡蛋、苹果、坚果和面粉等，而且能够称量用量非常小的调味品（如香料和盐）。有一种方法非常高效：在秤上放一个碗，把读数归零，然后将所需的原料依次倒到或舀到碗里。这样到称量结束时，你可以少洗一些东西。最重要的是，这样做可以成功地制作糕点。这就是为什么我那些最初对称重充满怀疑的学生很快就被说服的原因。

## 烘焙要点

很多糕点配方需要很多步骤才能完成，其中包括很重要的一步——烘焙。理解这个需要小心处理的步骤非常重要。在家烘焙和在专业的糕点厨房烘焙是不一样的，因为糕点厨房里使用的是有很多层的商用对流式烤箱。因此，本书中的所有配方都在使用普通烤箱的家庭厨房中试验过。这本书的合著者马莎使用的是老式的威基伍德牌（Wedgewood）燃气烤箱，我使用的则是厨宝牌（Kitchenaid）电烤箱。尽管我更喜欢燃气烤箱，但使用这两种烤箱能够得到相似和成功的结果。

烘焙前，请看以下几点建议。

· 我在家烘焙时，总是把烤架放在烤箱中层，这样可以从温度和功能这两方面获得与商用烤箱最接近的效果。如果本书中的配方有特

别的要求，就相应地调整烤架的位置。

· 如果你把烤架放在偏下的位置，成品的底部受热就会多一些；相反，如果你把烤架放在偏上的位置，成品的顶部受热就会多一些。因此，烤比萨时，理所当然要把烤架放得偏下，因为你想让比萨的底部形成硬壳。反过来，如果你想让柠檬蛋白霜塔的顶部颜色深一些，那么让烤架靠近烤箱顶部更合理一些。

· 现在的家用烤箱有两种：对流式烤箱和普通电烤箱。对流式烤箱中有一个风扇，可以吹风，使烤箱内的热量分布均衡，这对制作糕点来说非常有效。如果你有一台对流式烤箱，可以在两层各放一个烤盘。然后在烘焙时间过了 1/2 或 2/3 时将烤盘上下调换位置并且旋转 180° 放在烤架上。这样做的时候，要迅速地开关烤箱门。在普通电烤箱中，热量由环绕在烤箱内部的加热管提供。和燃气烤箱一样，这种烤箱的热流是自然产生的。使用普通电烤箱时，我建议你一次只放入一个烤盘，否则其中的热量无法正常流动。

· 合适的烘焙温度对成品来说绝对是至关重要的。偶尔插入探针或用烤箱温度计来检查烤箱的实际温度很关键，这样你才能知道烤箱的温度是否符合配方的要求。如果烤箱温度不准确，我建议你请修理工来调校。家用烤箱需要经常调校。

· 我要给你的另一个建议是正确理解“好奇心杀死蛋糕”这句话。很多烘焙者非常好奇并且缺乏耐心，总是在烘焙过程中多次打开烤箱门，看看自己的糕点烤得怎么样了。我一直告诫我的学生，如果没有充分的理由，中途开烤箱门之前请三思。家用烤箱的功率不如商用烤箱，开烤箱门会导致大量热量流失，而温度降低将在很大程度上打断烘焙并影响烘焙效果。要想烤好糕点，烘焙不能中断。

· 不要怕把东西烤过头！在我开办法式糕点学校的 17 年中，我一次又一次地看到同一个问题发生：烘焙时间不足。由此得到的结果是成品颜色苍白、味道平淡、口感坚韧，因为

面粉中的面筋没有被充分破坏。而稍微深一些的表皮不仅能为你的作品带来独特的风味，还能带来绝佳的质地。

· 知道某些烘焙工具比另一些好，这一点对你来说很重要。现在，当你选择烘焙工具（如模具和烤盘）时，在材质方面有很多选择——金属、陶瓷、玻璃和硅胶等。在欧洲的大多数国家，专业的糕点师使用蓝钢或碳钢制成的烤盘。在我看来，这两种金属最适合制作烘焙工具，因为它们的导热性非常好。它们还有一个优点：你可以直接将糕点放在烤盘上烘焙而不需要烘焙纸或不粘垫；你需要做的只不过是在烤盘表面涂抹少许黄油。只要小心保养，你就能长期使用这些烤盘。通常，我会在烘焙结束后，趁烤盘还是热的就把它们擦干净。我很少清洗它们，以免生锈。

在美国，大多数烤盘是用铝或者铝合金

制作的。这不是最好的选择，因为铝的导热性能不好。另外，你也不能直接在这些烤盘上烘烤糕点，否则成品底部有时会形成浅灰色的东西。

你可以选择硅胶模具或者在烤盘上垫一块不粘垫。硅胶模具和不粘垫从整体上改变了烘焙。你永远无须在硅胶模具和不粘垫上涂抹黄油，使用起来非常简单方便。它们让糕点师的生活变得轻松，因为它们轻盈、可折叠并且永不生锈。不过，如果你想让糕点颜色深一点儿（比如你正在制作泡芙），那么用不粘垫的效果就不如烘焙纸好。

最后，陶土和钢化玻璃的导热性能不太好。用这些材料制作的工具可以用于烘焙，但只限于烘焙少数几种糕点，比如焦糖布丁和面包布丁。说到塔盘，我不建议使用陶的、瓷的或玻璃的。我一向使用钢制塔盘。

# 所需用品

## 必备工具

我制作糕点的法则之一是“工欲善其事，必先利其器”。一件制作精良的工具不仅让人觉得美好，而且能让工作变得简单。你无须准备一大堆一次性的糕点制作工具，让自己的厨房抽屉乱糟糟的。这里列出的基本工具能够保证你完成本书中的绝大多数配方。你将经常使用它们并且永远珍爱它们。

## 电子秤

电子秤对成功制作糕点来说极其重要。当你想精确称量原料时，它是最好的选择。我推荐使用多兰牌（Doran）PC400 电子秤。它产自美国，制作工艺精良，称量非常精确，量程为 1~2270 g。为了确保你精确地按配方操作，你应该在这方面大方一些。对泡打粉这类用量较小的原料来说，你还需要一台迷你口袋秤，它可以精确到 0.1 g。这两种秤都不贵，而且能在网上买到。

经销商：[www.doranscales.com](http://www.doranscales.com)

## 电子熬糖温度计

如今你可以买到玻璃熬糖温度计和电子熬糖温度计。这两种温度计我和我的学生都试用过，一次又一次清除破碎的玻璃碴之后，我最终确定电子熬糖温度计的安全性最高。我喜欢那种可以伸入烤箱测量烤肉温度的温度计。它不仅能够测量温度，基座上还配有计时器，并且在被测量物达到设定温度时会发出报警声，



非常方便。这种温度计的探针由一根有弹性的金属丝与主体连接，金属丝不能浸入水中，也不能用力弯折，否则温度计将失效。我建议大家在购买这种温度计的时候多配一根探针，这样第一根探针坏了后，你能立即替换。我从不使用红外线温度计，因为它只能测量烘焙或烹饪的食物的表面温度。要确保你购买的温度计的最大测量值在 300 °F (149 °C) 以上，而且能够显示摄氏度和华氏度这两种单位的读数。我喜欢热工厂（Thermo Works）生产的手持式温



度计和笔式温度计。

经销商：[www.thermoworks.com](http://www.thermoworks.com)

### 厨宝厨师机

如果你打算认真对待制作糕点这件事，那么你需要一台配有打蛋器、平搅器和面团钩的台式厨师机，而最好的厨师机莫过于厨宝牌的。本书中的所有配方几乎都需要用到厨师机。

经销商：[www.kitchenaid.com](http://www.kitchenaid.com)

### 手持式搅拌机

你需要一台手持式搅拌机来处理本书中的乳液状和奶油状混合物。这种实用的工具用来搅拌液态混合物十分有效，能使其均匀地融为一体。

经销商：[www.kitchenaid.com](http://www.kitchenaid.com)

### 案板

你可以使用塑料案板，但我是比较老派的人，喜欢使用木质案板。我喜欢在案板下放一块橡胶垫，以防案板在使用过程中滑动。你也可以在案板下放一张潮湿的纸巾防滑。不要将木质案板泡在水中，否则它会受潮变形。如果你经常在案板上切洋葱和大蒜，那么最好单独准备一块糕点专用案板。

经销商：[www.johnboos.com](http://www.johnboos.com)

### 木质擀面杖

市场上有各种材质的擀面杖，比如塑料的、金属的、大理石的甚至硅胶的。但是我推荐硬木擀面杖，其中最好的是用山毛榉木和黄杨木做的，因为它们不容易变形。它们比一般的擀面杖贵得多，但是如果你爱惜它们，每次用完后用塑料刮刀刮干净并用微湿的纸巾擦拭，那么它们的使用年限会非常长。不要将木质擀面杖泡在水中，否则它们会膨胀或变形，并且再也无法保持笔直。我一直以来用的是没有把手的擀面杖，不过你也可以使用带有把手的擀面杖。不要使用两端逐渐变细的法式擀面杖，

因为它们粗细不均匀，会增加擀面的难度。

经销商：[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)

### 烘焙纸

试着寻找有硅胶涂层的烘焙纸，它的防粘效果极好。你可以在当地食品杂货店购买普通的烘焙纸，也可以去酒店餐饮用品专卖店或烘焙用品专卖店购买一种使用起来十分方便的烘焙纸，它们已经被裁成了烤盘的大小。

经销商：[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

### 不粘垫

不粘垫也就是硅胶烘焙垫，它改变了我们的烘焙方式。它可以用来烘焙和冷冻东西，也可以让你在擀塔皮面团和千层酥皮时更加轻松和方便。我建议你购买一块标准尺寸（14.5 in × 19 in / 37 cm × 48 cm）的不粘垫用来擀面团，再购买两块与烤盘大小（11.62 in × 16.5 in / 29.5 cm × 42 cm）相当的不粘垫用来烘焙。用完后，不要把不粘垫折叠起来放在抽屉里，否则它最终会沿着折痕裂开。你可以把它松松地卷起来，但最好的办法是摊平存放。在法式糕点学校，我们把不粘垫夹在裤夹上悬挂起来。它比烘焙纸贵得多，但是值得购买，因为可以反复使用数百次。而且，没有东西会和硅胶粘在一起。

经销商：[www.demarleathome.com](http://www.demarleathome.com)

### 软式硅胶模具

食品级硅胶模具能够用来烘焙和为糕点塑形。就像不粘垫一样，它没有异味，而且便于使用，因为烘焙前我们无须在上面涂抹黄油或者进行其他特殊处理。另外，它很轻，并且能用洗碗机清洗。

经销商：[www.demarleathome.com](http://www.demarleathome.com)

### 一次性裱花袋或挤花袋

我们称为裱花袋或挤花袋的其实是同一种东西。你可以在市场上找到不同类型的裱花袋，其中有些是布的。不过，我喜欢用塑料制

成的一次性裱花袋，因为它内部光滑，便于挤出混合物，同时外部略微黏手，便于掌握。出于卫生和效率的考虑，业界人士用完即扔，但是你可以在每次用完后将其清洗干净，以便以后反复使用。我喜欢购买成卷出售的一次性裱花袋，因为它们不会占用抽屉的大量空间。你最好买一卷大号裱花袋（长 18 in / 46 cm）和

一卷稍小些的（长 12 in / 30 cm）。

经销商：[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)

### 裱花嘴

你最好购买一套圆形裱花嘴和一套星形裱花嘴。确保它们足够坚固并且是不锈钢的。

经销商：[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)

### 带盖的小号、中号和大号炖锅

确保它们足够厚实并且是不锈钢的。制作焦糖和糕点奶油时，炖锅大小合适是很重要的。如果使用的炖锅过大，那么煮的东西很容易糊，因为它们会大面积地接触高温；如果使用的炖锅过小，那么会有安全隐患，因为煮的东西会因沸腾而溢出。我喜欢马特福牌（Matfer）炖锅。

经销商：[www.matferbourgeatusa.com](http://www.matferbourgeatusa.com)，  
[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

### 小号、中号和大号搅拌碗

一定要使用坚固的不锈钢搅拌碗。玻璃碗有可能破碎或掉落玻璃碴，因此不能用于商业化糕点厨房。

经销商：[www.matferbourgeatusa.com](http://www.matferbourgeatusa.com)，  
[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

### 微波炉碗

你应该准备小号和中号微波炉碗各一个，以便加热巧克力和黄油。最好使用塑料的。你也可以使用玻璃碗，但是要非常小心，千万不要让玻璃碎片掉进你准备的食物中。

经销商：[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

### 两个直径 9 in (23 cm) 的金属塔圈或塔盘

制作塔类糕点时我们有很多选择，不过我推荐使用镀锌或不锈钢的金属塔圈或塔盘。我更喜欢塔圈，因为它们无底，可以直直地立在烤盘上，对专业烘焙者来说非常实用。而有底的塔盘对家庭烘焙者来说十分实用。我喜欢马特福牌的。

经销商：[www.matferbourgeatusa.com](http://www.matferbourgeatusa.com)，  
[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)，[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

### 过滤器和筛子

确保它们是不锈钢的而且网眼很小。

经销商：[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)，  
[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

### 保鲜膜和铝箔

我建议你去酒店餐饮用品专卖店或大型连锁超市购买大卷加厚型铝箔和保鲜膜，它们比普通的铝箔和保鲜膜更利于保护你的作品。

经销商：酒店餐饮用品专卖店和大型连锁超市

### 粗棉布

粗棉布适合用来过滤液态混合物和肉汤中的香草和调味品。

经销商：当地食品店

### 大号和小号不锈钢手动打蛋器

手动打蛋器的金属丝必须是不锈钢的，把手应该是不锈钢或塑料的。除了普通手动打蛋器，你还应该准备一个球形手动打蛋器，因为它能更有效地打发蛋白和将蛋白混入面糊中。有这样一个手动打蛋器非常方便，但没有的话你也能用普通打蛋器完成上述工作。我喜欢马特福牌手动打蛋器。

经销商：[www.matferbourgeatusa.com](http://www.matferbourgeatusa.com)，  
[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## 耐热橡胶刮刀

我建议大号和小号的橡胶刮刀各买一把。大而宽的刮刀适合搅拌混合物。它是用非常耐热的橡胶制成的，所以你在制作焦糖时不必担心它会熔化。与勺子相比，只有用橡胶刮刀和碗碟刮板才能有效地将碗里的面糊全部刮干净。如果你也用橡胶刮刀制作咸味的食物，那么我建议你准备两把并将一把专用于制作糕点，因为刮刀上会残留食物的香味。

经销商：[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## 碗碟刮板

它是一种长方形的硬质塑料刮板，有一条边是圆弧形的。它可以又快又好地刮干净搅拌碗里的东西。

经销商：[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)，[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## 金属抹刀和金属曲柄抹刀

你应该准备一把中号抹刀（刀刃长 9 in / 23 cm）、一把中号曲柄抹刀（刀刃长 9 in）和一把小号曲柄抹刀（刀刃长 4 in / 10 cm）。曲柄抹刀的刀刃是 L 形的，并且从刀柄处向下弯折。抹刀的刀刃应该是不锈钢的，但刀柄可以是塑料或木质的。和刀具一样，只要你小心保养，这些抹刀就可以永远为你服务。

经销商：[www.backmann24.com](http://www.backmann24.com)，[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## 冰激凌勺

冰激凌勺是用来舀冰激凌的，但它也适合舀即将烘焙的饼干面糊。我推荐购买三种不同规格的冰激凌勺：直径 25 mm（1½ 小勺）、35 mm（1 大勺）和 56 mm（4 大勺）的。

经销商：[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## 圆形饼干切模和花边饼干切模

饼干切模最好是不锈钢的，这样你可以一直使用它们。一套圆形饼干切模有各种不

同的尺寸，不仅能够制作饼干，而且有很多其他用途，比如切割巧克力。我喜欢马特福牌饼干切模。

经销商：[www.matterbourgeatusa.com](http://www.matterbourgeatusa.com)，[www.chefrubber.com](http://www.chefrubber.com)，[www.amazon.com](http://www.amazon.com)

## 蔬菜削皮器

每位厨师都有自己最喜欢的一款削皮器。我选择削皮器的原则和选择其他工具的一样：使用起来高效而舒适。制作糕点时，我们用削皮器来削巧克力以及水果和蔬菜的表皮。大多数人喜欢 Y 字形的削皮器。

经销商：[www.kitchenaid.com](http://www.kitchenaid.com)

## 直尺

制作糕点时，我们不仅要称量所有东西，还要测量我们制作的東西的大小。我建议大家购买一把带有英寸和厘米这两种单位的不锈钢直尺。

经销商：办公用品店

## 陶瓷烤盅

这些模具可以让许多一人份糕点（如冰冻咖啡巧克力慕斯，第 277 页）拥有漂亮的外形。我推荐芮芙（Revol）公司生产的烤盅，这家公司专门生产各种形状和种类的小餐具。

经销商：[revol-porcelaine.fr](http://revol-porcelaine.fr)

## 安全的鞋子

在厨房工作时一定要穿防滑的包头鞋。和你在本书中看到的许多经验一样，我是付出了惨痛的代价才获得这一经验的——一把削皮刀从工作台上掉落，刺穿了我脚上的大拇指。厨房的地板往往十分湿滑，而你永远不知道什么时候滚烫的东西会从炉子上飞溅出来。另外，穿着一双舒适的鞋也有助于你一次站立数小时。我喜欢邓肯牌（Dansko）木底鞋。

经销商：[www.dansko.com](http://www.dansko.com)