



烘焙大师系列

面包教室

Bread Classics

本书精选100种人气面包，囊括欧式面包、日式面包等，
从最基础到最经典，完整呈现！

许正忠 柯文正 ◎ 著



中国纺织

烘焙大师系列

面包教室

许正忠 柯文正 著

 中国纺织出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

面包教室 / 许正忠, 柯文正著. — 北京: 中国纺织出版社, 2011.6
(烘焙大师系列)

ISBN 978-7-5064-7337-8

I. ①面… II. ①许… ②柯… III. ①面包—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第034957号

原文书名: 《面包教室 5℃冰种的美味》

原作者名: 许正忠, 柯文正

©台湾四块玉文化事业有限公司, 2010

本书中文简体版经台湾四块玉文化事业有限公司授权, 由中国纺织出版社独家出版发行。本书内容未经出版者书面许可, 不得以任何方式或任何手段复制、转载或刊登。

著作权合同登记号: 图字: 01-2011-2291

策划编辑: 尚 益 舒文慧

责任编辑: 安茂华

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

北京瑞禾彩色印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011年6月第1版第1次印刷

开本: 889×1080 1/16 印张: 9

字数: 150千字 定价: 49.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

吐司

- 16 白吐司
- 17 鲜奶吐司
- 18 胚芽吐司
- 19 葡萄甜吐司
- 20 红豆吐司
- 21 胚芽核桃吐司
- 22 椰子吐司
- 23 芝士火腿吐司
- 25 奶酥吐司

法国面包与丹麦面包

- 29 法国大蒜面包
- 30 法国面包(长棍)
- 31 法国麦穗面包
- 32 法国培根面包
- 33 德式香肠面包
- 35 维克斯
- 36 丹麦菠萝
- 37 丹麦红豆

CONTENTS 目录

- 6 冷藏方法制作出的面团特色
- 7 冷藏液种面团的配方与做法
- 7 冷藏老面种面团的配方与做法
- 8 冷藏发酵法面团的基本做法
- 9 丹麦面团的基本做法
- 10 法国面团的基本做法
- 11 菠萝皮的基本做法与配方
- 12 各式馅料的配方与做法



欧式面包

日式面包

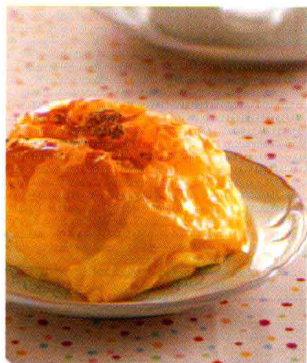


- 40 哈斯
- 43 奶油小吐司
- 44 奶油干果吐司
- 45 蒜味帕米森
- 46 阳光核桃
- 47 桂圆枸杞欧克
- 48 核桃巧克力
- 51 双宝杂粮
- 52 葡萄杂粮
- 53 桂圆墨西哥
- 54 芝麻核桃
- 55 谷粒面包
- 56 红曲桂圆
- 57 桂圆乳酪
- 58 布里欧修
- 59 奶香罗宋
- 60 小金牛角
- 61 法国牛奶面包
- 62 烤馒头
- 63 雪花

- 66 芝士条
- 67 切达芝士
- 68 皇冠
- 69 四色卷
- 70 金枪鱼烧
- 71 蓝莓乳酪
- 72 和风胚芽
- 73 奶香葡萄
- 74 黄金乳酪
- 75 椰子红莓棒
- 76 蔓越莓乳酪
- 77 巧克力乳酪
- 78 牛奶堡
- 80 黑森林
- 81 蓝莓面包
- 82 奶油甜甜圈
- 85 巧克力甜甜圈
- 86 黑炫风
- 87 欧克
- 88 红豆麻薯煎烧
- 91 芋头麻薯煎烧
- 92 抹茶红豆
- 93 抹茶堡

台式面包

调理面包



- 96 起酥肉松
- 97 葱花面包
- 98 海苔肉松
- 99 辫子面包
- 100 芝麻面包
- 102 椰子面包
- 103 芋头面包
- 104 奶酥面包
- 105 奶酥炸弹
- 106 克宁姆面包
- 107 奶酥墨西哥
- 108 巧克力菠萝
- 109 芋头菠萝
- 110 花生夹心
- 111 三色面包
- 112 布丁菠萝
- 113 香芋菠萝
- 114 奶油螺旋卷
- 115 菠萝面包
- 116 椰子炸弹
- 117 芋头炸弹
- 118 奶酥菠萝
- 120 红豆面包
- 121 杏片菠萝
- 122 花生杏仁面包
- 123 起酥奶酥

- 126 脆皮比萨
- 127 双宝烧
- 128 土豆沙拉
- 131 胚芽大热狗
- 132 胚芽金枪鱼
- 133 熏鸡芝士
- 134 培根面包
- 135 起酥比萨
- 136 热狗餐包
- 137 大福堡
- 138 水果杯
- 140 熏鸡高帽
- 142 焗烤热狗
- 143 香蒜长条
- 144 后记

【冷藏方法制作出的面团特色】

面包的制作过程都需经过发酵，发酵时会产生酒精和二氧化碳，这两者是影响面团发酵时的香味、面包的弹性和体积的重要成分。低温发酵，顾名思义就是让面团在低温下慢慢发酵的一种做法，低温发酵是把面团搅拌好后，放入冰箱让它长时间慢慢发酵，为的是让酵母有充足的时间去酝酿出好味道。在低温中的酵母就好像是自然健康长大的孩子，虽然较费时，但是经过低温发酵做成的面包所特有的香气与口感，会让你觉得这样的等待是值得的。本书使用冷藏的方法制作的面团，因长时间低温慢速发酵成熟，所以整个面团在搅拌完成后，制作出的面包有四大特色：① 成品质地柔细；② 口感弹性特佳；③ 发酵香气十足；④ 外形更加美观。

冷藏面团发酵法对很忙碌，没有很多时间做面包，但又热爱自己动手做面包的人来说，是很不错的选择，不用花完整的时间操作，制作流程可以拆开来分次完成。而面团在低温中发酵，不仅制成的面包风味较好，也更省时、更方便，赶快动手试一试吧！





冷藏液种面团的配方与做法

配方：

高筋面粉 300 克、水 300 克、干酵母 1 克

做法：

- 1 将配方中的原料搅拌至酵母完全溶入面团中即可。
- 2 室温发酵 1 小时后，放入 5℃ 的冰箱中冷藏，至少 16 小时，备用。



冷藏老面种面团的配方与做法

配方：

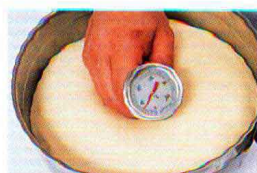
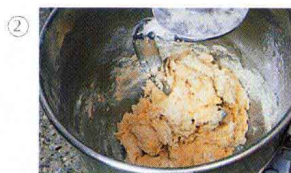
高筋面粉 500 克、水 325 克、干酵母 2 克

做法：

- 1 将配方中的原料搅拌至卷起成团即可。
- 2 温度 26~29℃ 发酵 1 小时后，放入 5℃ 的冰箱中冷藏，20~24 小时，备用。

冷藏发酵法面团的基本做法

- 1 将面粉、糖、盐、水(或牛奶)、干酵母、冷藏种面团共同放入搅拌机搅拌。
- 2 搅拌成团后(此阶段为拾起阶段:此时面团粗糙且湿润,无弹性及延展性),将搅拌机切换至中速搅拌。
- 3 搅拌至搅拌缸边的水分完全吸收(此阶段为卷起阶段:此时面团表面尚未完全光滑,且有点湿,用手拉有一点延展性,但易断)。
- 4 中速继续搅拌至“扩展阶段”时,加入油脂,改用慢速搅拌至油脂完全吸收。
- 5 扩展阶段的面团用手撑开无法成薄膜,且撕裂时有锯齿状,但面团表面较光滑且有弹性。
- 6 用中速搅拌至“完成阶段”后,改为慢速搅拌10秒,此时可加入坚果、杂粮或其他配料。
- 7 完成阶段时,面团光滑有弹性,且具有高度延展性,用手轻轻撑开为一光滑薄膜,撕裂时,裂口亦非常光滑而非锯齿状。
- 8 此时面团温度最好在 $26\sim 28^{\circ}\text{C}$ 。
- 9 基本发酵完成,此时用手指蘸粉插入面团,没有弹性,且留有手指痕,此时面团应膨胀为原有体积的约2.5倍。





丹麦面团的基本做法

- 1 将面团材料搅拌至完成阶段，冷藏 1 小时取出。
- 2 将面团擀开后再冷冻 2 小时，取出，放上片状奶油（两者软硬度要差不多，片状奶油的大小约为面团的 $\frac{2}{3}$ ）。
- 3 将 $\frac{1}{3}$ 的面团折起，盖在油脂上（参见图 2 与图 3）。
- 4 再将另一边面皮连同油脂也折入 $\frac{1}{3}$ 部分，盖在最上方（参见图 4），稍擀开使其平整，即为基本丹麦面团，放入冰箱冷冻备用。



①



②



③

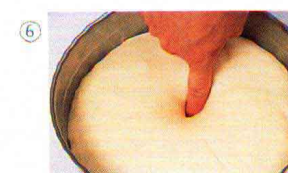


④



法国面团的基本做法

- 1 将面团材料放入搅拌机中低速搅拌 3 分钟。
- 2 改中速搅拌至扩展阶段。
- 3 基本发酵 90 分钟（此时温度 28℃，湿度 60%）。
- 4 将面团翻面后，左右折成三折。
- 5 换方向，再折三折。
- 6 继续发酵 30 分钟（此时温度 28℃，湿度 60%）即完成面团基本发酵。





菠萝皮的基本做法与配方

配方：

A. 酥油 50 克、黄油 50 克、糖粉 100 克、盐 1 克

B. 鸡蛋 60 克

C. 低筋面粉 390 克

做法：

- 1 将材料 A 一起拌匀，用打蛋器打发。
- 2 鸡蛋分次加入做法 1 中打发。
- 3 继续打至呈绒毛状的奶油糊。
- 4 低筋面粉过筛后，筑粉墙，将奶油糊倒在中间。
- 5 用手压拌（不可搓揉），使油粉混合。
- 6 压拌重复 4 或 5 次，使面粉均匀地混合即可（不可过度搅拌），即成菠萝皮面团。



A cup of tea and a piece of bread. The cup is white and filled with a dark liquid, likely tea. The bread is golden brown and has a bite taken out of it, revealing a dark filling. The background is a patterned surface.

各式馅料 的配方与做法

1 墨西哥酱的做法与配方

配方：奶油（软化）90 克、糖粉 110 克、鸡蛋 2 个、低筋面粉 110 克

做法：1. 将奶油、糖粉和鸡蛋轻轻拌匀（不可打发）。

2. 低筋面粉过筛后，加入 1 中轻轻拌匀即可。

2 奶油霜的做法与配方

配方：奶油 200 克、白油 200 克、糖浆 50 克

做法：将奶油、白油打发后，加入糖浆即可。

3 椰子馅的做法与配方

配方：A 鸡蛋 4 个、糖粉 200 克、奶粉 40 克、奶油（软化）100 克

B 椰子粉 400 克

做法：先将材料 A 一起拌匀后，加入材料 B 再拌匀即可。

4 奶酥馅的做法与配方

配方：奶油（软化）100 克、糖粉 110 克、鸡蛋 50 克、玉米粉 20 克、
水 25 克、奶粉 150 克

做法：将所有材料一起拌匀即可。

5 酥菠萝的做法与配方

配方：糖粉 100 克、奶油 100 克、鸡蛋 1 克、低筋面粉 150 克

做法：1. 将糖粉、奶油和鸡蛋拌匀后加入低筋面粉，用它来控制软硬度。

2. 用粗筛网挤压酥菠萝即可。

6 卡士达奶油馅的做法与配方

配方：吉士粉 150 克、鲜奶 450 克

做法：将吉士粉与鲜奶一起拌匀即可。

7 芝麻馅的做法与配方

配方：白油 50 克、酥油 100 克、糖粉 150 克、鸡蛋 1 个、玉米粉 25 克、芝麻粉 250 克

做法：将所有材料一起拌匀即可。

8 大蒜酱的做法与配方

配方：奶油（软化）200 克、蒜泥 100 克、盐 2 克、法香 3 适量

做法：将所有材料一起拌匀即可。

9 芝士酱的做法与配方

配方：安佳奶油 130 克、糖 100 克、切达芝士片 140 克、动物鲜奶油 130 克

做法：所有材料一起隔水加热融化，拌匀即可。

10 土豆沙拉的做法与配方

配方：土豆丁 150 克、胡萝卜丁 150 克、水煮蛋 1 个、盐适量、蛋黄酱 50 克

做法：土豆丁、胡萝卜丁煮熟后，与其他材料一起拌匀即可。

11 金枪鱼馅的做法与配方

配方：金枪鱼罐头 200 克、洋葱丁 70 克、蛋黄酱 100 克

做法：将所有材料一起拌匀即可。

12 红曲皮的做法与配方

配方：高筋面粉 200 克、奶油 60 克、糖 20 克、水 120 克、红曲粉 20 克

做法：1. 将所有材料倒入搅拌缸内搅拌至面团光亮即可，饧 30 分钟。

2. 面团分割为每个 80 克后备用。



吐司

吐司的英文为 Toast，这个英文单词，指的其实是“烤过的吐司”。6000 年前的埃及人就已经发明火烤面包了，平民百姓都吃夹杂着大量谷物的咖啡色杂粮面包，只有富人才吃得起精致的白面包，也就是白吐司的前身。直到发明了切片面包机，能够将白面包切成一片片的，面包店才开始出售一袋袋切片的白吐司。

吐司的变化多，口味也多，堪称面包中最经典的！

白吐司

分量
2条

液种面团

吐司



★材料配方：

高筋面粉 700 克、糖 100 克、盐 20 克、新鲜酵母 30 克、水 250 克、奶粉 30 克、奶油 100 克、冷藏液种面团 600 克

★制作过程：

1. 所有材料一起搅拌至完成阶段，基本发酵 40 分钟。
2. 将面团分割成每个 150 克，共 12 个；滚圆后，饧 20 分钟。
3. 小面团擀开成长条形后卷起。
4. 饧 20 分钟后，再擀开，卷起，放入 900 克的吐司模具中（每个模具中放 6 个小面团）。
5. 小面团发酵至模具八分满时加盖。
6. 以上火 210℃，下火 210℃，烤约 30 分钟，烤好后立刻脱模。

