
I Love Cheese Cakes!

51款超美味 奶酪蛋糕

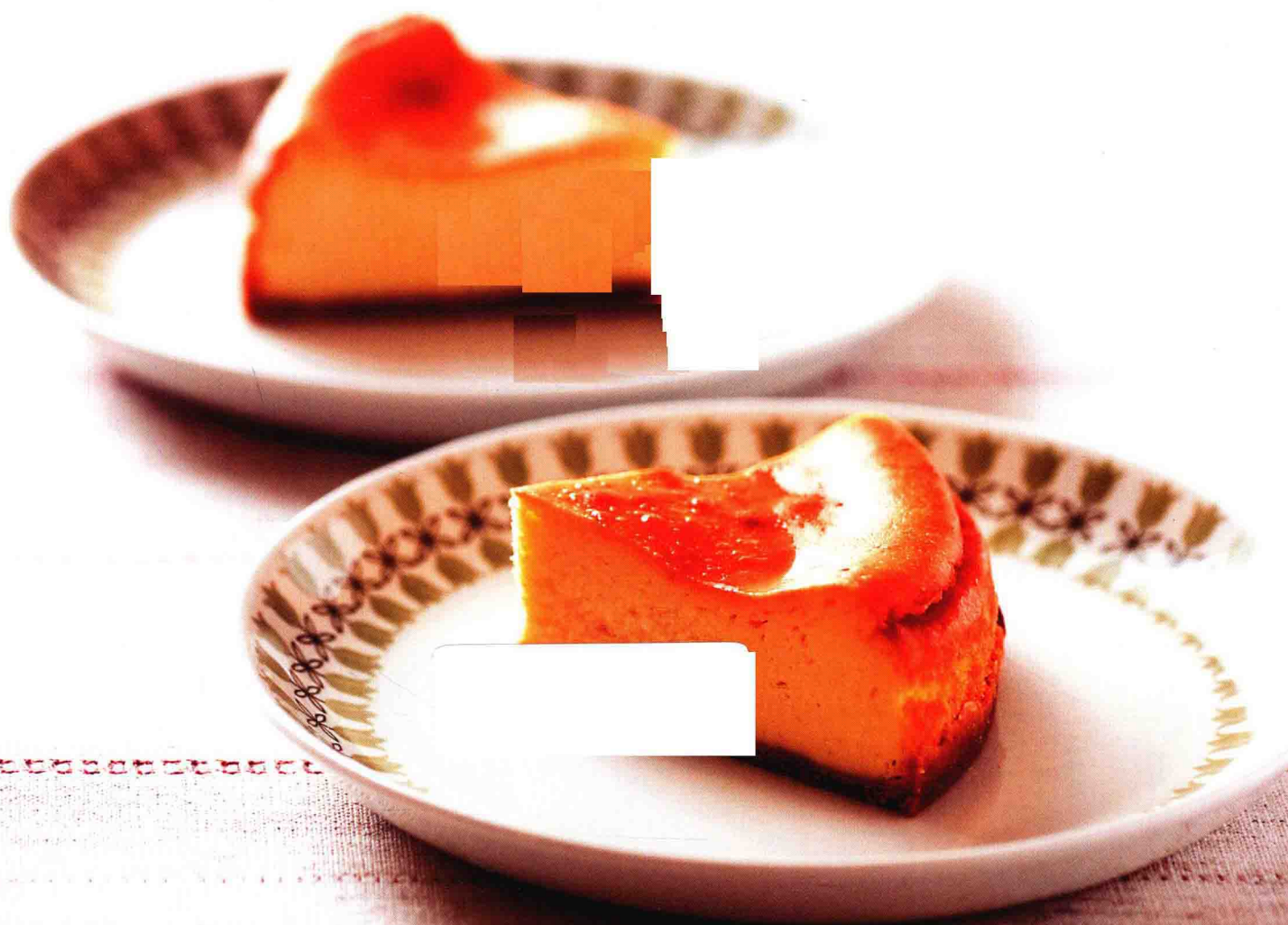
【日】石泽清美◎著 于春佳◎译



南海出版公司

51款超美味 奶酪蛋糕

【日】石泽清美 著 于春佳 译



南海出版公司

2015·海口

图书在版编目 (CIP) 数据

51款超美味奶酪蛋糕 / (日) 石泽清美著 ; 于春佳

译. — 海口 : 南海出版公司, 2015.1

ISBN 978-7-5442-7379-4

I. ①5… II. ①石… ②于… III. ①蛋糕 - 烘焙

IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第208531号

著作权合同登记号 图字: 30-2014-119

TITLE: [新装版 大好き! チーズケーキ 驚くほど簡単なチーズケーキのレシピ51]

BY: [石澤 清美]

Copyright © Shufunotomo Co., Ltd. 2010

Original Japanese language edition published by Shufunotomo Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Shufunotomo Co., Ltd. Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

本书由日本株式会社主妇之友社授权北京书中缘图书有限公司出品并由南海出版公司在中国范围内出版本书中文简体字版本。

版权所有, 翻印必究。

51KUAN CHAO MEIWEI NAILAO DANGAO

51款超美味奶酪蛋糕

策划制作 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划 陈 庆

策 划 邵嘉瑜

作 者 【日】石泽清美

译 者 于春佳

责任编辑 张 媛 曹冬育

装帧设计 季传亮

出版发行 南海出版公司 电话: (0898) 66568511 (出版) 65350227 (发行)

社 址 海南省海口市海秀中路51号星华大厦五楼 邮编: 570206

电子信箱 nhpublishing@163.com

经 销 新华书店

印 刷 北京利丰雅高长城印刷有限公司

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 5.5

字 数 100千

版 次 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5442-7379-4

定 价 36.00元

南海版图书 版权所有 盗版必究

51款超美味 奶酪蛋糕

基础知识

本书中出现的各种奶酪·····	2
制作奶酪蛋糕所需的各种食材·····	4
制作奶酪蛋糕所需的各种工具·····	6
超级实用的甜点制作技巧·····	8



part 1

ice boxed cheese cake

基础冻奶酪蛋糕 &变化花式

基础冻奶酪蛋糕·····	12
各种酱汁·····	16
草莓红酒酱/可可牛奶酱/抹茶炼乳酱/蜂蜜姜汁酱	
迷你冻奶酪蛋糕·····	18
意式点心风奶酪蛋糕·····	19
茶点风奶酪蛋糕·····	19
芒果风味冻奶酪蛋糕·····	20
香蕉风味冻奶酪蛋糕·····	21
抹茶蜜豆风味奶酪蛋糕·····	22
蓝莓风味奶酪蛋糕·····	23
巧克力风味奶酪蛋糕·····	23

应用篇

8款经典奶酪蛋糕·····	24
草莓果冻奶酪蛋糕·····	25
蛋奶冻风味奶酪蛋糕·····	26
提拉米苏·····	28
蓝芝士红酒奶酪蛋糕·····	30
白巧克力慕斯奶酪蛋糕·····	32
焦糖风味奶酪蛋糕·····	34
柚子奶酪慕斯·····	36
农家奶酪和豆奶蜂蜜奶酪蛋糕·····	37

part 2

baked cheese cake

基础烘焙型奶酪蛋糕 &变化花式

基础烘焙型奶酪蛋糕	40
烘焙型奶酪磅蛋糕	42
铝模具烘焙型奶酪蛋糕	43
黑芝麻奶酪蛋糕	44
牛油果风味奶酪蛋糕	45
南瓜风味奶酪蛋糕	46
摩卡奶酪蛋糕	47

应用篇

8种烘焙型奶酪蛋糕	48
纽约芝士蛋糕	49
奶酪条	50
苹果风味奶酪蛋糕	53
香橙风味奶酪蛋糕	54
核桃葡萄干磅奶酪蛋糕	55
红薯板栗奶酪蛋糕	56
巧克力香蕉奶酪蛋糕	58
农家奶酪蛋糕	60

part 3

souffl cheese cake

舒芙蕾奶酪蛋糕 &变化花式

舒芙蕾奶酪蛋糕	62
---------	----

应用篇

4种舒芙蕾奶酪蛋糕	64
豆腐舒芙蕾奶酪蛋糕	64
奶酪舒芙蕾	66
卡芒贝尔奶酪果酱舒芙蕾	68
红小豆红糖舒芙蕾	70

part 4

cheese dessert

奶酪小甜品

天使奶油	72
奶酪蒸蛋糕	74
奶酪布丁	75
奶酪饼干	76
奶酪核桃烤松饼	78
黄桃奶酪蛋挞	79
奶酪奶油夹心咸味饼干	80
白桃奶酪沙司	81
板栗奶酪茶巾绞	82
甜美奶酪球	83

美味甜点送给朋友分享

可爱的艺术包装点子	84
-----------	----

基础知识

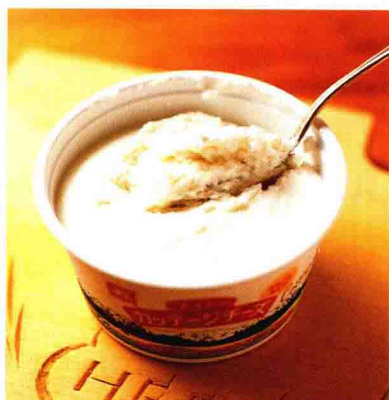


HEESE

本书中出现的各种奶酪

在此主要向您介绍适合用于制作奶酪蛋糕的6种奶酪。

如果您稍微了解一些奶酪知识，知道自己在制作时选用的是哪种奶酪，一定会为您的美味体验增添不少乐趣！



cottage cheese

农家奶酪

.....

这是一种选用脱脂牛奶和脱脂奶粉制作、低脂肪、高蛋白的奶酪类型。农家奶酪带有淡淡的酸味，清爽的口感是其主要特点。用于制作甜点时，最好选用如图那样经过过滤处理的奶酪，使用起来较为方便。如果没有过滤后的奶酪，可以在使用之前自行过滤，待奶酪变得光滑之后再进行制作。

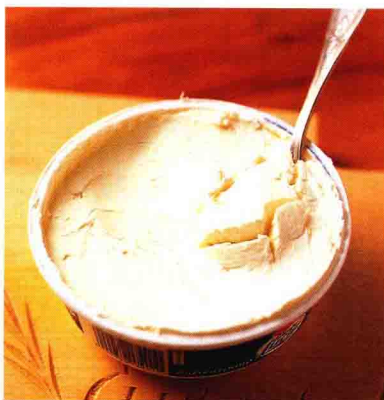
※制作P37“农家奶酪和豆浆蜂蜜奶酪蛋糕”、P60“农家奶酪蛋糕”时使用。



【鲜奶酪】



这是一类没有经过熟成的奶酪，淡淡的酸味以及清爽的风味是其主要特点。由于这种奶酪不易保存，开封后请尽快食用。



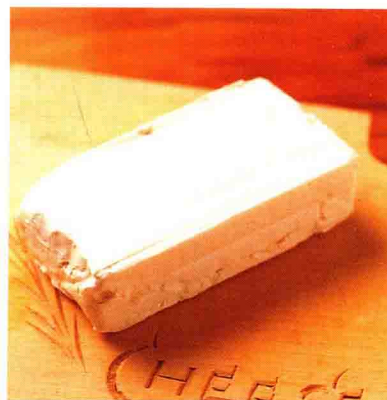
mascarpone

马斯卡彭奶酪

.....

这是一种原产自意大利，以牛奶和鲜奶油为原料制作、具有嫩滑口感的奶油状奶酪。这种奶酪具有黄油般的香甜口味以及温和细腻的口感。

※制作P28的提拉米苏时使用



cream cheese

奶油奶酪

.....

在牛奶中加入鲜奶油后制成，这种奶酪质地较为光滑，具有浓郁的香味。奶油奶酪中奶酪独有的香味和怪味较淡，其较为浓郁的口感和馥郁的香味，非常适合用来制作奶酪蛋糕。

※本书中几乎所有的奶酪蛋糕中都会使用此种奶酪



【熟成型奶酪】

熟成型奶酪是指添加青霉和白霉之后，用盐水清洗干净、经熟成操作后制成的奶酪。其熟成时间因奶酪不同会出现差异，采用这种方法制作出的奶酪一般具有较为独特的风味。随着奶酪熟成时间的增加，奶酪中会带有氨气的臭味，这样的奶酪一般情况下不适合用于制作甜点，选用食材的时候请注意选择。

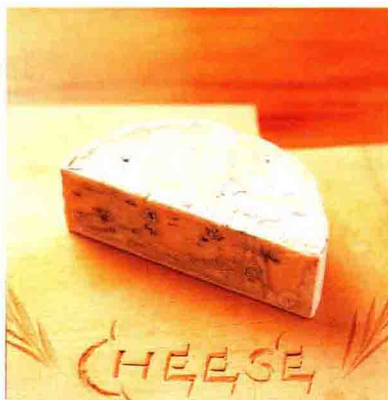


fromage blanc

白奶酪

在法语中，fromage blanc是“白色奶酪”的意思。正如其名字一样，这是一种雪白、具有滑腻口感的奶酪种类。奶酪带有酸奶般的酸爽口感，很适合与水果酱汁搭配食用。

※制作P72的天使奶油时使用



blue cheese

蓝芝士

这是一种添加青霉、经熟成操作后制成的奶酪，奶酪呈大理石状纹理，能够看到混入的青霉，具有很强烈的独特香味。其特有的香味和略浓郁的咸味是其主要特点。

※制作P30的蓝芝士红酒奶酪蛋糕时使用



camembert

卡芒贝尔奶酪

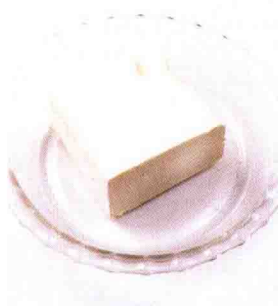
这是一种原产自法国、加入白霉后经熟成操作制成的奶酪。奶酪的外面坚硬无比，里面却是奶油状的，这种奶酪具有独特的风味和咸味。随着熟成时间的增加，奶酪的浓郁程度会有所增加，等到奶酪中间部位完全变软后，也是最佳的食用时机。

※制作P68的卡芒贝尔奶酪果酱舒芙蕾时使用

制作奶酪蛋糕所需 的各种食材

Materials

这里主要向您介绍本书中制作蛋糕时使用的各种食材。
具体食材的挑选方法和主要特点会详细列出，请参考之后再购买。



● 奶油奶酪

市场上出售的奶油奶酪通常为200g和250g，Part1~2中一般选用200g大小的奶酪。制作后剩余的奶酪可以直接用保鲜膜裹起来放入冰箱冷藏室里保存，为保证风味，开封后的奶酪要尽快食用。



● 鲜奶油

鲜奶油分为植物性和动物性两种，本书中的奶酪蛋糕选用风味浓郁的动物性奶油。建议您选用乳脂含量在47%左右的鲜奶油。

● 酸奶

制作奶酪蛋糕时，请选用不加糖的原味酸奶。由于酸奶表面会有一种叫做乳清的液体析出，使用之前请将其充分搅拌均匀。



● 无盐黄油

这种无盐黄油具有丰富的风味和浓郁的香味。加盐黄油味道更重一些，制作甜点时最好选用无盐黄油。如果短时间内用不完那么多黄油，可以将其切成小块，包上保鲜膜，倒入塑料袋中，置于冰箱中保存。



● 细砂糖

细细的颗粒、微甜的口感是细砂糖的主要特点。将细砂糖制成粉末状就变成了糖粉，P62~63中用于点缀做好的蛋糕。



● 绵白糖

本书的蛋糕配方中未用“细砂糖”标注的全部是指绵白糖。绵白糖较为湿润、口感细腻，比细砂糖的甜度也更大些。

● 鸡蛋

选用M号、L号的均可。挑选鸡蛋时，一定要尽量选择最新鲜的。保存时，将鸡蛋圆头向上，置于冰箱中保存。由于蛋清还可以冷冻保存，可以将用于保存的蛋清放入小容器中冷冻，使用时将蛋清自然解冻即可。



● 柠檬

柠檬能够增加甜点的风味，是制作奶酪蛋糕必不可少的重要食材。需要将柠檬皮磨碎使用时，建议您选用无农药添加的有机柠檬。使用时，只需将柠檬的黄色外皮磨碎。





● 吉利丁片

吉利丁片是为了增加甜点的爽滑口感而添加的一种凝固剂，本书中是按照每片1.5g的吉利丁片可以凝固约60ml食材的比例使用的。吉利丁片加热沸腾后，其凝固力会有所下降，加热时请注意这一点。



● 红(白)葡萄酒

对吉利丁片进行融化的时候，需要加入少许葡萄酒，这样能够增加吉利丁片的风味。没有葡萄酒时，用水代替亦可。如果不想吉利丁片被红葡萄酒染红，建议您选用白葡萄酒。您也可以选用自己喜爱的任意洋酒。

● 低筋面粉

这是一种面筋含量较低的面粉。即使经过醒发，面糊也不会太粘，可以用于制作曲奇或者蛋糕等。开封后的低筋面粉很容易吸收味道，所以使用完后请密封保存，并尽快用完。



● 土豆淀粉

这是一种用土豆制作的淀粉。淀粉质地较轻，具有较为光滑的口感。本书中，主要将淀粉用于制作烘焙型的奶酪蛋糕。



● 方形饼干

用模具制作奶酪蛋糕时，可以将饼干直接摆到模具里，使用起来十分方便。图中饼干为加入大量黄油的类型，您也可以根据个人喜好进行选择（参照P15）。也有直接用饼干名字命名的蛋糕。



● 全麦饼干

全麦粉为采用带有小麦胚芽的麦粒磨制出的面粉，用这种面粉制作出的饼干就是全麦饼干。这种饼干以其低糖的口味和朴素的风味为主要特征。

★不同的吉利丁片或吉利粉，其凝固能力也有所差别，使用之前请一定要认真阅读说明书，明确多少g可以凝固多少ml食材，经过换算之后，决定自己的用量（本次选用的吉利丁片是按照每片<1.5g>可以凝固60ml食材为标准）。



意大利苦杏仁酒

这是一款充分体现杏仁风味的洋酒，也被叫做杏仁利口酒。酒味清爽、馨香，十分适合与水果搭配。



黑醋栗果酒

这是一款以黑醋栗为原料，呈黑褐色的洋酒，酒中淡淡的酸味和甜味是其主要特点。适合与草莓、蓝莓等浆果类水果搭配。



巧克力利口酒

这种一款充分体现巧克力香味的洋酒。将利口酒用于巧克力蛋糕的制作，能够提升蛋糕的风味，使蛋糕具有成熟的口感。



朗姆酒

这是一款以糖浆为原料制作出的蒸馏酒。适合与葡萄干等干果搭配，在使用之前，将坚果用朗姆酒浸泡，能够提升甜点的整体风味。

根据自己的喜好 区分使用不同洋酒

制作甜点时，洋酒的用量虽然很小，却能提升甜点的整体风味，根据不同食材选用不同洋酒，能够让您体会不会风味带来的别样惊喜。制作甜点时，只需要加入一点洋酒调整风味即可。如果做出来的甜点是给小孩食用的，建议您不要添加洋酒。

制作奶酪蛋糕所需 的各种工具

Tools

这里主要向您介绍制作蛋糕时需要用到的各种各样的便利工具。
选用方便、坚固的工具，能够让您充分体会到蛋糕制作的乐趣。

● 各种各样的模具

制作蛋糕常用的模具一般有不锈生锈的不锈钢模具，和易于与食材分离的氟树脂模具。本书中出现的蛋糕种类，选用方形模具和圆形模具一般都可以做出。



● 直径15cm的活底圆形模具

本书主要将这种模具用于制作烘焙型奶酪蛋糕。蛋糕烤制完成后，只要轻轻按压底部，就能将蛋糕从模具中取出。



● 直径15cm的固底圆形模具

制作舒芙蕾奶酪蛋糕等需要隔水加热的甜点时，选用这种底部不能活动的模具，加热时，热水不容易溢到模具里。用这种模具制作烘焙型奶酪蛋糕时，烤好的蛋糕不容易与模具分离，为方便脱模，应事先在模具里垫上烤箱用垫纸（参照P40）。

● 方形模具 (14cm x 11cm)

制作布丁等甜点时需要用到方形模具，常用的模具一般都是这种型号的。用这种模具制作蛋糕，做好的蛋糕容易与模具分离。制作果冻或者巧克力的时候也会选用这种模具，请务必买一个放在家里备用。



● 磅蛋糕模具 (18cm x 8cm x 6.5cm)

制作磅蛋糕的时候经常用到这种模具，模具有很多不同大小的型号。这种尺寸的模具与直径15cm的圆形模具容量一样。底部与整个模具一体，可以用于隔水烤制等。



● 铝制模具 (麦芬专用)

这是一种铝制麦芬模具，图中有直径7cm（参照P43）和直径6cm（参照P74）两种。为防止倒入面糊时面糊溢出，一般要选择质地较厚的模具。



● 烤箱用垫纸

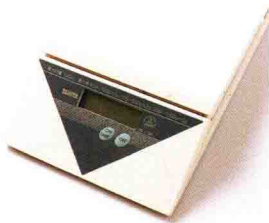
为防止烤好的蛋糕粘到模具上，一般需要事先铺上一层垫纸。垫纸分为石蜡、玻璃纸、硅质等不同素材。为方便将烤好的甜点从模具中取出，给模具铺垫纸的时候，要使垫纸比模具高出2~3cm。

● 称量用具

精确称量各种所需食材是做出美味甜点的第一步！大部分食材是以g为单位计量的，因此一定要购买能够精确到1g的称量用具。

● 秤

这是一种以g为单位的电子秤，称量时易于操作和读取。称重时，将容器置于秤上，按一下复位键，指针就会归零，直接将需要称量的食材置于容器中称量即可，使用起来十分方便。



● 量杯、量匙

量杯容量一般为1杯=200ml，为便于查看，请购买刻度较为清晰的。称量时，将量杯置于平面上，确认量杯保持水平状态后，再读取刻度。量匙按照大小分为大匙15ml和小匙5ml等，购买这两种就足够了。

● 搅拌工具

虽说搅拌看起来是十分简单的操作，但是根据选用食材的不同，搅拌方法也会大相径庭。根据不同食材和搅拌要求选择不同的搅拌工具也是十分重要的。

● 橡胶铲

橡胶铲主要用于搅拌面糊以及刮除容器边缘的食材。购买时要选择弹性好，能够耐200℃高温的类型。手柄和铲子一体的橡胶铲使用起来较卫生。



● 打蛋器

打蛋器主要用于食材的搅拌以及对鲜奶油的打发等。购买时要选择手柄较为坚硬、搅拌头结实，耐用的类型。

● 手持式搅拌机

搅拌机是电动型的，因此搅拌过程中不需费力，就能够迅速完成各种食材的搅拌、打发、制作蛋白酥等。加入面粉之后，食材容易变黏稠，此时一般不使用搅拌机进行搅拌。



● 盆、碗

用手持式搅拌机进行搅拌时，需要用深口容器（右图中最上），把食材搅拌均匀时，需要选用口大的（右图中中间），融化吉利丁片时，需要选用最小的（右图中最下）。选用容器时，建议您选择传热较好的不锈钢制品。



● 过滤工具

想要制作出口感蓬松的美味甜点，制作之前一定要将面粉过筛，使面粉中含有较多的空气，去除结块等，这是做出美味甜点的必要步骤。

● 面粉筛、茶漏

一定要选用带有挂钩的过滤器具，使用起来更加方便。过滤工具一般用于粉状食材的筛选、食材的过滤等。茶漏一般用于少量食材的筛选以及蛋糕完成后糖粉的筛撒等。



● 取出蛋糕

要想做出漂亮的蛋糕，一定要准备下面这些方便、好用的工具。

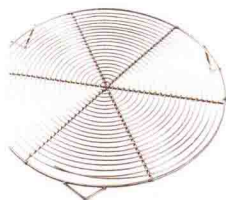
● 抹刀

也称为刮刀，主要用于将蛋糕从模具中取出以及涂抹奶油等。建议您选用长度为30cm左右的。



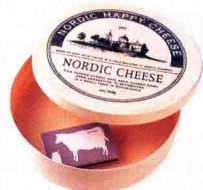
● 冷却架

一种用于冷却烤好甜点的网状容器。透气性较好，能够使食材快速冷却。建议您选用直径为30cm的类型。



超级实用的

甜点制作技巧



一些大家熟知的、一般不会写入食谱中的基本操作，
才是做出美味甜点的关键……

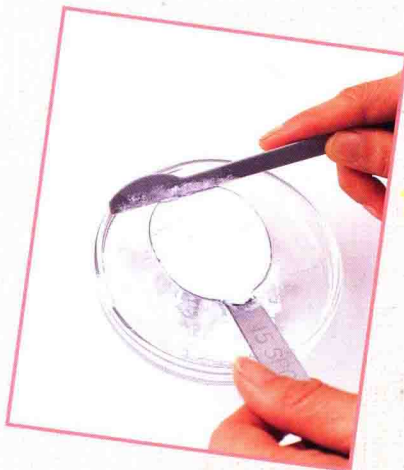
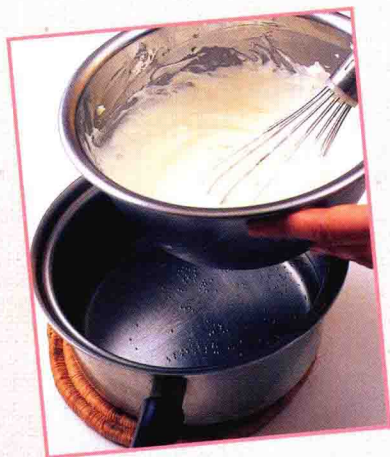
以下常用技巧不仅适用于奶酪蛋糕，还适用于制作各种甜点，
制作之前，请仔细阅读。

★用到的食材一定要提前从冰箱中取出，令其恢复到室温

从冰箱中刚取出的黄油或者奶酪温度较低、较为坚硬，搅拌起来耗费时间。用这样的食材制作奶酪蛋糕，容易使吉利丁片结块，增加烘焙型蛋糕的烤制时间……虽然只是很小的一个细节，却能成为蛋糕制作失败的原因。

★“隔水加热”是指什么？

热水加热是指将钢盆的底部置于50℃左右的热水里，为防止直接加热使食材变焦而进行的间接加热。一般用于面糊的加热以及巧克力、吉利丁片等的融化操作。为防止加热过程中水分进入容器，一般要选择与容器底部大小差不多的锅进行加热操作（加热吉利丁片时除外）。



★对食材进行精确称量是甜点制作的铁则

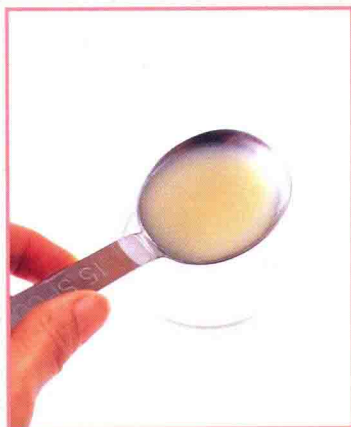
1 计量汤匙的正确测量方法

用量匙对液体进行测量时，以液体刚好凭借表面张力不能溢出为1匙容量。对粉末进行测量时，汤匙舀起食材，呈蓬松、隆起状，轻轻抖掉多余粉末即可。请一定不要从上面使劲按压汤匙，将食材充分压实。

2 液体状食材和粉末状食材1/2量匙的计量方法有所不同

用量匙量取1/2匙时，由于汤匙底部呈圆形，测量液体时，需要浸到2/3处才是1/2的容量。

量取粉末状食材时，则可以先量取1匙容量，再去掉一半即1/2匙的用量。



★碗盆以及各种工具在使用之前一定要擦干水分或者油

如果各种工具上有残留的水分或者油，就会影响食材的打发和搅拌，搅拌过程中食材容易出现分离现象，最终导致甜点制作失败。因此，在使用之前，一定要用干净抹布将工具擦拭干净。



★容器中剩余面糊和粘有的面糊也要充分搅拌均匀，直至最后将其完全用光

将食材加入容器中充分搅拌时，食材会慢慢粘到容器边缘。这些面糊一直粘在容器边缘，无法与容器里的面糊混合到一起。因此，在将容器里的面糊倒入模具之前，一定要先用橡胶铲等工具将容器边缘刮干净，将面糊混入搅拌好的面糊里，充分搅拌几下，再进行后续操作。在平时制作过程中，很容易忽视的一点是，沾到橡胶铲和打蛋器上的面糊也是在配料范围内的，一定要清理干净后再进行后面的制作。



★进行烤制的时候，加热时间以600W的微波炉、烤箱等为标准

根据选用机型的不同，功率会有所差异，用500W的机器时，加热时间要乘以1.2倍。此外，根据食材的状态，制作时也需要对加热时间作出适当调整。

★食谱中提供的烤箱烤制时间只是一个大致标准。具体在制作过程中，还需要您根据食材的状态作出适当调整。

本书中出现的烤制时间均指选用烤箱进行烤制的标准时间。但是，不同型号的烤箱，其火力、运转方式等有所差异，即使按照标准时间进行设定，也不一定能够达到理想的烤制效果。您需要在平时制作过程中总结出自家烤箱的特点，烤制过程中可适当转换模具的位置，转换烤盘的朝向、调整烤制时间。如选用加热效率较高的对流式烤箱，建议您可将加热时间减少1~2成左右。

基础冻奶酪蛋糕 &变化花式



P20



P21



P22



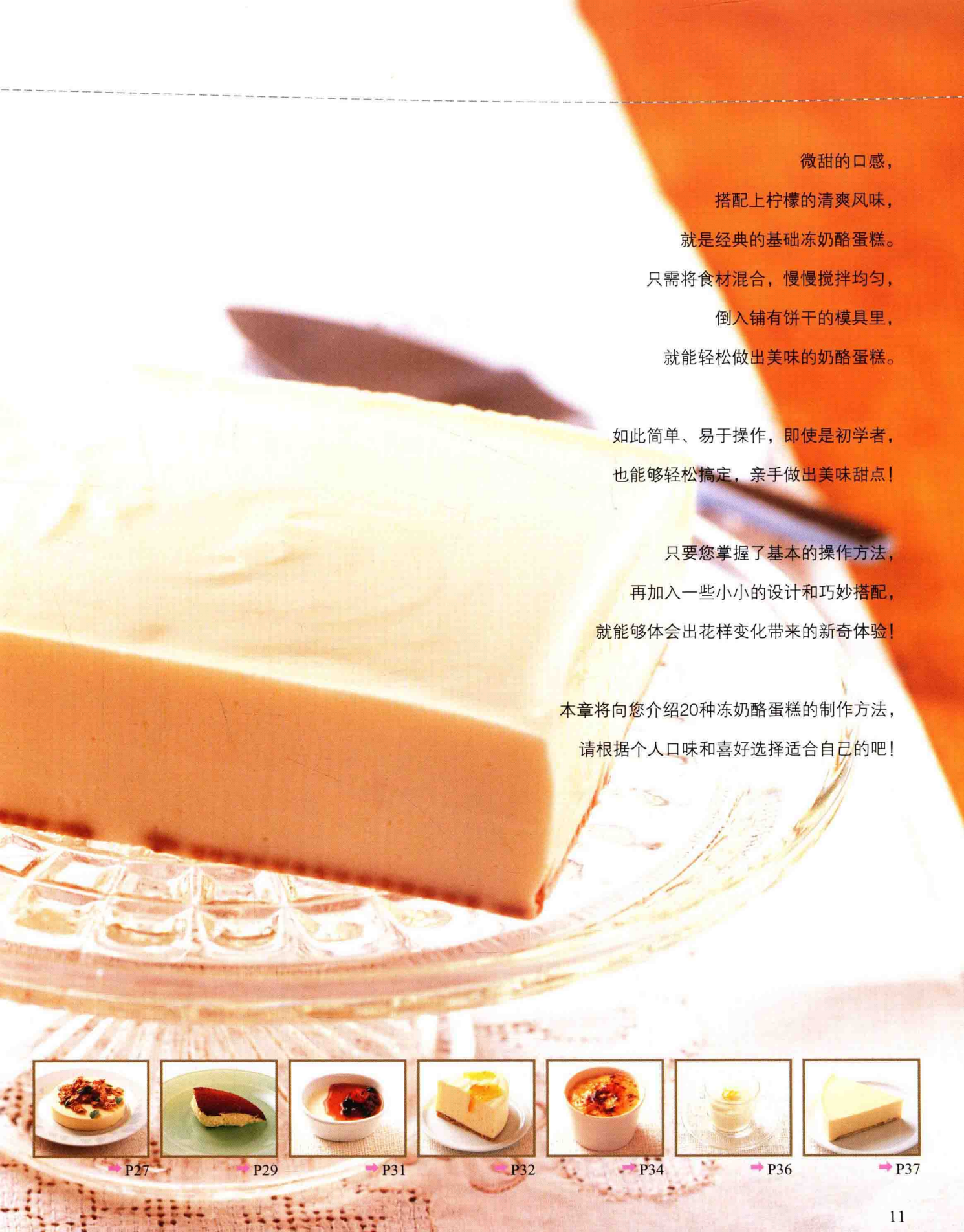
P23



P23



P24



微甜的口感，
搭配上柠檬的清爽风味，
就是经典的基础冻奶酪蛋糕。
只需将食材混合，慢慢搅拌均匀，
倒入铺有饼干的模具里，
就能轻松做出美味的奶酪蛋糕。

如此简单、易于操作，即使是初学者，
也能够轻松搞定，亲手做出美味甜点！

只要您掌握了基本的操作方法，
再加入一些小小的设计和巧妙搭配，
就能够体会出花样变化带来的新奇体验！

本章将向您介绍20种冻奶酪蛋糕的制作方法，
请根据个人口味和喜好选择适合自己的吧！



→ P27



→ P29



→ P31



→ P32



→ P34



→ P36



→ P37

基础冻奶酪蛋糕

ice boxed cheese cake

将各种食材搅拌均匀，模具底部铺上一层曲奇，慢慢倒入搅拌好的食材，再放入冰箱冷藏。

如此简单就能制作出美味的冻奶酪蛋糕。

这里我们选用的是方形模具，您还可以选用P27那样的圆形模具，制作出另一种风格的奶酪蛋糕。

食材 ● (14cm × 11cm 模具 1 个)

奶油奶酪	200g
细砂糖	50g
原味酸奶	100g
柠檬汁	1大匙
鲜奶油	100ml
吉利丁片	4.5g (3片)
白葡萄酒	1大匙
任意喜欢的方形曲奇 (参照P15)	4片左右

您可以根据个人喜好对食材进行适当增减!

※如果您不喜欢吃甜的，加入的细砂糖量以50g为宜，喜欢吃甜的还可以将其增加至100g。

※如果不喜欢太酸，您可以将柠檬汁的用量减少至2小匙。

※如果没有白葡萄酒，也可以用清水代替。但使用洋酒，做出的蛋糕味道更好。您还可以试试P7介绍的各种洋酒，感受不一样的风味。

※按照以上配料进行制作，就能够做出松软可口的美味奶酪蛋糕。如果您想做好后当做礼物送给朋友，建议您将吉利丁片的用量增加到7.5g (5片)，这样才能防止蛋糕在运送的过程中变形。但加入过多吉利丁片会使蛋糕的口感变硬。此时不要忘记在蛋糕周围放上冰袋。

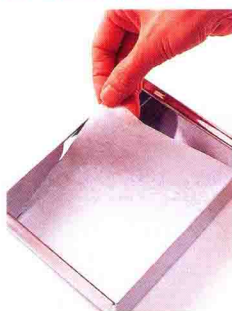
只要记住这一款蛋糕的制作方法，就能变换出多种花样!



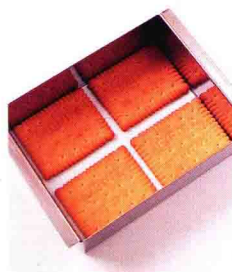
● 准备工作

1 将各种食材称量备用。

2 准备好所需模具



为了便于将烤好的蛋糕从模具中取出，需要事先在模具底部铺上适当大小的烤箱用纸。制作冻奶酪蛋糕建议您选用硅质垫纸，不容易破损。



将准备好的方形曲奇摆放在模具底部。每块曲奇中间留有空隙亦可 (曲奇的大小与模具大小不合时，可以参照P15采用其他方法处理)。

3 将吉利丁片泡软



将吉利丁片一片一片揭开，按顺序放入水中，浸泡一会儿。



检查!
吉利丁片整体变软，轻轻拉扯能够被拉伸即表明完成浸泡。

4 软化奶油奶酪



将奶油奶酪切成8~10等分，再用保鲜膜包裹起来，放入烤箱 (600W) 里加热40秒左右。用手指轻轻按压，能够留下指印即可。



为方便之后的搅拌操作，可事先用手揉搓保鲜膜，将奶酪揉碎。

5 将用于隔水加热 (参照P8) 的小锅里的水煮沸。