

CHIFFON CAKE

拿手

戚风蛋糕专门店

La Famille人气戚风大集合

戚风蛋糕

(日)小泽宪子 著 张岚 译





戚风蛋糕专门店 La Famille 人气戚风大集合

拿手戚风蛋糕

(日) 小泽宪子 著
张岚 译

辽宁科学技术出版社
沈 阳

Original Japanese title: Shifon kēki senmonten “La Famille” no jōtatsu suru shifon kēki
Copyright © 2012 Noriko Ozawa
Original Japanese edition published by Asahiya Publishing Co.,Ltd.
Simplified Chinese translation rights arranged with Asahiya Publishing Co.,Ltd.
through The English Agency(Japan) Ltd. And Eric Yang Agency

© 2014, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由株式会社旭屋出版社授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版简体中文版本。著作权合同登记号：06-2013第327号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

拿手戚风蛋糕 / (日)小泽宪子著; 张岚译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2014.7

ISBN 978-7-5381-8681-9

I. ①拿… II. ①小… ②张… III. ①蛋糕—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第120560号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 6

字 数: 150千字

出版时间: 2014年7月第1版

印刷时间: 2014年7月第1次印刷

责任编辑: 康倩

封面设计: 魔杰设计

版式设计: 袁舒

责任校对: 刘庶

书 号: ISBN 978-7-5381-8681-9

定 价: 25.00元

投稿热线: 024-23284367 987642119@qq.com

邮购热线: 024-23284502



戚风蛋糕专门店 La Famille 人气戚风大集合

拿手戚风蛋糕

(日) 小泽宪子 著
张岚 译

辽宁科学技术出版社
沈 阳

Original Japanese title: Shifon kēki senmonten “La Famille” no jōtatsu suru shifon kēki
Copyright © 2012 Noriko Ozawa
Original Japanese edition published by Asahiya Publishing Co.,Ltd.
Simplified Chinese translation rights arranged with Asahiya Publishing Co.,Ltd.
through The English Agency(Japan) Ltd. And Eric Yang Agency

© 2014, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由株式会社旭屋出版社授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版简体中文版本。著作权合同登记号：06-2013第327号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目（CIP）数据

拿手戚风蛋糕 / （日）小泽宪子著；张岚译. —沈阳：辽宁科学技术出版社，2014.7

ISBN 978-7-5381-8681-9

I. ①拿… II. ①小… ②张… III. ①蛋糕—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第120560号

出版发行：辽宁科学技术出版社

（地址：沈阳市和平区十一纬路29号 邮编：110003）

印刷者：辽宁一诺广告印务有限公司

经销者：各地新华书店

幅面尺寸：168mm×236mm

印 张：6

字 数：150千字

出版时间：2014年7月第1版

印刷时间：2014年7月第1次印刷

责任编辑：康 倩

封面设计：魔杰设计

版式设计：袁 舒

责任校对：刘 庶

书 号：ISBN 978-7-5381-8681-9

定 价：25.00元

投稿热线：024-23284367 987642119@qq.com

邮购热线：024-23284502



作者介绍

小泽宪子

戚风蛋糕的做法让我眼前一亮！那是我初次被美国人做的戚风蛋糕所感动。从1996年开始，为了学习点心制作，以法国为中心，我游历了欧洲各国。在法国召开的戚风蛋糕品尝会也大受好评。1998年，我的戚风蛋糕专门店“La Famille”在东京的池袋地区开张。从那时开始就有了点心教室，但是自从2010年迁至现在的店铺以后，我在点心教室方面就投入了大量的精力。我的梦想是到世界各地去展开一段“点心之旅”。



篇首语

Introduction

戚风蛋糕的最初创始人名叫哈里·贝克，原本在美国从事保险经纪的工作。但保险业务进行的并不顺利，一段时间以来都在以自己做点心的兴趣维持生计。据说在哈里·贝克尝试各种各样的点心做法时，偶然做出了戚风蛋糕。此后，这款戚风蛋糕得到了好莱坞一家有名的餐厅认可，在19世纪30年代广受好评。但当时制作方法和制作素材被严格保密，不为人知。

1947年，一家面粉公司从贝克手中买到了戚风蛋糕的制作方法，以这是一款“百年一遇的崭新蛋糕，在家里就能简单做成”的宣言，将戚风蛋糕的做法传播到了世界各地。从那时起，一直被严格保密的素材竟然就是“植物油”被广而告之。从19世纪50年代后期开始直到60年代，戚风蛋糕在美国国内掀起了一片热潮。

但是，现在在美国境内几乎看不到戚风蛋糕的踪迹了。200多年前有着“天使”美誉的蛋糕，如今怎么了？





我曾经问过一个美国人这是为什么，得到的回答却是：“掀起过超大热潮的东西，早晚都会消失不见的。事实如此啊！”

但不可思议的是，从美国本土失踪不见的戚风蛋糕却在其他国家频频现身。我曾经打听过“您在哪里学到的戚风蛋糕做法？”这样的问题，对方竟然回答说：“从日本人那里学到的啊，本来这就是日本的点心啊。”我大吃一惊。原本在美国土生土长的戚风蛋糕，不知何时竟变身成为日本的点心。

最近，常常有韩国、中国以及亚洲其他地区的爱好者来我的点心教室学习戚风蛋糕的做法。大概因为同为亚洲人，喜好相同吧。看到了戚风蛋糕的圆环，大家都很高兴。

现在，我都会觉得“戚风蛋糕是美国生，日本长”呢。

小泽宪子



Contents 目录

篇首语……4

戚风蛋糕的材料——器具……10

——基础篇——

首先，做一款原味的试试吧……13

最重要的是“强健”的蛋白霜……22

乳化……怎么做才好呢？……25

戚风蛋糕中，究竟需不需要面筋？……26



——应用篇——

各种味道、色彩的戚风蛋糕……27

肉桂戚风蛋糕……28

咖啡戚风蛋糕……31

胡萝卜戚风蛋糕……34

胡萝卜&豆渣戚风蛋糕……36

胡萝卜&草莓酸奶戚风蛋糕……38





生姜戚风蛋糕……40

红茶戚风蛋糕……42

绿茶戚风蛋糕……44

蔬菜戚风蛋糕……47

春色戚风蛋糕……50

南瓜戚风蛋糕……53

彩虹戚风蛋糕……56

香蕉戚风蛋糕……58

覆盆子戚风蛋糕……60

巧克力戚风蛋糕……63

奶酪胡椒戚风蛋糕……66

碎巧克力 & 柳橙戚风蛋糕……68





——创意篇——

不受“形状”局限，更自在地享受制作戚风蛋糕的乐趣……71

咕咕霍夫型戚风蛋糕……72

杯模和切片面包型模戚风蛋糕……74

杯形戚风蛋糕……76

切片面包形戚风蛋糕……77

使用烤盘的戚风蛋糕……78

夹层戚风蛋糕（草莓切块蛋糕）……80

夹层戚风蛋糕（巧克力&咖啡&肉桂）……82



——特别篇——

戚风制作变得拿手之前，从失败中学到的技巧……85

1 在烤箱中，蛋糕坯的表面凹陷了……86

2 在烤箱中，蛋糕坯的表面过度膨胀，形成很多小包……87

3 从烤箱内取出后，模型外沿表面的蛋糕凹陷……87

4 烘烤后倒转，结果蛋糕从模型中剥落（倒转冷却后，蛋糕从模型的边缘剥离）……88

- 5 从模型中取出后，模型底部的蛋糕（完成蛋糕的上面）凹陷……89
- 6 戚风蛋糕取出后，中筒周围的蛋糕凹陷……90
- 7 取出的戚风蛋糕侧面塌陷，或者蛋糕横向裂开……91
- 8 取出的戚风蛋糕全都变成了棕色……92
- 9 混合在蛋糕坯中的覆盆子周围有空洞……93
- 10 如果放入了颜色鲜亮的素材，蛋糕坯就会变成很奇怪的颜色……94
- 11 切开蛋糕后，发现有蛋白块……95

店铺介绍……96



*制作过程从P13的“基础篇”开始详细介绍。P27以后的“应用篇”中提到的戚风蛋糕做法，基本与“基础篇”的内容相同。首先，要牢固地掌握“基础篇”的内容哦！

*书中所述的烤制时间，均为参考时间。由于烤箱的大小、性能、适用类型均有不同，请充分注意。关于烘烤结束的判断标准，在P78有所介绍。敬请参考。

戚风蛋糕的材料——器具

戚风蛋糕，是仅仅利用身边的材料就做得出来的点心。但是，每种材料都有其被使用到的“理由”。如果能很好地理解这些“理由”，就会很快掌握制作的技巧。还有一些十分重要的器具。接下来，就把它结合在一起进行介绍。

【鸡蛋】

蛋白其实可以分成浓厚蛋白和水状蛋白两部分。越是新鲜的鸡蛋，浓厚蛋白越多；越是陈旧的鸡蛋，水状蛋白就会比较多。我们往往都是借用浓厚蛋白的黏性，强化蛋糕坯子的韧性。所以店铺里面一定要使用新鲜的鸡蛋才行。所谓蛋糕坯子的韧性，就是说虽然蛋糕本身很柔软，但是却不会坍塌、用手一按还会反弹回来。所以浓厚蛋白是蛋糕的重要素材之一。到目前为止，还没有发现能够代替鸡蛋创造出蛋糕韧性的素材。连接蛋白和蛋黄的部分叫做卵带，据说这部分的营养价值非常高。所以别扔掉，当做蛋白的一部分来使用吧。

我们都知道蛋黄是天然的乳化剂。蛋黄酱中使用蛋黄的目的在于，是水分和油分很好地结合而不会脱离开。这个过程当中，蛋黄发挥了很好的乳化剂的作用。同样，戚风蛋糕中也有水分和油分，所以我们要使用蛋黄来实现乳化剂的作用。



【油】

只要是能与面筋良好混合、并形成柔软弹性的纯植物油（液态），哪一种都可以。我个人比较喜欢浓香型植物油，因为香味会一直保留在蛋糕坯子里。



【小麦粉】

选择小麦粉的时候要考虑到面筋的因素。面包对于面筋的韧性要求较强，所以应该选择硬质小麦做成的高筋面粉。但是对于点心来说，并不会要求很强韧的面筋。所以选择软质小麦做成的低筋面粉就可以。如果错用了高筋面粉，点心会变得很硬呢。

根据蛋白质的含量不同，低筋面粉也分成很多种类。但是更为重要的是面筋的质量，所以不能只通过含油量来决定买哪一种。对于本店来说，能够做出柔软却不会坍塌、韧性十足的蛋糕的面粉才是真正的好面粉。我们可是尝试了很多次才做出的选择哦。

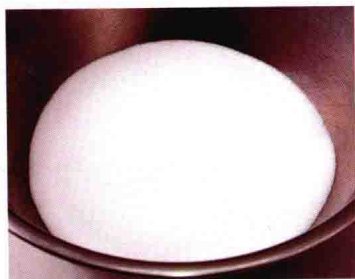
对于大家来说也是一样，用用看！能做出自己满意的蛋糕的面粉就是好面粉。多试一试，一定能找到自己中意的面粉。



【砂糖】

白砂糖与绵白糖的原料相同。但是由于绵白糖中含有转化糖的成分，与白砂糖相比（同样使用量的条件下），有更容易溶化、更甜、更容易上色的特征。欧美更普遍使用颗粒较粗的白砂糖，所以使用方法也有所不同。从西方传播过来的西式点心中仍然普遍地使用白砂糖。两种我都很喜欢。

红糖等提纯度较低的糖类中，含有很多杂质，这会影响点心的膨胀效果。和三盆等纯度较高的砂糖，制作点心的膨胀效果比较好。这一点，小麦粉也一样。



【牛奶】

由于牛奶中含有固体成分，所以如果想用水代替牛奶的话，需要多少增加一点分量。如若不然，蛋糕会变得比较硬。

【其他素材】

我制作花样戚风蛋糕的时候，更喜欢充分发挥素材的本色味道。所以一般都会使用本来就很好吃的食物素材。这么做还有一个好处就是，即使失败也可以尝到美味。我还喜欢让吃蛋糕的人能看出来蛋糕里面放了什么素材，所以总是能加多少就加多少进去。

但是，太酸、太涩的素材会破坏蛋白质结构，往往会导致失败的结果。这一点请一定要注意。使用多酚结构的素材时也要注意！因为会影响到蛋糕的漂亮颜色。水分太大，要再加一点固形物的时候也得注意。恐怕会使蛋糕坯子更容易产生孔洞哦。

【玉米淀粉】

放入蛋白以后，蛋白霜会吸收蛋白的水分形成泡泡。玉米淀粉则能起到稳定蛋白霜泡泡的作用。另外，还能使蛋糕的口感更好。我的店里都是由于这两个原因使用玉米淀粉的。但是如果玉米淀粉放得太多，会使蛋糕变得更容易干硬。一盘的使用量差不多是小麦粉的10%。

即使不使用玉米淀粉也能做出完美的蛋糕。这个时候你可以用小麦粉弥补玉米淀粉的重量，放到蛋黄中和其他小麦粉一起搅拌使用即可。

【打蛋器】

戚风蛋糕的关键在于蛋白霜。所以对于制作戚风蛋糕来说，打蛋器的选择也是至关重要的一件事儿。

本书中，会分别介绍17cm模和20cm模的素材分量。虽然本店中使用的就是20cm的模，但是一般的家用烤箱恐怕无法容纳20cm的模型。所以，我也特别介绍了17cm模型的相关做法。

但是如果烤箱足够大，您又想挑战20cm的蛋糕的话，也请充分考虑您手里的打蛋器的能力。家庭制作中，恐怕还是更适合做17cm的蛋糕。

为什么呢？一般的打蛋器功率分为80W、100W、170W。功率的不同会在打泡过程中产生很大的差距。蛋糕越大，就要求蛋白霜中包含更多的空气，并且有足够的硬度。所以，为了保证打出的泡泡有足够的强度，就要求打蛋器的打泡能力足够强大。现实中，功率比较小的打蛋器真的没有办法让泡泡中充分包裹很多空气。

举例来说，80W的打蛋器的能力并不适合20cm的蛋糕。如果您一定要挑战20cm的蛋糕，就请选择170W的打蛋器吧。



首先，做一款原味的 试试吧



大概是在20世纪80年代，我才第一次知道戚风蛋糕。

当时我对这种又大又软、从未品尝过的美味感到非常震惊！

之后，我又受到了美国和日本完全不同的两种做法的冲击。

带着“为什么？”的疑问，我开始对戚风蛋糕产生了兴趣。

在美国，人们通常使用发酵粉、小苏打等添加物来制作戚风蛋糕。

所以戚风蛋糕是作为简单易做的点心流行开来的。

但是，我倒认为是如果不使用添加物的话会够好吃。可是试着做了一下，竟然变得很难。

看来不但没有简单易做的方法，反而为了做得更好吃，发现了很多不能偷懒的细节。这一点真的很不容易呢。

现在，我的戚风蛋糕做法就是在美国做法的基础上形成的。

接下来，就向大家介绍。

原味戚风蛋糕

首先，介绍一下我的店里总是大受欢迎的原味戚风蛋糕的制作方法。

对专门来戚风蛋糕教室学习的同学们，我也都是从这款原味蛋糕的制作方法开始教授，以此让大家对戚风蛋糕产生亲切感。

这款蛋糕中不需要添加其他素材或面粉，所以对于不擅长做蛋糕的人也是比较简单的。

本书P27以后开始介绍的戚风蛋糕花样做法，也都是以这一款原味蛋糕的做法为基础的。

首先，把蛋白打成泡沫



1 使用低温蛋白。放入盆内以后，为了让空气均匀地填充到蛋白中，首先用打蛋器由低速到中速进行搅拌。强韧的蛋白是可以挂在搅拌器上的。但是，也要注意不要搅拌过分，以至于打断了蛋白本身的强韧性。

2 打好之后，将打蛋器切成高速挡开始打泡。



3 用打蛋器盛一下试试，应该一直打到出现蛋白泡的“小犄角”为止。

4 开始出现“小犄角”以后，加入满满一茶勺的砂糖，继续打泡。放入砂糖以后蛋白会变得更柔软。但是等到打泡完毕以后还会再次变硬。