

家庭烘焙好帮手!

面向初学者的烘焙宝典!



第一次做甜点

日本主妇之友社◎编著 唐晓艳◎译

从准备到完成，
基本制作方法全掌握!

60种超人气甜点制作全攻略!



中国民族摄影艺术出版社

第一次做甜点

日本主妇之友社◎编著 唐晓艳◎译



中国民族摄影艺术出版社

版权所有 侵权必究

图书在版编目 (C I P) 数据

第一次做甜点 / 日本主妇之友社编著 ; 唐晓艳译. --
北京 : 中国民族摄影艺术出版社, 2016.5
ISBN 978-7-5122-0842-1

I. ①第… II. ①日… ②唐… III. ①甜食 - 制作
IV. ①TS972.134

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第075234号

TITLE: [世界一親切なレシピで必ず作れる! はじめてのお菓子作り]

BY: [主婦の友社]

Copyright © Shufunotomo Co., Ltd. 2013

Original Japanese language edition published by Shufunotomo Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Shufunotomo Co., Ltd., Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

本书由日本株式会社主妇之友社授权北京书中缘图书有限公司出品并由中国民族摄影艺术出版社在中国范围内独家出版本书中文简体字版本。

著作权合同登记号: 01-2016-2039



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划: 陈 庆

策 划: 陈 辉

设计制作: 王 青

书 名: 第一次做甜点

作 者: 日本主妇之友社

译 者: 唐晓艳

责 编: 张 宇

出 版: 中国民族摄影艺术出版社

地 址: 北京东城区和平里北街14号 (100013)

发 行: 010-64211754 84250639 64906396

印 刷: 北京彩和坊印刷有限公司

开 本: 1/16 170mm × 240mm

印 张: 12

字 数: 65千字

版 次: 2016年7月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-5122-0842-1

定 价: 49.80元



前言

点心制作的乐趣在于：

对作品的期待、

完成的感动、

品尝时的幸福感。

为使您体会这番乐趣，

于是诞生了这本书。

本书以让初学者也能制作甜点为初衷，

结合了大量实拍照片

和详细的制作方法。

决定要挑战制作某款甜点了？

那就详细阅读一下本书，

准备好材料和道具。

幸福时光就此开始！



制作本书介绍的点心需要注意以下事项：

- 1 大匙是 15mL、1 小匙是 5mL、1 杯是 200mL。
- 没有特别说明时，砂糖指的是白砂糖、黄油是无盐黄油。
- 关于烤箱加热时间。不同机型加热方式不同，需要根据实际烘焙情况调节。对流式烤箱需要减少 2~3 成时间。
- 鲜奶油使用动物性（乳脂）奶油。如果使用植物性奶油，口味会有所不同，做不出预期效果。
- 明胶主要使用明胶片。使用明胶粉时，明胶片 1 片（1.5g）对应 1/2 小匙明胶粉（1.5g）、2 片对应不足 1 小匙（2.5g）、3 片对应多于 1 小匙（3.5g）、4 片对应 1/2 大匙（5g）、5 片对应 2 小匙（6g）。需放在 3 倍于明胶粉的水内浸泡。
- 微波炉加热时间以 500W 为标准。600W 时，加热时间减 2 成。但是，不同机型加热时间多少有些差异，需要根据实际加热情况酌情加减时间。

目录

第一章

经典美味人气甜点

草莓奶油蛋糕·····	2
蛋糕卷·····	10
水玉蛋糕卷·····	14
文字蛋糕卷·····	17
巧克力蛋糕·····	18
香草戚风蛋糕·····	24
裱花戚风蛋糕·····	27
香蕉戚风蛋糕·····	28
芝士蛋糕·····	30
蛋奶酥芝士蛋糕·····	32
雷亚芝士蛋糕·····	34
缤纷水果酱·····	37
蒙布朗·····	38
泡芙·····	43
不同风味的泡芙·····	47
草莓派·····	48
水果挞·····	52
洋梨派·····	56
苹果派·····	58

第二章

精致烘焙小甜点

冷冻曲奇饼干·····	64
糖霜饼干·····	70
全麦曲奇饼干·····	74
豆腐渣饼干·····	75
西班牙小饼·····	76
纸杯蛋糕·····	78
三款纸杯蛋糕的装饰·····	81
焦香黄油玛德琳·····	82
费南雪·····	85
原味玛芬·····	86
蓝莓玛芬·····	88
柠檬玛芬·····	89
司康饼·····	90
核桃朗姆酒葡萄干磅蛋糕·····	93
焦糖磅蛋糕·····	98
胡萝卜磅蛋糕·····	100
马卡龙·····	102
可可马卡龙·····	105
达垮司·····	106

第三章

冰凉爽口冷甜点

焦糖布丁..... 112

红茶布丁..... 115

香草布丁..... 116

黑芝麻布丁..... 118

苏打果冻..... 120

巧克力慕斯..... 122

巴伐利亚蛋糕..... 124

提拉米苏..... 128

香草冰淇淋..... 130

第四章

情人节巧克力甜点

生巧克力..... 136

造型巧克力..... 140

松露巧克力..... 144

杏仁巧克力..... 146

干果四拼盘..... 148

谷物巧克力棒..... 149

巧克力曲奇饼..... 150

布朗尼..... 152

专栏

甜点创意包装..... 134

巧克力甜点创意包装..... 154

第五章

简单零食小甜点

热松饼..... 157

松软薄煎饼..... 158

甜甜圈..... 160

香甜烤红薯..... 164

甜面包片..... 166

软糯法式薄饼..... 168

第六章

烘焙基础知识

点心制作专用术语..... 170

为初学者详细介绍烘焙材料..... 176

为初学者详细介绍烘焙工具..... 180

索引..... 184



第一章

经典美味人气甜点

本章节将介绍奶油蛋糕、芝士蛋糕等的做法，
都是大家都想尝试制作的甜点。

为了让初学者也能学会，
利用大量制作过程的照片，进行简明扼要的说明。

制作过程中，可以参考卷末关于点心制作的
常用术语、材料、工具等解说部分。





草莓奶油蛋糕

这是最想尝试制作的一款蛋糕！

本食谱将介绍“全蛋打发”，

就是蛋清与蛋黄不分开，全蛋液一起打发。

为了充分打发，电动打蛋器必不可少。

如果鸡蛋充分打发了，

意味着这款蛋糕成功了 80%！

之后再多练习几次，便会更加完美。



绵软的海绵蛋糕搭配
上足量的奶油，打造
一款完美的蛋糕！

草莓奶油蛋糕的制作方法

材料

(直径 15~16cm 的圆形烤盘 1 个)

蛋糕坯

- 鸡蛋 2 个
- 白砂糖 60g
- 牛奶 2 小匙
- 低筋面粉 60g
- 黄油 (不含盐) ... 10g

糖浆

- 细砂糖 1.5 大匙
- 水 1.5 大匙
- 樱桃酒 0.5 大匙

淡奶油

- 鲜奶油 (动物奶油) 200mL
- 白砂糖 2 大匙

装饰

- 草莓 1 盒
- 蓝莓、欧芹 各少许

模具用无盐黄油、
低筋面粉..... 适量

准备工作

- 将牛奶、黄油和鸡蛋事先从冰箱内取出。
- 将制作蛋糕坯的黄油、模具用黄油一并放入耐热容器中，无需覆盖保鲜膜，放入微波炉中加热 20~30 秒左右至熔化。如右图一样，趁还有少许固体未熔化时取出，轻轻摇晃利用余热彻底熔化黄油。全部熔化后放置在预热的烤箱上防止凝固。
- 用刷子将熔化的黄油涂抹在模具内侧，模具底部铺上烤盘纸 (玻璃纸、硅油纸均可)，随后撒上一层薄薄的低筋面粉 (高筋面粉亦可)，并扫去多余的面粉。
- 制作裱花袋 (参照 P170)。
- 烤箱预热至 170℃。



用微波炉加热后，可用手摇晃，利用余热彻底熔化黄油。



用刷子将黄油涂于模具内。



烤盘纸只铺模具底部。



撒面粉。如果没有图示中的工具，也可用滤茶网替代。



用刷子扫去多余的面粉。

材料知识 樱桃酒

用樱桃制作而成的白兰地。比一般的白兰地更透明。与浆果类十分搭配，这里用于增添香味。



*制作面糊



1 将鸡蛋打入碗中，用电动打蛋器简单搅拌后加入白砂糖，随后搅拌至白砂糖溶化为止。



2 看不见砂糖之后将碗放入热水中间隔水加热（参照P172）。利用电动打蛋器高速打至如图一样蓬松发泡为止，用手指试温，如果温度跟体温差不多，即可将碗从热水中移开。



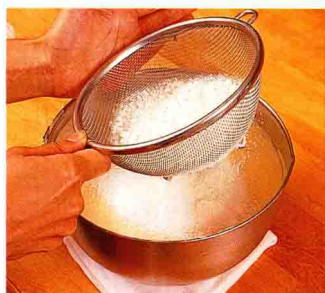
3 冷却打发的鸡蛋，经过2~3分钟搅打至如图一样，捞起挂勺的程度为止。



4 最后低速搅打1分钟左右。这样可去除大气泡，还可以保持发泡状态。用牙签插在中间约1cm深，如果牙签站立说明打发完成。若牙签倒了则需继续打发。



5 将牛奶顺着橡胶铲倒入碗内并搅拌。牛奶与鸡蛋的温度最好统一，需提前从冰箱中取出恢复至常温状态。



6 筛入一半的低筋面粉，用打蛋器从底部往上搅拌，搅拌至没有粉状物为止。



7 随后筛入剩下的低筋面粉，用打蛋器充分搅拌至面糊不粘碗边。



全蛋液需隔水加热打发

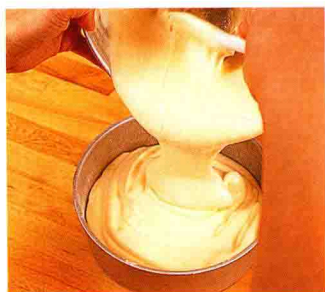
全蛋隔水加热打发，为了避免油脂较多的蛋黄影响蛋白打发，因此需要提高温度（温度越高表面张力越弱，蛋液更容

易打发）。为了避免鸡蛋中的蛋白质凝固，加热片刻即可移开热水。



8 将溶化的黄油沿着橡胶铲加入碗中，从底部向上充分搅拌。

*倒入模具中，除出空气



9 将面糊全部倒进准备好的模具中。



10 立起橡胶铲，顺时针缓慢转动1~2周，除去大气泡。



11 把模具稍微端起然后落下，重复数次，让面糊表面光滑平整。



12 用指尖沿着面糊边缘转动一圈切面坯（参照P174）。

*用烤箱烘焙



13 放在烤盘上，放入预热至170℃的烤箱中层烤制20分钟。



14 表面均匀鼓起，呈现出漂亮的金黄色后取出，用手掌在正中间轻轻摁一下。如果瘪了，需要再烤5分钟。



15 用一根竹签在正中间，插一下拔出，如果没有粘上面糊，就说明烤好了。



16 由于很热，戴上干净的劳保手套或烤箱手套，将冷却架（只要是金属网类均可）罩在模具上，将蛋糕从模具中倒扣出。



17 放置在冷却架上充分冷却。

* 涂上糖浆



18 在冷却期间制作糖浆。耐热容器中放入细砂糖，加入一定量的水搅拌，用微波炉加热1分钟至溶化，接着加入樱桃酒，然后冷却。

* 润饰



19 冷却后，轻轻揭掉底部的模具用纸（除了硅油纸，其他材质的纸如果在冷却前揭掉，蛋糕也会一同揭掉。）



20 不立即进行装饰时，为了避免蛋糕干燥，需包裹上保鲜膜。放置一晚上，第二天装饰也可以。



21 把蛋糕还放在小案板上，横向切成两半。用面包刀类的长刀，边转动案板边切，这样切起来轻松，还可以让断面切得十分漂亮。



22 用刷子扫去切蛋糕产生的碎屑（也叫蛋糕屑）。



23 刷子蘸上步骤18制作好的糖浆，均匀涂抹在蛋糕切面上，使其充分渗入。



重要步骤

24 将洗净的草莓用厨房纸巾吸干水分。



25 去除草莓蒂，把形状好看的草莓挑出来，用于装饰蛋糕表面，剩下的草莓对切成四瓣。



26 将鲜奶油和白砂糖放入干净且干燥的碗内，并将碗底隔着冰水，一边冷却，一边搅打发泡。搅打至不挂勺，一挑滴滴答答往下滴即可。



27 将步骤23的蛋糕放在小案板上，淋上步骤26做好的淡奶油。



28 用抹刀或者餐刀等涂抹均匀。



29 将切好的草莓从外向内摆放在上面。正中间空出些许位置，切开时前端不容易碎掉。



30 将适量淡奶油倒在正中间，用抹刀摊开，随后盖上另一片蛋糕。



31 将淡奶油继续搅打发泡，使其稍微浓稠一些。



32 将适量淡奶油倒到蛋糕正中间。



33 用抹刀抹平奶油并从侧面刮下。



34 立握刀具，转动案板抹平侧面的奶油。如果反复涂抹，容易让蛋糕变形，不用太在意细微的凹凸不平，尽量一气呵成。



35 转动案板，刮掉堆积在下面的奶油。



36 将星形的裱花嘴装在裱画带上，装入剩下全部奶油（参照P46），然后用刮刀等工具将奶油推到前端，然后在蛋糕上裱出三处花。每处分别挤三次，形状类似三角形。



37 每朵奶油花上分别放两颗草莓，也可以放一些蓝莓，欧芹叶用作装饰。

