

后浪

轻盈甜点的秘密

自由之丘 Mont St.Clair 的甜点食谱 **典藏版**

モンサンクレー
軽やかさの秘密



[日] 辻口博启 著 余青葭 译

 江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
全国百佳出版社

后浪出版公司

轻盈甜点的秘密

自由之丘 Mont St. Clair 的甜点食谱

「日」辻口博启 著 余青葭 译

 江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
全国百佳出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

轻盈甜点的秘密 : 自由之丘Mont St.Clair的甜点食谱 / (日) 辻口博启著 ; 余青葭译. -- 南昌 : 江西人民出版社, 2018.2

ISBN 978-7-210-09882-9

I. ①轻… II. ①辻… ②余… III. ①甜食—食谱
IV. ①TS972.134

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第261217号

KAROYAKASA NO HIMITSU by Hironobu Tsujiguchi

Copyright © 2013 Hironobu Tsujiguchi

All rights reserved.

Original Japanese edition published by SHIBATA PUBLISHING CO., LTD., Tokyo.

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

This Simplified Chinese language edition published by arrangement with SHIBATA PUBLISHING CO., LTD., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo through Future View Technology Ltd., Taipei.

Simplified Chinese translation copyright © 2017 by Ginkgo(Beijing) BookCo., Ltd.

本书中文简体版由银杏树下(北京)图书有限责任公司出版发行。

版权登记号: 14-2017-0500

轻盈甜点的秘密 : 自由之丘Mont St.Clair的甜点食谱

著者: [日] 辻口博启 译者: 余青葭

责任编辑: 冯雪松 胡小丽

出版发行: 江西人民出版社 印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

787毫米 × 1092毫米 1/16 印张 10.5 字数 156千字

2018年2月第1版 2018年2月第1次印刷

ISBN 978-7-210-09882-9

定价: 80.00元

赣版权登字 -01-2017-879

后浪出版咨询(北京)有限责任公司常年法律顾问: 北京大成律师事务所 周天晖 copyright@hinabook.com

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

如有质量问题, 请寄回印厂调换。联系电话: 010-64010019

目录

基本的组成部分

- 卡仕达酱 7
- 香缇鲜奶油 / 无糖打发鲜奶油 8
- 意式黄油霜 8
- 意式蛋白霜 9

轻盈甜点的秘密

- 歌剧院 12
- 吉布斯特 20
- 蜂蜜巧克力方块蛋糕 28
- 生芝士挞 36
- 欧内特 44

面团与奶酱 是表里一体的存在

- 甜酥面团 54
 - 青柠挞 56
 - 水果挞 58
- 泡芙面团 60
 - 奶油泡芙 62
 - 焦糖闪电泡芙 64
 - 辻口茶园闪电泡芙 66
 - 红色巴黎布雷斯特 68
- 反转酥皮面团 72
 - 覆盆子千层酥 76
- 马卡龙面团(焦糖咖啡口味) 80
 - 焦糖咖啡马卡龙 82
- 达克瓦兹面团 84
 - 米粉达克瓦兹面团 86
 - 巴旦木达克瓦兹 87
 - 覆盆子米粉达克瓦兹 88
 - 柠檬米粉达克瓦兹 88
 - 巧克力米粉达克瓦兹 88
 - 抹茶米粉达克瓦兹 88
- 杰诺瓦士面团 90
 - 草莓海绵蛋糕 92

所有的步骤都有意义

- 焦糖香蕉磅蛋糕 96
- 迷你玛德莲 100 - 102
- 香橙磅蛋糕 101 - 103
- 米粉莎布蕾 104 - 106
- 佛罗伦丹 105 - 107
- 红色水果小山丘 108 - 110
- 布列塔尼酥饼 109 - 111
- 糖霜饼干 112

column

- 糕点师的工作 114
- 蒙圣克莱尔的八条心得 115
- 西西里的原料成本核算 116
- 与素材成为朋友 117
- 减糖就会不甜吗? 118
- 糕点师的天敌 119

糕点的独创性

- 西西里 122
- 马赛茴香 130
- 蒙圣克莱尔 138
- 五感之庭 146
- 赛拉维 154
- 糖艺 162

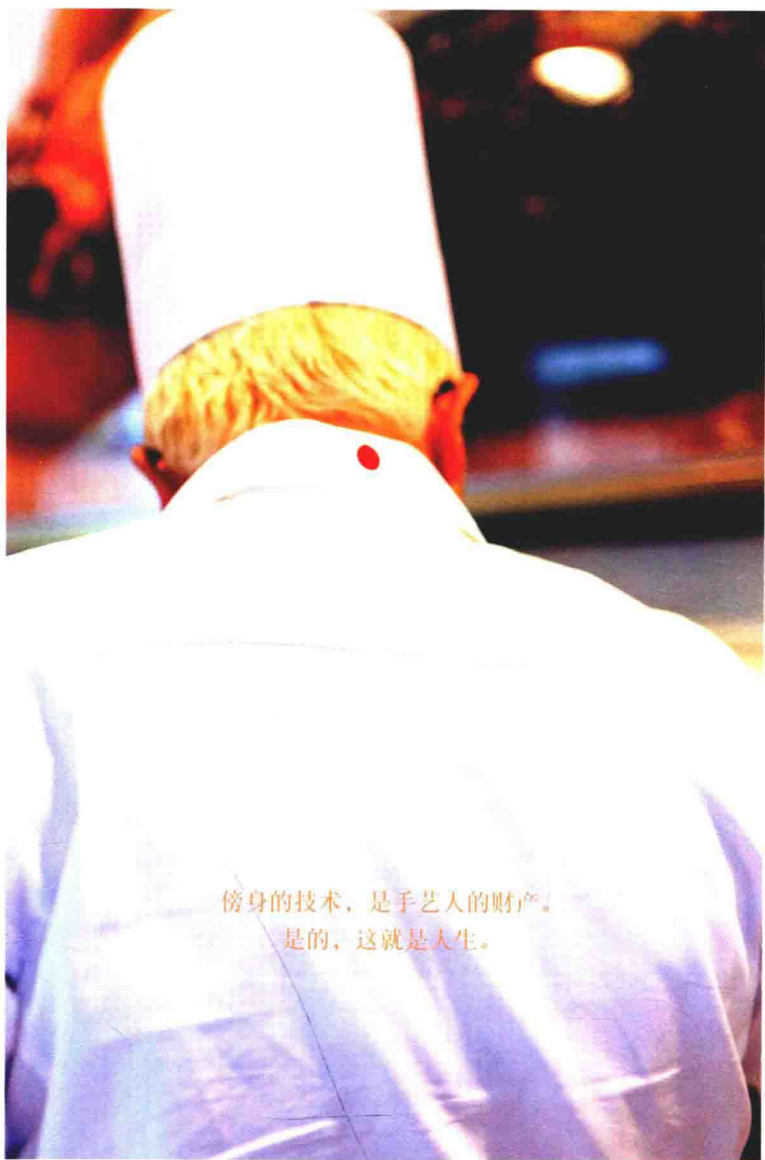
烘焙助理 横田康子(SUPER SWEETS)
法语监修 福永淑子
摄影 大山裕平
编辑 浅井裕子
设计 田岛弘行

轻盈甜点的秘密

自由之丘 Mont St. Clair 的甜点食谱

「日」辻口博启 著

余青霞 译



傍身的技术，是手艺人的财产。
是的，这就是人生。

目录

基本的组成部分

- 卡仕达酱 7
- 香缇鲜奶油 / 无糖打发鲜奶油 8
- 意式黄油霜 8
- 意式蛋白霜 9

轻盈甜点的秘密

- 歌剧院 12
- 吉布斯特 20
- 蜂蜜巧克力方块蛋糕 28
- 生芝士挞 36
- 欧内特 44

面团与奶酱 是表里一体的存在

- 甜酥面团 54
 - 青柠挞 56
 - 水果挞 58
- 泡芙面团 60
 - 奶油泡芙 62
 - 焦糖闪电泡芙 64
 - 辻口茶园闪电泡芙 66
 - 红色巴黎布雷斯特 68
- 反转酥皮面团 72
 - 覆盆子千层酥 76
- 马卡龙面团(焦糖咖啡口味) 80
 - 焦糖咖啡马卡龙 82
- 达克瓦兹面团 84
 - 米粉达克瓦兹面团 86
 - 巴旦木达克瓦兹 87
 - 覆盆子米粉达克瓦兹 88
 - 柠檬米粉达克瓦兹 88
 - 巧克力米粉达克瓦兹 88
 - 抹茶米粉达克瓦兹 88
- 杰诺瓦士面团 90
 - 草莓海绵蛋糕 92

所有的步骤都有意义

- 焦糖香蕉磅蛋糕 96
- 迷你玛德莲 100 · 102
- 香橙磅蛋糕 101 · 103
- 米粉莎布蕾 104 · 106
- 佛罗伦丹 105 · 107
- 红色水果小山丘 108 · 110
- 布列塔尼酥饼 109 · 111
- 糖霜饼干 112

column

- 糕点师的工作 114
- 蒙圣克莱尔的八条心得 115
- 西西里的原料成本核算 116
- 与素材成为朋友 117
- 减糖就会不甜吗? 118
- 糕点师的天敌 119

糕点的独创性

- 西西里 122
- 马赛茴香 130
- 蒙圣克莱尔 138
- 五感之庭 146
- 赛拉维 154
- 糖艺 162

烘焙助理 横田康子(SUPER SWEETS)
法语监修 福永淑子
摄影 大山裕平
编辑 浅井裕子
设计 田岛弘行

面粉必须在过筛后再使用。

本书中的巧克力指的是烘焙专用的考维曲巧克力 (Couverture chocolate)。

由于不同厂家的烤箱都有自己的特性，烘烤时所需要的温度和时长并不相同。本书中指定的烤箱温度和时长仅作为参考。在面团入炉之前，需要先预热烤箱至设定的温度。

本书记录的是制作每款糕点时所需要的最少分量。因此，在将本书中使用的桌上用搅拌机替换成大型搅拌机的时候，需要根据面团等原料的状态适当调整分量。

一部分配方中记录了某些原材料的制造商和品牌，是为了向读者提供感知该款糕点实际风味的途径。可根据制作者自己的喜好选择。

基本的组成部分

卡仕达酱

crème pâtissière

容易制作的分量

- 牛奶 lait 1000ml
- 香草荚 gousse de vanille 半根
- 细砂糖 sucre semoule 180g
- 蛋黄 jaunes d'œufs 190g
- 低筋面粉 farine 40g
- 卡仕达粉 poudre à crème 50g
- 黄油 beurre 80g

作为糕点店里最基本的奶酱，卡仕达酱饱含鸡蛋的滋味和香草的香气。要做出口感顺滑的卡仕达酱，其要点在于必须充分加热面粉。充分加热的判断标准是，在加热并同时搅拌蛋奶糊的过程中，手感忽然变轻，蛋奶糊出现光泽感。本配方同时加入了面粉和卡仕达粉，不但能维持奶酱的保形力，还能维持奶酱柔软的口感。这个配比做出的卡仕达酱，就算与鲜奶油、抹茶粉等其他材料混合，也能保持顺滑感。在糕点店里制作卡仕达酱，最好使用不容易烧焦粘锅的圆底铜锅。另外，在开火加热牛奶之前，加入少量的细砂糖，有助于避免牛奶中的乳脂肪沉底。在将香草荚的香气萃取至牛奶的过程中，牛奶沸腾后要用保鲜膜覆盖住，这样随着水蒸气蒸发掉的香气就可以回到牛奶中。虽然香气是无形的，但对于奶酱来说是不可或缺的重要存在。



1 将大溪地产的香草荚剖开，取出香草籽，与一小撮细砂糖一起放入牛奶中，开火煮沸。



2 煮沸后立即关火，用保鲜膜覆盖，待香气析出。



3 当水蒸气在保鲜膜上凝结成水滴滴落时，即可揭开保鲜膜。



4 将蛋黄打匀，加入剩余的细砂糖，混合均匀之后，再加入低筋面粉与卡仕达粉混合均匀。



5 将一半分量的已煮沸的牛奶倒入4中，混合均匀，再倒回煮牛奶的铜锅里搅拌。



6 再次开火加热，最初混合物是较稀的液体状态。



7 继续搅拌，手感会渐渐变重，蛋奶糊表面略呈透明感。此时需要继续搅拌，直到面粉充分加热之前都不能停。



8 再继续加热一小会儿，当手感忽然变轻，蛋奶糊出现光泽感时即可关火。趁余热加入切成小块儿的黄油，搅拌均匀。



9 过筛，连蛋一起放入冰水中搅拌，以促进卡仕达酱的迅速冷却，直到冷却至不会繁殖细菌的温度。

香缇鲜奶油 / 无糖打发鲜奶油

Crème chantilly / crème fouettée sans sucre

鲜奶油 (乳脂肪含量 47%)

crème fraîche 47% MG 35g

鲜奶油 (乳脂肪含量 35%)

crème fraîche 35% MG 35g

复合奶油 crème compound 30g

细砂糖 sucre semoule 8g

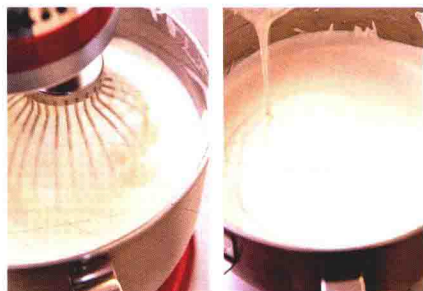
* crème fouettée 指的无糖打发的鲜奶油。

本书中的香缇鲜奶油使用三种奶油混合而成。鲜奶油是一种对环境很敏感的食材，冰箱的干燥环境与照明设备的光照都会使其品质劣化，且一旦搅拌便会发泡变硬、分离，无法恢复到最初的状态。为了维持奶油打发之后的良好状态，本配方中加入了一定比例的复合奶油，这样就可以维持香缇鲜奶油新鲜顺滑的口感。而关于复合奶油的选择，最好是选择那些不会影响自然鲜奶油香味的优质产品，例如森永乳业的 High whip deluxe 或高梨乳业的 Gâteau Monte 等。

无糖打发的鲜奶油 crème fouettée 常使用乳脂肪含量 35% 的鲜奶油。无论是香缇鲜奶油还是无糖打发鲜奶油，都需要根据不同用途或比例调整打发的方法，例如制作巧克力慕斯时需要打至六分发，与水果果蓉混合制作慕斯时则需要打至八分发。

五分发

用搅拌器写的「J」字，会快速消失的状态。



六分发

用搅拌器写的「J」字，会慢慢消失的状态。



七分发

将搅拌器提起来时奶油能附着在搅拌器上，并慢慢落下的状态。



意式黄油霜

Crème au beurre italienne

意式蛋白霜 (第9页成品全量)

meringue italienne

黄油 (常温) beurre 560g

使用黄油制成的黄油霜一般会给人厚重的印象，但在在我看来，这要看具体的配方。此配方中不需要减少黄油或者砂糖的比例，只要遵守这个基本的比例就可以了。



1 当意式蛋白霜降至 38 ~ 39℃ 时可加入黄油。如果温度在 40℃ 以上，黄油会融化。

2 需要先将黄油的柔软度调至用手指按压就会凹陷的程度。

3 一点点加入黄油，以中速搅拌。搅拌桶桶壁上粘着的混合物也要刮回桶内，搅拌至顺滑状态。

4 搅拌至柔软无颗粒状态即可。或高的温度是 20 ~ 23℃。

意式蛋白霜

meringue italienne

意式蛋白霜 meringue italienne

蛋白(常温) blancs d'œufs 112g

糖浆

细砂糖 sucre semoule 225g

水 eau 75g

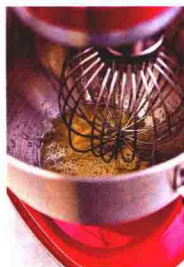
基本的意式蛋白霜只使用蛋白和糖浆制成。本书中也记载了其他配方，如加入干燥蛋白和 Inagel(一种使用琼脂制成的凝固剂)的方法，或是将糖浆中的细砂糖替换成海藻糖的方法，都是根据口感和用途的需要来调整的配方。无论哪种情况，蛋白与砂糖的比例都是1:2，水是砂糖的1/3，这个比例是不变的。意式蛋白霜虽然很甜，但如果减少了砂糖的分量，蛋白打发的状态也会变差。



1 将水和细砂糖倒入锅中，加热制成糖浆。



2 砂糖开始融化，逐渐出现白色的“泡”。



3 开始以中速打发蛋白(蛋白的温度需事先调整至室温)。



4 蛋白打发至发白。打发的进程需配合糖浆的熬煮状况与时间点。



5 糖浆的气泡变大，继续加热至119℃。



6 将糖浆呈细丝状倒入打发完成的4中，同时继续搅拌。



7 转为高速搅拌，在糖浆的热度蒸发掉水分的同时，蛋白霜也打发得更白更蓬松。



8 打发的过程中，为了避免蛋白霜上下部不均匀，需要将搅拌桶的底抬起来搅拌。

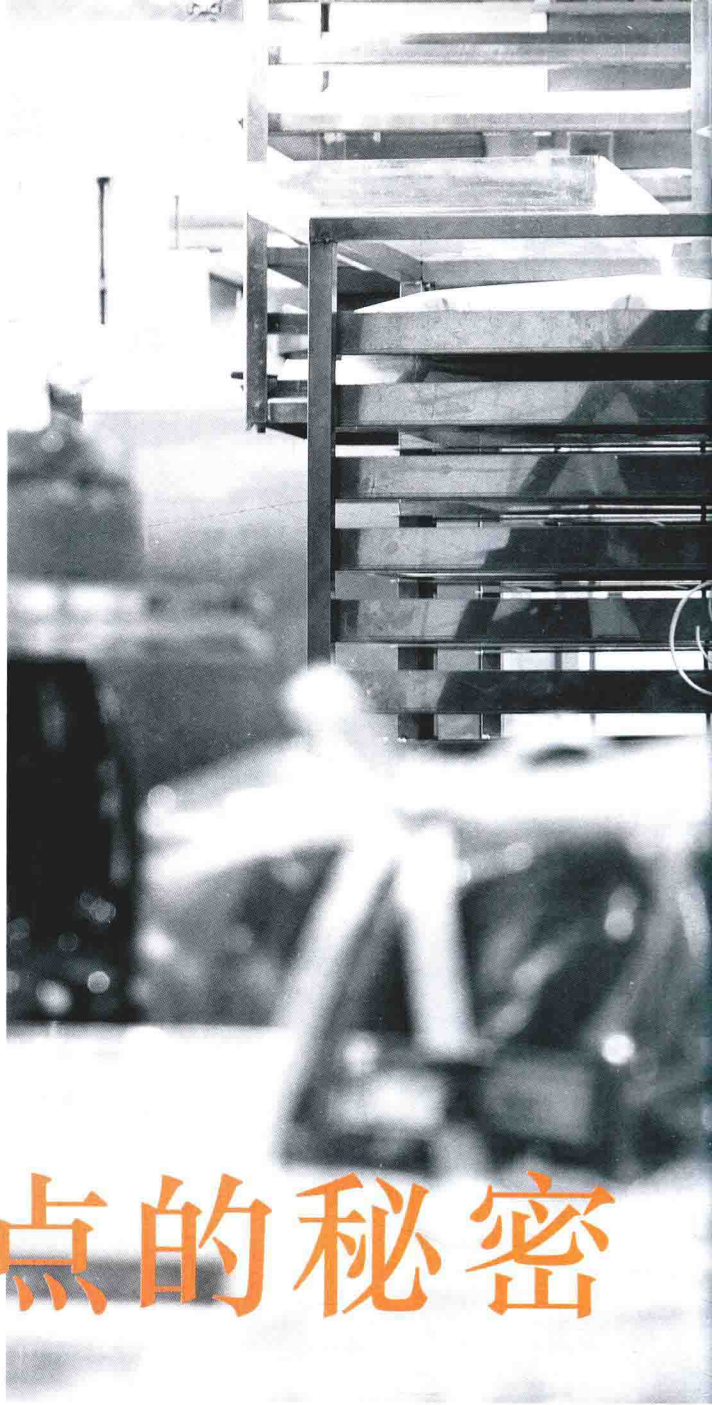


9 当热度降至体温时，即可成质地扎实、有光泽感的蛋白霜。

【失败例】

将砂糖的分量减至一半后的蛋白霜。“气泡粗大，没有保形性。”





轻盈甜点的秘密

现代的糕点必须要有轻盈感。

现代的糕点店不仅仅是要用一款糕点来满足客人，
还要让客人想吃两个三个，想要再吃一次。
而轻盈感就是达成这一目标的必要条件。

蒙圣克莱尔 (Mont St. Clair) 的糕点长年受到大家喜爱的理由
就存在于这些表现轻盈感的技术之中。

厚重的经典糕点也可以将其表现得新鲜活泼。
让我们认真仔细地对待素材，重新调整配方，
揭开轻盈糕点的秘密吧。

