

最易上手的



烘焙书

(日) 矢崎美月代 著 于春佳 译

专为初学者撰写的甜点教科书

用基础的食材和工具

做出专业味道的

95款甜点

制作步骤全图片说明



新世界出版社
NEW WORLD PRESS



最易上手的 烘焙书



(日) 矢崎美月代 著
于春佳 译

TITLE: [お菓子の教科書ビギナーズ]

BY: [矢崎 美月代]

Copyright © MITSUYO YASAKI 2011

Original Japanese language edition published by Shinsei Publishing 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 Shinsei Publishing Co.,Ltd.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

本书由株式会社新星出版社授权北京新世界出版社有限责任公司在中国大陆地区出版本书简体中文版本。

著作权合同登记号：01-2014-3010

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

最易上手的烘焙书 / (日) 矢崎美月代著 ; 于春佳译. — 北京 : 新世界出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5104-3905-6

I. ①最… II. ①矢… ②于… III. ①甜食 - 制作
IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP据核字(2014)第205854号

最易上手的烘焙书

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

版式设计：季传亮

作者：(日) 矢崎美月代

译者：于春佳

责任编辑：房永明

责任印制：李一鸣 史倩

出版发行：新世界出版社

社址：北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发行部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8705 (传真)

总编室：(010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部：+8610 6899 6306

版权部电子信箱：frank@nwp.com.cn

印刷：北京利丰雅高长城印刷有限公司

经销：新华书店

开本：710mm × 1000mm 1/16

字数：120千字

印张：11

版次：2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5104-3905-6

定价：46.00元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：(010) 6899 8638

CONTENTS

Prologue 甜点制作之前

甜点制作工具	6
甜点专用工具	7
主要的西式甜点食材	11
甜点制作基本用语	14
甜点制作之前 / 本书特点	18

Part 1 适合不同场合的人气甜点 NO.1

适合生日·节日的人气甜点 NO.1

纪念日草莓蛋糕	20
新鲜水果装饰蛋糕	23

适合特别日子的人气甜点 NO.1

烘烤型奶酪蛋糕	24
奶酪棒	27

适合用作小礼物的人气甜点 NO.1

水果磅蛋糕	28
-------	----

适合圣诞节的人气甜点 NO.1

圣诞树根蛋糕	32
可可奶油蛋糕卷	35

适合送给喜欢的人·情人节的人气甜点 NO.1

心形巧克力蛋糕	36
---------	----

适合平常享用的人气甜点 NO.1

模具曲奇	40
白雪曲奇	43

Part 2 用不同面团制作的基础西式甜点

曲奇面团

美式曲奇	46
大理石曲奇	48
杏仁咖啡曲奇	51
瓦片饼干	52
巧克力夹心薄饼	55

玛德琳蛋糕面团

玛德琳蛋糕	56
巧克力玛德琳蛋糕	59
抹茶玛德琳蛋糕	59

费南雪面团

费南雪	60
-----	----

磅蛋糕面团

柠檬酸橙磅蛋糕	62
红茶磅蛋糕	66
咖啡杏仁迷你磅蛋糕	67
柚子果皮迷你磅蛋糕	67

咸味蛋糕面团

维也纳香肠&洋葱咸味蛋糕	68
奶酪蔬菜咸味蛋糕	69

玛芬蛋糕面团

原味玛芬蛋糕	70
柠檬奶酪玛芬蛋糕	71
香蕉玛芬蛋糕	72

布朗尼蛋糕面团

布朗尼蛋糕	74
-------	----

司康饼面团

司康饼	76
-----	----

戚风蛋糕面团

香橙戚风蛋糕	78
抹茶豆奶戚风蛋糕	81

海绵蛋糕面团

草莓海绵蛋糕	82
奶油巧克力蛋糕	85
迷你巧克力蛋糕卷	86

泡芙面团			
泡芙	88	烤薄饼	134
棒状泡芙	93	可丽饼	136
白巧克力小泡芙	93	草莓酱可丽饼	138
		全麦可丽饼	139
塔面团		提拉米苏	140
混合浆果塔	94	蒸奶酪蛋糕	142
奶酪塔	98	香橙果冻	144
迷你水果塔	99	巨峰葡萄酒果冻	146
		葡萄柚酸橙果冻	146
揉搓型派面团		牛奶果冻	147
苹果派	100	可可果冻	147
迷你红薯派	103	芒果慕斯	148
		枫糖慕斯	149
法式派面团		香橙果子露冰淇淋	150
拿破仑派	104	冷冻酸奶冰淇淋	151
叶形派	108	香草冰淇淋	152
栗子派	109	草莓冰淇淋	154
		杏仁奶糖冰淇淋	154
		朗姆葡萄干冰淇淋	154
巧克力点心			
巧克力坚果饼	110		
生巧克力	112		
抹茶生巧克力	113		
松露巧克力	114		
开心果松露巧克力	117		
草莓松露白巧克力	117		
椰子碎松露巧克力	117		
杏仁巧克力	118		
碧根果咖啡巧克力	121		
核桃仁巧克力	121		
专栏 甜点制作小贴士	122		
		Part 4 超级简单!	
		经典日式甜点和不同季节的茶点	
		主要的日式甜点食材	156
		日式丸子(御手洗丸子、豆沙馅丸子)	158
		豆沙馅的制作方法	161
		黄糖包	162
		核桃包	164
		樱饼	166
		铜锣烧	168
		迷你奶油铜锣烧	169
		铜锣卷	169
		荞麦松饼	170
		黄豆粉松饼	171
		春季茶点 莺饼·红白牛皮糖	172
		夏季茶点 绣球花寒天	173
		秋季茶点 板栗茶巾绞	174
		冬季茶点 山茶饼	175
Part 3 适合平时吃的西式甜点			
焦糖布丁	124		
南瓜布丁	126		
面包布丁	127		
奶糖	128		
巧克力奶糖	131		
棉花糖	132		
覆盆子棉花糖	133		

本书中的小常识

- ① 使用于计量的汤匙 1大匙=15ml, 1小匙=5ml。
- ② 本书中的鸡蛋一律用重量计量。但在制作完成涂抹蛋液、没有必要进行准确计量时, 也会用个数进行标记。
- ③ 在没有特殊标记的情况下, 书中出现的砂糖一般指绵白糖, 食盐一般指平时常用的食用盐。
- ④ 准备工作中用到的黄油、色拉油、面粉等, 除了需要进行称量的, 一般在食材栏里不会进行特别说明。
- ⑤ 本书中出现的橡胶铲均选用耐热性较好的硅胶制成。
- ⑥ 选用的烤箱、微波炉等请认真阅读使用说明后再进行相关操作。此外, 书中标记的加热时间只是一个大致标准, 具体操作时, 请结合机器种类以及加热状况等实际情况进行适当调整。



最易上手的 烘焙书

(日) 矢崎美月代 著
于春佳 译

TITLE: [お菓子の教科書ビギナーズ]

BY: [矢崎 美月代]

Copyright © MITSUYO YASAKI 2011

Original Japanese language edition published by Shinsei Publishing 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 Shinsei Publishing Co.,Ltd.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

本书由株式会社新星出版社授权北京新世界出版社有限责任公司在中国大陆地区出版本书简体中文版本。

著作权合同登记号：01-2014-3010

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

最易上手的烘焙书 / (日) 矢崎美月代著 ; 于春佳
译. — 北京 : 新世界出版社, 2014.9
ISBN 978-7-5104-3905-6

I. ①最… II. ①矢… ②于… III. ①甜食 - 制作
IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP据核字(2014)第205854号

最易上手的烘焙书

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

版式设计：季传亮

作 者：(日) 矢崎美月代

译 者：于春佳

责任编辑：房永明

责任印制：李一鸣 史倩

出版发行：新世界出版社

社 址：北京西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8705 (传真)

总 编 室：(010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部：+8610 6899 6306

版权部电子信箱：frank@nwp.com.cn

印 刷：北京利丰雅高长城印刷有限公司

经 销：新华书店

开 本：710mm × 1000mm 1/16

字 数：120千字

印 张：11

版 次：2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5104-3905-6

定 价：46.00元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：(010) 6899 8638

CONTENTS

Prologue 甜点制作之前

甜点制作工具	6
甜点专用工具	7
主要的西式甜点食材	11
甜点制作基本用语	14
甜点制作之前 / 本书特点	18

Part 1 适合不同场合的人气甜点 NO.1

适合生日·节日的人气甜点 NO.1

纪念日草莓蛋糕	20
新鲜水果装饰蛋糕	23

适合特别日子的人气甜点 NO.1

烘烤型奶酪蛋糕	24
奶酪棒	27

适合作为小礼物的人气甜点 NO.1

水果磅蛋糕	28
-------	----

适合圣诞节的人气甜点 NO.1

圣诞树根蛋糕	32
可可奶油蛋糕卷	35

适合送给喜欢的人·情人节的人气甜点 NO.1

心形巧克力蛋糕	36
---------	----

适合平常享用的人气甜点 NO.1

模具曲奇	40
白雪曲奇	43

Part 2 用不同面团制作的基础西式甜点

曲奇面团

美式曲奇	46
大理石曲奇	48
杏仁咖啡曲奇	51
瓦片饼干	52
巧克力夹心薄饼	55

玛德琳蛋糕面团

玛德琳蛋糕	56
巧克力玛德琳蛋糕	59
抹茶玛德琳蛋糕	59

费南雪面团

费南雪	60
-----	----

磅蛋糕面团

柠檬酸橙磅蛋糕	62
红茶磅蛋糕	66
咖啡杏仁迷你磅蛋糕	67
柚子果皮迷你磅蛋糕	67

咸味蛋糕面团

维也纳香肠&洋葱咸味蛋糕	68
奶酪蔬菜咸味蛋糕	69

玛芬蛋糕面团

原味玛芬蛋糕	70
柠檬奶酪玛芬蛋糕	71
香蕉玛芬蛋糕	72

布朗尼蛋糕面团

布朗尼蛋糕	74
-------	----

司康饼面团

司康饼	76
-----	----

戚风蛋糕面团

香橙戚风蛋糕	78
抹茶豆奶戚风蛋糕	81

海绵蛋糕面团

草莓海绵蛋糕	82
奶油巧克力蛋糕	85
迷你巧克力蛋糕卷	86

泡芙面团		烤薄饼	134
泡芙	88	可丽饼	136
棒状泡芙	93	草莓酱可丽饼	138
白巧克力小泡芙	93	全麦可丽饼	139
塔面团		提拉米苏	140
混合浆果塔	94	蒸奶酪蛋糕	142
奶酪塔	98	香橙果冻	144
迷你水果塔	99	巨峰葡萄酒果冻	146
揉搓型派面团		葡萄柚酸橙果冻	146
苹果派	100	牛奶果冻	147
迷你红薯派	103	可可果冻	147
法式派面团		芒果慕斯	148
拿破仑派	104	枫糖慕斯	149
叶形派	108	香橙果子露冰淇淋	150
栗子派	109	冷冻酸奶冰淇淋	151
巧克力点心		香草冰淇淋	152
巧克力坚果饼	110	草莓冰淇淋	154
生巧克力	112	杏仁奶糖冰淇淋	154
抹茶生巧克力	113	朗姆葡萄干冰淇淋	154
松露巧克力	114		
开心果松露巧克力	117		
草莓松露白巧克力	117		
椰子碎松露巧克力	117		
杏仁巧克力	118		
碧根果咖啡巧克力	121		
核桃仁巧克力	121		
专栏 甜点制作小贴士	122		
Part 3 适合平时吃的西式甜点		Part 4 超级简单!	
焦糖布丁	124	经典日式甜点和不同季节的茶点	
南瓜布丁	126	主要的日式甜点食材	156
面包布丁	127	日式丸子(御手洗丸子、豆沙馅丸子)	158
奶糖	128	豆沙馅的制作方法	161
巧克力奶糖	131	黄糖包	162
棉花糖	132	核桃包	164
覆盆子棉花糖	133	樱饼	166
		铜锣烧	168
		迷你奶油铜锣烧	169
		铜锣卷	169
		荞麦松饼	170
		黄豆粉松饼	171
		春季茶点 莺饼·红白牛皮糖	172
		夏季茶点 绣球花寒天	173
		秋季茶点 板栗茶巾绞	174
		冬季茶点 山茶叶饼	175

本书中的小常识

- ① 使用于计量的汤匙 1大匙=15ml, 1小匙=5ml。
- ② 本书中的鸡蛋一律用重量计量。但在制作完成涂抹蛋液、没有必要进行准确计量时,也会用个数进行标记。
- ③ 在没有特殊标记的情况下,书中出现的砂糖一般指绵白糖,食盐一般指平时常用的食用盐。
- ④ 准备工作中用到的黄油、色拉油、面粉等,除了需要进行称量的,一般在食材栏里不会进行特别说明。
- ⑤ 本书中出现的橡胶铲均选用耐热性较好的硅胶制成。
- ⑥ 选用的烤箱、微波炉等请认真阅读使用说明书后再进行相关操作。此外,书中标记的加热时间只是一个大致标准,具体操作时,请结合机器种类以及加热状况等实际情况进行适当调整。



Prologue

甜点制作之前

在开始制作甜点之前，
你需要了解的工具、食材及基本用语。

甜点制作工具

用于制作甜点的工具，从初学者到专家级分为很多不同的种类。本书在厨房常用工具的基础上，添加几种较为便利的工具，令您在日常生活中就能享受甜点制作的乐趣。



1 碗、盆

钢制盆使用起来最方便，也较容易入手。在制作甜点时，一般会准备多个同时使用，最少需要大、中、小号各1个。钢盆一般都可以用于隔水加热和对食材进行冰镇，但不能直接放入烤箱使用，因此最好再准备一个耐热玻璃制成的小盆。

2 量杯

必须准备一个200ml的量杯。如果能再准备一个500ml的大量杯就更好了。选用量杯时，一定要选择刻度清晰、便于读取的。如果您备有耐热的钢制量杯或者能够直接用于微波炉加热的耐热玻璃制量杯，那就再好不过了。强烈建议您选择带有把手的量杯。

3 方平底盘

可以选用较为耐用的钢制盘，也可以选用质量较为轻薄的耐酸铝制品。此外，制作酸性较强食材时，建议您选用搪瓷盘。

4 锅

可以选用钢制或者铝制的料理用锅，在需要加热鲜奶油和黄油等容易残留香味的食材时，建议您选用搪瓷制成的牛奶锅。

5 耐热容器

虽然耐热容器的耐热温度达到300℃以上，可以直接放入烤箱、微波炉中进行加热，但在高温加热之后，用湿抹布握住容器柄、将容器置于有水的地方时，容器容易发生破损，使用的时候请注意。

6 打蛋器（搅拌器）

主要用于想通过搅拌使食材混入较多空气时。钢制打蛋器较为常见，选用这种即可，需要注意的是，如果选用的打蛋器质量不好，搅拌的食材中会有打蛋器上的金属气味，因此一定要选择质量好的器具。打蛋器的金属丝越多，搅拌操作就能越快完成。

7 铲子（橡胶铲·木铲）

要减少面糊中的空气含量时，一般会用铲子搅拌食材。橡胶铲具有弹性，能够将锅和模具的各个角落都清理干净。建议您选用耐热温度在300℃以上的硅质橡胶铲。木铲一般用于食材的混合、搅拌以及过滤等操作。由于木铲容易串味，所以料理用木铲和甜点用木铲要区分使用。

8 长筷子

长筷子也有硅质的，但一般情况下，选用竹制长筷就可以了。您也可以用料理用长筷，但如果您担心串味的话，建议您还是准备一双甜点专用长筷，与料理长筷区分使用。

9 万能过滤器、茶漏

万能过滤器比甜点专用过滤器、面粉筛子使用起来更加简便，此外，还可以用作笊篱。茶漏用于过滤少量食材时较为方便。无论选用哪种工具进行过滤，使用之后都要清洗干净，并充分晾干，防止网眼被堵住。

10 量匙

结实、耐热的钢制量匙，除可用于食材的计量之外，还可以用于面团的成型操作。请将大汤匙（15ml）、小汤匙（5ml）、迷你汤匙（2.5ml）等不同型号都准备好。

甜点专用工具



烤箱纸

也被叫做硅油纸，是一种表面经过树脂处理的一次性烹调用纸。也可以选用可重复使用的布制烤箱垫。使用烤箱纸，面团不容易发生粘连，烤制时还能防止烤焦、不容易脱模等问题，除可用作烤盘或者模具的垫纸之外，还可以用作裱花袋（参照第14页）。



电动搅拌机

对多种食材进行搅拌、打发，担心力道不够、搅拌不均匀时，建议您选用电动搅拌机。但是，选用电动搅拌机进行搅拌时，容易出现搅拌过度的情况，请尽量避免这种情况的出现。



料理用温度计

可以选用电子温度计，但建议您选用可以直接用肉眼观察温度变化状态的液态棒状温度计。这种温度计一般能够测量到200℃左右的温度，使用起来更加放心。



擀面杖

一种可以将面团均匀摊薄的工具。与两端带有把手的西式擀面杖相比，更建议您选用擀制荞麦面条和乌冬面的、长40~50cm的细长型擀面杖。



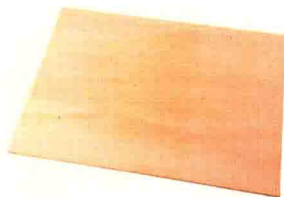
刮板

也被叫做刮铲，一种由聚乙烯或者聚丙烯制成的、不带把手的铲子。当不想让手部温度传导到面团上时，可以用刮板的曲线部位进行搅拌，铲子的直线部位主要用于切割或者将面团摊平等操作。



面粉筛

除了可用于筛粉末状食材外，还可以将砂糖中的结块弄碎、过滤蛋液等。除常见筛子外，还有带把手的类型，这种筛子能够防止粉末状食材飞溅，使用起来更加方便。



砧板

有制作甜点专用的大理石或者硅胶砧板，这里我们选用复合板制成的就可以了。为了制作曲奇和派的时候也能够用，我们直接准备30×45cm大小的砧板。



毛刷

选用天然毛制成的毛刷时，先用水将毛刷充分浸湿，用手整理平整后再使用。使用之后，用洗洁精等将毛刷清理干净、整理好形状后阴干即可。除天然毛刷外，还有尼龙毛刷、硅胶毛刷等不同材质制成的。



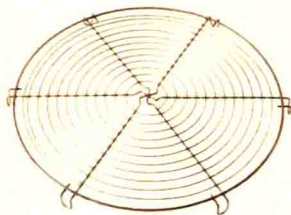
秤

建议您选用能够精确到g的电子秤。如果选用的电子秤较小，托盘上放上小碗等容器后，不容易看清指示数字，建议您选用较大的电子秤。



厨房专用计时器

在甜点制作过程中，为准确掌握面团醒发等操作时间，建议您养成定时、计时的良好习惯。您可以根据习惯选择模拟式计时器或者电子计时器。选用的计时器只需具备一些简单功能即可。



冷却架

为使蛋糕能够在较短时间内散热、冷却，建议您选用透气性能较好、带有支架的冷却架。市场上出售的冷却架一般为钢制或者铁镀铬材质的。建议您选择网格较小的，这样小甜点也能放上去了，十分方便。



裱花袋、裱花嘴

裱花袋有能够重复多次使用的树脂和尼龙材质的，但建议您选用一次性的塑料裱花袋。本书中选用的裱花嘴均为圆形或者星形的，此外还有很多其他形状的（具体使用方法请参照第10页）。



蛋糕刀

与料理用刀不同，这种蛋糕刀的刀刃呈波状，在切割海绵蛋糕的时候，不容易产生蛋糕碎屑，切口也更加整齐。



抹刀

一种薄刮铲状且富有弹力的扁平状刀具。虽被叫做刀，但却没有用于切割的刀刃，主要用于在蛋糕上涂抹奶油。

不要忘记这些“小工具”！

铝箔纸

除可以用于铺垫烤盘外，还可以将其裹在甜点上放入烤箱里直接烘烤、调整甜点的烤制花纹、防止甜点被烤糊等，使用起来十分方便。

保鲜膜

保鲜膜里的空气难以流通，通常用其裹在面团外面，防止保存过程中面团变干等。

硅胶干燥剂

为避免受潮，将烤制好的甜点放入塑料袋或者瓶子里的时候，需要放入硅胶干燥剂防潮保存。

厨房用纸

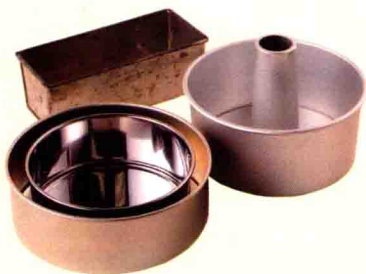
一般用作抹布，从食材的准备阶段到最后的收拾阶段都需要用到。

竹签子

主要用于检查甜点的烤制火候，代替手指进行相关操作，使用起来较为方便。

长柄漏勺·圆勺子

一般用于将较为柔软的面团或者液体状面团倒入模具里面，使用起来较方便。长柄漏勺是带有孔眼的长柄勺，圆勺子即平时的勺子。



敞口式模具

(圆形模具、磅蛋糕模具、戚风蛋糕模具等等)

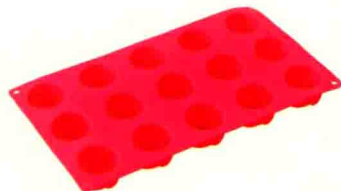
圆形模具也被叫做“花式甜点模具”，主要是在钢中添加树脂或者由不锈钢材质制作而成。模具底能够被取下的模具，容易脱模，但不适合隔水蒸烤。戚风蛋糕模具建议您选用导热性能较好的铝制模具。铝制模具保存不当时容易出现白色斑点，使用之后一定要用中性洗涤剂清洗干净，晾干后置于干燥处保存。



特殊形状模具

(水果派模具、布丁模具、玛德琳蛋糕模具等)

图中的水果派模具主要是花朵形状的，此外还有正方形、长方形等不同形状。为方便取出，制作布丁和果冻时建议您选用形状较为简单的模具。上图中右侧的模具，一次可烤制6个玛德琳蛋糕，比一个个单独烤制操作起来更加方便。



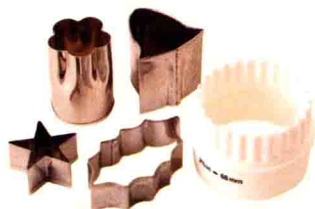
硅胶模具

这种模具可以将甜点从烤箱中取出之后立即放入冰箱中冷冻，模具的耐热耐寒性能较好，适应温度范围广，还可以自由弯曲，柔软性能较好。选用这种模具，即使很复杂的甜点形状也能漂亮地完成，做好的甜点容易脱模。清洗这种模具时，请一定不要使用任何研磨剂或者用炊帚刮动。此外，模具置于较重物体下面时也容易变形，保管时请注意这一点。



纸杯

在制作戚风蛋糕或者蒸蛋糕时，用上这样的纸杯，不仅能够轻易将蛋糕与模具分离，也可直接用手拿起来，食用起来更方便。这种蛋糕纸杯有各种各样的设计，作为艺术包装的一个重要组成部分，用这种纸杯制作甜点，一定会为您的制作过程增添不少乐趣。



压制模具

这种模具的食材和形状多种多样、千差万别。可以单独购买，也可以成套购入，收集起来还可以作为一种爱好。这种模具不仅可以用来制作曲奇饼干，还可以将巧克力制成不同形状用于装饰，或将派整理成不同形状等。按照模具的形状撒制可可粉或者糖粉，也是非常有趣的尝试。

量匙的使用方法



量取1匙量

用所需容量的量匙挖取较多食材，用量匙附带的刮铲或者其他量匙的匙柄将食材表面刮平即可。



量取 $\frac{1}{3}$ 匙量

1 首先按照正确方法量取1匙的量，将食材表面如图那样划上字母Y的形状将其3等分。



2 用小铲子或者其余量匙慢慢刮掉3等份中的2份。

鲜奶油的打发标准

根据用途的不同，鲜奶油的打发状态也是不一样的，食谱中一般将打发状态的标准用打发时间来表示。



6分发
用打蛋器将奶油挑起时，掉落的奶油会留下痕迹，但是痕迹很快就消失。



7分发
用打蛋器将奶油挑起时，奶油扑通掉落，稍微积起一段时间之后慢慢消失。如果想将鲜奶油混入冰淇淋中，打发成这样既可。



8分发
用打蛋器将奶油挑起时，奶油不容易掉落，呈三角形附着于打蛋器上。



9分发
用打蛋器将奶油挑起时，奶油会有棱角。在此基础上再继续打发，鲜奶油容易打发过度，出现油水分离现象。

裱花袋的使用方法



1 剪开裱花袋的前端

结合选用裱花嘴的大小，在裱花袋前端用剪刀剪出适当大小的口。

※在用剪刀剪开之前，请先将裱花嘴放入裱花袋里，确认好剪开位置，这样能够保证一次成功。



4 将奶油倒入裱花袋里

将裱花袋袋口部位向外翻折 $\frac{1}{2}$ ~ $\frac{1}{3}$ 左右。将裱花袋放入较大的杯子里直立起来，倒入打发好的奶油。

※倒入奶油之前，将裱花袋向外翻折，倒入的奶油会比较接近裱花嘴前端，省去将奶油向前端聚拢的麻烦，同时也避免了奶油的浪费。



2 放入裱花嘴

将裱花嘴置于裱花袋里面，固定好。需要注意的是，一定要使劲推动裱花嘴，将其固定在裱花袋上。

※在推动裱花嘴的过程中，如果裱花嘴只露出一点点，奶油很容易从裱花嘴和裱花袋的空隙中漏出。相反，如果裱花嘴露出过多，嘴会很容易从裱花袋中脱离，安装的时候需要防止以上两点。



5 将奶油聚集到裱花嘴附近

将裱花袋从杯子里取出，一只手扶住裱花袋袋口部位，轻轻按压住，防止奶油溢出，另一只手将裱花袋里的奶油慢慢向下推动，使其聚集在裱花嘴附近。

※往裱花袋里加入奶油时，一定要注意，一次不要加入太多。裱花袋上部拧起部位要尽量多留出一些。将奶油挤到裱花袋前端时，慢慢将前端拧紧的部位松开，将奶油挤到裱花嘴开口处。



3 将裱花袋前端扭动后塞入裱花嘴里

在靠近裱花嘴上部的位置，将裱花袋拧几下，并将裱花袋塞入裱花嘴中。

※这样，在裱花嘴和裱花袋中间就能形成一个类似“塞子”的东西，即使在裱花袋里加入奶油，奶油也不会从裱花袋中漏出。



6 挤出奶油

用右手（左撇子的话用左手）轻轻包住、拧紧裱花袋口，另一只手轻轻托住裱花嘴。

※用手捏住袋中有奶油的部位时，手的温度容易使奶油融化，影响口感，因此要尽量避免手部接触袋中有奶油的部位。

主要的西式甜点食材

当您熟知各种食材的特点并且善加使用时，
能够瞬间提升甜点的完成度。

面粉

·低筋面粉&高筋面粉

将小麦磨制成面粉之后，一般按照面粉中小麦蛋白质的含量，将其分为高筋面粉、中筋面粉和低筋面粉。小麦中的蛋白质遇水之后会变成一种叫做面筋的黏性物质，面粉中面筋含量越高，面团的弹性就越大，因此一般选用高筋面粉来制作面包等甜点。此外，在制作过程中，为防止面团粘附到案板上，高筋面粉还被用作干粉。制作较为蓬松、具有酥脆口感的点心时，一般选用面筋较少的低筋面粉。制作甜点时，一般要将面粉筛一下，防止结块，还要经常搅拌，这些都是制作时的要点，目的是控制低筋面粉中的面筋黏度。面粉容易受潮，使用完一定要密封好，置于较为凉爽的地方保存。

·全麦粉

将小麦表皮、胚芽、胚乳等全部碾碎制成的面粉。面粉中膳食纤维和维生素B1等成分较多是其主要特征。与面粉相比，全麦粉颜色偏黄褐色，质地也较为粗糙，但正是这些特征才使得加入全麦粉的甜点具有一种独特的风味和口感。将全麦粉混到面粉中制作点心，也成为时下一种十分健康的饮食方式。此外，由于全麦粉中胚芽中含有的脂质容易发生氧化，开封后的全麦粉要尽快食用，避免长期保存。



低筋面粉



全麦粉

鸡蛋

制作甜点时，鸡蛋的使用方法多种多样，有用全蛋液的，有只使用蛋白的，也有只使用蛋黄的。此外，使用全蛋液时，也有蛋清和蛋黄共同打发和分别打发等不同操作方法。这些方法都充分凸显了蛋黄和蛋清的不同口感和特点。因此，在添加蛋黄和蛋清的时候，其使用分量也变得十分重要。

日常生活中，我们总是以个数作为鸡蛋的度量单位，但制作甜点时，一定要仔细称量。如果单纯用个数进行计量，经常会出现允许范围之外的误差，使每次制作出来的甜点味道都不一样。一般来说，一个中号鸡蛋(M号鸡蛋)全蛋液重约50g、蛋黄重约20g、蛋白重约30g，记住大体重量具体操作起来也更加方便。使用的时候，先将鸡蛋一个一个打到容器里，确认是否混入鸡蛋壳、蛋黄是否已经散开，轻轻将卵带去掉。想要将蛋黄和蛋白分开时，可以用(大)量匙慢慢将蛋黄挑起。此外，蛋白也分为较为浓稠和较为稀薄的两层，分离出蛋黄后，先将蛋清搅拌均匀再进行计量使用。



砂糖

砂糖是决定甜点甜度的重要食材，同时还能使面团膨胀起来，使其呈现较为漂亮的烤制颜色。此外，砂糖还能使做出的甜点耐放，防止冰淇淋或者果子露等甜点变硬，使各种甜点软硬适中。制作布丁时，加入砂糖，布丁沸腾的温度就会变高，不容易混入气泡，布丁的细腻程度得以提高。将砂糖加到蛋白霜或者打发奶油里进行打发时，蛋白或者鲜奶油中含有的水分与砂糖结合，奶油的纹理变细，形成众多细小气泡。本书中将细砂糖、绵白糖、糖粉、黄糖等按照其各自的不同特性区分使用。砂糖如果受潮结块，使用前要用筛子筛匀。另外，本书食材栏中的“砂糖”一般是指绵白糖。具体请参照第15页“甜点制作基本用语”。



鲜奶油·牛奶·酸奶

·鲜奶油

选用从牛奶中分离出来的脂肪制作的、乳脂含量在18%以上的就是鲜奶油，在市场上出售时，人们还将其称为生奶油、纯生奶油等。将鲜奶油打发之后就可以制成打发奶油。奶油前面一旦加上“打发”二字，一般是指在乳脂奶油中混入了植物性脂肪或者直接由100%的植物性脂肪制作而成，这些奶油种类食用方法与鲜奶油一样，但质量差异很大。本书中若未特别说明，食材栏中的“鲜奶油”一般是指乳脂含量35~47%的动物鲜奶油。奶油中乳脂含量越高，味道越浓厚，但如果打发过度，奶油也会出现分离现象，请注意这一点。使用之前，可以将奶油放入冰箱里，打发时放入冰水里隔水打发，这样奶油就不容易分离了。

·牛奶

牛奶是制作卡仕达酱或者布丁必不可少的重要原材料，加入面团中，也能够使做出的点心更加细腻、光滑，提升点心的整体风味。将牛奶煮沸会使风味下降，并且容易有焦味，加热牛奶的时候要注意火候的把握。此外，长期保鲜牛奶和低脂牛奶都不适合用于制作点心。



·原味酸奶

用乳酸菌使牛奶发酵后制成，味道较为清爽。在制作冰淇淋等冷饮的时候，酸奶能够使其味道更加清爽，增添独特的风味。将酸奶中的多余水分去除之后，还能营造一种奶油奶酪般的浓厚口感，建议在制作司康面包时，用酸奶代替黄油。

黄油

黄油也是用牛奶制成的，由于其脂肪含量较高，一般不将其看做乳制品，而是划为油脂类。制作甜点时，黄油是十分重要的食材，它一般能够起到决定甜点味道和口感的重要作用。甜点的湿润口感、蓬松口感、酥脆口感都得益于黄油的加入。黄油独特的浓稠感和风味能为甜点制作增添多种味道的可能性。用于制作甜点的黄油，建议您选择无盐类型的，这样不仅是为了甜点的整体口感。在制作甜点时，如加入带盐黄油，黄油中的盐分会影响面粉中蛋白质的活性，从而抑制面筋的生成，影响甜点的口感。开封后的黄油容易吸味、发生氧化反应，因此要小心保存，开封后应尽快食用。



泡打粉

在小苏打(参照第157页)里加入酸化剂等物质就是泡打粉。也被叫做面起子，是一种膨胀剂。与小苏打相比，泡打粉还能让面团纵向膨胀起来，一般用于发酵较结实的面团。用小苏打发酵面团时，不加热面团就不会变蓬松，但泡打粉在常温下就能与面粉和水发生反应，将泡打粉加到面团里，很快就能烤制。但如果泡打粉加入过多，做出的点心容易带有泡打粉特有的味道和苦味，因此一定要注意用量的把握。加入泡打粉时，可以与低筋面粉一起过筛后加入容器里，这样泡打粉就能均匀分布在面团中了。



杏仁粉

将无盐杏仁磨成粉末状制作而成。加入杏仁粉，能够使点心的味道更加浓郁，香味四溢，让人回味。磨好的杏仁粉容易发生氧化，使用之后请放入密封容器里置于阴暗处保存，并尽快食用。



可可粉

从可可块中抽取可可脂后，将剩余物质粉碎制成的粉末就是可可粉。可可粉中的脂肪含量仍有11~23%。可可粉有时候还被叫做纯可可，用于制作甜点时，可以直接加到面团里，可以撒到制作完成的点心上，也可以加入热水和牛奶充分搅拌之后，加入砂糖，制成热气腾腾的可可饮品。另外，以前出售的可可饮料被叫做“调和可可饮品”。



水果粉

水果经冷冻干燥加工后，制成的粉末状食材。一般将其撒到做好的甜点上或者直接加到面团里。本书中选用的水果粉主要是用草莓制成的，此外还有用芒果或者哈密瓜等水果制成的。水果粉与水果香精或者水果味洋酒完全不同，能够打造出一种水果的新鲜感觉。

