

尚锦文化

尚锦美食生活馆



也许是上班时的午后
也许是孩子们的生日聚会
也许是一次完美的聚餐
200种手作点心食谱
附有详细的做法步骤
带给您200种幸福的好滋味

手作点心 200道

詹凯盛 丁秀娥 陈立真 吕哲维 王安琪 周美江 编著



中国纺织出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

手作点心200道 / 詹凯盛等编著. —北京: 中国纺织出版社, 2012.9
(尚锦美食生活馆)
ISBN 978-7-5064-8831-0

I. ①手… II. ①詹… III. ①糕点—制作 IV.
①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第148559号

原文书名: 《手作点心200道》
原作者名: 詹凯盛 丁秀娥 陈立真 吕哲维 王安琪 周美江
中文简体字版©2011年由中国纺织出版社出版发行。
本书经由台湾台视文化事业股份有限公司独家授权出版,
非经书面同意, 不得以任何形式再利用。

著作权合同登记号: 图字: 01-2011-6783

责任编辑: 韩 婧 责任印制: 刘 强
装帧设计: 水长流文化

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](http://www.c-textilep.com)
E-mail: [faxing@c-textilep. com](mailto:faxing@c-textilep.com)
北京佳信达欣艺术印刷有限公司印刷 各地新华书店经销
2012年9月第1版第1次印刷
开本: 787×1092 1/16 印张: 8
字数: 124千字 定价: 29.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

尚锦美食生活馆系列

尚锦文化

手作点心200道



 中国纺织出版社

幸福的滋味

生活中，只要一出现点心，似乎总是能让人联想到甜蜜和欢笑。

也许是上班时的午后，与同事喝杯茶，吃几块饼干，忙里偷闲稍稍聊聊天……

也许是孩子们在期待已久的生日，要吹吹蜡烛、吃吃生日蛋糕……

也许是一次完美的聚餐，一块黑森林，划下了美丽的句点……

点心不仅给品尝的人带来喜悦，其造型、做法的千变万化，同样也会让动手做的人惊喜连连！从最简单入门的饼干、到甜蜜软绵的蛋糕，再到香酥有味的派和塔，都是喜爱点心的朋友们乐于习作的，但对于尚不熟悉制作点心的朋友们来说，如何才能开始甜蜜而又让人期待的“点心之旅”呢？

翻开本书，从不用烤箱就能制作的点心，到只用小烤箱就能制作的点心，再到各类手工饼干、美味蛋糕、香酥派和塔……200道手作点心食谱，每道都附有详细的做法步骤，只要按照步骤，相信定能带给您200种幸福的好滋味。

而在制作点心时最怕的问题——看不懂材料、工具、计量方法，像是：什么是直形蛋器？泡打粉又是什么？1杯是多大杯？1大匙跟家里的汤匙一不一样？……在本书的食谱之后，对此都做了详细的介绍，即便您是点心新手，也能轻松上手，一做就成功！



Contents

目录

006 第1章 不用烤箱就能做的点心

- | | | | |
|-----------|------------|-----------|-----------|
| 007 红糖牛舌饼 | 009 焦糖脆米花 | 012 黄金球 | 015 油炸甜饼 |
| 007 椰子锅巴饼 | 010 乳酪酵母松饼 | 012 红豆酥卷 | 015 南瓜芝麻球 |
| 008 海苔锅巴饼 | 010 土豆煎饼 | 013 蛋香豆沙卷 | |
| 008 南瓜煎饼 | 011 香肠乳酪煎饼 | 014 奶汁可乐饼 | |

016 第2章 用小烤箱就能做的点心

- | | | | |
|-------------|---------------|-------------|-------------|
| 017 开心果樱桃酥饼 | 020 全麦核桃酥饼 | 023 蒜香干辣椒饼 | 025 春笋可乐饼 |
| 018 奶香酥饼 | 020 榛果球饼干 | 023 姜味小鱼花生饼 | 026 咖喱三角包 |
| 018 橙香酥饼 | 021 砂糖吐司片 | 024 芥末柚香脆饼 | 026 金包香蕉虾 |
| 019 芝麻酥饼 | 021 蜂蜜肉桂饼干 | 024 三文鱼松饼干 | 027 熏三文鱼干层酥 |
| 019 花生酥饼 | 022 匈牙利红椒蜜枣饼干 | 025 玉米香薄饼 | 027 甜心小脆饼 |

028 第3章 好吃又好学的手工饼干

- | | | | |
|-------------|---------------|-------------|-------------|
| 029 乳酪干层酥 | 038 原味比斯考堤 | 047 原味雪茄饼 | 057 蜂蜜桂花酥饼 |
| 029 蓝莓酥 | 039 咖啡比斯考堤 | 047 海苔雪茄饼 | 057 冬瓜砖饼 |
| 030 咖喱饺 | 039 杏仁开心果比斯考堤 | 048 柠檬钻石饼 | 058 海盐巧克力酥饼 |
| 031 糖果烧 | | 048 红酒无花果饼干 | 058 布列塔尼酥饼 |
| 031 罗勒松子饼 | 040 开心果卡拉棒 | 049 伯爵蜜桃饼干 | 059 杏仁红糖小西饼 |
| 032 椰香脆饼 | 040 芝麻卡拉棒 | 050 双色小西饼 | 059 奶酥小西饼 |
| 032 巧克力圆饼 | 041 海盐卡拉棒 | 051 蛋香小奶酥 | 060 果酱小西饼 |
| 033 巧克力可可脆片 | 041 花生可可饼干 | 051 乳酪饼干 | 060 柳橙丹麦小西点 |
| 033 南瓜甜饼 | 042 南瓜培根烤饼 | 052 榛果仁饼干 | 061 杏仁丹麦小西饼 |
| 034 巧克力碎酥饼 | 042 栗子饼 | 052 原味冰箱小西饼 | 061 红胡椒酥饼 |
| 034 东方香料饼干 | 043 芝麻糖片 | 053 圣诞姜饼 | 062 孜然古达芝士饼 |
| 035 玉米片饼干 | 043 杏仁糖片 | 053 圣诞姜汁小西饼 | 062 手指饼 |
| 035 夏威夷果仁酥饼 | 044 白兰地薄脆卷 | 054 砂糖小西饼 | 063 巧克力马卡龙 |
| 036 白葡萄干饼干 | 044 花生芝麻瓦片酥 | 054 奶油果酱小西饼 | 064 玫瑰马卡龙 |
| 036 紫苏梅饼干 | 045 意式香料薄饼 | 055 玫瑰饼干 | 064 开心果达克华滋 |
| 037 香蕉饼干 | 045 蔓越莓钻石饼 | 055 薰衣草饼干 | 065 蔬菜薄饼 |
| 037 橄榄油酥饼 | 046 杏仁瓦片 | 056 红糖饼干 | 065 竹炭薄饼 |
| 038 干贝饼干 | 046 咖啡薄片 | 056 焦糖饼干 | 066 罗勒番茄脆饼 |

- | | | | |
|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 067 黑豆饼干 | 069 洛神黑加仑饼干 | 071 红曲饼干 | 073 情人果夹心酥条 |
| 067 全麦苏打饼干 | 069 枸杞饼干 | 071 墨鱼虾饼 | 074 蝴蝶酥 |
| 068 玄米茶饼干 | 070 燕麦饼干 | 072 佛罗伦萨饼干 | 074 杏仁起酥条 |
| 068 洋甘菊葵花子饼干 | 070 桂圆饼干 | 073 波丽士巧克力饼 | 075 对话饼 |

076 第4章 幸福的美味蛋糕

- | | | | |
|-------------|--------------|--------------|-------------|
| 077 果酱松糕 | 081 羊奶乳酪蛋糕 | 087 牛奶芝士蛋糕 | 093 南瓜乳酪蛋糕 |
| 078 南瓜核桃松糕 | 082 香草天使蛋糕 | 087 土豆舒芙蕾 | 094 柔情蛋糕 |
| 078 南瓜燕麦松糕 | 083 水果天使蛋糕 | 088 香草戚风蛋糕 | 095 迷你小点心 |
| 079 南瓜菠菜松糕 | 083 海绵蛋糕 | 089 黑森林蛋糕 | 096 葡萄干杯型蛋糕 |
| 079 巧克力布朗尼 | 084 巧克力脆皮蛋糕 | 090 巧克力戚风蛋糕卷 | 096 茜烧 |
| 080 柠檬方糕 | 084 南瓜海绵蛋糕 | 091 月型蜂蜜蛋糕 | |
| 080 重奶油蛋糕 | 085 南瓜椰子慕丝蛋糕 | 092 波士顿派 | |
| 081 南瓜葵瓜子蛋糕 | 086 乳酪蛋糕 | 093 生日蛋糕 | |

096 第5章 外酥内软的派和塔

- | | | | |
|------------|------------|-------------|-----------|
| 097 蟹肉乳酪派 | 100 草莓戚风派 | 104 土豆培根芝士派 | 108 杏仁塔 |
| 097 南瓜派 | 101 咖喱牛肉派 | 105 蛋塔 | 109 果仁甘薯塔 |
| 098 柠檬布丁派 | 102 南瓜胡桃派 | 105 水果塔 | 109 乳酪咸塔 |
| 098 苹果派 | 102 鸡肉西兰花派 | 106 南瓜乳酪塔 | |
| 099 猕猴桃酸奶派 | 103 菠萝香芒派 | 107 香橙巧克力塔 | |

110 第6章 好吃的比萨和其他点心

- | | | |
|------------|-----------|-----------|
| 111 羊奶芝士比萨 | 113 英式烤布丁 | 114 心形马林糖 |
| 112 乳酪比斯吉 | 114 蘑菇马林糖 | 116 咖啡马林糖 |

117 附录 1. 手作点心常用的材料、工具

★手作点心常用的材料 ★手作点心常用的工具

122 附录 2. 手作点心的准备工作与基本技巧

★事前准备工作

★事前模型的防黏处理

★手作点心的各种打发技巧

★手作点心的搅拌技巧

★手作点心的烘烤技巧

★手作点心的出炉技巧

★手作点心的保存技巧

125 附录 3. 起酥皮、派皮、塔皮的制作

★速成起酥皮

★单层生派皮

★双层生派皮

★单层熟派皮

★塔皮



第 1 章

不用烤箱就能做的点心





詹凯盛 示范

红糖牛舌饼

材 料：A. 高筋面粉 150 克 低筋面粉 150 克
奶油 50 克 红糖 60 克 色拉油适量
B. 糖 30 克 盐 1/8 茶匙 牛奶 50 克
全蛋 100 克

做 法：

1. 将高筋面粉和低筋面粉过筛，加入奶油搓成小颗粒状，再加入已混匀的 B 料，混拌成团，以保鲜膜包覆，在常温下饬发半小时。
2. 将面团分成每个约 20 克大小，压平，包入约 1/2 茶匙的红糖，外层抹上少许油，擀成扁平状，中间如图切一刀，制成面饼。
3. 平底锅刷上薄薄的一层油，放入面饼，用小火煎至两面皆呈金黄色，即可。



詹凯盛 示范

椰子锅巴饼

材 料：凉米饭半碗 糖 1 大匙 椰子丝 1/4 茶匙 色拉油适量

做 法：

1. 将除色拉油以外的材料混合均匀。
2. 手上蘸点色拉油，将拌好的米饭分成 10 ~ 15 个小饭团，上下各盖一张保鲜膜，用手压扁制成米饼。
3. 平底锅刷上薄薄的神色拉油，放入米饼，以小火煎至金黄色即可。

★ 饭团压扁时，注意厚度不要太厚，不然中心不易煎透至完全干燥，吃起来口感会不够脆。



詹凯盛 示范

海苔锅巴饼

材 料：凉米饭半碗 盐 1/4 茶匙 海苔 3 小包
色拉油适量

做 法：

1. 米饭先和盐拌匀，手上蘸点色拉油，将拌好的米饭，分成 10～15 个小饭团，上下各盖一张保鲜膜，用手压扁，再包上一片海苔。
2. 平底锅刷上薄薄的色拉油，放入米饼，以小火煎至金黄色即可。



王安琪 示范

南瓜煎饼

材 料：鸡蛋 2 个 低筋面粉 240 克
泡打粉 1 大匙 糖 2 大匙
南瓜泥 1 杯 牛奶 120 毫升
优格或枫糖浆适量

做 法：

1. 鸡蛋打散，与低筋面粉、泡打粉混合拌匀，加入糖、南瓜泥和牛奶搅拌成面糊。
2. 平底锅预热（或是松饼机先预热），倒入面糊，以小火慢煎，待面糊表面出现小泡泡时，再翻面略煎至表面金黄。
3. 食用前淋上优格或枫糖浆即可。

★ 这道煎饼可加优格或枫糖浆蘸食，也可依个人喜好与香草冰淇淋、芝士抹酱、盐味奶油、花生酱或是鲔鱼沙拉搭配食用。



詹凯盛 示范

焦糖脆米花

材 料：

- A. 干玉米 2 大匙 糖 80 克
奶油 1 大匙 海盐少许 色拉油适量
B. 糖 30 克 盐 1/8 茶匙
牛奶 50 克 全蛋 100 克

★ 制作此饼干时，坚果要先烤熟透，爆米花也要选用新鲜爆好的，这样结合起来饼干的口感才会比较好。

做 法：

1. 锅中加一点色拉油，放入干玉米，以中小火加热并轻轻摇晃，爆成爆米花。
2. 糖入锅用小火煮至融化呈金黄色，待开始起烟时，关火，加入奶油混合均匀。
3. 将 B 料和相同份量的爆米花加入焦糖中，趁热混合均匀，倒在烘焙纸上，铺平，再轻轻将其分开成小块状，冷却后撒上海盐即可。



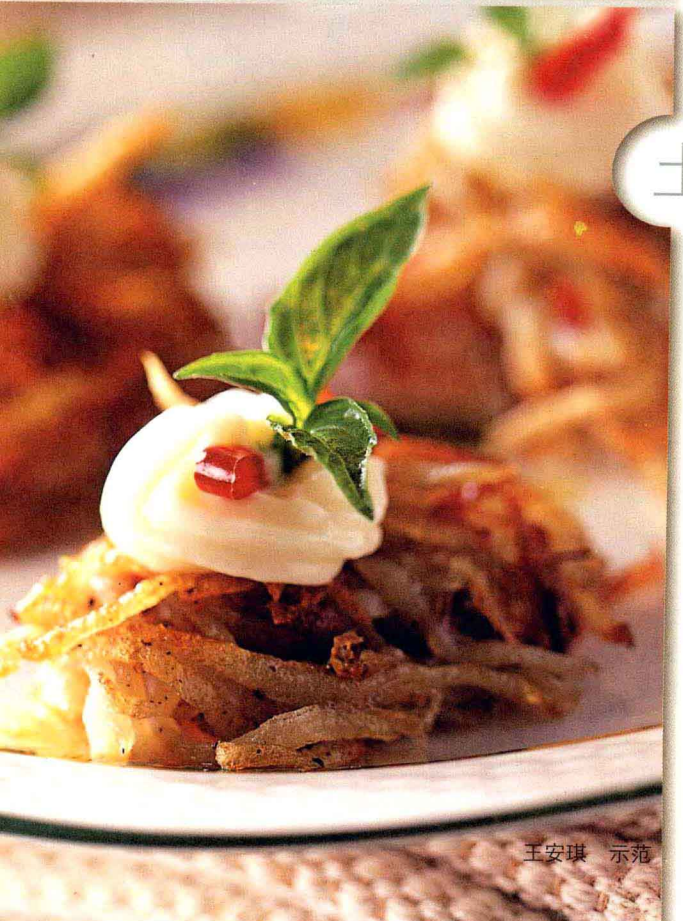
乳酪酵母松饼

材 料：马斯卡邦乳酪 100 克 牛奶 1 杯
糖 30 克 低筋面粉 240 克
干酵母 1/2 大匙 盐 1/4 茶匙
肉蔻粉 1/4 茶匙 鸡蛋 1 个
无盐奶油 45 克 橄榄油 2 大匙

做 法：

1. 将牛奶与糖加热煮沸后关火，待温度降至 40℃ 时倒入酵母，静置融化。
2. 将一半的面粉筛入盆中，倒入 1，再将另一半面粉、盐和肉蔻粉筛入，盖上湿布饧发 20 分钟。
3. 奶油隔水融化，蛋打散，与乳酪一起加入 2 中，用木勺搅拌成湿润的面糊，盖上湿布饧发 1 小时。
4. 平底锅内抹一层薄薄的油，舀一大匙面糊入锅，散成直径约 7 厘米的圆片状，慢慢煎至两面呈金黄色即可。

王安琪 示范



土豆煎饼

材 料：土豆 3 个 培根 4 片
盐、胡椒粉适量 食用油 3 大匙
蛋黄酱适量
罗勒叶（香菜叶）少许 红辣椒 2 根

做 法：

1. 土豆去皮，刨丝，泡入水中。
2. 培根切小段，与沥干水分的土豆丝、盐和胡椒粉混合拌匀。
3. 平底锅放少许油，用汤匙把 2 舀成数小片状入锅，慢煎至两面金黄，起锅沥干油后，再挤上少许蛋黄酱，摆上切段的红辣椒和罗勒叶（香菜叶）即可。

王安琪 示范



王安琪 示范

香肠乳酪煎饼

材 料：

乳酪 3 大匙 蛋黄酱 1 包
低筋面粉 60 克 鸡蛋 2 个
水 1/4 杯 盐 1/4 茶匙
橄榄油 1 汤匙
美式香肠 1 根（切薄片）
色拉油适量

做 法：

1. 先将低筋面粉与鸡蛋混拌成浓稠的糊状，再慢慢加入水稀释，最后加一点盐搅拌，室温下饧发 30 分钟。
2. 平底锅抹一层薄薄的油热锅，舀 2 汤匙面糊，转动平底锅让蛋液均匀地散开，成为一片薄的蛋饼皮。蛋饼皮不需要煎至焦黄即可起锅。重复此动作直到蛋液全部使用完毕。
3. 先将 3 大匙的乳酪铺在一片饼皮上，再将香肠片铺上，挤上适量的蛋黄酱，再盖上另一片蛋饼皮。
4. 平底锅内再抹上一层薄薄的油热锅，将 3 放回锅中，以最小火慢煎至两面的饼皮呈现如中式烧饼的圆点焦状，起锅切片食用即可。



周美江 示范

黄金球

材 料：白豆沙 300 克 熟蛋黄 1 个
上新粉 1 大匙 色拉油适量
红豆沙馅 200 克

做 法：

1. 取 1/3 白豆沙加 1/2 个蛋黄，以小火拌煮均匀后，加入上新粉，再加入剩下的白豆沙及蛋黄，拌匀成团。
2. 将粉团分割为 10 个小团，依次包入 20 克红豆沙馅。
3. 平底锅中倒入适量的油烧热，放入 2 煎至两面变黄、上下顶端略焦即可。

★上新粉即生蓬莱米粉，若不易取得，可改用糯米粉、大米粉各 1/2 大匙取代。



周美江 示范

红豆酥卷

材 料：A. 低筋面粉 1 杯 水 1 大匙
绵白糖 1/2 杯 鸡蛋 2 个
红豆沙馅 300 克 食用油适量
B. 小苏打 1/4 小匙 水 2 大杯
酱油 1 小匙 蜂蜜 2 小匙

做 法：

1. 绵白糖先和蛋拌匀。
2. 将 B 料中的小苏打溶入水中，加入酱油、蜂蜜拌匀，再加入蛋液中，筛入低筋面粉，拌匀，加水调节软硬度，饅发 30 分钟。
3. 平底锅加油少许，烧热，舀入面糊，并将面糊刮为椭圆形，煎至浅黄褐色再翻面煎熟，起锅，待冷却，抹上红豆沙馅，卷起即可。



周美江 示范

蛋香豆沙卷

材 料：

- A. 鸡蛋 1+1/2 个 绵白糖 100 克
小苏打 1/4 小匙 水 1/2 杯
白酒 1+1/2 大匙 白豆沙馅 1/4 杯
B. 低筋面粉 120 克 高筋面粉 60 克
泡打粉 1/2 茶匙 水 1/4 杯
色拉油适量

做 法：

1. 鸡蛋打散，加入绵白糖稍微打匀。
2. 将 A 料中的水与白酒混和，加入小苏打溶解后，再倒入蛋液中混和均匀。
3. 将 B 料的低筋面粉、高筋面粉及泡打粉过筛，加入 2 中拌匀，再加入水调节软硬度，饧发 10 分钟，做成面糊备用。
4. 在平底锅中加入适量油，取 1 勺面糊入锅，煎至熟透，不需翻面。
5. 将白豆沙馅包入煎好的面饼中卷起，使蜂窝状面朝外即可。



王安琪 示范

奶汁可乐饼

材 料:

土豆 3 个 盐、胡椒粉适量
鲜奶油 4 大匙 高汤 2 大匙
肉馅 300 克 面粉 1 大匙
豌豆 3/4 杯 面粉 2 杯
鸡蛋 3 个 面包粉 2 杯
油适量

做 法:

1. 土豆去皮切小丁，入锅煮熟，捞起沥干，加盐和胡椒粉调味，再捣成泥，接着加入鲜奶油和高汤拌成细泥。
2. 肉馅先拌入面粉，入油锅中炒熟后，以盐和胡椒粉调味，起锅，沥干油，与 1 混匀，再拌入烫熟的豌豆。
3. 用汤匙将 2 舀出一勺，再用沾湿的手揉成圆球，揉好所有的土豆球，放入冰箱冷藏至少 1 小时。
4. 取出土豆球，依次均匀粘裹面粉、蛋汁、面包粉，再用手压平成厚度约 0.5 厘米的饼状，再放入冰箱冷冻至少 2 小时。
5. 取出入锅内煎至两面金黄后起锅，沥干油分后，盛入盘中即可。



油炸甜饼

材 料：新鲜酵母 1 茶匙 水 1 大匙
低筋面粉 250 克 细砂糖 1+1/2 大匙
盐 1/16 茶匙 鸡蛋 1 个 奶油 75 克
食用油、糖粉各适量

做 法：

1. 新鲜酵母加水混匀，静置 5 分钟。
2. 低筋面粉过筛，加入盐和砂糖混合均匀，再加入奶油，用手搓成砂砾状。
3. 加入酵母水和鸡蛋，用手搓成团状，用保鲜膜包覆，冷藏 1 小时。
4. 取出面团，擀成约 0.2~0.3 厘米的薄片，切成四方形，再盖上保鲜膜，饧发 30 分钟。
5. 锅内放油烧热至 180℃~190℃，将面皮炸至金黄色，取出晾凉后撒上糖粉即可。

詹凯盛 示范



南瓜芝麻球

材 料：南瓜泥 80 克 低筋面粉 200 克
鸡蛋 1 个 泡打粉 1 大匙
糖粉 100 克 奶油 30 克
白芝麻 80 克

做 法：

1. 将面粉、泡打粉过筛，与鸡蛋、糖粉、奶油和南瓜泥混合，拌匀成面团。
2. 把面团分成每个约 15~20 克的剂子，搓成圆型。
3. 在面团表面抹一点水，裹上白芝麻，入油锅以小火炸至表面呈金黄色，捞出沥干油分即可。

王安琪 示范