

(英) 阿梅莉亚·华西里艾弗 著

(英) 莉萨·林德 撰

杨晓梅 译



不用去伦敦，大厨教你在家自制地道伦敦甜点

品尝福尔摩斯最爱的伦敦美食

伦敦的味道

胡萝卜蛋糕、迷你司康饼、杯子蛋糕、百果派……

北京新蜀书局出版



不用去伦敦，大厨教你在家自制地道伦敦甜点
品尝福尔摩斯最爱的伦敦美食

伦敦的味道

胡萝卜蛋糕、迷你司康饼、杯子蛋糕、百果派……

〔英〕阿梅莉亚·华西里艾弗 著

〔英〕莉萨·林德 摄

杨晓梅 译



北京科学技术出版社



Un goûter à Londres
© Marabout(Hachette Livre), Paris 2012
Simplified Chinese Edition arranged
through Dakai Agency
Simplified Chinese Translation Copyright
© 2014 Beijing Science and Technology
Publishing Co., Ltd.

著作权合同登记号 图字: 01-2013-1695

图书在版编目(CIP)数据

伦敦的味道 / (英) 华西里艾弗著;
(英) 林德摄; 杨晓梅译. —北京:
北京科学技术出版社, 2014.1
ISBN 978-7-5304-6688-9
I. ①伦… II. ①华… ②林… ③杨…
III. ③西点—制作—英国 IV. ①TS213.2
中国版本图书馆CIP数据核字(2013)
第119492号

伦敦的味道

作 者: [英] 阿梅莉亚·华西里艾弗
摄 影: [英] 莉萨·林德
译 者: 杨晓梅
策划编辑: 郑宇芳
责任编辑: 尹天怡
责任印制: 张 良
出 版 人: 曾庆宇
出版发行: 北京科学技术出版社
社 址: 北京西直门南大街16号
邮政编码: 100035
电话传真: 0086-10-66135495 (总编室)
0086-10-66113227 (发行部)
0086-10-66161952 (发行部传真)
电子信箱: bjkjpress@163.com
网 址: www.bkydw.cn
经 销: 新华书店
印 刷: 北京捷迅佳彩印刷有限公司
开 本: 787mm×1196mm 1/24
印 张: 3.5
版 次: 2014年1月第1版
印 次: 2014年1月第1次印刷
ISBN 978-7-5304-6688-9/T·754

定价: 28.00元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。



*Sweet Thames, run softly till I end my song,
Sweet Thames, run softly, for I speak not loud or long.*
T. S. Elliot







C

目录 Contents

原料	4
打发	6

蛋糕与杯子蛋糕

胡萝卜蛋糕	10
甜菜榛子蛋糕	12
大黄海绵蛋糕	14
橙子蛋糕	16
巧克力干果蛋糕	18
迷你海绵蛋糕派	20
蜜饯蛋糕	22
黑森林蛋糕	24
椰枣蜂蜜香料蛋糕	26
酥皮蓝莓蛋糕	28
迷你榛子巧克力麦芬	30
伊顿纸杯蛋糕	32
醋栗奶油蛋糕	34

司康饼与小面包

迷你司康饼	38
白巧克力司康饼	40
焦糖黄油松饼	42
英式麦芬	44
切尔西螺旋形果子面包	46

曲奇与方块点心

果酱小饼干	50
苏格兰黄油酥饼	52
软香小点	53
百万富翁黄油酥饼	54
咸味黄油焦糖蛋糕	56
白巧克力燕麦饼	58
巧克力树莓布朗尼	60
纳奈莫椰糕	62

挞与派

苹果派	66
百果派	68
红糖挞	70
蛋挞	72
苹果醋栗酥	74



不用去伦敦，大厨教你在家自制地道伦敦甜点
品尝福尔摩斯最爱的伦敦美食

伦敦的味道

胡萝卜蛋糕、迷你司康饼、杯子蛋糕、百果派……

〔英〕阿梅莉亚·华西里艾弗 著

〔英〕莉萨·林德 摄

杨晓梅 译





伦敦城里有数不尽的咖啡厅、面包店与甜品屋，是每个美食热爱者的梦想之地。本书推荐了一些伦敦甜点的配方，让你在家中就可以轻松、简单地做出各种来自伦敦的甜点！



C

目录
Contents

原料	4
打发	6

蛋糕与杯子蛋糕

胡萝卜蛋糕	10
甜菜榛子蛋糕	12
大黄海绵蛋糕	14
橙子蛋糕	16
巧克力干果蛋糕	18
迷你海绵蛋糕派	20
蜜饯蛋糕	22
黑森林蛋糕	24
椰枣蜂蜜香料蛋糕	26
酥皮蓝莓蛋糕	28
迷你榛子巧克力麦芬	30
伊顿纸杯蛋糕	32
醋栗奶油蛋糕	34

司康饼与小面包

迷你司康饼	38
白巧克力司康饼	40
焦糖黄油松饼	42
英式麦芬	44
切尔西螺旋形果子面包	46

曲奇与方块点心

果酱小饼干	50
苏格兰黄油酥饼	52
软香小点	53
百万富翁黄油酥饼	54
咸味黄油焦糖蛋糕	56
白巧克力燕麦饼	58
巧克力树莓布朗尼	60
纳奈莫椰糕	62

挞与派

苹果派	66
百果派	68
红糖挞	70
蛋挞	72
苹果醋栗酥	74

原料

👑 面粉

面粉是一种由小麦磨成的粉。按照蛋白质含量的多少，面粉可以分为高筋面粉、中筋面粉及低筋面粉。

低筋面粉一般用来制作蛋糕，因为它可以使蛋糕口感更松软。中筋面粉一般用来制作馒头、包子等中式面食。高筋面粉则一般用来制作面包，但也有例外，如布朗尼蛋糕就是用高筋面粉制作的。

👑 植物油

某些蛋糕在制作过程中会用到植物油。最好选择色浅且无味的玉米油、葵花籽油等，最好不要选择花生油等色重或者有特殊气味的植物油。

👑 黄油

黄油是从牛奶中提炼出来的油脂，其中约含 80% 的脂肪、20% 的水分及其他成分，有天然的浓郁乳香。黄油在冷藏状态下是黄色固体，比较硬，在 28℃ 左右时会变得非常软，这时可以通过搅打使其裹入空气，体积膨胀，俗称“打发”。黄油有无盐黄油和有盐黄油之分，一般在烘焙时使用无盐黄油。如果使用有盐黄油，则需要相应地减少配方中盐的用量。

👑 奶油奶酪

奶油奶酪英文名为 Cream Cheese，是一种未成熟的全脂奶酪，色泽洁白，质地细腻，口感稍酸，很适合用来做芝士蛋糕。奶油奶酪开封后非常容易变质，所以要尽早使用。

👑 糖

白砂糖、绵白糖、糖粉、红糖等都是烘焙中常用的糖。白砂糖按照颗粒大小分成许多等级，如粗砂糖、细砂糖、幼砂糖等。在制作蛋糕、饼干时，一般使用细砂糖，因为它更容易溶入面团或面糊里。粗砂糖一般用来装饰糕点、饼干，粗糙的颗粒可以增加糕点的质感。粗砂糖还可以用来做糖浆，但一般不用来做蛋糕，因为它不容易溶解。

绵白糖是一种非常绵软的白糖，水分含量比白砂糖高。绵白糖的颗粒较细，通常可以作为细砂糖的替代品。虽然绵白糖和细砂糖本身的性质有一些差别，但一般来说影响不大。

糖粉是一种粉末状的白糖。市面上出售的糖粉，为了防止结块，一般会掺入 3% 左右的淀粉。糖粉可以用来制

作曲奇、蛋糕等，但更多时候是用来装饰糕点。在做好的糕点表面撒上一层糖粉，其外观会漂亮很多。糖粉也被用来制作糖霜、乳脂馅料等。

红糖是指用甘蔗的糖浆熬成的糖。因没有经过精炼，红糖几乎保留了蔗汁的全部成分，除了具备糖的功能外，还含有丰富的维生素和微量元素，如铁、锌、锰、铬等，营养成分比白砂糖高很多。除了特殊的红糖品种，一般来说红糖并不像白砂糖那样颗粒分明，而是有着湿润的质感。

👑 香草精

香草精是从香草荚中提取的天然香料。它是一种褐色、有浓烈香味的液体，价格比较昂贵。它是重要的调味品，可以让蛋糕的品质更佳。

👑 柠檬

新鲜柠檬是制作蛋糕时常用的水果，一般使用柠檬汁，柠檬皮则擦成屑加入蛋糕。柠檬皮内侧的白色部分较苦涩，使用前应先将这部分刮去。

👑 泡打粉

泡打粉又称发酵粉、发粉等。在烘焙加热的过程中，泡打粉会通过化学反应释放二氧化碳，使面包或蛋糕体积膨胀、口感松软。

👑 小苏打

小苏打是一种膨松剂，呈白色粉末状，水溶液为碱性。如果烘焙原料里有酸性成分，一般会添加一些小苏打，使二者发生反应。小苏打与泡打粉不能相互代替。

👑 可可粉

可可豆经发酵、粗碎、去皮等工序得到可可饼，可可饼脱脂粉碎之后的粉状物即为可可粉。可可粉可溶于水，常用来制作巧克力蛋糕。

👑 朗姆酒

朗姆酒是一种以甘蔗糖蜜为原料生产的蒸馏酒。它产自古巴，口感甜润，芬芳馥郁，是制作蛋糕最常用的酒。朗姆酒有白朗姆酒和黑朗姆酒之分，烘焙时一般使用黑朗姆酒。

打发

👑 鲜奶油打发

鲜奶油是装饰蛋糕和制作慕斯类甜点时不可缺少的原料，由牛奶制成，脂肪含量高达27%~38%。鲜奶油打发后可以裹入大量空气，从而使体积膨胀。由于用途不同，鲜奶油打发的程度也不同。

夏季打发鲜奶油时，一般将盛鲜奶油的容器置于冰块上，这样可以使鲜奶油保持低温状态，有助于打发。另外，搅打时会因摩擦产生热量，所以必须用冰块降温，以免奶油融化而无法打发。



Tips:

- ①鲜奶油只有经过冷藏才能打发。打发前需要冷藏12小时以上。
- ②如果用于给蛋糕裱花，打发至体积膨胀，花纹状态不会改变即可。
- ③鲜奶油本身不甜，打发前需依据个人口味加糖。



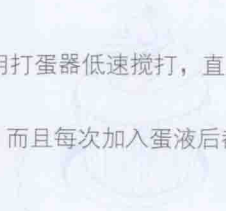
👑 黄油打发

黄油只有在软化状态下才能打发。经过冷藏的黄油在室温下放置一段时间后会软化。用手指轻触黄油表面，如果留下小坑，就表明这是打发黄油的最好时机。如果再放一段时间，黄油融化成液态，就无法打发了。经过打发的黄油能起到膨松剂的作用，使糕点体积膨胀，口感松软。



Tips:

- ①需要在黄油中加入糖或盐时，应当在打发前加入。在软化的黄油中加入糖或盐，用打蛋器低速搅打，直至糖或盐和黄油混合均匀。然后将电动打蛋器调至高速，继续搅打2~3分钟。
- ②有些配方可能会要求在黄油打发好后加入蛋液。如果蛋液较多，就必须分次加入，而且每次加入蛋液后都必须把黄油和蛋液搅打均匀，才能再加蛋液；但如果蛋液较少，就不必分次加入。



鸡蛋打发

鸡蛋打发分两种：蛋白打发和全蛋打发。蛋白打发多用于制作戚风蛋糕，全蛋打发多用于制作海绵蛋糕。

1. 蛋白打发

要想成功制作出好看又好吃的蛋糕，除了原料比例正确，蛋白打发也极为重要。对初学者而言，通常只要能打出漂亮的蛋白，就代表离成功不远了。



Tips:

①首先将蛋白与蛋黄分离，盛蛋白的碗不能有油和水。用打蛋器沿同一方向不断搅打，当出现粗泡沫时，将糖分次加入。

②继续搅打，直到蛋白整体呈奶油状。当提起打蛋器，蛋白能拉出弯曲的尖角时，就表明已经到了湿性发泡的程度，此时的蛋白适合用来制作天使蛋糕。

③再继续搅打，当提起打蛋器，蛋白能拉出短小直立的尖角时，就表明到了硬性发泡的程度，此时的蛋白适合用来制作戚风蛋糕或装饰柠檬派。

2. 全蛋打发

因为蛋黄含有油脂成分，所以全蛋在打发速度上不如蛋白快，但如果在打发前将蛋液加热至 $38^{\circ}\text{C} \sim 43^{\circ}\text{C}$ ，则既可以降低蛋黄的黏稠度，又可以加速全蛋的起泡性。注意，加热温度不要太高，否则不利于全蛋打发。糖可以增加蛋液的黏性，使蛋液泡沫更加稳定，所以打发前可加入适量糖。



Tips:

①先将糖与蛋液混合拌匀，再将蛋液加热。加热时必须用打蛋器不断搅打，以防受热不均。

②随着不断搅打，泡沫会由粗大变得稠密，蛋液会变得越来越浓稠。当提起打蛋器，滴落的蛋液可以在容器内的蛋液表面显出清晰的纹路时，就表明打发好了。



cakes & cupcakes



蛋糕与杯子蛋糕



胡萝卜蛋糕

★1个大蛋糕

准备时间：30分钟

烘焙时间：25~30分钟

这款甜点诞生于第二次世界大战时物资需定量供应的时期，其柔软、扎实的口感一直受到人们欢迎，如今更是伦敦不少咖啡馆的经典甜点。这里提供的配方十分简单、易于操作。

👑 蛋糕坯原料

适量黄油（涂抹模具）

250克蛋糕粉

1/2咖啡勺小苏打

200克红糖

250毫升葵花籽油

4个鸡蛋（打散）

350克胡萝卜丝

100克椰蓉

200克菠萝泥

150克干果碎

1咖啡勺香草精

1咖啡勺肉桂粉

👑 馅料原料

70克黄油（软化）

180克糖粉（过筛）

200克涂抹型奶酪（如费城奶酪）

1汤勺柠檬皮屑或蜂蜜（可选）

👑 表面装饰原料

椰蓉与干果碎

👑 模具

2个直径22厘米的圆形模具

👑 蛋糕糊制作

将蛋糕粉过筛，加入制作蛋糕坯的其他原料，搅拌均匀。

👑 烘焙

1. 烤箱预热至180℃。
2. 在模具内部涂上黄油，铺上烘焙纸。
3. 将蛋糕糊倒入模具中，放入烤箱，烤25~30分钟。用牙签测试蛋糕的烘焙程度：将牙签插入蛋糕中心，拔出时如果牙签干燥、不带液体，则表明蛋糕已经烤好。
4. 将烤好的蛋糕静置5~10分钟，然后移至蛋糕冷却架上冷却。

👑 馅料制作与表面装饰

1. 将软化的黄油和糖粉混合，打成奶油状混合物。
2. 加入奶酪，继续打发。
3. 可根据个人口味添加柠檬皮屑或蜂蜜。
4. 取一块蛋糕，在表面涂上奶酪混合物，然后盖上另一块蛋糕，再将剩余的奶酪混合物抹在第二块蛋糕表面，最后撒上椰蓉与干果碎作为装饰。