

99

美味

甜蜜的滋味

烘焙是幸福的开始，给您唇齿之间的甜蜜。

愉悦的感受

烘焙是高雅的体验，给您更多感官和精神的愉悦。

一学就会的

简单烘焙

瑞雅 编著

轻松学美味烘焙

简单烘焙，一学就会，轻松享受烘焙带来的乐趣。

青島出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

99美味系列 

一学就会的
简单烘焙

YIXUE JIUHUI DE
JIANDAN HONGBEI

瑞雅
编著

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

一学就会的简单烘焙 / 瑞雅编著. -- 青岛: 青岛出版社, 2016.8
(“99美味”系列)

ISBN 978-7-5552-4460-8

I. ①一… II. ①瑞… III. ①烘焙—糕点加工 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第178787号

- 书 名 一学就会的简单烘焙
编 著 者 瑞 雅
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号(266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-68068026
选题策划 周鸿媛 贺 林
责任编辑 徐 巍
装帧设计 瑞雅书业·付世林
制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司
印 刷 荣成三星印刷股份有限公司
出版日期 2016年10月第1版 2017年4月第2次印刷
开 本 32开(889mm×1194mm)
印 张 5
字 数 60千
图 数 600幅
印 数 10001—14000
书 号 ISBN 978-7-5552-4460-8
定 价 15.00元

编校印装质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

建议陈列类别: 美食类 生活类

序

如何让人们在最短的时间里学会做菜？如何让人们在忙碌之中同样能够体验到食物的美味和营养？

怀着这样美好的初衷，青岛出版社携手瑞雅，一个专业从事生活类图书的策划团队，邀约众位专业摄影师和厨师，精心推出“99美味”系列。

“99美味”系列共分10册，里面既包括简单易做的家常菜，又包括主食、烘焙、沙拉、茶饮、蔬果汁等各色美食。系列中每一道菜式的烹饪，都经过厨师亲自现场制作、工作人员现场试吃、现场拍摄。我们从精心选购食材开始做起，精雕细琢菜肴的每一个制作工序，不厌其烦地调换哪怕一个很小的隐现在画面中的道具，只为用照片留住令人垂涎的美味和回忆，与您共享令人感动的色香味。希望您的厨房从此浓郁芬芳，生活从此活色生香！

目录



C O N T E N T S

专题一

常用烘焙工具介绍 / 1

专题二

带你认识烘焙原料 / 4

专题三

不能不知的烘焙技巧 / 7

第一章

配方平凡 口感不凡的饼干

花生核桃饼干 / 12

蛋白糖霜饼干 / 14

奶油曲奇饼干 / 16

卡通饼干 / 17

维也纳曲奇饼干 / 18

姜饼人 / 19

朗姆葡萄干饼干 / 20

蔓越莓司康饼 / 22

薄脆蛋白饼 / 24

蔓越莓饼干 / 25

蓝莓果酱饼干 / 26

花生小圆饼 / 27

巧克力饼干 / 28

海苔饼 / 29

黑芝麻香葱饼干 / 30

奶油葡萄饼干 / 32

芝麻饼 / 34

芝麻瓦片 / 35

玛格丽特饼干 / 36

钻石饼干 / 38

果仁饼干 / 40

第二章

百变花样 松软可口的蛋糕

戚风蛋糕 / 42

巧克力蛋糕卷 / 44

联邦蛋糕 / 46

肉松蛋糕 / 48

黄金祖卡蛋糕 / 50

香蕉蛋糕 / 51



- 摩卡蛋糕卷 / 52
- 抹茶蜜豆卷 / 54
- 香蕉蔓越莓小马芬 / 56
- 超润巧克力蛋糕 / 58
- 玛德琳蛋糕 / 60
- 柠檬白兰地蛋糕 / 61
- 草莓蛋糕卷 / 62
- 蓝莓瑞士卷 / 64
- 巧克力布朗尼蛋糕 / 66
- 黄油果碎蛋糕 / 68
- 抹茶蛋糕卷 / 70
- 阿拉伯蛋糕-轻乳 / 72
- 巧克力马芬 / 74
- 抹茶蜜豆 / 75
- 柠檬乳酪蛋糕 / 76
- 拉明顿蛋糕砖 / 78



第三章

口感绵软 憨态可掬的面包

- 甜面团的制作过程 / 80
- 丹麦面团的制作方法 / 82
- 咖啡菠萝包 / 84
- 蓝莓软面包 / 86
- 香葱肉松面包 / 88
- 花式豆沙面包 / 90
- 椰香面包 / 92
- 足球堡 / 93
- 墨西哥红豆 / 94
- 葡萄干面包 / 96
- 迷你可颂 / 98
- 啤酒面包 / 100
- 毛毛虫面包 / 102
- 雪吻巧克力 / 104
- 缤纷甜甜圈 / 105

提子卷 / 106

果酱丹麦 / 108

蒜香软面包 / 110

红豆面包 / 112

原味裸麦面包 / 113

金色玉米面包 / 114

新西兰全麦面包 / 115

芝麻吐司 / 116

胡萝卜吐司 / 118

面包棒 / 120

香浓蓝莓甜甜圈 / 122

高级奶香吐司 / 124

德式香肠卷 / 125

法棍 / 126

树莓杏仁挞 / 130

哈瓦那布丁 / 132

椰子球 / 134

法式尼克斯班戟 / 135

草莓慕斯 / 136

焦糖布丁 / 137

抹茶酥 / 138

清新水果挞 / 140

天鹅泡芙 / 142

普拉达泡芙 / 144

绿色心情 / 146

面包布丁 / 147

抹茶冻芝士 / 148

蛋黄酥 / 150

杏仁千层派 / 152

第四章 美味甜心 随心而变的小甜品

精美烘焙作品赏析 / 153

小桃酥 / 128

手工小圆球 / 129

计量单位换算:

1 小匙 \approx 3 克 \approx 3 毫升

1 大匙 \approx 15 克 \approx 15 毫升

少许 = 略加即可, 如用来点缀菜品的
香菜叶、红椒丝等。

适量 = 依自己口味, 自主确定分量。



常用烘焙工具介绍

正所谓“工欲善其事，必先利其器”，有了相应的烘焙工具，才能保证烘焙过程的顺利进行。烘焙中所需的工具种类繁多，作为一名烘焙新手，若是没有开“烘焙工具展销会”的意愿，则没有必要一次性购置齐全，按需购置即可。

烤箱

主要用于烘烤食物，是烘焙的主力军。根据加热方式分为电加热和燃气加热。购买时，可以根据自家厨房的大小进行选择。建议购买容量25升~30升大小的烤箱。（图①）小烤箱选购要点：

1. 上下火可以分别温控。
2. 内部带灯，方便观察烘烤状态。

值得一提的是，为了使烘烤的西点迅速定型，烘烤出来的西点更加酥脆，在正式烘焙前，需将烤箱空烧5~10分钟进行预热，然后将食物放入。



图①



图②

烤盘

主要用来摆放烘烤产品。为防止产品粘黏烤盘，最好选择底部平整的不粘烤盘。（图②）

和面机

主要用于面包制作过程中。在和面机（图③）内，面粉通过推、拉、揉、压等方式，与水分等材料迅速融合，形成具有一定弹性和伸缩性的面团。



图③

搅拌机

主要用于搅拌馅料、蛋糕面糊、奶油等材料，也可用于面团搅拌。

搅拌机（图④）能够充分混合所有原料，使制作出的西点更加细腻。



图④

电子称

西点用料十分讲究，各配料的比例一定要准确无误。电子秤主要用于西点原料的精准称重。家用电子秤（图⑤）最小刻度以0.1克为佳。

各种模具

蛋糕模具。（图⑥）

面包模具。（图⑦）

点心模具。（图⑧）

月饼模具。（图⑨）

打蛋器

主要用于搅打蛋液、黄油、淡奶油等。在搅拌一些湿性原料时，也会用到打蛋器。

打蛋器（图⑩）可分为手动打蛋器和电动打蛋器。全蛋打发比较费时费力，可用电动打蛋器。少许的黄油、淡奶油打发，用手动打蛋器即可。

橡皮刮刀

橡皮刮刀（图⑪）用于混合材料、刮边搅拌时使用，柔软而不失力度。

刮板

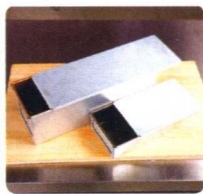
刮板（图⑫）用不锈钢或塑料制成，主要用于切面团、清理台面、铲刮面团等。



图⑤



图⑥



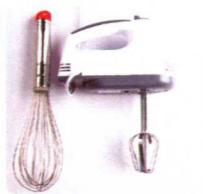
图⑦



图⑧



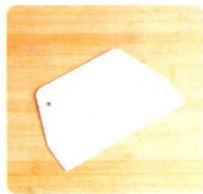
图⑨



图⑩



图⑪



图⑫

抹刀

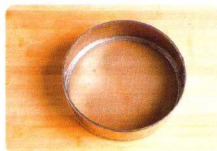
抹刀(图⑬)用薄不锈钢片制成,用于制作涂抹奶油、馅料或其他装饰材料。



图⑬

面粉筛

面粉筛(图⑭)用来过筛面粉内的大颗粒和各种杂质或用来过滤液体原材料。



图⑭

毛刷

毛刷(图⑮)可以用于涂抹蛋液、油脂等材料,使西点更加美观。



图⑮

擀面杖

擀面杖(图⑯)形状多样,主要用于擀压面团。



图⑯

裱花袋、裱花嘴

裱花袋与裱花嘴(图⑰)主要用于装饰蛋糕、面包时,用来挤制制作饼干、泡芙的面糊。

裱花嘴花形种类很多,可以根据自己的需要进行选购。

拌料盆

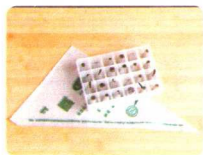
拌料盆(图⑱)通常由不锈钢制成,分大、中、小三种型号,可配套使用,盛放各种材料。

锡纸

在烤盘上垫上一层锡纸(图⑲),能够起到防粘黏的作用。烘烤过程中,食物上色后可在表面加盖一层锡纸,防止因上色过重而影响成品美观。

冷却架

冷却架(图⑳)用于冷却烘焙食品,防止烘焙成品底部水分不能排出而变得湿润。



图⑰



图⑱



图⑲



图⑳

带你认识烘焙原料

粉类

高筋面粉又称强力粉、面包粉，其中蛋白质和面筋含量较高。延展性、弹性较大，用手抓一把，捏紧松开后容易散开。适用于制作面包等需要面筋较大的西点。（图①）



图①

中筋面粉又称富强粉，筋度中等，主要用来制作各种水果蛋糕、中式点心等。用手抓一把，捏紧松开后半散半不散。（图②）

低筋面粉又称蛋糕粉，其中蛋白质和面筋含量低。筋度低、延展性弱、弹性弱，主要适用于制作蛋糕、酥点、饼干等对面筋要求较低的产品。用手抓一把，捏紧松开后不易散开。（图③）

全麦粉（图④）由整粒麦粒磨成，在西点中多用于全麦面包制作。

裸麦粉（图⑤）由裸麦磨制而成，不含有面筋，经常与高筋小麦粉混合使用，能够有效促进肠胃蠕动。

干酵母（图⑥）用于面包面团发酵，使用前应放在水中充分溶解。

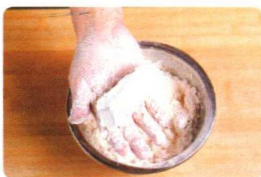
可可粉（图⑦）具有浓烈的可可香气，多用于巧克力、冰淇淋、糕点制作。

糖类

糖在烘焙中起着改善西点的味道和色泽，抑制微生物的生长、繁殖，延



图②



图③



图④



图⑤



图⑥



图⑦

长西点保质期等多种作用。

绵白糖(图⑧)又称绵糖或白糖,细腻、有光泽,甜度较高。

白砂糖(图⑨)是白色透明的纯净蔗糖晶体,精致度越高,其吸湿性越小。

黑糖(图⑩)颜色较深,有较多杂质,营养丰富,具有蔗糖的天然焦香味道。

糖粉(图⑪)呈粉末状,适合制作细致的点心。

麦芽糖(图⑫)又称饴糖,甜味比蔗糖低,颜色金黄,有光泽,有黏性。可以改进产品光泽,增加产品的滋润性和弹性。



图⑧



图⑨

奶类

牛奶(图⑬)具有特殊的香味。添加在面包中代替清水使用,能够使面包更加美味可口。

奶粉(图⑭)以鲜奶为原料,冲泡后放入面粉中,可以增添面包的香味。

奶酪(图⑮)的蛋白质含量高,水分少,其独有的味道可以和糕点中的甜味相融合,使糕点口感更加均衡。

油脂类

黄油(下页图⑯)分为无盐黄油和有盐黄油两种。呈浅黄色,具有特殊香味,脂肪含量在87%左右。能够使产品更加柔软,味道更加香浓。



图⑩



图⑪



图⑫



图⑬



图⑭



图⑮

动物奶油(图⑰)奶香浓郁,打发时加点细砂糖才有甜味。可冷藏,但不可冷冻。

植物奶油(图⑱)发泡性能好、稳定性强、奶香味足、不含胆固醇,打发后细腻洁白,可以做出复杂的装饰效果。

添加剂

小苏打(图⑲)化学名称为碳酸氢钠,呈碱性,主要用于偏酸性的配方中,使用时需注意用量。

泡打粉(图⑳)是复合型化学膨松剂,使用后呈中性,广泛用于各种西点制作过程中。

改良剂(图㉑)多用于面包面团中,能够改善面包的组织状态。

其他

鸡蛋(图㉒)是西点制作的常用材料,可改善西点成品的色泽、味道,提高产品的营养价值。

巧克力(图㉓)多用于制作巧克力味西点中,隔水加热化开后,也可用来作西点装饰。

酒(图㉔)主要有朗姆酒、白兰地等,可以增添西点的风味和口味。



图16



图17



图18



图19



图20



图21

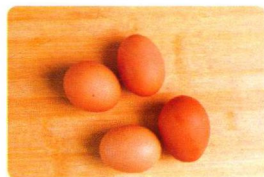


图22



图23



图24

不能不知的烘焙技巧

蛋白打发

蛋清中含有一种能减弱表面张力的蛋白质，将空气搅打进去后会产生白而细的泡沫，从而增加表面积。一般来说，蛋清在17~22℃时最易打发。

做法

- 1.将所需的细砂糖分为3等份。同时，准备好一个盛蛋清用的不锈钢盆，盆内需无油无水。（图①）
- 2.用手动打蛋器打发蛋清，打到蛋清呈鱼眼泡状时加入1/3的细砂糖。（图②、图③）
- 3.继续打发蛋清，打发至蛋清开始变浓稠，且出现较粗的泡沫时，再加入1/3的细砂糖。（图④、图⑤）
- 4.再次搅打蛋清，待蛋清表面出现纹路时，加入剩下的1/3细砂糖。（图⑥、图⑦）
- 5.继续搅打蛋清，打发至提起打蛋器，蛋清能够拉出一个弯曲的尖角时，即为湿性发泡的状态。部分西点，打发到这个状态就可以了。（图⑧）
- 6.继续搅打片刻，当提起打蛋器，蛋清尖端出现短小、直立的尖角时，便达到了干性发泡状态。如果制作常规的戚风蛋糕，便需要搅打至此状态。（图⑨）



图①



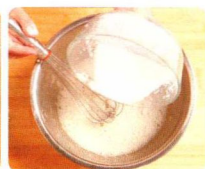
图②



图③



图④



图⑤



图⑥



图⑦



图⑧



图⑨

打发淡奶油

淡奶油奶香天然浓郁，口感滑而不腻。正因淡奶油有着如此独特的美味，很多时候，我们需要将其打发，用以制作我们喜欢的蛋糕裱花。成功打发的淡奶油纹路清晰，光滑细腻，用以裱花，真的是漂亮极了。

做法

1. 从冰箱取出1盒冷藏好的淡奶油。（图①）
2. 准备一个干净、无水无油的不锈钢盆，根据个人口味倒入适量的淡奶油和细砂糖。（图②、图③）
3. 用手动打蛋器轻轻搅拌均匀，搅打至淡奶油中出现少量气泡。（图④）
4. 气泡越来越多，渐渐地，淡奶油打出了纹路。（图⑤、图⑥）
5. 当淡奶油变得越来越稠，直至不能流动时，即可停止搅打。此时，轻轻提起打蛋器，淡奶油也不会掉落下来。（图⑦、图⑧）



图①



图②



图③



图④



图⑤



图⑥



图⑦



图⑧

打发黄油

打发黄油比打发鸡蛋要简单得多。打发黄油的原理在于，在搅打过程中使空气进入黄油中，让黄油变得越来越膨松，使其内部充满无数的微小气孔，从而在烘焙过程中起到膨松剂的作用。

做法

1. 从冰箱取出黄油进行软化。冬季可隔热水或放入微波炉加热使其软化；夏季可放置室温下软化。（图①~图③）
2. 黄油软化后加入细砂糖（或糖粉），用手动打蛋器将细砂糖（或糖粉）及黄油搅打均匀。（图④）
3. 搅打过程中，黄油的体积会逐渐变大，色泽越来越浅。（图⑤）
4. 继续搅打，直到黄油变为浅白色为止。搅打时，可用橡皮刮刀将飞溅的黄油刮起，集中到盆底。（图⑥、图⑦）
5. 将鸡蛋打散，少量多次地加入黄油中。每一次加入时都要等到全蛋液和黄油完全融合在一起才可以加入下一次。（图⑧、图⑨、图⑩分别是第1次、第2次、第3次加入鸡蛋的情况。）
6. 搅打至蛋液完全融入黄油中，黄油体积膨大，呈细腻、光滑的乳膏状，色泽呈浅白色时即可。（图⑪）



图①



图②



图③



图④



图⑤



图⑥



图⑦



图⑧



图⑨



图⑩



图⑪

软化黄油

黄油软化的程度至关重要。若是黄油软化不够，打发时则会出现阻力大、黄油容易溅出的情况；若是黄油软化过稀，制作时则容易出现状态不稳定的情况。软化后的黄油，以轻松插入1个手指为宜。

室温软化

将黄油放于室温下，让其自行慢慢软化。这种方法最适用于炎热的夏季，春季与秋季也可用此法。（图①、图②）

先隔水加热后冷却

将黄油隔水加热至完全化开（图③），然后将其放入冰箱冷冻5分钟左右，使黄油重新凝固成较软的固体时取出。这种方法耗时短，但不易操控，建议以第1种方法为主，也可以采用将黄油放在微波炉中加热的方法。

分蛋技巧

方法一

把鸡蛋竖起来，在鸡蛋的底端磕一个黄豆粒大小的小口，或者用刀子戳一个小口，然后用手轻轻晃动鸡蛋，让蛋清顺着小口流下来，即可将蛋清、蛋黄轻松分离。（图④、图⑤）

方法二

将鸡蛋打碎后放在碗里，用手将干净的矿泉水瓶子捏扁，瓶口对着蛋黄，把蛋黄吸出来即可。（图⑥）



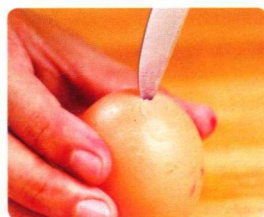
图①



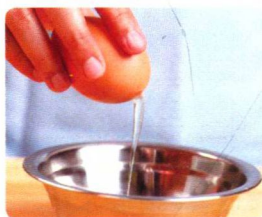
图②



图③



图④



图⑤



图⑥