

家庭糕点烤制技巧

苏元 方民生 肖亚成 常登平 顾田中 编著



中国农业科技出版社

家庭糕点烤制技巧



中国农业科技出版社

(京)新登字061号

内 容 提 要

因国家、民族及地区的物质、气候、风俗习惯和嗜好特点的不同，糕点有各种制作方法和花样。本书根据国内外的最新资料，立足国内一般家庭的生活水平，向国内读者介绍利用家庭烤箱制作糕点的基本知识和多款面包、蛋糕、酥饼、干点及布丁等糕点配方及其烤制技巧，款式新颖，品种齐全，操作简便。

本书是一本家庭必备的实用生活参考书。可供家庭主妇、餐馆厨师和面点师、粮店职工及小作坊主读用。

家庭糕点烤制技巧

苏 元 方民生 肖亚成
常登平 顾田中 编著
责任编辑 李祥洲

中国农业出版社出版 (北京海淀区白石桥路30号)

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经销

海丰印刷厂印刷

开本：787毫米×1092毫米 1/32 印张：8.5 字数：187千字

1993年10月第一版 1993年10月第一次印刷

印数：1—6000册 定价：5.95元

ISBN 7-80028-445-9/TS·6

致 读 者

随着现代生活水平的提高，家庭厨房电器设施逐步增多，从而使家庭生活方式也逐渐现代化。其显著的标志之一，就是面食品在人们饮食生活中的比重愈来愈大，而糕点则是面食品的重要组成部分，它的花样众多，款式新颖，使人目不暇接。糕点通常是用面粉、食糖、油脂为基本原料，配以蛋品、果料、奶制品、肉类以及调味品、添加剂等辅料加工制成的，色、香、味、形俱全，是营养丰富的方便食品。

糕点随着原辅料的发掘，工艺技术的发展，品种越来越多，营养丰富，口味鲜美，造型精巧。特别是营养方面，糕点含有蛋白质、脂肪、糖、维生素、矿物质（无机盐）等多种成分，远远优于大米饭的营养，对人体生长发育极为有利。此外，糕点的发热量和在人体中的消化率也高于大米饭。以100克计算，糕点发热量为220千卡以上，米饭发热量为140千卡。一般来说，糕点在人体中的消化率高于米饭10~20%。

根据国家、民族、地区的物质、气候、风俗习惯、嗜好特点的不同，糕点有各种制作方法和花样。在我国，还形成了不同的帮式。全国著名的帮式有：京式、广式、苏式、川式、扬式、闽式、宁式、潮式等。过去，人们品尝糕点一般只能到食品店购买，今天，由于家庭电烤箱以及燃气烤箱的日渐普及，制作糕点的条件已经具备。我们根据国内外的有

关资料，立足于国内一般家庭的生活水平编写了本书。在书中，我们将介绍利用家庭电烤箱制作糕点的基本知识和技巧，同时向读者推荐多款糕点品种的配方，以利家庭烤制糕点选用。

读者在阅读本书时，可跳过上篇介绍的糕点基本知识，直接采用下篇参考配方进行具体的操作实践。如果时间允许的话，建议读者也应仔细阅读上篇介绍的基本内容，做到胸有成竹，在制作糕点的过程中有更多发挥余地，从而创造出更加丰富的糕点品种。需要提醒读者注意的是，下篇中介绍的具体操作方法，均是针对一般情况而言的，而每个家庭购买的电烤箱的型号、发热方式、箱内容积等均有差异，因此，在具体操作中可能要略作调整。

编 者

1992.5.

上篇 糕点基本知识

一、糕点的基本原料	(2)
(一) 面粉	(2)
(二) 甜味料	(4)
(三) 油脂	(7)
二、糕点的辅助原料	(10)
(一) 蛋品	(10)
(二) 乳品	(12)
(三) 调味品	(13)
(四) 果料	(14)
(五) 肉类	(17)
(六) 发泡剂	(18)
(七) 添加剂	(20)
(八) 水	(21)
三、糕点烤制的基本器具	(22)
(一) 家用电烤箱	(22)
(二) 操作工具	(25)
四、糕点烤制的基本技巧	(28)
(一) 原辅料的预处理	(28)
(二) 面团的调制	(29)
(三) 馅的配制	(32)

(四) 糕点的成型 (34)

(五) 糕点的烘烤 (35)

下篇 家庭糕点烤制参考配方

一、面包类 (40)

鸡蛋面包	(40)	奶油什锦小面包	(42)
面包干	(44)	奶油编花面包	(45)
奶油大面包	(46)	果酱大面包	(47)
开口大面包	(49)	水果面包	(50)
奶油黄酱切花面包	(51)	奶油卷花面包	(53)
奶油黄酱小面包	(54)	奶油黄酱面包卷	(56)
主食大面包	(57)	经济面包	(58)
果酱面包	(60)	枣泥面包	(61)
蛋黄面包	(62)	火腿面包	(63)
餐肉面包	(65)	多堆面包	(66)
酥皮面包	(67)	菠萝面包	(69)
排包	(70)	豆蓉面包	(71)
豆沙面包	(73)	车轮面包	(74)
瓜仁面包	(75)	占包	(77)
奶香面包	(78)	墨西哥面包	(79)
法兰西面包	(81)	捞呼面包	(82)
香兰素面包	(83)	花生卷面包	(84)
面包圈	(86)	小辫子面包	(87)
花面包	(88)	德式水果面包	(89)
巴斯克牧羊面包	(91)	啤酒面包	(92)
威士忌面包	(94)	希腊芝麻面包	(95)
印度面包	(96)	犹太面包	(97)
结婚面包	(98)	希腊圣诞节面包	(99)
北非香菜面包	(100)	俄罗斯复活节面包	(102)
捷克辫状葡萄干面包	(103)		

二、蛋糕类..... (106)

清蛋糕	(106)	黄油忌林蛋糕	(107)
鲜奶油蛋糕	(108)	咖啡白塔蛋糕	(109)
树根蛋糕	(110)	巧克力蛋糕	(111)
蘑菇蛋糕	(112)	菠萝蛋糕	(113)
桃子蛋糕	(113)	栗子卷筒蛋糕	(114)
奶油卷筒蛋糕	(115)	奶油酒醉蛋糕	(115)
桃子酒醉蛋糕	(116)	苹果酒醉蛋糕	(117)
菠萝酒醉蛋糕	(117)	桔子酒醉蛋糕	(118)
巧克力层片蛋糕	(118)	桔子层片蛋糕	(119)
椰子层片蛋糕	(119)	咖啡层片蛋糕	(120)
迎春蛋糕	(120)	菠萝蛋糕	(122)
桔子蛋糕	(123)	樱桃蛋糕	(124)
荔枝蛋糕	(125)	枣仁蛋糕	(127)
鲜草莓蛋糕	(128)	香蕉软糕	(129)
雪山红樱	(130)	春梅绽雪	(131)
黄油蛋糕	(132)	三色黄油蛋糕	(133)
什锦水果黄油蛋糕	(134)	葡萄干黄油蛋糕	(135)
核桃黄油蛋糕	(136)	红樱桃黄油蛋糕	(136)
冬至蛋糕	(137)	核桃蛋糕	(138)
椰子蛋糕	(139)	圣诞蛋糕	(140)
法兰克福圈饼	(141)	海绵三明治	(142)
海绵球	(143)	维多利亚三明治	(144)
威风夹心蛋糕	(145)	婚礼蛋糕	(146)

三、酥饼类..... (147)

橘桂佳仁	(147)	如意百合	(148)
冬茸莲籽	(149)	海南椰香	(151)
寿松延年	(152)	玫瑰茯苓	(153)
南味金华	(155)	山珍杞子	(156)

乌龙吐珠	(157)	鸳鸯戏水	(158)
五彩如意	(160)	醉仙桃	(161)
核桃云片酥	(162)	桂花酥	(164)
日映朝霞	(165)	群星捧月	(167)
佛桃酥果	(169)	四味细点	(170)
贵妃酥饼	(172)	凤入椰林	(173)
水晶玉片	(175)	花枝俏	(176)
核桃香酥	(178)	平安如意	(179)
五子登科	(180)	连环卷酥	(182)
雪里寻梅	(183)	扇面花屏	(185)
奶香双酥	(186)	花好月圆	(188)
凤还巢	(190)	黄油酥塔	(192)
四、干点类.....			(194)
指形饼干	(194)	紫色杏仁饼干	(194)
光杏仁饼干	(195)	花生饼干	(196)
纸头牛利饼干	(197)	黄油饼干	(197)
百味小饼干	(198)	蛋卷饼干	(199)
爱司饼干	(200)	巴黎式宴会饼干	(200)
英国式宴会饼干	(201)	荷兰杏仁饼	(202)
意大利杏仁饼	(203)		
五、布丁类.....			(205)
牛奶米布丁	(205)	皇后布丁	(205)
格司布丁	(206)	烩水果焦糖格司布丁	(207)
无花果焦糖格司布丁	(208)	桔子焦糖格司布丁	(209)
双色格司布丁	(209)	咖啡格司布丁	(210)
巧克力格司布丁	(210)	外交家式格司布丁	(211)
面包黄油布丁	(212)	嫩格司布丁	(212)
细粉丝格司布丁	(213)	葡萄干布丁	(213)
蛋糕格司布丁	(214)	西米格司布丁	(214)

六、其他类..... (216)

白兰地酥筒	(216)	奶油空心饼	(217)
火烧冰淇淋	(218)	芝葱饼	(219)
京江脐	(220)	茯苓饼	(221)
蜂糕	(222)	小凤饼	(222)
重庆核桃酥	(224)	福建礼饼	(225)
喜饼	(226)	麻薄脆	(227)
广月	(228)	云腿月饼	(230)
咸宁芥酥	(231)	椒盐麻饼	(232)
九黄饼	(233)	三苏饼	(234)
苏月	(235)	鸡棕白糖酥饼	(236)
京八件	(237)	荷月	(239)
银河酥	(240)	黄石港饼	(241)
碱酥饼	(243)	鲜肉月饼	(244)
德式苹果松酥饼	(245)	苹果油酥箍饼	(246)
香蕉油酥箍饼	(247)	开面果酱酥	(248)
开面樱桃酥	(250)	奶油三角酥	(251)
奶油蝴蝶酥	(251)	奶油羊角酥	(252)
唐白林苹果	(253)	苹果搭条	(254)
杏仁搭条	(255)	三色搭条	(255)
果酱搭条	(256)	奶油千层酥	(257)
法式苹果卷	(258)	苹果饺子	(258)
咖喱鸡饺	(259)	沙丁鱼饺子	(260)
鲜猪肉卷	(261)	烤苹果	(262)

上 篇

糕点基本知识

一、糕点的基本原料

(一) 面粉

面粉是制作糕点的主要原料之一，由小麦磨制而成。其种类和品质因小麦的品种、产地及加工技术的高低而有所不同。家庭制作糕点通常使用的面粉有特制粉和标准粉两种。它们的化学成分见表1和表2。

表1 面粉主要化学成分含量 (%)

成 品 种 分	水 分	蛋 白 质	脂 肪	糖 类	灰 分
特 制 粉	13~14	7.2~10.5	0.9~1.3	75~78.2	0.5~0.9
标 准 粉	12~14	9.9~12.2	1.6~2.5	73~75.6	1.6~2.6

表2 面粉中矿物质与维生素含量 (毫克/100克)

成 分 品 种	钙	磷	铁	维生素B ₁	维生素B ₂	烟 酸
特制粉	19~24	86~101	2.7~3.7	0.06~0.13	0.03~0.07	1.1~1.5
标准粉	31~38	184~268	4.0~4.6	0.26~0.46	0.06~0.11	2.2~2.5

从上面两个表中可以看出，面粉含量最多的是糖类（其中主要是淀粉），并含有相当数量的蛋白质和矿物质以及少量维生素。同时可以看出标准粉的营养成分高于特制粉。但在制作糕点时，由于对制品有感官要求和工艺要求，因而又

常使用洁白美观的特制粉和筛过的标准粉。

面粉中的蛋白质在糕点制作中起重要的作用。由于蛋白质吸水膨胀而形成面筋，面筋生成率及其质量直接影响到糕点的质量。面粉中蛋白质种类较多，其中以麦胶蛋白质和麦谷蛋白质含量最多（占80%以上），它们是构成面筋的主要成分。在糕点制作过程中，应根据不同品种而对面筋量的要求有所不同。

面粉中的糖类包括淀粉类、类糊精物质、糖和纤维素等，其中以淀粉为主。淀粉是决定面粉软硬性质的主要物质。淀粉和面筋蛋白质吸水后，显示出胶体性质，在人工拌合或机械搅动下，面粉逐渐形成面团。在这个过程中，淀粉起着调节面筋胀润度的作用。当面筋蛋白质过度胀润、面团中面筋含量过高，影响制品质量时，可以补充淀粉加以调节。

对面粉的质量，一般家庭限于设备和技术条件，还不可能进行理化分析和鉴定。但可以用感官检验的办法来进行如下几方面的鉴定：

（1）色、香、味 色：粉色即面粉的颜色，取决于小麦种类、麦麸含量、加工精度、保存条件等。这是检验面粉质量的最基本项目。鉴定粉色时，需采用同一品类面粉样品和被检粉在同一条件下进行鉴别。一般说，面粉颜色越深，等级越低。

香：正常的面粉应具有新鲜的面粉香味和轻度麦腥味。凡嗅出酸、臭、霉、土等异味时，则说明面粉质量低劣或已变质。

味：正常面粉口尝时，均有麦面甜滋味，口感新鲜清淡。若带酸、苦等味，则说明面粉已变质。

（2）含水量 正常面粉的含水量应在12~14.5%左

右。若超过这个限度，面粉极易发热、压实、结块甚至霉变。检验时，可用手将面粉抓起，紧捏一下，再松开，若面粉恢复原有状态时，说明其含水量正常，如呈散粒或散块状，则说明其含水量过高。

(3) 粗细度 面粉的粗细度，直接影响糕点制作加工。凡较粗的面粉，吸水膨胀缓慢，不利于调制强筋性面团。同时，粗粒面粉制品，口感粗，色泽暗。由于面粉粗细直接取决于出粉率和加工精度，因此，凡出粉率高的即粗，反之则细。同一原料制成的粗粒面粉较细粒面粉的质量、等级均低。凡手感粗糙、颜色灰暗的面粉，其粉粒一般较粗。

(4) 灰分 灰分即无机盐。灰分在小麦中的分布很不均匀，其中麦皮和糊粉层中含量较高，因此，出粉率较高的粗粒面粉中灰分含量较多。

(5) 杂质 杂质指混杂在面粉中的磁性金属、泥沙等杂物。杂质过多不仅影响制品食味，还会给人体健康带来危害。正常面粉每公斤中磁性金属不超过0.003克，砂土含量不得超过0.03%。

一般来讲，家庭烤制糕点需要的面粉，可随要随买。制作糕点过程中有用不完的面粉，可用食品袋或其它盛物器具装好储存在15~18℃的凉爽干燥的地方，存放时不宜接触地面和靠墙，要适当通风。冬季要设法使面粉保温，夏季要防止面粉发烫。

烤制糕点的主要原料除面粉外，有时根据配方还可选用大米、糯米、玉米粉、燕麦粉等。

(二) 甜味料

甜味料是一种甜味物质，是营养上的必需品，又是糕点

烤制中不可缺少的主料。糕点烤制中采用的主要甜味料为食糖，其次是饴糖、淀粉糖浆、蜂蜜、糖精等。

1. 食糖

(1) 食糖的种类 食糖系甘蔗或甜菜等加工制成的。它分为白砂糖、绵白糖、赤砂糖、青糖等。

①白砂糖。亦称砂糖，色泽洁白，品质纯净，是糕点生产中使用最多的一种糖，颗粒如砂，在使用时通常要加工粉碎。国家规定优质白砂糖的晶粒均匀、松散、干燥、无带色糖粒。溶解在清净的水中应清澈、透明。它的晶粒或水溶液味甜，不带杂质及异味。

②绵白糖。亦称白糖。是细粒的白砂糖加部分转化糖浆加工制成的，晶粒细小，质地绵软。

③赤砂糖。亦称红糖。是未经脱色精制的砂糖，一般呈黄褐色或红褐色，颗粒表面附着少量的糖浆。

④青糖。亦称赤粉糖、黄糖，是粗质糖，杂质多。糕点生产中一般不使用。在特殊情况下使用需溶化过滤。

(2) 食糖的作用 食糖在糕点中的作用是增加甜味，调合口感，改进组织、色泽、香味，调节面筋胀润度和提高营养价值。

(3) 食糖质量的鉴定 家庭一般采用感官检验办法。感官检验主要是从颜色、晶粒、气味和滋味四个方面着手。

颜色：一般以色泽洁白最好，灰暗或略带灰黄次之，带黄以致深黄最差。因为色泽深的食糖还原糖和杂质含量较多，吸湿性也较强，容易吸湿溶化。对食糖颜色总的要求是，白糖洁白明亮，富有光泽；赤砂糖颜色红亮。

晶粒：经过精制的蔗糖，通常是一种白色结晶体或粉末，故称砂糖。纯净的砂糖，晶体大小要求整齐一致，无碎

末，晶面明显有光泽。晶粒大的食糖，糖粒和空气接触面相对减少，吸湿与散湿性较弱，晶粒小的食糖则相反。干燥的食糖晶粒松散，不粘手，不结块，质量就好；如水分较多，晶粒容易粘结，质地就差。赤砂糖是由许多细小的晶粒互相粘合而成块状的，质量较好。质量差的赤砂糖则没有晶体，而是一种绵硬的块状。

气味、滋味：食糖应具有纯正的甜味，不应带有苦焦味、酒酸味和其它杂味、臭味。糖的水溶液应呈透明状，无悬浮物或沉淀物。

2. 饴糖与淀粉糖浆

饴糖与淀粉糖浆均属于液体糖浆。饴糖在糕点中起着重要作用，在糕点制品中也可以代替部分食糖使用。

(1) 饴糖 饴糖亦称糖稀、米稀。它是利用大麦发芽后所产生的麦芽酶，加入煮好的米饭内，把米饭中含有的淀粉分解变为甜味的糖。然后把糖水从饭渣内分离出来，经过加热浓缩而成的一种浅棕色的、粘稠的、半透明的糖液，这就是饴糖。它的主要成分是麦芽糖、糊精和水。

(2) 淀粉糖浆 淀粉糖浆的名称很不统一，如葡萄糖浆、液体葡萄糖、淀粉糖浆、化学稀等。其品质好于饴糖，成本高于饴糖。它是淀粉加酸水解、糖化脱色浓缩而制成的粘稠液体，主要成分是糊精、果糖、麦芽糖、葡萄糖等。淀粉糖浆易为人体所吸收，其甜度相当于糖蔗的60%。淀粉糖浆的质量标准应当是淡黄色、透明无杂质，略带酸味的粘稠液体，还原糖为35~40%。还原糖包括葡萄糖、果糖、麦芽糖、转化糖。它能阻止蔗糖的重新结晶，即抗砂性。其中，还原糖是酵母发酵良好性能的糖。

3. 蜂糖

蜂糖亦称天然糖，是家蜂采集各种花蜜酿制，再经加工制成的一种黄白色、透明糖料。按来源可分为“花蜜蜂糖”和“甘蜜蜂糖”。蜂糖的甜味浓，有较高的营养价值，是烤制高级糕点的重要甜味料。

糖精在家庭烤制糕点中，一般不选用。此外，一些糕点的馅料中还选用冰糖、方糖等甜味料。

(三) 油脂

油脂是油与脂的总称。在常温下呈液体的为油，呈固体或半固体的为脂。

一般植物油因含不饱和的或低分子量脂肪酸较多，在常温下呈液体。动物和个别植物油脂（如椰子油、可可脂）由于含饱和脂肪酸多，故在常温下呈固体和半固体。

制作糕点使用的油脂，不仅营养丰富，而且在制作工艺上还有特殊的作用。如能阻止面筋的胀润，使面团疏松，制品风味特殊，并能增加感官色彩，增进食欲等。

糕点食品中通常使用的油脂是：①菜籽油（简称菜油）。菜籽油有浓厚的油菜籽气味，故有些糕点使用时，需脱臭，脱脂，除去异味。②芝麻油（又名香油）。有大车（或称大磨）麻油、小车（或称小磨）麻油和生麻油三种。小车麻油系芝麻经炒熟后用小磨制成，香气醇厚，呈红色，品质良好，生熟可用，是制作糕点的最佳品种。大车麻油色浅，香气淡薄，不宜生吃，品质不如小车麻油。③花生油。花生油含少量磷脂和其它非油成分，是人造奶油的最好原料。④猪脂。习惯称猪油（或大油、化油、白油），是烤制糕点使用较多的原料之一。猪脂塑性好，能使制品色泽洁白，起酥性好，口味细腻肥美，有猪脂香味。⑤乳脂。习惯称黄油或奶