

90款

蛋糕、面包、饼干、派

简单的原材料，超详细的步骤图，温馨的烘焙秘笈

新手的烘焙 宝典

陈潇潇 著



新浪博客

超千万人次的验证

手把手的**DVD**教程



海峡出版发行集团

福建科学技术出版社

新手的烘焙宝典

陈潇潇 著



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

大学图书馆
藏书章



图书在版编目(CIP)数据

新手的烘焙宝典/ 陈潇潇著. 福州: 福建科学技术出版社, 2011.4
ISBN 978-7-5335-3790-6

I. ①新… II. ①陈… III. ①烘焙-糕点加工IV.
①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第001444号

书 名	新手的烘焙宝典
著 者	陈潇潇
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路76号(邮编350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行(集团)有限责任公司
排 版	福建科学技术出版社装帧室
印 刷	福建新华印刷有限责任公司
开 本	889毫米×1194毫米 1/24
印 张	7
图 文	160码
版 次	2011年4月第1版
印 次	2011年4月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-3790-6
定 价	33.00元(赠1DVD)

书中如有印装质量问题,可直接向本社调换



妙不可言的烘焙



生活悠闲了，也有点厌倦了在面包坊购买现成的甜品，不安分的心总想着如何在家做些“爱心牌”的健康小甜品来奉献给家人与朋友。在家里自己做甜品，早几年前对我来说也还是个难以想象的场景，然而现在真正接触到烘焙后，才发现它比想象的要简单许多，乐趣也许许多多。想象一下，暖暖的午后，泡杯清茶，屋里弥漫着烘焙的香味，一块蛋糕，几片点心，时光都变得那么惬意……

烘焙是奇妙的，和面，发酵，整形，进烤箱，整个过程充满着未知，充满着期盼。直到最后，面团变魔术似的变成一款款精致的甜点，给人难以言表的幸福感觉。烘焙没有太高的门槛，即使你连一个鸡蛋都煎不好，只要认真照着书中的步骤做，一样可以完成一个个漂亮的小甜品。要是你有自己的创意，那更可以轻而易举地做出令人惊艳的甜点。

烘焙所需要的，就是一套基础的家庭烘焙器具，包括烤箱、量具等。这里介绍了几十款十分容易制作的面包、蛋糕、饼干、点心。不需要高超的技巧，不必担心会因小小的失误而造成失败。只要按照超详细的步骤图，关注最实用小贴士，你就能体验成功的感觉啦！

潇潇

2010年10月

目录

Part 1

烘焙小常识

- 一、家庭烘焙工具 /2
- 二、烘焙材料的使用 /7
- 三、常用添加剂 /9
- 四、烤箱的使用 /9

Part 2

面包

- 1. 牛奶哈司 /12
- 2. 肉松面包卷 /14
- 3. 豆沙花卷面包 /16
- 4. 奶酥吐司 /18
- 5. 牛角餐包 /20
- 6. 火腿面包 /22
- 7. 迷你墨西哥奶酥 /24
- 8. 香葱起司面包条 /26
- 9. 意式杂粮面包棒 /28
- 10. 石板街吐司 /29
- 11. 香酥菠萝包 /30
- 12. 朗姆葡萄干面包 /32
- 13. 牛奶花样小餐包 /34
- 14. 原味贝果 /35
- 15. 五谷杂粮面包 /36

- 
16. 零嘴面包棒 /38
 17. 北海道吐司 /39
 18. 法棍 /40
 19. 直接法葡萄吐司——之一次发酵 /42
 20. 直接法葡萄吐司——之二次发酵 /44
 21. 汤种牛奶吐司 /46
 22. 奶油环形吐司 /47
 23. 可颂面包 /48
 24. 袖珍法棍 /50
 25. 蔬菜三明治泡芙 /51
 26. 螺纹吐司 /52
 27. 超软玉米热狗卷 /54
 28. 酥粒餐包 /55
 29. 脆皮比萨 /56
 30. 法式芝士球——老面法 /58
 31. 维也纳巧克力面包 /60

Part 3 蛋糕

1. 香蕉戚风蛋糕 /62
2. 可可戚风蛋糕 /64
3. 香橙麦芬蛋糕 /66
4. 法式海绵蛋糕(黄油版) /67
5. 古典巧克力蛋糕 /68
6. 北海道戚风蛋糕 /70
7. 浓情布朗尼 /73
8. 无低粉版轻乳酪 /74
9. 双味芝士蛋糕 /76

- 
10. 苦甜巧克力乳酪蛋糕 /77
 11. 香蕉乳酪芝士蛋糕 /78
 12. 摩卡巧克力乳酪慕司 /80
 13. 双色抹茶蛋糕卷 /82
 14. 蔓越莓玛芬 /84
 15. 巧克力玛德琳 /85
 16. 虎皮蛋糕卷 /86
 17. 歌剧院蛋糕 /88
 18. 苦甜巧克力麦芬 /91
 19. 百利甜香蕉麦芬 /92
 20. 柠檬天使蛋糕 /94
 21. 香水菠萝高纤蛋糕 /96
 22. 抹茶戚风蛋糕 /98
 23. 原味戚风蛋糕 /100
 24. 玛德琳蛋糕 /103
 25. 草莓雪波 /104
 26. 芒果慕司 /106
 27. 提拉米苏 /108
 28. 香草可可蛋糕 /110

Part 4 饼干、点心

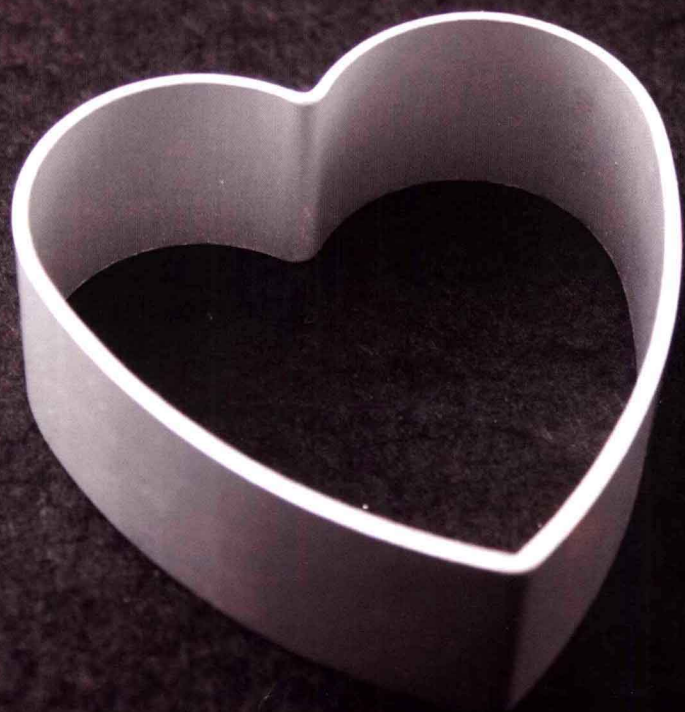
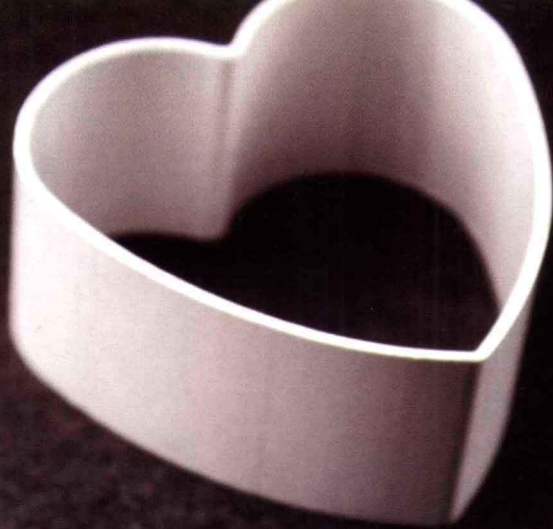
- 
1. 蝴蝶酥 /114
 2. 杏仁酥饼 /116
 3. 蓝莓果酱饼干 /117
 4. 蓝莓乳酪派 /118
 5. 香酥苹果派 /120
 6. 黄桃葡式蛋挞 /122

- 
7. 意式杏仁脆饼 /124
 8. 蛋白椰子球 /124
 9. 马格丽特小饼 /126
 10. 咖啡曲奇 /127
 11. 小天鹅泡芙 /128
 12. 椒盐香葱苏打饼干 /131
 13. 杏仁瓦片 /132
 14. 巧克力夹心小松饼 /134
 15. 焦糖布丁 /136
 16. 马卡龙 /138
 17. 手指饼干 /140
 18. 杏仁蛋白薄脆 /142
 19. 广式月饼 /143
 20. 巧克力甜筒 /144
 21. 抹茶酥 /146
 22. 卡通饼干 /148
 23. 蛋白糖霜小可爱 /150

Part 5

蛋糕装饰

1. 简易鲜奶蛋糕装饰 /152
2. 巧克力片装饰 /154



Part 1

烘焙 小常识





一、家庭烘焙工具



1. 烤箱

烤箱是烘焙必备的器具，制作各种美味西点都离不开它。即使是带烧烤功能的微波炉也无法替代烤箱。

2. 电子厨房秤

电子秤在烘焙中也很重要，西点讲究的是定量投放、比例准确，带有去皮功能的电子秤，可以帮助你在操作中避免很多不必要的误差。



3. 量勺，量杯

量勺一套一般 4~5 把，从大到小。勺柄上都标有相应的刻度单位，一般 1 小勺 = 5ml，1 大勺 = 15ml。量杯上的刻度，用于测液体的容量。

4. 打蛋器

打蛋器包括手动打蛋器和电动打蛋器。电动打蛋器可以打发淡奶油、黄油、鸡蛋等，在长时间的打发工序上省去不少时间和气力。手动打蛋器可用于搅拌面糊、打发少量的黄油等。





5. 面包机

面包机带有揉面、发酵和烘焙功能，有各种设定好的程序，可以直接按照配方把材料放进去，一键搞定，到时间就可以直接吃到热腾腾的面包了，很方便。但是面包机的缺点就是，做出的面包只有一种形状，没有变化。面包机的另一个功能就是揉面，如果你经常做面包，那么备一台面包机是必不可少的，可以不必花上大把时间和精力揉面团了。

6. 面粉筛

面粉筛分为干湿两用筛和专用筛。

干湿两用筛也叫油格，它的目数相对平时见到的筛子多许多，这种筛可以用来过滤湿性的蛋挞液和干性的面粉等。

专用面粉筛就是一种杯状的器具，它只用来筛干性的粉类，有单层与多层之分。层数越多，筛的速度越慢，当然筛过的粉类会更松，吸水性会更好。它的杯状设计用起来比较方便，不会造成面粉四处飘洒。



7. 烤盘防粘用纸

锡纸：是一次性的易耗品，具有隔热和防粘作用，不但可以铺于底部防粘防油，而且在烤制过程中温度过高时可以用来阻挡火力，使食物不易过早上色。

油布：可反复多次使用的防粘布，无需涂油也一样防粘，其材料一般为耐高温玻璃纤维。在高温下无毒，不易破损，使用方便，用过后可以用水冲洗干净，用湿布擦干即可再次使用。保养时尽量不折叠，否则折痕处容易有焦纹出现，影响美观。不要让尖利的东西划破它。

耐高温硅胶垫：这是一种新型高科技塑制品，可以耐 230~260℃ 的高温 and -40℃ 的低温，有一定的隔热作用和防粘功能。

一次性油纸：用途广泛，也可代替油布，但效果不如油布，可剪裁到一定大小放在模具内部。





8. 打蛋盆

要用到的容器里最主要的就数打蛋盆，尽量不使用玻璃和塑料的，因为在无数次的电动打蛋器的高速擦碰下，很难保证这些易碎易磨容器没有碎片掉下。应尽量用深一点的不锈钢容器，这样在打发奶油或蛋液时就不会液体四溅了。

9. 刮刀和刮板

刮刀和刮板有一定的柔软度和不同的弧度，能有效帮你刮净盆边和案板上的材料，减少不必要的时间和材料损耗。



10. 刀具

一般粗锯齿刀用来切吐司，细锯齿刀用来切蛋糕。另外，还有抹刀、水果刀等，可根据需要选择。

11. 烤盘

烤盘用来装盛待烘焙的面团。



12. 案板和擀面杖

案板建议选择非木质的,如金属或塑料的。木案板缝隙较多,不易清洁。

13. 烤箱温度计

它用来放在烤箱里测烤箱的温度,使用时一定要放在烤箱最里面,不要放在玻璃门口。



14. 蛋糕模

常用的有6寸、8寸等规格,有各种形状供选择,也有活底的、不沾的等功能。

15. 其他

乳酪模



糖粉筛



糖粉模



毛刷



裱花袋



比萨盘



吐司模



饼干模



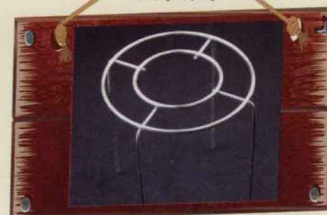
裱花转台



仿贝印



倒扣叉





二、烘焙材料的使用

准备好了工具，那就下料开工吧！哪怕你从没下过厨。

1. 黄油

尽量选购无盐的黄油，有盐黄油在许多地方是不好用的。人造植物黄油不如动物黄油健康。黄油有两种使用方式：一种是融化（就是加热使它变成黄色的液体状油）；一种是软化（就是让它在室温下变软到手指轻按会软陷的程度）。

软化后的黄油才能打发，没有软化完全的黄油比较硬，打发比较困难，容易损伤电动打蛋器或无法打发。黄油打发的过程中如要加入液体（如鸡蛋液），要注意分次加入，每加一点先打至完全融合成泥状了后再加，这样就不会出现油水分离的豆渣状。

打发黄油时一定用糖粉，不能用砂糖，砂糖在黄油里是无法自行融化的。

2. 鸡蛋

鸡蛋的打发分为两种：全蛋打发和分蛋打发。

全蛋最容易打发的温度为 40℃，要打到打蛋头上的蛋糊不滴落为合格。

分蛋打发是将蛋黄与蛋白分离后分别打发。

有时蛋黄是需要打发的，如制作手指饼；有时又不需要打发的，如制作戚风蛋糕。打发蛋黄时，要打到泡沫基本都非常细腻了，而且体积变大、发白、变浓稠才合格。

打发蛋白时，要想打出的蛋白比较细腻，成品保湿效果较好，就要改变蛋白的酸碱度，一般我们会用到塔塔粉，效果最好。

打发蛋白要求比较严格，容器一定要干净，蛋白中不得混入蛋黄、水或油。打发的过程中，打起粗泡后再加糖，并且一定在加糖后立即将糖打散开来，不要让糖在同一个地方过长时间聚集。糖融化后产生的高糖溶液将改变蛋白的性质，导致蛋白无法打发。

如何判断蛋白是否打发合格呢？在打蛋器停下后搅拌一两圈，将打蛋头垂直慢速提起，待离开蛋白糊表面后倒立观察。如果是弯头或是头较软会抖动，就是湿性发泡；如果出现短尖头，且不抖动，泡沫细腻，说明达到硬性发泡了；如果蛋白糊抱成团没有短尖头，泡沫像棉花状，那么就是打太过了。

打好的蛋白一旦开始拌入其他油或粉就开始消泡，这时要加快速度减轻动作力度，并及

时进烤箱烘焙，如海绵蛋糕和戚风蛋糕。

3. 鲜奶油

书本上谈到的奶油 6~7 分发，指的就是鲜奶油打到缓缓流动状。要想用鲜奶油来裱蛋糕，鲜奶油就要打成细腻的硬性发泡状态合适。这个度可以根据经验感觉控制，一般以能保持明显的花形就可以了。如果打得太过，会有大量的气泡，鲜奶油将不够细腻。

鲜奶油分为两种：一种是植物性奶油，由植物人工合成，越稳定的奶油里含的添加剂越多。另一种是动物性奶油，添加剂相对较少，打发的体积也小，打发和保存的环境要求复杂一些。保存温度最好在 2~8℃，过热温度下不能打发，过冷温度下会冻成油水分离或打发体积不能有效膨胀。一般打发好的体积是原体积的 2 倍以上才算正常打发了。

4. 面粉

烘焙的原料面粉大致分为三种：高筋面粉，中筋面粉，低筋面粉。

高筋面粉一般用于制作面包，其小麦蛋白含量较高，出筋度好，常用来作为防粘用的手粉。

中筋面粉一般用于制作面条、饺子、馒头、包子。

低筋面粉一般用于制作蓬松柔软的蛋糕、松脆的饼干等。

5. 面团发酵

基础发酵：也叫一次发酵。温度一般在 28℃ 左右。如果温度高些，那么达到实际使用的时间就会短些；反之，温度低时，时间会长些。家庭制作中发酵的环境可以模拟，比如放在密闭的烤箱内、微波炉内，加一盆热开水增加湿度等。基础发酵的体积一般会达到 4 倍左右。可以用手指蘸粉戳个洞观察，如果洞回缩明显，那么还未达到要求。如果洞回缩很少、不明显，那么就是达到要求了。如果洞戳下后周围的面团出现大泡破裂和塌陷，那么就是发酵太过了。

中间发酵：也叫松弛，一般会出现在揉面团后，意为让面筋舒缓一下，让面团有更好的柔软度，不易在整型时过度紧绷导致面筋断裂，影响面团品质。室温高时，此步骤时间要相应缩短些。

最后发酵：这个步骤是面团在烤制前的最后一次发酵。注意发酵好的面团一定要轻轻操作或不操作直接烤制，以免发好的面团组织气泡破裂。没有经过基础发酵的面团，这个步骤时间会花得比较长些；经过基础发酵作法的面团，这个步骤时间花得比较短，要灵活掌握。



三、常用添加剂

1. 酵母

酵母是制作面包不可缺少的。其作用是发酵，使面团胀大。酵母在发酵的同时，会产生二氧化碳、酒精等物质，烘烤受热后，使烘焙物膨胀大，且带有独特的风味与香味。

2. 泡打粉

泡打粉又称泡大粉、发酵粉、发粉等。泡打粉是一种复合膨松剂，作用是释放出二氧化碳气体，让蛋糕或饼干在烤焙的时候体积膨胀起来。

3. 苏打粉

苏打粉是一种白色的粉末，水溶液呈弱碱性，遇水或遇热释放出二氧化碳。苏打粉一经调制后须立刻烘烤，适用于巧克力或可可蛋糕等含酸性材料较多的配方中。

4. 塔塔粉

塔塔粉是一种酸性的白色粉末，制作蛋糕时用来中和蛋白的碱性，帮助鸡蛋起泡打发。

5. 香草精

香草精分为纯天然和人工香料合成两种，二者都是由香草提炼出来，用于制作乳酪蛋糕、曲奇、戚风蛋糕等，味道非常好。



四、烤箱的使用

选购烤箱，实际容量最少不要小于25L。因为过小的烤箱，内部空间太少，同时食物与发热管过于接近，容易出现表面已焦糊而内部却未熟的情况。

烤箱的功能很多，一定要有温度调节器和上下发热管，不能只有一个发热管。其他方面功能有很多，如热风循环、箱内照明、发酵解冻、上下分段控火等，可根据个人喜好和条件适当选择。买烤箱同时记得在原配件的基础上检查烤盘是否够用，一般家用会经常用到两个烤盘，应及时询问是否可以多配置一个烤盘。

一般的烤箱温度并不完全准确，如果想要更好地掌握烤箱温度，应注意以下几点：

(1) 温控器指向的温度和实际温度是有差异的，有时差异还不小。解决办法，一种是凭经验去调整高低，另一种是用烤箱温度计探测。