



尚锦文化

新手轻松做西点



李孟静 编著



中国纺织出版社

新手

轻松做西点

李孟静★编著
陆伟★摄影

插图作者：殷绍山

参编人员：王佳佳 李芝玲 孟祥禄 付蓓蓓

郭鸿 韦伊 史伟 朱晓书

 中国纺织出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

新手轻松做西点 / 李孟静编著. —北京: 中国纺织出版社,
2010.1

ISBN 978-7-5064-6193-1

I. ①新… II. ①李… III. ①糕点—制作—西方国家 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第220566号

责任编辑: 舒文慧 封面设计: 任珊珊
责任印制: 刘 强 版式设计: 北京水长流文化发展有限公司

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京利丰雅高长城印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2010年1月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 6

字数: 68千字 定价: 19.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

序

作为闺中密友，互称“王小姐”、“李小姐”似乎在外人看来太过生分，但个人认为，这样的称呼，似乎更符合我们这种“矫情”的女人。生活中的“李小姐”总是会将她做的美食带给大家品尝，感受美食的同时，也分享了她的快乐。现在，“李小姐”要出书了，在我看来，她应该是想把她对生活的理解分享给更多的人吧。

——好友 佳佳

李小姐有写文章的爱好，她的文字更多的是奉献给那些香气四溢的食物。美丽的文字和诱人的图片，让她离开电波之后，仍然有一群铁杆粉丝，我一直想给这个粉丝群起个名字，叫“梦龙”吧，很好吃的一种冰激凌，也很有霸气，契合李小姐的气场。

终于，李小姐要为她的食物们出书了，我有幸管中窥豹，略看了几张图片、几段文字，甚为惊艳。一个兼具当代女性特质和传统女性美德的女子，用心写出的一本传统与当代完美结合的书，是不是可以用Perfect形容呢？我简直是有点迫不及待了。

——好友 韦伊

我是一个纯粹的美食品尝者，而李孟静是一位实践者。品完美食之后，她常常会萌生出一些新的创意，并经过不断改进，给我们带来新的惊喜。渐渐地，我们私人聚餐的地点大多改在了李孟静的家里，因为外面的美食已经不能满足我们的味蕾。而李孟静的家，也因为这位热爱美丽物品的主人，成了一个极为温馨、舒适的地方。去做客的朋友可以根据自己的喜好从各种千奇百怪的杯子中挑选一个来喝水，还可以从不同的餐布和餐具摆放来感受主人的心情。在美食的陪伴下，这种感觉，真的很妙。

——同事 郭鸿

我是电视台的，少不得要找一些美食爱好者上镜头拍摄。找李孟静来算是拣到一个宝贝。只见这女子，从场地到原料甚至搭配菜肴的容器全部自己准备好。开机后，一边将菜肴的制作过程娓娓道来，一边麻利地操作。基本没有什么NG，菜肴和节目就都完成了，成品菜肴还可直接供大家饱餐一顿。平日一向严肃的摄像哥哥，一见到李孟静，眼睛都弯得和新月一样。

在城市里去发现值得推荐的菜肴，是我们俩共同的功课。久而久之，发现好店后少不得要帮对方店家引见一下。遇到菜肴可口、又对美食充满探究热情的店家，我便会隆重推出李孟静，她舌头一卷就能把原材料猜出个六七分，从操作技巧，原料搭配甚至店家的独家配方，反正涉及食物的一切问题她都不会轻易放过，真是了不起的美食家。

——学妹兼同行 邓灰

目录

Contents



- 6 烘焙西点的材料
- 8 烘焙西点的设备

蛋糕篇

- 11 布列塔尼奶油蛋糕
- 12 百利甜芝士蛋糕
- 13 苹果芝士蛋糕
- 14 圣女果奶酪玛芬
- 15 抹茶提子玛芬
- 16 蓝莓轻乳酪蛋糕
- 17 焦糖黄油蛋糕
- 19 香蕉蛋糕
- 20 巧克力布朗尼
- 21 葡萄干奶酪蛋糕
- 22 巧克力夹心蛋糕
- 23 咸味火腿蛋糕
- 24 原味玛德琳蛋糕
- 25 蓝莓天使蛋糕卷
- 26 蓝莓冻芝士
- 27 手稿蛋糕

饼干篇

- 29 姜饼屋
- 30 迷迭香小饼
- 31 白雪可可饼
- 32 车打奶酪饼干
- 33 椰丝杏仁饼
- 34 雪球饼
- 35 杏仁果酱小饼
- 37 玫瑰曲奇
- 38 多味曲奇
- 39 黄油曲奇
- 41 巧克力豆软曲奇
- 42 车打奶酪司康
- 43 YOYO
- 44 方块牛奶小饼
- 45 花生酱饼干
- 47 格子饼干
- 49 坚果蛋白脆饼
- 50 玛格丽特饼干

- 51 南瓜小饼
- 52 消化饼
- 53 圣诞五星饼
- 55 螺旋饼干
- 57 浓缩咖啡饼
- 59 全麦饼干
- 60 奶香杏仁饼
- 61 无油意大利切片
- 63 圣诞拐杖饼
- 65 苏打饼干
- 67 香蕉燕麦饼
- 69 燕麦提子饼
- 71 杏仁薄脆饼干
- 72 英式燕麦烤饼

小西点

- 73 椰丝球
- 74 磨牙棒

- 75 南瓜派
- 77 提拉米苏
- 79 巧克力杯
- 81 海苔棒
- 82 牛奶玉米布丁
- 83 提子条
- 85 奶酪棒

面包篇

- 86 脆面包
- 87 面包饼
- 88 牛奶面包
- 89 英式原味土司
- 91 纸杯奶油面包
- 93 小餐包
- 94 柠檬面包
- 95 甜味橄榄面包
- 96 长棍面包

本书中的计量单位换算如下：

量取固体时：1茶匙≈5克，1汤匙≈15克

量取液体时：1茶匙≈5毫升，1汤匙≈15毫升



烘焙西点的材料

面粉

做点心用的面粉大体可以分成低筋面粉、中筋面粉和高筋面粉三类。

低筋面粉：低筋面粉中的蛋白质含量较低，在8.5%左右，麸质较少，筋度弱。一般用来做饼干和蛋糕等酥脆松软的食物。因为饼干和蛋糕是不需要起筋度的。

中筋面粉：其实咱们家里中筋面粉是最常见的，一般做包子、馒头、饺子及中式点心用的就是中筋面粉，在做西点的时候也可以用，比如做饼干。但最好不要使用中筋面粉做蛋糕，因为在搅拌的过程当中面粉会起筋，这样就会改变口感。

高筋面粉：一般用来做面包，经过发酵以后面包会蓬松，有咬劲，有弹性。当然在做一些特殊的饼干的时候也会用到高筋面粉，一般是低筋面粉和高筋面粉搭配着使用。

黄油

在超市里我们常见到两种黄油，一种是动物性黄油，还有一种是植物性黄油。在做西点的时候这两种黄油都可以用，但是做出来的点心的口感和味道是有区别的。

动物性黄油在没有加热之前味道不是很香浓，而且还有一点腥味，颜色是蛋黄色的，色彩比较柔和。但是加热烹调之后，动物性黄油的就变得很香浓了，特别是在做饼干的时候香味尤其明显。

植物性黄油在加热前味道就很香，颜色也比动物性黄油亮，烹调过后的味道也很诱人，但是吃到嘴里的口感就差一些了，基本没什么余香。所以一般做西点的时候建议使用动物性黄油，这样做出来的西点味道更香浓。

糖

在做西点的时候一般会用到两种糖，一种是白砂糖，还有一种是糖粉。在做饼干的时候为了让口感更加均匀细腻一般会用糖粉，在装饰点心，特别是巧克力类的点心的时候都要用糖粉。而白砂糖一般要选用细砂糖，这样点心的口感比较均匀。在做一些特别的点心的时候也会用到红糖或者黄糖，比如做姜饼的时候，可加入黄糖和红糖让饼干的颜色变成褐色。西点中还会用到糖浆或者蜂蜜，正在瘦身减肥的朋友可以尝试用蜂蜜代替糖。

盐

盐在做西点的时候有至关重要的作用。它可以增加点心的甜味，同时还可以起到延缓发酵的作用。

淡奶油

在做西点的时候，淡奶油最常见的用途就是做蛋糕裱花了。在淡奶油里加上糖，用电动打蛋器搅拌，直到淡奶油变得蓬松，然后把打好的淡奶油放入裱花袋中做出不同的蛋糕花造型。淡奶油还可用于制作需要加糖的蛋糕以及一些味道比较浓郁的慕斯，比如巧克力慕斯杯，淡奶油可以让巧克力的口感更加香

浓。淡奶油和牛奶的区别在于：淡奶油是用牛奶的上层脂肪制作而成的，含脂肪量比鲜牛奶多5倍。

鸡蛋

在做西点的时候鸡蛋是必不可少的，特别是蛋糕，鸡蛋可以让蛋糕更加蓬松。而在饼干里放鸡蛋，可以让饼干更酥脆。在做西点的时候用的鸡蛋都是常温下的鸡蛋，最好不要用刚从冰箱里拿出来鸡蛋，冷的鸡蛋很难打发。鸡蛋还有一个很重要的功能，就是涂抹在马上要烘烤的点心，这样烘烤出来的点心色彩会很明亮，颜色也比较重，可以起到装饰的作用。

牛奶

做饼干和蛋糕很少加水，一般都是根据需要加牛奶，这样不但可以增加点心的香味，而且不会让烤出来的点心变硬。

奶油奶酪

奶油奶酪是一种未成熟的全脂奶酪，经加工后，其脂肪含量可超过50%，质地细腻，口味柔和。做奶酪蛋糕的时候用到的最多。有时还会放在饼干和玛芬里，加了奶油奶酪的饼干会有湿湿的感觉。新鲜奶酪和奶油奶酪在开封后都极易因吸收其他味道而腐坏，所以打开后要尽早食用。

巧克力

有很多点心都是用巧克力做的，在烘焙中用的巧克力可不是我们平时吃的一般的巧克力，最好购买大块的烘焙巧克力。因为我们平时吃的巧克力大部分都会添加淀粉或者固化剂等添加材料，所以巧克力的纯度不够高，做出的点心味道也不好。在使用巧克力的时候大多需要熔化，此时要隔水熔化。此外搅拌巧克力时不能放水，不然会越搅越硬，如果觉得巧克力太浓稠可以加入少许黄油。

泡打粉

泡打粉是西点膨大剂的一种，做蛋糕和饼干时经常用到。在烘焙加热的过程中，会释放出二氧化碳气体，这些气体会使糕点产生膨胀及松软的效果。

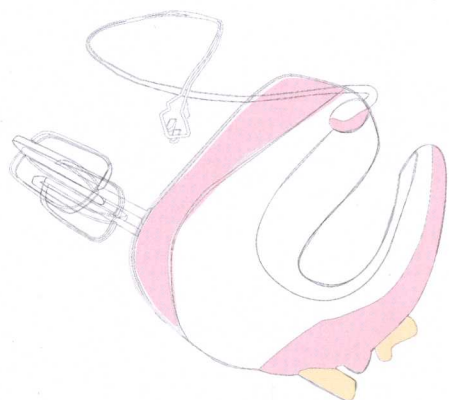
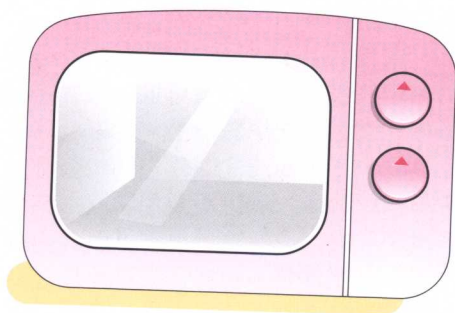


烘焙西点的设备

在家里自己做小点心，我的原则是好吃又简单。好吃的基础就是材料货真价实，尽量不添加添加剂，而简单就是利用比较容易买到的设备做出漂亮的小点心。

烤箱

家用烤箱的品牌和规格很多。一般家庭用40升左右的台式烤箱就可以了。一般电烤箱都能自动控温。所谓的三控型烤箱是具有调温、定时、变换功率等功能的烤箱，这种电烤箱使用起来非常方便，但是价钱也会相对较高。



电动打蛋器

做西点除了必备的小烤箱以外，电动打蛋器也必不可少。无论是打蛋奶，还是打发鸡蛋和黄油，电动打蛋器既省心又省力，是适合热爱做西点的朋友的价廉物美的设备。

裱花嘴

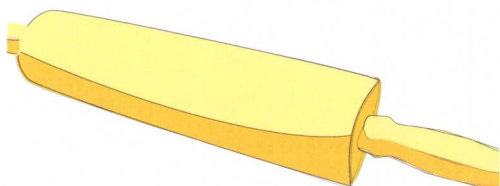
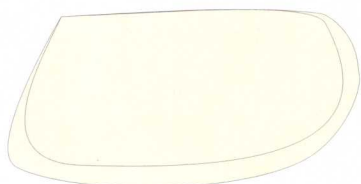
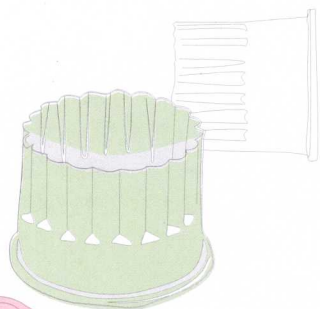
裱花嘴的大小决定了它的用途，小口的裱花嘴是用来做蛋糕裱花的，而大的裱花嘴是用来挤曲奇的，不同的裱花嘴可以做出不同形状的曲奇。一般做曲奇的话，家里准备1~2个大的裱花嘴就可以。如果要做手指饼，还要准备一个平嘴的裱花嘴。



刮刀、刮板和饼干刀

刮刀、刮板的用处很多，在混合面粉、黄油或者鸡蛋的时候刮刀、刮板是很好的工具，能使原材料混合均匀。和电动打蛋器一样，这是做西点不可缺少的工具。

饼干刀的形状很多，最基本的就是圆形的这种。而在不同节日，可能做的饼干的外形也不同，于是就有了很多形状的饼干刀。小熊形的、五角形的、松树形的、小人形的，种类也很多。比如圣诞节的时候可以用来做圣诞五星饼，还可以用来做姜饼等。



擀面杖

擀面杖是做饼干的时候经常用到的工具，家里包饺子用的擀面杖就可以，也可以用大的擀面杖，大的擀面杖可以使擀出来的面饼薄厚均匀。

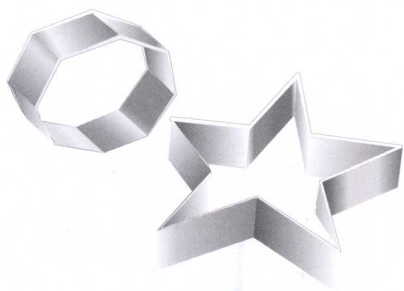
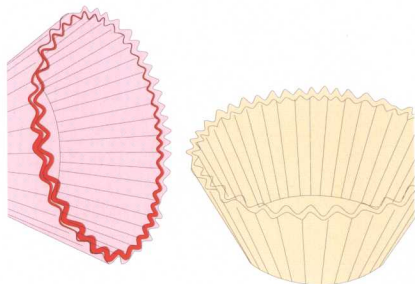
小刷子

小刷子是做西点的辅助小工具，使用起来非常方便，比如做面包需要上色，需要刷点鸡蛋液，小刷子就很好用，可以使鸡蛋液均匀地覆盖在面包上。



蛋糕模

蛋糕模的种类很多，最常见的是6寸、8寸等尺寸圆形蛋糕模，还有心形的（做心形蛋糕时使用）和其他形状的。比如做可爱的天使蛋糕就是右边这种带小烟囱样子的天使蛋糕模，还有做轻乳酪蛋糕的时候用到的椭圆的蛋糕模。蛋糕模除了形状有变化以外，材料也不同，大部分是铝制的，有的带涂层；还有硅胶的。



玛芬模

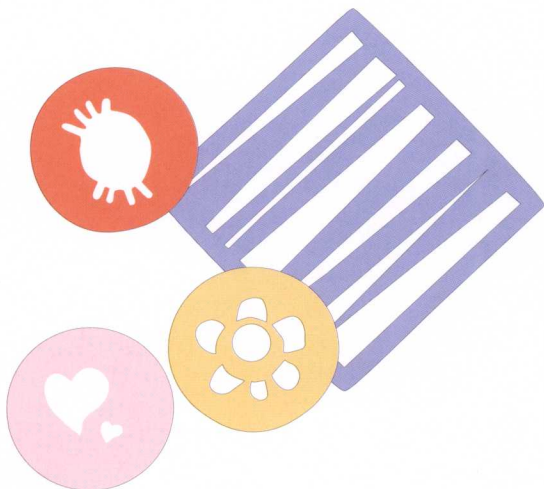
玛芬模可以用来制作玛芬蛋糕，材质有硅胶的，也有纸质的。纸质的玛芬模有许多不同的花纹，样子十分可爱。

慕斯模

慕斯模本来用到的地方不太多，但现在大家都想偷懒，不用烤箱也要做点心，那这个慕斯模就很重要了。小号的慕斯模有五角形、多边形、圆形、三角形等，做大的慕斯蛋糕就要买大号的。慕斯模还可以做各种口味的冻芝士蛋糕，小号的还可以当作饼干刀使用。

蛋糕花样模具

这个模具有很多名字，以前没有买的时候都是自己用铅笔在白纸上画好图样，再用小刀把图案刻出来，然后把纸摆在做好的蛋糕上，筛上糖粉或者巧克力粉，漂亮的装饰图案就在蛋糕上展现出来了。现在用这个模具就方便多了，纯巧克力蛋糕、芝士蛋糕都可以用它来装饰，既操作简单又富有变化。



布列塔尼奶油蛋糕



材料

低筋面粉	65克
细砂糖	50克
盐	1克
鸡蛋	1个
牛奶	165毫升
淡奶油	165毫升
朗姆酒	10毫升
蔓越莓干	适量
黄油	适量

温馨小提示

- 1.把淡奶油倒在面糊里以后，搅拌均匀就可以了，不要用力搅拌。
- 2.把混合好的面糊静置是为了使做出来的蛋糕没有筋度。

做法



- 1 把低筋面粉筛在盆中，放入细砂糖和盐，再加鸡蛋液和牛奶。用打蛋器充分搅拌，直到面糊变得顺滑、没有颗粒为止。
- 2 向混合面糊中加淡奶油，继续搅拌均匀，但不需要打发。
- 3 在派盘上抹上一层黄油，撒上蔓越莓干。向静置好的面糊中加入朗姆酒混合均匀。
- 4 把做好的面糊倒在派盘里，烤箱温度预热到200℃，烤40分钟即可。

百利甜芝士蛋糕



材料

奥利奥饼干	100克
黄油	50克
奶油奶酪	500克
百利甜酒	250毫升
细砂糖	90克
鸡蛋	3个
可可粉	适量
糖粉	适量

温馨小提醒

蛋糕冷却一下就立即脱模，然后再放入冰箱冷藏。

做法



1 奥利奥饼干装在保鲜袋里，用擀面杖擀碎，加入软化的黄油，铺在蛋糕模的最下方，放在冰箱的冷冻室里冻硬。



2 奶油奶酪在常温下融化，并用电动打蛋器的低速档打散。细砂糖和鸡蛋分三次打入奶油奶酪中至稠糊状。



3 加入百利甜酒，搅拌均匀，倒在模具中。烤盘里加水，烤箱温度设定在175℃，烤1.5小时。食用时用可可粉和糖粉装饰。

材料

奥利奥饼干	60克
碎末	
黄油	65克
奶油奶酪	250克
细砂糖	50克
鸡蛋	2个
苹果	1个
低筋面粉	40克
红糖	25克
肉桂粉	1/4茶匙

苹果芝士蛋糕



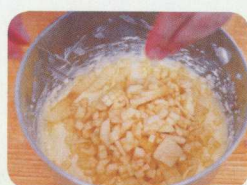
做法



1 50克黄油隔水融化，与饼干碎末混合拌匀，倒入脱底的蛋糕模中，放入冰箱速冻使奥利奥饼底凝固。



2 奶油奶酪在室温中软化，加细砂糖，分3次放入鸡蛋，用电动打蛋器的低速档搅拌成顺滑的鸡蛋奶酪糊。



3 将苹果去皮切成小丁，加入奶酪糊中搅拌均匀。



4 将蛋糕模从冰箱中取出，将苹果奶酪糊倒入蛋糕模中。



5 将15克黄油、面粉和红糖混合成面粉碎，撒在奶酪糊上，并撒上肉桂粉。



6 烤盘中加2/3的清水，烤箱预热至200℃，把蛋糕放在烤箱里烤50分钟。

圣女果奶酪玛芬



☆☆ 材料

低筋面粉	120克
奶油奶酪	250克
黄油	30克
糖粉	80克
鸡蛋	1个
圣女果干	30克
泡打粉	1/2茶匙
柠檬皮	少许

温馨提醒

玛芬的口感介于面包和蛋糕之间，类似于松饼。一般在做玛芬时都要加泡打粉，可以使其更蓬松。

☆☆ 做法



1 奶油奶酪放在室温中软化，加糖粉打发至变白。黄油在室温中软化后和奶油奶酪混合搅拌至平滑。



2 加鸡蛋继续搅拌均匀，筛入低筋面粉和泡打粉，用刮刀搅拌均匀。将柠檬皮擦成碎末，拌在里面，搅拌成稠的面糊。



3 将面糊放进裱花袋里，挤入烘焙纸杯中。圣女果干切成小丁，撒在面糊上。



4 烤箱预热至180℃，烤盘放在烤箱中层，上下火烘烤25~30分钟即可。

材料

黄油	60克
糖粉	55克
鸡蛋	1克
牛奶	40克
抹茶粉	3克
泡打粉	3克
面粉	100克
朗姆酒浸提子	适量

抹茶提子玛芬



温馨小提醒

1. 抹茶粉要适量，如果放多了就有苦味了。
2. 做好的玛芬放凉后，可以放在密封的瓶子或者袋子里保存3~5天。

做法



- 1 黄油在室温中软化，用电动打蛋器搅打至白。牛奶和鸡蛋混合，加在黄油中，充分搅拌均匀。
- 2 分2~3次筛入面粉和泡打粉，搅拌成面糊。把抹茶粉放入面糊中，搅拌均匀。
- 3 准备好裱花袋，把抹茶面糊倒在裱花袋里，并挤入烘焙纸杯中。
- 4 撒上朗姆酒浸提子。烤箱预热至180℃，烘焙纸杯放在烤箱中层，烘烤25分钟。

蓝莓轻乳酪蛋糕



材料

奶油奶酪	250克
牛奶	200毫升
蛋黄	80克
黄油	60克
低筋面粉	30克
玉米粉	30克
细砂糖	110克
蛋清	160克
柠檬	1个
蓝莓酱	适量

温馨小提醒

- 1.加玉米粉能让蛋糕的颜色更漂亮。
- 2.面粉、玉米粉与奶酪黄油融合得越均匀，蛋糕的口感就越细腻。
- 3.轻乳酪蛋糕冷藏后的口感会更好。

做法



1 奶油奶酪在室温中软化，加牛奶混合。用隔水加热法边加热边搅拌，直到将奶油奶酪和牛奶搅拌成糊。



2 黄油用隔水加热法融化成液态。把奶油奶酪牛奶糊加入黄油里，搅拌均匀，再加入蛋黄继续搅拌。



3 将低筋面粉和玉米粉筛在奶酪黄油糊中，用电动打蛋器打至湿性发泡。



4 将蛋清和细砂糖放入打发的面糊中，挤上柠檬汁，搅拌均匀即可。



5 把做好的轻乳酪蛋糕糊倒在模具里。向烤盘中倒入1/3的清水，烤箱预热至150℃，烤1小时。烤好后稍冷却即可脱模。晾凉后抹上蓝莓酱，放入冰箱冷藏即可。