

台 | 湾 | 烘 | 焙 | 专 | 职 | 名 | 师 ★ 强 | 强 | 联 | 手



Chef's Handmade Bakery

主厨手感烘焙

杜佳颖 吴克己◎著

完美配方，原味重现 · 800张步骤图传递职人手感

5类
35款
面包
经典
好味

4类
23款
甜点
不败
畅销



Chef's Handmade Bakery

主厨手感烘焙

杜佳颖 吴克己◎著



海峡出版发行集团

福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书合同登记号：132017031

本书中文简体版通过成都天鸢文化传播有限公司代理，经帕斯顿数位多媒体有限公司授予福建科学技术出版社有限责任公司独家发行，非经书面同意，不得以任何形式，任意重制转载。本著作限于中国大陆地区发行。

图书在版编目(CIP)数据

主厨手感烘焙 / 杜佳颖, 吴克己著. —福州: 福建科学技术出版社, 2017. 10

ISBN 978-7-5335-5403-3

I. ①主… II. ①杜… ②吴… III. ①烘焙-糕点加工-图解 IV. ①TS213.2-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 196765 号

书 名	主厨手感烘焙
著 者	杜佳颖 吴克己
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路76号 (邮编350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行 (集团) 有限责任公司
印 刷	福建彩色印刷有限公司
开 本	787毫米 × 1092毫米 1/16
印 张	12
图 文	192码
版 次	2017年10月第1版
印 次	2017年10月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-5403-3
定 价	56.00元

书中如有印装质量问题，可直接向本社调换

目录

自序		烘焙使用食材	9
目录		烘焙常用术语	11
烘焙使用工具	6	烘焙基础知识	13

第 1 章 饼干 17

01 圣诞姜饼干	18	04 葡萄干玉米脆饼	27
02 焦糖杏仁饼	21	05 岩石巧克力饼干	30
03 酒渍无花果双色马卡龙	24	06 玻璃饼干	33

第 2 章 派塔 36

01 培根鲜菇咸派	37	04 生巧克力塔	46
02 夏威夷豆塔	40	05 草莓奶酪塔	49
03 柠檬塔	43		

第 3 章 蛋糕 52

01 蜂蜜蛋糕	53	05 巧克力爆浆蛋糕	65
02 猴子杯子蛋糕	56	06 生乳卷	68
03 轻奶酪蛋糕	59	07 棒棒糖蛋糕	71
04 焦糖大理石奶油磅蛋糕	62	08 香草舒芙蕾	74

第 4 章 甜点 77

01 覆盆子生巧克力	78	03 抹茶牛轧饼	83
02 德式奶酪布丁	80	04 珍珠糖泡芙	86

第5章 极制鲜奶吐司面团面包 89

- | | | | |
|-------------|----|-------------|-----|
| 01 极制鲜奶吐司面团 | 90 | 05 法式奶油吐司 | 100 |
| 02 极制方形吐司 | 93 | 06 马斯卡彭红豆面包 | 103 |
| 03 小飞碟 | 96 | 07 野餐三明治 | 106 |
| 04 和风红豆面包 | 98 | | |

第6章 布里欧面团面包 109

- | | | | |
|-------------|-----|------------|-----|
| 01 布里欧面团 | 110 | 05 马卡龙恐龙蛋 | 121 |
| 02 艾许奶油埃及 | 112 | 06 苹果红茶面包 | 124 |
| 03 鸚鵡糖小餐包 | 115 | 07 伯爵红茶小吐司 | 127 |
| 04 脆皮巧克力布里欧 | 118 | 08 葡萄肉桂卷 | 130 |

第7章 佛卡夏面团面包 133

- | | | | |
|----------|-----|-------------------|-----|
| 01 佛卡夏面团 | 134 | 04 Fougasse 松露盐面具 | 142 |
| 02 蔬菜佛卡夏 | 136 | 05 意大利香料棒 | 145 |
| 03 秋葵佛卡夏 | 139 | | |

第8章 3小时法国面团面包 148

- | | | | |
|------------|-----|------------|-----|
| 01 3小时法国面团 | 149 | 05 麦穗培根 | 160 |
| 02 长棍法国面包 | 151 | 06 法式芥末籽脆肠 | 163 |
| 03 蘑菇法国面包 | 154 | 07 法国巧酥 | 166 |
| 04 风堤法国面包 | 157 | 08 奶酪共和国 | 168 |

第9章 甜面包面团面包 171

- | | | | |
|------------|-----|------------|-----|
| 01 甜面包面团 | 172 | 05 花生芝麻奶酥卷 | 183 |
| 02 雪山草莓夹心 | 174 | 06 青酱熏鸡 | 186 |
| 03 玉米火腿小微笑 | 177 | 07 卡士达小吐司 | 189 |
| 04 明太子玉子烧 | 180 | | |



Chef's Handmade Bakery

主厨手感烘焙

杜佳颖 吴克己◎著



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

自序



杜佳穎

我们经过一年收集最新热卖的团购甜点、最畅销的名店面包、各大厨艺教室最热门的烘焙课程，整理出一共60道可创造上亿元（新台币）商机的食谱、最详尽易学的制作秘方，呈现于这本书中！

这本书有很多制作步骤的分解图、不败的关键提醒，让初学者只要用家里的厨具设备，多做多练习，就能轻松完成超人气甜点、面包！本书还网罗上一辑很多读者实作遇到的疑难问题，由我与克己老师发挥多年的教学经验，一一破解，包括让饼干如何更酥脆好吃、派塔如何烤得更香脆、面团如何发酵、炉温的掌控等等。书中这些烘焙专业课程才会传授的秘诀、配方，可以让读者不花学费，就学到做法更精确的食谱。

本书包括各大烘焙名店、团购网站最受欢迎的饼干类、派塔类、蛋糕类、吐司面团、布里欧面团、佛卡夏面团及法国面团等，呈现更丰富多元的美味。

其中有经典的蜂蜜蛋糕、超人气生巧克力塔、生乳卷、法式奶油吐司、长棍面包、明太子玉子烧等，还结合创意与养生新潮流，把新鲜的柠檬、草莓、覆盆子、玉米、洋葱、葡萄干、无花果、鲜菇、核桃、红豆、夏威夷豆，与天然的起司、香草、红茶、蜂蜜、抹茶完美结合！

让读者不怕食安风暴，自己严选食材，在家就能做出三餐、下午茶、野餐露营出游、办派对必备的甜、咸、软脆点心，面包，三明治。

连节庆糕点、伴手礼也可以自己制作，如生日蛋糕、圣诞姜饼干、珍珠糖泡芙、马卡龙、培根鲜菇咸派、杯子蛋糕等，只花不到市价三分之一的成本，就能吃到省钱又安心的美味！



吴克己

我与佳颖老师以“在家简单轻松做”为出发点，希望可以有一本书，收集好的面包与甜点的食谱。

这是我出版的第二本书，与上一本书相隔了一年半，这段期间认识了许多读者，他们都写信来说相当感谢教给他们这样浅显易懂的食谱，变化性大且具有商业价值。“乐于分享”本来就是我教学上很重要的信念，每一位读者的讯息，每一位读者的作品，我们都一一回复，一一欣赏，这些回馈真的是我们出版新书很大的乐趣。

记得香港有一位读者在脸书上看到我在香港旅游，便在饭店大厅等待，期待可以与我碰上一面，然后亲手拿着我的书，希望签名与跟我分享她做我的食谱之心得。言谈之间，我完全感受到她做出好面包的喜悦，她不断跟我道谢，叙聊间不断地手舞足蹈。这件事情深深感动我，也让我立志要做出更好的面包食谱分享给大家。

读者很多都是有家庭的妇女，其中70%都是职业妇女，在忙碌的工作之外，她们还拨出时间为家人做安心安全的面包，时间往往都在接近半夜或者一大早。看见她们在脸书上@我并写道“新鲜出炉”，我也不忘一一回复，给予适当的赞美。她们对于安心烘焙这样地坚持投入，我很感动。

因为手上的技术，因为一本食谱书，认识了很多职场以外的朋友，也结交了许多台湾岛内外喜欢烘焙的读者，我相当珍惜这样的缘分，也会继续努力下去，开发出更好的面包食谱。

感谢出书期间协助我拍摄的厂商，也感谢许多用心的读者无限的包容与打气，最后感谢最支持我的学姐杜佳颖老师一路上给我的协助与鼓励。希望这本书，你们会喜欢！

目录

自序		烘焙使用食材	9
目录		烘焙常用术语	11
烘焙使用工具	6	烘焙基础知识	13

第 1 章 饼干 17

01 圣诞姜饼干	18	04 葡萄干玉米脆饼	27
02 焦糖杏仁饼	21	05 岩石巧克力饼干	30
03 酒渍无花果双色马卡龙	24	06 玻璃饼干	33

第 2 章 派塔 36

01 培根鲜菇咸派	37	04 生巧克力塔	46
02 夏威夷豆塔	40	05 草莓奶酪塔	49
03 柠檬塔	43		

第 3 章 蛋糕 52

01 蜂蜜蛋糕	53	05 巧克力爆浆蛋糕	65
02 猴子杯子蛋糕	56	06 生乳卷	68
03 轻奶酪蛋糕	59	07 棒棒糖蛋糕	71
04 焦糖大理石奶油磅蛋糕	62	08 香草舒芙蕾	74

第 4 章 甜点 77

01 覆盆子生巧克力	78	03 抹茶牛轧饼	83
02 德式奶酪布丁	80	04 珍珠糖泡芙	86

第5章 极制鲜奶吐司面团面包 89

- | | | | |
|-------------|----|-------------|-----|
| 01 极制鲜奶吐司面团 | 90 | 05 法式奶油吐司 | 100 |
| 02 极制方形吐司 | 93 | 06 马斯卡彭红豆面包 | 103 |
| 03 小飞碟 | 96 | 07 野餐三明治 | 106 |
| 04 和风红豆面包 | 98 | | |

第6章 布里欧面团面包 109

- | | | | |
|-------------|-----|------------|-----|
| 01 布里欧面团 | 110 | 05 马卡龙恐龙蛋 | 121 |
| 02 艾许奶油埃及 | 112 | 06 苹果红茶面包 | 124 |
| 03 鸚鵡糖小餐包 | 115 | 07 伯爵红茶小吐司 | 127 |
| 04 脆皮巧克力布里欧 | 118 | 08 葡萄肉桂卷 | 130 |

第7章 佛卡夏面团面包 133

- | | | | |
|----------|-----|-------------------|-----|
| 01 佛卡夏面团 | 134 | 04 Fougasse 松露盐面具 | 142 |
| 02 蔬菜佛卡夏 | 136 | 05 意大利香料棒 | 145 |
| 03 秋葵佛卡夏 | 139 | | |

第8章 3小时法国面团面包 148

- | | | | |
|------------|-----|------------|-----|
| 01 3小时法国面团 | 149 | 05 麦穗培根 | 160 |
| 02 长棍法国面包 | 151 | 06 法式芥末籽脆肠 | 163 |
| 03 蘑菇法国面包 | 154 | 07 法国巧酥 | 166 |
| 04 风堤法国面包 | 157 | 08 奶酪共和国 | 168 |

第9章 甜面包面团面包 171

- | | | | |
|------------|-----|------------|-----|
| 01 甜面包面团 | 172 | 05 花生芝麻奶酥卷 | 183 |
| 02 雪山草莓夹心 | 174 | 06 青酱熏鸡 | 186 |
| 03 玉米火腿小微笑 | 177 | 07 卡士达小吐司 | 189 |
| 04 明太子玉子烧 | 180 | | |

烘焙使用工具



电动搅拌机

制作烘焙食品的基本配备。使用电动搅拌机可以快速打发蛋白或是高速搅拌面粉等，速度较快，且省时又省力。



筛网

用于过筛面粉，避免面粉结块使面糊搅拌不均匀，也可以用来过筛蛋汁或杂质，会使口感更细致。



擀面棍

可以擀压面皮使面皮平整，多用于中西点与面包的制作，作为卷蛋糕的工具也很适合。



出炉架

用于放置烤好的饼干、蛋糕或面包，使之自然冷却后方便保存。



挤花嘴

用于挤花、灌馅或造型用，各种点心都适用。



烘焙纸

用来衬垫于烤盘上，避免食物与烤盘直接接触的纸垫，或是可以垫在模具中，烘焙完成后方便脱模。



双面揉面粉板

角位采用了磨圆处理，背面的外围凹槽设计，让手粉不易散落至桌面上，于揉面团的过程中保持整洁。



饼干模

方便烘焙新手将饼干成型，市面上常见的有菊花形状、圆形、心形和动物形状等。



钢盆

具有圆弧形底部的器具，因无死角，可以使搅拌动作顺畅并且搅拌均匀。



锯尺刀

专门切西点与蛋糕的刀具，使用时以前后拉锯的方式切开产品，可以使产品切面平整。



蛋糕烤模

做蛋糕的模型，有圆形模与长条模，又分为活动模与固定模。圆形固定模适合烤奶酪蛋糕或海绵蛋糕；长条活动模与固定模适合烤磅蛋糕。



橡皮刮刀

橡皮刮刀可以在取出馅料或是液态原料时作辅助，确保操作过程不浪费食材。



不锈钢抹刀

若要将馅料铺平在产品上，通常会使用到不锈钢抹刀，例如涂抹奶油馅于鲜奶油蛋糕或瑞士卷上，使用方便，对于成品外观有加分的效果。



打蛋器

需要搅拌的材料如果比较多，可以选择球体比较大的打蛋器，较之小的打蛋器省力。



温度计

制作面包的过程中，温度是很重要的因素，尤其是面团的温度。一开始水的温度计算与搅拌时的温度控制，也会影响面包的口感，所以温度计绝对是必备的工具。



计时器

烘烤时除了要注意火候，也要留意烘烤的时间，它绝对是甜点与面包美味的关键。



脆皮布里欧 15 连模 (SN1624)

让布里欧在烘烤过程中保持完整的形状。



青酱熏鸡烤模 (SN3584)

让青酱熏鸡在烘烤过程中，维持一定的大小与形状。



伯爵红茶小吐司烤模 (SN2082)

使小吐司烘烤时保持完整。



收纳小汤匙

收纳小汤匙上面有刻度，方便材料的计量，也便于收纳。



卡士达小吐司烤模 (SN2122)

使卡士达小吐司烘烤时保持完整。



1200 克吐司烤模 (SN2004)

使吐司烘烤时保持完整。



皇冠蛋糕模

健康不沾表面处理，易洗，易脱模，采用高导热合金铸造成型，特殊设计造型。

烘焙使用食材



砂糖

砂糖除了增加成品的甜蜜风味外，还有改变口感、增加保湿性与焦化作用，添加砂糖还能增加面团的延展性。



水

水在烘焙中最重要的作用是溶解面粉、酵母、盐等可溶性材料，还可以降低面团的pH值，增加酸度使酵母的发酵作用更活跃。



盐

盐在甜点与面包的制作过程中扮演不可或缺的角色。在甜点中加一些盐，可以衬托甜点的甜味，使口味更丰富；在制作面包过程中加盐，可以强化面团筋性，增加延展性。



鸡蛋

在制作过程中加蛋，可以增加成品的营养价值，烘烤过后也可以有天然的金黄色泽；由全蛋分离出蛋白使用，打发后可以使做出来的蛋糕蓬松并且组织绵密。



糖粉

糖粉顾名思义就是如同粉一样的糖，质地细小故易与面粉结合，有时可以替代砂糖。在蛋糕和面包制作完成后，可以在成品上撒上一层薄薄的糖粉防潮。



鲜奶

在制作过程中加入鲜奶，可以增加成品的香气。



无盐黄油

烘焙时通常建议使用无盐黄油，因为如果黄油中含有盐分，制作出的成品会比较咸，而使用无盐黄油就可以自己控制盐分的用量。如果买不到无盐黄油，也可以使用含盐黄油制作，盐的量酌情减少即可。



小苏打粉

小苏打粉的膨胀力较泡打粉弱，能使饼干产生酥脆的口感；而且也可以改变食物的酸碱性，在偏酸性的蛋糕中加一点小苏打粉，可以中和口感。



低糖干酵母

低糖干酵母指的是不含糖或是含糖量在 8% 以下的酵母，保存期限在两年左右，建议放在 30℃ 以下保存。使用干酵母所需的发酵时间较长，但是发酵效果较鲜酵母来得好。



鲜酵母

鲜酵母保存期限比较短，大约为三星期，而且含水量较高，建议放在冰箱冷藏保存。使用鲜酵母所需的发酵时间较短，但是发酵效果没有干性酵母来得好。

* 编者注：如果将鲜酵母换成即发干酵母，酵母用量缩减为前者的 1/3 ~ 2/5。



嘉禾牌白菊花面粉

完全无人工添加物的低筋粉心面粉，面粉精致绵细，品质优，成品组织细腻，口感柔软绵密。蛋白质：8.0% 以下；灰分：0.50% 以下。
用途：精致蛋糕、高级饼干、高级西点、和菓子。



嘉禾牌黄侨面粉

面粉筋度饱满，质量稳定性高；烘焙膨发性优，麦香风味特浓。吸水性、弹性及延展性较高，适用于面包类的制作。是许多面包店、专业烘焙坊的师傅喜爱使用的面粉。且操作性佳，适合制作多元变化的面包。

蛋白质：12.5% ~ 13.5%；
灰分：0.55% 以下。

用途：高级面包、精致吐司、餐包。

烘焙常用术语

分割

将基本发酵好的面团，分成适当大小。

滚圆

将分割好的面团用手拍揉至表面成光滑状。

整型

面团经过中间发酵后，将其整成希望的样式。

打发

将材料以快速搅打方式使空气进入，让成品有蓬松的口感。打发后的材料体积会变大、颜色也变淡。

隔水加热

有些材料必须先融化才能和其他材料混合，而需要加热的材料如果熔点较低，就必须放在容器中隔着水用火加热，例如巧克力或奶油等。

过筛

利用网筛将材料过筛后能混入空气，使材料不结块并去除异物，让材料较容易搅拌融合。

基本发酵

基本发酵只要发得好，烘烤面包几乎不会有问题。基本发酵主要是让面筋松弛，能够有延展性，并且充满空气，而湿度及温度都会影响发酵，建议将温度控制在 $26 \sim 28^{\circ}\text{C}$ ，湿度维持在75%，这样的环境利于酵母滋长，并且也可以预防其他细菌滋生。发酵的时间因酵母的用量和不同方法而有所差异，基本发酵是否完成，可以视面团外观来判断，发酵完成后，面团体积会膨胀为原来的 $2 \sim 3$ 倍，而且将手戳入面团中，洞洞也不会消失。

中间发酵

中间发酵是在面团分割成小块并滚圆后进行的，它可以使面团表面光滑，并且内部组织更细致。中间发酵通常时间较短，只要让面团松弛即可。

烘焙百分比

烘焙百分比是以面粉为 100% 基准的配方计算（因为面包配方中面粉的量最多），可以判断出其他材料的比重。烘焙百分比可以让我们在采购材料的时候，可以计算出要准备多少量，制作出的成品也会更稳定，材料也不会有太多耗损。

后糖法

大量的砂糖，在搅拌的过程中会影响筋性的形成，会使得搅拌的时间变长（意味着搅拌温度较容易升高）。面对这样的配方，可使用后糖法，待面筋形成后，再加入砂糖（加奶油之前即可）！

最后发酵

最后发酵是让面团在整型过后重新发酵，让面团短时间内充满空气而膨胀。如果略过此步骤，烘焙出来的面包可能会又小又硬。通常，最后发酵时间过长，烤出来的面包会有酸味；而时间过短，面包会缩小。所以一定要注意发酵时间。

拾起阶段

将干性和湿性材料混合的阶段，此时的面团粗糙且质地硬，不具弹性及伸展性。

卷起阶段

材料中的水分完全被面粉吸收，面团中的面筋开始形成的阶段。此时的面团仍会黏手而且缺少弹性，用手拉取时会断裂。

完成阶段

此时面团表面干燥且有光泽，面团拉开形成薄膜。