

生活与科学文库

# 面包、蛋糕 巧制作

齐朝晖 编

生活与科学  
文库

2

科学出版社

# 面包、蛋糕巧制作

齐朝晖 编

科 学 出 版 社

**图书在版编目(CIP)数据**

面包、蛋糕巧制作/齐朝晖编.

-北京:科学出版社,2001

(生活与科学文库)

ISBN 7-03-008087-4

I. 食… II. 齐… III. ①面  
包-食品加工 ②糕点-食品加工  
IV. TS 213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字  
(1999)第 68841 号

**科学出版社出版**

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

**北京双青印刷厂印刷**

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

**定价:10.00 元**

(如有印装质量问题,我社负责调换〈环伟〉)



第一章 面包	1
一、面包制作方法	1
二、快速生产面包新工艺	3
牛奶面包	7
火腿面包	8
面包布丁	9
多维面包	10
米粉面包	10
法兰西面包(亦称硬占包)	12
美国主食面包	12
墨西哥面包	12
日本主食面包	13
英国主食白面包	14
瑞士面包	14
纤维面包	15
玉米、小麦粉面包	16
脱脂大豆面包	18
添加玉米粉的面包	19
赖氨酸面包	19
豆浆面包	20
蛋黄面包	22
麦片面包	22

什锦面包	23
含有米糠的食品面包	23
豆蓉面包(豆馅面包)	25
经济面包	25
车轮面包	26
简易面包	27
花样面包	27
营养面包	28
果酱面包	29
胡桃面包	30
枣泥面包	30
袋状面包	31
大锅盖面包	32
酥皮面包	34
小辫子面包	35
果酱小面包	35
大方包	36
点心面包	36
主食面包	45
奶豆腐小面包	49
羊角小面包	49
奶油面包	50
热狗小面包	50
餐肉面包	51
果子面包	52
第二章 蛋糕	53
一、蛋糕的种类和制作方法	53
可可海绵蛋糕	54

香草海绵蛋糕 .....	55
香橙海绵蛋糕 .....	56
杏仁海绵蛋糕 .....	57
蜂蜜海绵蛋糕 .....	58
柠檬海绵蛋糕 .....	58
花生海绵蛋糕 .....	59
咖啡海绵蛋糕 .....	60
草莓海绵蛋糕 .....	61
樱桃海绵蛋糕 .....	62
香蕉海绵蛋糕 .....	63
芒果海绵蛋糕 .....	64
蓝莓海绵蛋糕 .....	65
西柚海绵蛋糕 .....	65
榛子海绵蛋糕 .....	66
木莓海绵蛋糕 .....	67
栗子海绵蛋糕 .....	68
猕猴桃海绵蛋糕 .....	69
葡萄干海绵蛋糕 .....	70
香草卷筒蛋糕 .....	70
水果蛋糕 .....	71
圣诞蛋糕 .....	72
道白司蛋糕 .....	73
马德拉蛋糕 .....	74
轻水果蛋糕 .....	75
可可白脱蛋糕 .....	76
果皮白脱蛋糕 .....	77
咖啡白脱蛋糕 .....	78
核桃白脱蛋糕 .....	79
杏仁白脱蛋糕 .....	79

栗子白脱蛋糕 .....	80
柠檬白脱蛋糕 .....	81
二、清蛋糕及派生品种 .....	82
三、蛋糕类食品 .....	84
圣诞老人蛋糕 .....	84
上海奶油蛋糕 .....	87
鲜奶油栗子蛋糕 .....	88
奶油蛋糕 .....	90
筒形蛋糕 .....	91
水果蛋糕 (一) .....	92
水果蛋糕 (二) .....	92
香草蛋糕 .....	93
杏仁蛋糕 .....	94
葱油蛋糕 .....	95
外交蛋糕 .....	95
德国乳酪蛋糕 .....	97
杏仁水果大蛋糕 .....	99
柠檬小蛋糕 .....	101
奶油乳酪蛋糕 .....	103
黄油圆蛋糕 .....	104
核桃仁小蛋糕 .....	106
巧克力小蛋糕 .....	106
可可蛋糕 .....	107
果酱蛋糕卷 .....	108
可可小圆蛋糕 .....	108
蛋白圆蛋糕 .....	110
咖啡蛋糕 .....	111
咖啡小蛋糕 .....	111
奶油小蛋糕 .....	113

树根蛋糕 .....	113
瑞士黑森林蛋糕 .....	115
奶油花蛋糕 .....	116
奶油卷蛋糕 .....	117
大花蛋糕 .....	117
雪布卷蛋糕 .....	118
冰皮蛋糕 .....	119
三色蛋糕 .....	119
玻璃蛋糕 .....	119
叉烧甘露卷蛋糕 .....	120
切白卷蛋糕 .....	121
拿破仑奶油蛋糕 .....	121
朱古力忌林蛋糕 .....	122
布丁蛋糕 .....	123
巧克力奶油夹蛋糕 .....	123
雀巢奶油蛋糕 .....	124
莲花蛋糕 .....	124
榄仁切蛋糕 .....	125
梅花蛋糕 .....	126
夹心蒸蛋糕 .....	126
苏式蒸蛋糕 .....	128
苏式各种烧蛋糕 .....	130
卷筒蛋糕 .....	131
家庭自做蛋糕 .....	132
大米蛋糕 .....	133
<b>四、其他糕类食品 .....</b>	<b>134</b>
红枣年糕 .....	134
桂花糖年糕 .....	135
百果年糕 .....	136



脂油年糕	137
猪油年糕	137
鸡油年糕	138
广东年糕	138
福建年糕	139
快餐粘糕	140
三色粘糕	141
千层油糕	142
八宝油糕	143
榄仁猪油糕	144
桃麻猪油糕	145
花糕	146
粗花糕	148
细花糕	149
新都桂花糕	150
梅花糕	151
百花糕	152
水花糖糕	153
重阳花糕	154
仁寿芝麻糕	154
常州大麻糕	156
五色大麻糕	157
麻烘糕	158
松糕	159
猪油蒸头松糕	160
黄松糕	161
发糕	161
荤油米糕	162
枣泥米糕	163

电烘玉米发糕 .....	164
稷面糕 (粗粮细做) .....	165
长寿糕 .....	166
耳朵眼炸糕 .....	167
云片糕 .....	168
山楂云卷糕 .....	170
核桃夹心糕 .....	171
玫瑰百果蜜糕 .....	172
烘糕 .....	173
花生烘糕 .....	174
芡实糕 .....	175
丝丝糕 .....	176
灯草糕 .....	177
峨眉糕 .....	178
核桃糕 .....	179
砂仁糕 .....	181
香酥糕 .....	182
薄荷水蜜糕 .....	182
蒸上白糖切糕 .....	183
定胜糕 .....	184
玉带糕 .....	185
松子枣泥拉糕 .....	185
海绵糕 .....	186
印糕 .....	187
火炙糕 .....	187
香糕 .....	188
茯苓糕 .....	190
蜂糕 .....	191
桔香蜂糕 .....	192

白 蜂 糕 .....	193
软 脂 糕 .....	194
伦 教 糕 .....	195
珍 酥 糕 .....	197
夹沙条头糕 .....	198
双 色 糕 .....	198
朝 鲜 族 打 糕 .....	199
西 塘 八 珍 糕 .....	200
松 子 糕 .....	201
白 糖 嫩 醇 糕 .....	202
加 馅 卷 糕 .....	202
小 茶 糕 .....	203
五 色 方 糕 .....	204
甘 笋 甜 糕 .....	204
四 宝 甘 笋 糕 .....	205
蛇 汁 茯 苓 糕 .....	205
鲜 奶 碗 糕 .....	206
焗 牛 奶 软 糕 .....	207
焗 奶 黄 软 糕 .....	208
冻 玻 璃 蛋 糕 .....	209
马 赛 克 蛋 糕 .....	211
腊 味 糯 米 糕 .....	212
编 后 记 .....	214

# 第一章



面包，原是西方国家的传统食品，引入我国后，因其有膨松、柔软、适口等优点，也受到我国广大群众的欢迎。目前各地已普遍制作和供应。

面包的种类很多，从种类分，有普通的主食面包，还有酥皮、果料、夹心等花色面包；以口味分，又可分甜面包、咸面包、椒盐面包（指咸里带甜的面包）等。

## 一、面包制作方法

面包是用鲜酵母调制面团，经搓条、下剂、成形，最后烘烤而成。制作面包的关键在于抓好选粉、发酵、烘烤三个环节。

1. 选粉：制作面包的主要原料是面粉，选粉是制好面包的一个关键。一般选用含面筋量 25% 以上的面粉。用这种面粉做出的面包发性好，有弹性，质量松软。

2. 发酵：制作面包采用酵母发酵法。在调制面

包面团时，除使用液体鲜酵母外，还要使用油、糖、蛋等辅助原料。投料数量因品种不同而异。下面以一般面包为例介绍其发酵方法。

(1) 投料标准：面粉 5 公斤（以富强粉为好），白糖 1.5 公斤左右（热天 1.5 公斤、冷天 1 公斤），油 750 克左右（猪油、素油均可），鸡蛋 750 克左右，鲜酵母 120~150 克，清水 2.5 公斤左右（热天 2 公斤、冷天 3 公斤），其余如盐、香精、饴糖水少许。

(2) 调剂方法：分两个阶段进行。

第一阶段发小酵。将面粉数量的  $\frac{1}{3}$ ，加清水 500 克左右，再放入鲜酵母揉匀，静置发酵 2 小时（有的发 3~4 小时），发起后即為小酵面。

3. 烘烤：掌握烘烤面包生坯的火候也是制好面包的关键。烘烤面包有煤烤炉、电烤炉、远红外线烤炉。通过烤炉对面包生坯进行高温烤制。制品不仅可由生变熟，而且会形成表面金黄，组织膨松，香甜可口，富有弹性等特色。下面以煤火烘烤炉为例，说明怎样调节烘烤面包时的炉温。

烘烤面包，总的要求用旺火，但不同阶段要用不同火候。第一阶段火要低（ $120^{\circ}\text{C}$  左右），底火要高（不超过  $250\sim 260^{\circ}\text{C}$ ），这样既可以避免面包表面很快定形，又能使面包膨胀适度。第二阶段面火、底火都要高，面火可达  $270^{\circ}\text{C}$ ，底火不超过  $270\sim 300^{\circ}\text{C}$ ，使面包定形。第三阶段逐步将面火降为  $180\sim 200^{\circ}\text{C}$ ，底火降为  $140\sim 160^{\circ}\text{C}$ ，使面包表面焦化，形成鲜明色泽，并提高香味。全部烤制时间根据面包大小掌握，如 100 克小面包为 8~10 分钟（面火指煤堆表面的火，底火指煤堆底层的火）。这样在三个阶段中运

用“先低、后高、再低”的不同火候，可以烤制出合乎质量要求的面包。其他烤炉的温度，也可根据这种变化来适当控制。

## 二、快速生产面包新工艺

我国各地生产面包，使用鲜酵母者用二次发酵法，生产周期一般为6~8小时；用酒花生产面包多用三次发酵法，生产周期11~12小时，且生产出来的面包酸度大。为了提高面包生产效率，改进面包质量，北京食品研究所选育出良种面包酵母21396，制成液体酵母，并改革了面包生产工艺，面包的生产周期缩短至2.5~3小时，接近了世界上最快速的柯莱坞德法面包生产工艺（周期最短2小时），而且生产出来的面包酸度小，提高了面包质量。

新工艺的特点是以醒发为主的一次发酵法。

**制作方法** 1. 调粉：调粉时先投入液体酵母、面粉，开动调粉机后，再加入用温水溶解的糖、盐等辅料。液体酵母的用量为面粉量的20%~25%。当开始调粉时，面粉吸水缓慢，面团显得稀而无粘性，这是由于蛋白质的吸水特征所决定的。蛋白质结构呈链状，由于链与链之间结构紧密和外部疏水基的分布，水分子不易吸收。当调粉进行一段时间后，随着蛋白质表面吸水，胶链便逐渐撒开，水分子便大量渗入到蛋白质胶链内部，这时蛋白质便形成了面筋，调粉浆对面团翻揉得越充分，面筋形成得也越快越好。在面粉的成分中，以蛋白质的吸水性最强，一份蛋白质大约可以吸收两份水。在调粉时所加入的水，约有

60%~70%被蛋白质所吸收，其余的水被淀粉等吸收。因此，用蛋白质高的面粉制面包需要多加水，并适当延长调粉时间。

随着水分被面粉吸收，酵母和其他辅助材料也就均匀地分布于面团中。调粉时间要适度，不宜过短或过长，过短由于面筋没有充分形成，使面团的工艺性能不良；过长则由于面筋被搅拌浆多次割断，使面团的工艺性能受到破坏。调粉时间一般在10分钟以上。当面团形成整体，表面光滑并具有光泽时便到了调粉终点。为了加速面团的发酵，调好的面团温度最好控制在27℃左右。

2. 预发酵：所谓预发酵，就是将调好的面团，进行短期的预备性发酵。其目的是：第一，使面团松弛，使面筋具有正常的弹性、韧性和延伸性。第二，使酵母恢复活性，开始进行繁殖。

使用液体酵母进行预发酵需40~50分钟，待面团膨胀起来就可以了。预发酵不宜过度，如预发酵过度，会因面团内产气过多而不易搓圆作形。

3. 切块、做型：切块、做型与使用鲜酵母制面包的方法相同。

4. 醒发：醒发是面包生产新工艺中的重要工序。预发酵只是为醒发创造条件，醒发才是决定面包体积大小的最终工序。醒发的作用是使面包坯最后发酵成丝状多孔、组织疏松而体积膨大的面包。由于使用液体酵母的新工艺简化了一道发酵工序，这就使得醒发成为主要发酵工序了。

醒发的适宜温度36~38℃。如果温度过低，不仅要延长醒发时间，甚至可能使面包坯不能长大成

型；如果温度过高，虽然面包坯可以在短期内迅速长大成型，但容易使面团内部蜂窝大小不匀或醒发过度。另外醒发温度高常常是造成面包酸度大的重要原因。

醒发室的相对湿度以 80%~85% 为适宜。过于干燥往往会使面包皮干硬而长不起来，且面包的外皮皱缩不光滑；而湿度过大往往会使水蒸气在面包坯表面结露，使面包皮表面形成斑点。

应用液体酵母的醒发时间约为 1 小时。当面包坯长至最大体积的七至八成时便算醒发适度。如醒发过度，面包坯入炉会因体积继续增长超过了面筋的延伸长度而跑气，至使成品塌陷，面包表面凸凹不平；如醒发不足，则面包体积小。因此，严格掌握醒发条件是应用液体酵母快速法生产面包新工艺的关键时期。

5. 烘烤：与一般面包的烘烤方法相同。

### 液体酵母的制备：

1. 液体酵母培养基的制备：可以用糖化面粉培养基，也可用土豆面粉培养基。

土豆面粉培养基配方 面粉 100 克 土豆（蒸熟去皮搓碎）50 克 氯化铵（占培养基总量）0.5%  $\alpha$ -淀粉酶 20 活力单位 砂糖 2 克 水 600~700 毫升

糖化面粉培养基配方 面粉约 100 克  $\alpha$ -淀粉酶 20 活力单位 氯化铵（占培养基总量）0.5% 麦麸 3~5 克 水 600~700 毫升

先将麦麸用少量温水浸泡 2 小时，取上清液待用。

将面粉用开水冲熟成浆糊状，待温度降至 80~90℃ 加入  $\alpha$ -淀粉酶，使浆糊液化 18~20 分钟，待



温度降至 60℃ 左右，加入麦麸保温在 60℃ 下糖化约 3 小时，冷却至 30℃ 加入氯化铵待用。

## 2. 液体酵母的制备方法（见下表）：

	培养时间 (小时)	温度 (℃)	pH	扩大 比例	培养基	杀菌方法
固体斜面	48	28~30	5~6		麦芽汁琼脂、 固体培养基	1.5 公 斤/厘米 <sup>2</sup>
小三角瓶	9	28~30	5~6	1:10	麦芽汁	15 分钟
大三角瓶	9	28~30	5~6	1:10	麦芽汁	15 分钟
小 罐	9	28~30	5~6	1:5	土豆或面粉培 养基	常压煮沸
中 罐	9	28~30	5~6	1:5	土豆或面粉培 养基	常压煮沸

液体酵母在三角瓶阶段，应该在无菌室中上摇床培养，进入小罐和中罐后第 1 小时厌氧培养，以后需通风搅拌培养。尽量防止杂菌污染。

3. 对液体酵母的质量要求：制成的液体酵母，需达到下述质量要求，才适于生产面包。

酵母孢子数	2 亿左右/毫升
滴定酸度	3 度以下
面团膨胀高度	60 厘米

4. 液体酵母面团膨胀力试验：取液体酵母 25 毫升，加入面粉 100 克，加水 30 毫升，调成面团后，装入有刻度的玻璃罐中，作面团膨胀力试验，经 1 小时 45 分钟，面团高度应从 20 厘米上升至 60 厘米。

**快速法新工艺的特点** 用新菌种 21396 制成液体酵母生产面包的新工艺具有以下特点：

1. 生产周期短，约在 2.5~3 小时之间。
2. 工艺流程简单，占用的生产设备和厂房面积