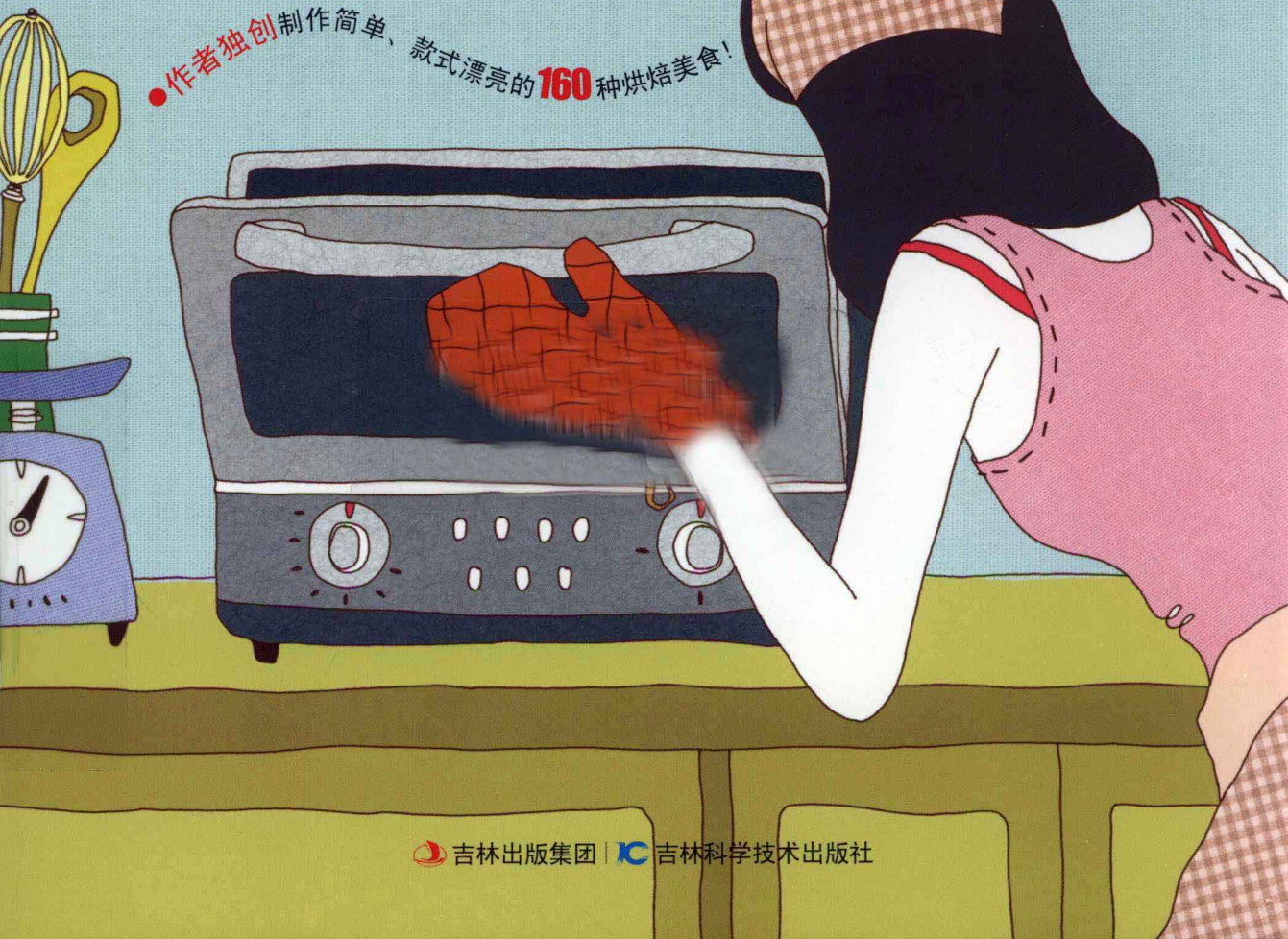


居家烘焙

初学者
一定要尝试制作的
家庭烘焙

【韩】朴慧洵◎著
张雪花◎译

●作者独创制作简单、款式漂亮的**160**种烘焙美食!



图书在版编目 (CIP) 数据

居家烘焙 / (韩) 朴慧洵著 ; 张雪花译. — 长春 :
吉林科学技术出版社, 2010. 12
ISBN 978-7-5384-5071-2

I. ①居… II. ①朴… ②张… III. ①烘焙—面点—
食谱 IV. ①TS972.132

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第232082号

吉林省版权局著作合同登记号:

图字 07-2010-2439

Wheeriric Home Baking by Park Hyewon 朴慧洵

Copyright © 2009 by Park Hyewon 朴慧洵

All rights reserved.

Simplified Chinese copyright © 200x by Jilin Science & Technology
Publishing House

Simplified Chinese language edition arranged with CHOSUN LIVING
MEDIA INC.through Eric Yang Agency Inc.

居家烘焙

著 朴慧洵
译 张雪花
责任编辑 张伟泽
封面设计 张 跃
制 版 南关区涂图设计工作室
开 本 787mm × 1092mm 1/16
字 数 300 千字
印 张 12
印 数 1—5000册
版 次 2011年1月第1版
印 次 2011年1月第1次印刷

出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话/传真 0431-85677817 85635177 85651759
85651628 85600611 85670016
编辑部电话 0431-85679177
网 址 www.jlstp.net
印 刷 长春新华印刷集团有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-5071-2
定 价 39.90元

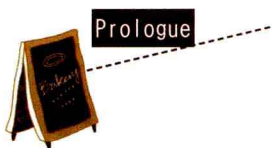
如有印装质量问题可寄出版社调换

版权所有 翻印必究 举报电话: 0431-85635185

居家烘焙

A collection of colorful illustrations related to baking. On the left, a small chocolate cake sits on a pink stand next to a chalkboard sign that says 'Baking'. In the center, the title '居家烘焙' is written in large, bold, brown characters with a white outline. To the right of the title, there are two coffee cups with 'Coffee' written on them, a green and white swirl cake on a purple plate, and a gold fork.

【韩】朴慧沅◎著
张雪花◎译



Prologue

各位朋友加油！

一起制作款式漂亮、味道甜美的烘焙美味吧！

我对家庭烘焙兴趣始于那次偶然间在网站上看到一种名为小甜饼的家庭烘焙，我当时想，如果我在家中能直接烘烤出这样美味的小甜饼，与周围人一起分享该多幸福啊！

从那时起，我整天坐在电脑前搜索关于家庭烘焙的图片和食谱，网站上只要有家庭烘焙信息的地方就会成为我新的消遣场所。看到面团在烤箱内受热膨胀的样子时，我的内心高兴不已，想象着家中弥漫着烘烤松饼的味道该有多香啊。自此，我开始创作具有自己特点的家庭烘焙食谱，自己也被家庭烘焙的无穷魅力所折服。

烘焙给我的另外一个乐趣就是我把自己独创的家庭烘焙食谱和照片传到自己博客内与博友一起分享。我虽然在独自制作烘焙食品时有过失败，但各个失败阶段又让我学到了更多知识，所以我不讨厌各个失败的阶段，失败、书籍和网络这三者是我最好的烘焙老师。开始时我虽然手艺比较生疏，但经过不断努力后就变得熟练起来，同时也感受到烘焙的乐趣，这种乐趣是我在家中继续从事烘焙的最大理由。另外值得一提的就是拍烘焙照片了，我也体会到拍摄制作蛋糕或面包照片的无限乐趣。当我看到这些有感情的且有食欲的烘焙照片时，我的心情就会无比高兴和激动。即使我没有吃到烘焙食品，仅仅看照片也会备



感愉快。我写此书的目的是：如果你打开此书看到烘焙图片，可以让你心情愉悦，就可以成为你快乐的消遣品；如果有时间按步骤进行逐步操作就可以制作出款式精美且可口的面包等烘焙食品。

因此，该书未专门介绍烘焙专业知识，而是介绍由我自己制作的操作简单且基本的食谱，书中还有我在制作各款家庭烘焙食品时所拍摄的照片，所以我习惯把该书中的食谱称为我的“独创食谱”，希望能和大家一起分享书中各个食谱给我们带来的快乐。

最后，对支持和帮助我从事家庭烘焙的爸爸和妈妈表示感谢，他们给我的支持是我从事家庭烘焙的最大动力。同时对在我博客内给予我支持的邻居和朋友表示感谢；对在该书出版中提供很多帮助的任常现先生及把该书制作得如此精美的全体工作人员表示衷心的感谢。

朴慧洹

Contents

Prologue

Home Baking Lesson

- 008 01家庭烘焙一定要有的基本工具
- 010 02本书中经常使用的基本材料及购买
- 013 03家庭烘焙第一步——计量
- 014 04陌生的烘焙用语及意义
- 017 05家庭烘焙的基本功

Part 01

简单的零食和漂亮的点心

无烤箱烘焙



- 028 玉米小甜饼
- 030 地瓜蛋糕 红糖蛋糕
- 032 咖啡奶油干酪
- 034 栗子蛋糕
- 036 水果酱薄煎饼蛋糕 香蕉巧克力薄煎饼蛋糕
- 038 覆盆子干酪蛋糕
- 040 豌豆粉奶油蛋糕
- 042 电子炉鲜牛奶蛋糕
- 044 小麦平底蛋糕 基础平底蛋糕
- 046 赤小豆粉三明治 艾草赤小豆粉三明治

- 048 可可蛋奶烘饼 绿茶蛋奶烘饼 冰激凌蛋奶烘饼
- 050 赤小豆包子
- 052 绿茶馅饼
- 054 黑芝麻果子
- 056 法式炸面包圈 豆腐炸面包圈
- 058 焦糖
- 060 药羹巧克力
- 062 香草冰激凌 绿茶冰激凌
- 064 可可牛奶布丁 巧克力热饮
- 066 芒果果冻

Part 02

初学者一定要尝试制作的家庭烘焙

小甜饼和松饼



- 072 小麦甜饼
- 074 榛子雪球小甜饼 绿茶雪球小甜饼
- 076 绿茶核桃小甜饼
- 078 椰子果酱小甜饼
- 080 巧克力马卡达姆坚果小甜饼
- 花生黄油巧克力小甜饼
- 082 麦片坚果小甜饼 麦片小甜饼
- 084 杏仁小甜饼 可可榛子小甜饼
- 086 地瓜粉小甜饼 发髻式小甜饼

- 088 奶油干酪面包式小甜饼 奶油干酪蛋糕
 090 燕麦片蓝莓小甜饼
 092 豆腐米粉饼干 黑麦粉豆腐饼干
 094 橄榄香草饼干
 096 饼干 核桃饼干
 098 锥形蓝莓小甜饼 锥形小麦无花果小甜饼
 100 大豆粉油酥饼 黑芝麻油酥饼
 102 奶油小面包 绿茶小面包
 104 橙子玛德琳蛋糕 日式蛋糕
 106 蓝莓奶油干酪布朗尼蛋糕
 108 香草松饼 绿茶赤小豆糊松饼
 110 鲜牛奶巧克力松饼
 112 焦糖山核桃松饼 焦糖香蕉松饼
 114 苹果奶油球松饼
 116 巧克力奶油干酪松饼



Part 03

和朋友、家人一起分享的烘焙

蛋糕

- 122 栗子磅饼蛋糕 葡萄干磅饼蛋糕
 124 绿茶条纹磅饼蛋糕 巧克力条纹磅饼蛋糕
 126 蔬菜米粉磅饼蛋糕
 128 南瓜糯米蛋糕
 130 地瓜赤小豆糊蛋糕 南瓜赤小豆糊松饼
 132 胡萝卜奶油干酪蛋糕
 134 艾草蛋糕
 136 酸牛奶咖啡蛋糕 摩卡巧克力饼干
 138 果冻巧克力蛋糕
 140 巧克力奶油蛋糕
 142 香蕉蛋糕 香蕉松饼
 144 长崎蛋糕
 146 奶油雪纺绸蛋糕 基础雪纺绸蛋糕
 148 焦糖雪纺绸杯式蛋糕
 150 巧克力蛋糕球
 152 草莓鲜牛奶蛋糕
 154 地瓜奶油蛋糕
 156 奶油干酪球式蛋糕
 158 纽约奶油干酪蛋糕条 白巧克力干酪蛋糕
 160 香草干酪蛋糕 自创干酪蛋糕

Part 04

与下午茶搭配食用的家庭烘焙

馅饼和派

- 166 杏仁馅饼 凤梨馅饼
168 桃子馅饼
170 覆盆子果酱馅饼
172 黑樱桃馅饼
174 焦糖山核桃馅饼
176 草莓馅饼
178 巧克力葡萄酒馅饼 坚果类小甜饼
180 香草干酪馅饼
182 奶油干酪苹果馅饼 苹果奶油干酪蛋糕
184 摩卡干酪馅饼
186 意大利乳清干酪馅饼
188 南瓜赤小豆馅饼
190 派式小甜饼
192 西蓝花乳蛋糕
194 苹果馅饼
196 调和蛋白派
198 草莓派
200 鸡蛋馅饼
202 迷你小麦馅饼



Part 05

用发酵面团制作的家庭烘焙

面包

- 208 基础面包
210 韩式面包
212 小麦立体主食面包 迷你面包
214 肉桂卷面包
216 橄榄香草面包
218 布须曼人面包
220 绿茶黄油奶油面包条
222 红杉面包 脆皮面包
224 枫树面包
226 菠菜香肠面包 菠菜馅饼
228 肉桂葡萄干硬面包圈
230 炸面包圈
232 黑米沙司比萨 基础比萨
234 地瓜奶油干酪面包 地瓜奶油乳酪蛋糕
236 螺形面包
238 香草小甜饼面包
240 巧克力蜗牛主食面包
242 脆饼 脆面包干
244 新月形面包



Part 06

在特别日子里准备的魅力烘焙

作为礼物的烘焙



- 250 红豆甜糕点心 栗子羊羹
- 252 五色糯米糕
- 254 绿茶鲜巧克力
- 256 黑巧克力
- 258 花生黄油巧克力
- 260 幸运小甜饼
- 262 细长巧克力棒
- 264 酥皮小甜饼
- 266 浓咖啡布朗尼杯式蛋糕
- 268 迷你泡芙蛋糕
- 270 巧克力馒头 豌豆粉绿茶馒头
- 272 巧克力磅饼汽车蛋糕
- 274 奶油酥皮杯式蛋糕
- 276 巧克力奶油蛋糕
- 278 蛋白杏仁甜饼干
- 280 草莓卷蛋糕
- 282 布朗尼馅饼蛋糕
- 284 榛子巧克力条纹面包



烘焙的Q & A

- | | |
|-----|---------------------|
| 026 | 01 如果没有家庭烘焙工具或材料怎么办 |
| 070 | 02 烘烤小甜饼和松饼时可能产生的问题 |
| 120 | 03 烘烤蛋糕时可能产生的问题 |
| 164 | 04 烘烤馅饼或派时可能产生的问题 |
| 206 | 05 烘烤面包时可能产生的问题 |
| 248 | 06 包装烘焙食品的秘诀 |



家庭烘焙一定要有的基本工具



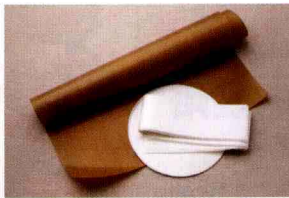
计量秤、计量匙、计量杯

在烘焙过程中，所用的材料如在用量上有细微差别都会影响所烘焙食品的味道。故应准备一个测量到克级单位的电子秤。计量杯虽然没有电子秤的情况下使用起来很便利，但因计量出材料的量有所误差而会影响食品的味道。所以如有长时间制作家庭烘焙的想法，应配备一个电子秤。如计量量少或液体材料时，使用计量匙更加便利。计量杯主要是用于计量米粉或面粉材料的，因为在制作每种烘焙时所使用的米粉或面粉材料的量都比较大，所以这种计量杯很实用（计量方法参照本书13页）。



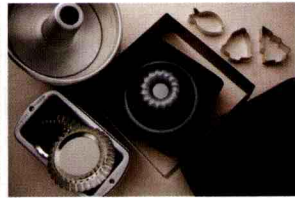
转盘、裱花袋、裱花嘴、面包切刀、抹刀

转盘的作用是把蛋糕放在转盘上后旋转转盘，以便往蛋糕上涂抹奶油。裱花袋和裱花嘴用来挤小甜饼面团或用奶油装饰各种家庭烘焙食品。面包切刀，是把面包等食品切割得干干净净的工具。抹刀是在蛋糕上均匀地涂抹上奶油，或在面包团上放入馅料时所使用的工具，应准备小号和中号两款抹刀。



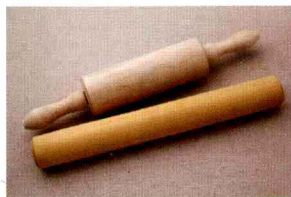
硫酸纸、硅质纸

硫酸纸有一次性和永久性两种。其作用是能让烘烤出来的蛋糕或小甜饼等食品很容易地与烤箱烤盘或蛋糕模具脱离。在垫在模具或烤盘内时可以把硫酸纸折叠后使用。硅质纸具有较强的耐热性，可以永久使用，它可以减少每次使用都要处理所带来的麻烦。一次性硫酸纸具有可以使不易与模具或烤盘脱落的发髻糕点、蛋白杏仁甜饼干等糕点很容易地与模具或烤盘脱离的优点。



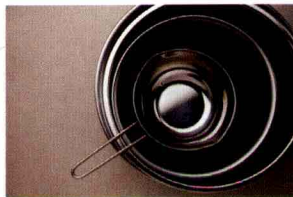
各种模具

在制作家庭烘焙时有磅饼蛋糕模具、海绵蛋糕模具等杯式松饼模具，纸模具，贝壳形状的玛德琳蛋糕模具，边缘有皱纹的馅饼模具等各种模具，还有制作小甜饼时所用的小甜饼模具。在开始制作家庭烘焙时不要准备较多款式的模具，需要时购买即可。



擀面杖

把小甜饼面团、馅饼面团、面包面团等面团擀成宽状或平平的形状时所使用的工具。



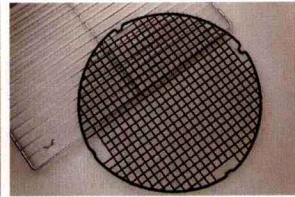
不锈钢盆

搅拌材料或用重汤方法加热各种材料时所使用的工具。有必要准备多种尺寸的不锈钢盆。



面罗

将块状粉类材料碾碎或过滤杂质时所使用的工具。小孔面罗还可把糖粉、可可粉等粉类撒在烘焙食品上，用来装饰食品。



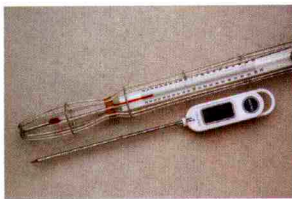
散热网

在小甜饼或蛋糕等烘烤结束后取出进行散热时所使用的工具。它还可以起防止烘烤出来的食品底部潮湿的作用。



刷子

在模具上涂抹黄油、面包上刷鸡蛋水、蛋糕片上涂抹糖浆和把沾在面团上的多余敷面去掉时所使用的工具。硅质刷子虽然在清洗时更便利、更卫生，但是在涂抹鸡蛋水时不能光滑地涂抹在面团等材料上。



温度计

在对巧克力回火（先把巧克力按照一定的温度融化后散热，然后再放入到一定温度的过程）时或把糖浆煮到一定温度来制作焦糖、黄油奶油等时使用的工具。应准备一个能测量至200℃的数字温度计。



派刀、钉子滚子

派刀（照片左侧）是把馅饼或派面团边缘弄出波浪状条纹时所使用的工具，该工具不是必备工具。钉子滚子（照片右侧）是可以轻而易举地把面团弄出洞的工具，如没有可用叉子代替。



搅拌器

将黄油、奶油、干酪等块状材料碾碎、搅拌材料并把鸡蛋或鲜牛奶打出气泡时所使用的工具。应准备中型和小型的两种手动搅拌器。除此之外还有电动搅拌器，它有省时省力的特点，所以使用起来更便利。



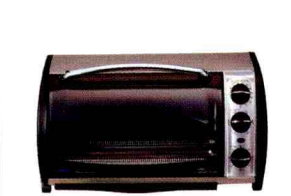
胶质勺子、木质勺子

胶质勺子主要是做面团使用的工具，具有材质有弹力的特点。小型的胶质勺子应准备两把，因为利用多个小型胶质勺子可以同时刮剩余的材料和制作黄油奶油，并把各种色素材料放入后进行搅拌。木质勺子在搅拌材料或做菜时使用。



刮刀

将零散的面团刮到一起、把面团分成若干小面团、把凉的黄油切成小块再与面粉进行搅拌时使用的工具。边缘有波浪形状的刮刀，在修整奶油蛋糕侧面时使用效果会很好。边缘为圆形的刮刀，既能把放入碗内的材料边进行，同时又能进行搅拌。



迷你烤箱

尺寸小的烤箱在烘焙小蛋糕等食品时使用更加方便。因为每个烤箱的热力都略有不同，所以设定温度和烘焙时间时一定要根据各自烤箱的特点进行适当的调整。在使用烤箱时一定要戴上厚厚的烤箱手套，防止发生烫伤等情况。



烤箱

与迷你烤箱相比，大的烤箱在烘焙小甜饼时能一次性烘出很多，这样可以节省时间，同时在烘焙温度较高的蛋糕时使用该款烤箱可以防止蛋糕表面烧焦。与迷你烤箱一样，各个烤箱在热力方面稍有不同，所以在烘焙时，要以食谱上规定的时间为标准，并根据烤箱的特点适当调整时间和温度。



Home Baking LESSON 02



本书中经常使用的基本材料及购买



面粉、小麦面粉、黑麦面粉、杏仁粉、淀粉

面粉根据在制作面团过程中面筋含量的多少可分为强力粉、中力粉、薄力粉。强力粉一般在制作面包时使用；制作有酥脆口味的小甜饼或柔软口味的蛋糕时使用薄力粉。小麦面粉和黑麦面粉是能提高烘焙食品风味和营养的面粉。杏仁粉是一种能提高烘焙食品的香味的粉类，它是把整个杏仁放入粉碎机内粉碎而成的。烘焙中所使用的淀粉一般是指普通的玉米淀粉，在制作蛋糕等烘焙食品时使用。



糖、黄糖、红糖和糖粉

糖不仅可以使烘焙食品有甜味，而且还会使其有湿润感，另外还会产生让人有食欲的颜色。同时在制作面包时可以帮助酵母更好地发酵，使制作出的面包有更加香甜和柔软的口感。如果让制作出的烘焙食品有更重的颜色或产生特有的香味，可以使用黄糖或红糖。糖粉水分含量低，在制作小甜饼的面团内放入后会使得制作出的小甜饼有酥脆的口感，它是把一般的糖放入粉碎机内粉碎均匀而成的。



黄油（无盐黄油）

在一般的家庭烘焙中放入不含盐的无盐黄油，无盐黄油有未放入防腐剂和比加盐黄油使用期限短的特点，放入冰箱内可保管3~4个月。如用有盐黄油代替无盐黄油制作家庭烘焙，要按照食谱减少盐的使用量。在制作黄油奶油时为了能产生单纯的黄油味道，要使用无盐黄油。无盐黄油可以在销售制作糕点的材料的商店内购买。



牛奶、鲜牛奶

在面包面团内放入适当的牛奶可以提高面包的风味，且能产生让人有食欲的颜色。在制作蛋糕时放入适当的牛奶可以增加其湿润感。鲜牛奶是把牛奶中的脂肪成分除去后含有100%乳脂肪成分的牛奶，其特点是乳脂肪含量高而且搅拌时能产生大量气泡。我建议还是使用乳脂肪含量为85%以上的鲜牛奶制作家庭烘焙为好。



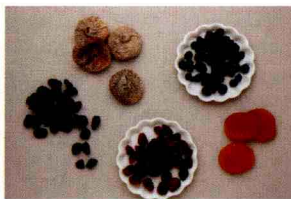
奶油干酪

奶油干酪是在牛奶中放入奶油而制作成的干酪，它具有柔和的口感和酸味，主要在制作干酪蛋糕时使用。



坚果类

坚果类有花生、瓜子、杏仁等，它因含有特有的香味而在家庭烘焙中经常被使用。可把绿色的开心果等坚果粉碎后撒在蛋糕上来装饰蛋糕。



水果干

把葡萄干、杏仁干、蓝莓干等水果放入烘焙材料中进行烘焙，烘焙出来的食品会让人有种越嚼越香的感觉，且营养成分丰富。如在面团内放入水果干后搅拌会感到非常坚硬，所以可把水果干放在糖酒内浸泡，然后放入面团内搅拌。



柠檬汁

柠檬汁是用新鲜的柠檬做出的汁。在使用时它等同于5倍量的柠檬。



盐、烘焙粉、烘焙苏打、脱脂奶粉、桂皮粉

盐是制作面包时必不可少的材料，面团放入适量的盐后经过多次打击可防止酵母菌使面团过度发酵膨胀。烘焙粉和烘焙苏打属化学膨胀剂，如使用过量，会产生苦味或肥皂味，所以一定要按照规定的量使用。脱脂奶粉是制作面包用的材料，保存时间长，可代替牛奶。桂皮粉是一种有特殊香味的材料。



生酵母菌、干酵母菌、即溶酵母

酵母菌可分为生酵母菌、干酵母菌和即溶酵母菌3种。生酵母菌因水分含量多，所以有保管时间短和不容易保存的弊端。干酵母菌要在使用前放入其本身4~5倍的热水中浸泡5分钟左右后再用。即溶酵母菌使用简便，直接放入粉类材料内制作面团即可，为防止其开封后与氧气和水分接触，使用后要密封冷冻保管。



玉米粉、可可粉、绿茶粉

玉米粉放入面粉内做成面团，会增添香味并让面团着色。烘焙过程中要使用100%纯度的无糖可可粉，本书中所说的可可粉都是指100%纯度的无糖可可粉，虽然价格较贵，但使用这种可可粉制作出的烘焙食品味道和颜色都非常好。市场上销售的绿茶粉也是烘焙时必不可少的原料，使用日本产的绿茶粉会更好。



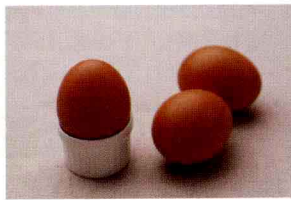
香草柄、香精、香油、香草粉

香草既可除去鸡蛋的腥味，又可提高所做的烘焙食品的香味。香草柄保持了香草原有的香味，使用时将其竖着切开后除去内部的籽。香精具有挥发性，宜放入不经过长时间烘烤的小甜饼面团内或放入鲜奶油中使用。如放入需经较长时间烘烤的小甜饼面团等材料内时应使用香油。香草粉因其香味弱，所以在制作家庭烘焙时经常被使用。



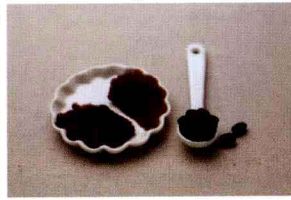
各种酒类

家庭烘焙中经常使用各种酒。如在与其搭配的材料内放入适量的酒，可提高蛋糕的味道。家庭烘焙中也经常使用糖蜜、蔗糖汁或蒸馏出来的糖酒进行发酵。除此之外，还有橙子酒、咖啡酒、樱桃酒等。



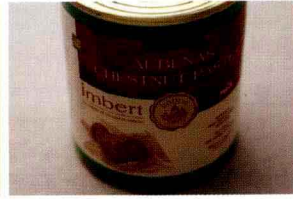
鸡蛋

鸡蛋是家庭烘焙中必不可少的材料。在制作蛋糕的材料中放入鸡蛋可提高其柔软度；在制作面包的面团内放入鸡蛋可提高食欲；在制作烤饼和面包材料中放入鸡蛋，还可提高烤饼或面包的润泽度和颜色。一般使用每个50~55克的鸡蛋。本书中所说的鸡蛋都是以每个55克为标准的。



细赤小豆粉、粗赤小豆粉、赤小豆糊

粗赤小豆粉（右侧图片）是用勺子碾碎后的赤小豆粒子；细赤小豆粉（中间图片）是把赤小豆碾碎后用面罗过滤出的细的赤小豆粒子；赤小豆糊（左侧图片）是把整个赤小豆放入糖内进行熬炖而成的糊状物质。以上3种产品都可以在糕点材料店内购买到。用白豆做成的白豆粉和用豌豆做成的豌豆粉也经常用到。



栗子浆料

用栗子、糖、香草等做成的栗子浆料经常是以罐头形式销售。开封后一定要放在密封容器内冷冻保管，防止变质。





高可可巧克力

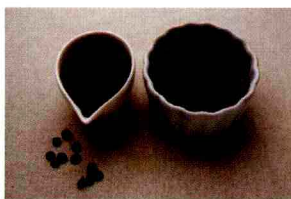
制作家庭烘焙中所使用的高可可巧克力是在市场上进行销售的初级阶段巧克力，有块状和纽扣状两种。根据材料不同，可分为黑巧克力、白巧克力、奶油巧克力等。块状巧克力一般都是把其切成块状后融化，然后放入面团内或刮成薄薄的形状后用来装饰各种烘焙食品，每次使用时都要碾碎，所以很烦琐。纽扣状巧克力不需经过碾碎，可直接融化，所以使用起来比较方便，这种巧克力在制作面团时经常用到。

本书中的巧克力均以纽扣状巧克力为标准。块状巧克力在使用时切成小块后再按照与纽扣状巧克力类似的方法操作即可。这里的巧克力是以可可豆含量为60%为标准。因可可豆含量不同而巧克力的味道也不尽相同，含量越高越苦。本书中的巧克力都是指高可可巧克力。如“黑高可可巧克力”简称为黑巧克力。



涂层巧克力

在加工高可可巧克力时省略回火程序而加工的巧克力。



巧克力片

把巧克力片放入小甜饼或蛋糕面团内制作出来的小甜饼或蛋糕有甜甜的味道，所以经常被放入面团内使用。



家庭烘焙第一步——计量

用电子秤来计量



用电子秤可以把所需材料计量到克级单位，所以通过电子秤来计量材料非常准确。在使用时，把计量器归零后便可计量，它比用肉眼观察刻度的秤更便利。

用量匙计量



以1大匙（15毫升，3ts），1小匙（5毫升，1ts），1/2小匙（2.5毫升，1/2ts），1/4小匙（1.25毫升，1/4ts）为标准分为4种计量方法。用量匙计量时，把粉类材料取出后一定要用刀或尺子把计量匙的表面刮平整，特别是计量烘焙粉、烘焙苏打和酵母菌时一定要计量准确，否则会影响烘焙食品的味道。

用手指来计量



在计量非常少量的材料时一般用手指来计量。如菜谱中所标识的“少许”，就是用拇指和食指招到的量。

用量杯来计量，把黄油进行等分



如果没有秤可以用量杯来计量，因量杯上已标有刻度。书中所使用的量杯是200毫升。少量材料用量匙来计量。把粉类材料放入量杯时，量杯底部应处理干净，放好粉类材料后应把量杯杯面处理干净。黄油是一种放在杯子内进行计量比较困难的材料，如果没有秤可以把包装好的450克黄油取出后仿照图片方法切成5等份，再切成9等份，这样所得到的每小块黄油为10克左右。在切割250克的奶油时，如没有秤也可按照上述方法进行切割。

计量换算

类别	1小匙 (5ml)	1大匙 (15ml)	1杯 (200ml)
面粉、小麦粉	3克	9克	120克
市场上销售的糯米粉		7克	120克
米粉（糕点专用）		7克	100克
椰子果粉		5克	75克
榛子粉		6克	80克
玉米粉		8克	100克
杏仁，杏仁粉		5克	70克
（白）糖	4克	12克	180克
黄糖	3克	11克	150克
红糖	3克	10克	120克
糖粉	2克	8克	120克
盐	4克	14克	
烘焙粉	4克	11克	
烘焙苏打	5克	16克	
即溶酵母菌	3克	9克	
桂皮粉		6克	
无糖可可粉		6克	

类别	1小匙 (5ml)	1大匙 (15ml)	1杯 (200ml)
玉米淀粉		7克	
烤饼粉		7克	120克
动物胶粉	2克	7克	
寒天粉	3克	8克	
水、牛奶、鲜牛奶、酸牛奶、酵母菌	5克	15克	200克
蜂蜜、炼乳、麦芽糖		20克	
巧克力、巧克力片			140克
枫树糖浆		18克	
焦糖奶油			240克
葡萄籽油		12克	180克
赤小豆粉			250克
赤小豆糊，豌豆糊			130克
榛子、（山）核桃、花生			100克
水果干、柠檬皮、橙子皮		10克	120克
熟的用面罗过滤的地瓜和南瓜			100克

陌生的烘焙用语及意义

什么是打出气泡



烘焙时经常看到把鸡蛋的蛋黄或蛋清打出气泡、把鲜牛奶打出气泡等词语。鸡蛋的气泡可以让蛋糕变得更柔软，液体状态的鲜牛奶经常是打出气泡后放入蛋糕材料内或用来装饰蛋糕。在把各种材料打出气泡时，首先应该放在没有水分或油脂的干净盆内，然后把鲜牛奶从冰箱内取出稍置至室温，再进行搅拌。用手动搅拌器打气泡时要把盆稍微倾斜，然后按照一个方向搅拌。用电动搅拌器搅拌时，为了防止材料飞溅，要把电动搅拌器竖着前后移动地进行搅拌。

如何制作调和蛋白



鸡蛋的蛋清内加入糖，再打出气泡，就做成了调和蛋白。制作蛋糕时放入调和蛋白，蛋糕会更加蓬松和柔软。制作过程是：首先在没有水分和油脂的净盆内放入蛋清和1小匙糖，然后进行搅拌，开始打出白色的气泡来，然后气泡体积开始快速增大，再把剩下的糖分3次放入，边放边搅拌，这样就制作出调和蛋白了。一般来讲，如果把搅拌器放入后取出，搅拌器上的调和蛋白不流淌且顶端歪斜并呈尖尖的球状时，表明调和蛋白已经制作完成。

怎样才能把蛋清搅拌出60%的气泡

调和蛋白根据气泡的打发程度分为不同种类，主要以气泡打发的百分比为标准。如大力进行搅拌会产生大量球状气泡，调和蛋白内大概含有80%~90%的气泡；60%~70%上的调和蛋白则不必用那么大的力气进行搅拌，也不用出现那么多球状气泡。没有特别说明的时候，一般为含有60%气泡的调和蛋白。

如何制作意大利式调和蛋白

制作黄油奶油或奶油蛋糕时经常使用意大利式调和蛋白。意大利式调和蛋白的制作方法：把糖和水煮到一定温度后制成糖浆，然后把含有70%气泡的鸡蛋清一点点放入，再搅拌均匀即可。

如何烘烤基础性的面包



首先把鸡蛋进行搅拌，方法有把鸡蛋的蛋黄和蛋清分离，再分别搅拌的方法（即剥离法）和把鸡蛋的蛋黄和蛋清一次性进行搅拌的方法（即共同法）两种。初学者经常把鸡蛋的蛋黄和蛋清放在一起进行搅拌，然后放入面粉、牛奶、融化的黄油等材料，再搅拌至气泡消失，也就是说没有把鸡蛋的蛋黄和蛋清搅拌好。如果初学者把鸡蛋的蛋黄和蛋清分离后再分别搅拌，然后分别放入材料进行搅拌，这样就不会出现气泡消失的现象。用此种方法可轻而易举地制作出具有柔软度的基础性面包。

如何烘烤饼干



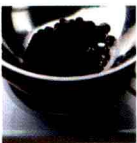
与烤制基础性的蛋糕一样，把鸡蛋的蛋黄和蛋清分离后分别对其进行搅拌，再先后放入面团内搅拌成饼干面团，然后把饼干面团放入裱花袋内挤出后进行烘烤或薄薄地挤到烤盘内进行烘烤。食用起来让人有种酥脆的口感，制作蛋糕球或奶油蛋糕时经常使用。

巧克力回火程序



把高可可巧克力在一定的温度下进行融化后再让其散热，然后重新提高其温度再次使其融化的过程就叫做回火程序。只有经过这个过程的可巧克力才能用手摸后不融化，且有很好的光泽度，与加工前相比更柔软。

如何用重汤方法融化各种材料或使其发生气泡



把巧克力或黄油等材料进行融化时在把鸡蛋打出气泡时经常用重汤方法。首先在平底锅或盆内放入适量清水后进行加热，加热到一定温度，再把装有巧克力或鸡蛋的盆放在装有热水的盆上使其融化或用这种重汤方法把鸡蛋打出气泡。

如何把馅放置到面团内



家庭烘焙时经常把馅放在面团内，我们经常使用的词语是“放馅”，在制作蛋糕或派时经常把馅放在面团内。

如何使用锥形纸袋

锥形纸袋是在制作酥皮时或用融化的巧克力装饰蛋糕时使用的工具。其制作方法是把硫酸纸卷成圆锥状后放入做酥皮的材料，然后用剪子轻轻地减掉多余的部分（制作方法参照本书18页）。

为什么把黄油先取出放在常温下



在制作馅饼等面团时，基本上都是在制作烘焙材料前30分钟至1个小时把所有材料（包括黄油和鸡蛋）取出放在常温下，这样可以散去其本身的凉气。用手指压黄油感到呈温热状态后再与其他材料进行搅拌。如把黄油放在常温下时间过长，黄油就会融化，这样的黄油不能用在烘焙中。使用前把黄油充分搅拌开，把搅拌器放入黄油内划过后还能很清楚地看到其划过的痕迹时，使用这种状态的黄油效果最好。如果想直接使用冰箱内的黄油，可把黄油放入微波炉内加入20~30秒（根据黄油量的不同而调节加热时间）。

为何鸡蛋使用前要放在室温下

将黄油和放在室温下的鸡蛋进行搅拌，搅拌后的混合物才不会分离。如把凉的鸡蛋与黄油进行搅拌，混合物就会出现分离状态。所以在使用前要把鸡蛋取出稍置，打碎后一点点地放到其他材料内搅拌，这样做出的混合物才会搅拌均匀。如使用放在冰箱内的鸡蛋，一定放在热水内浸泡一会儿后再用。

蛋清和蛋黄分离后如何放置

如果把鸡蛋的蛋清和蛋黄分离后不马上使用，其表面都会产生一层膜，这层膜在蛋清或蛋黄与糖进行搅拌时会阻止其混合，所以一定要在使用前对其分离。剩余的蛋清或蛋黄一定要放入碗内，再用塑料薄膜包裹起来。

为什么在模具上涂抹黄油后再撒些强力粉



此步骤操作的目的是让蛋糕从屉上很容易地脱落下来，所以在

把制作好的面团放入屉前要处于温热状的黄油用刷子薄薄地刷在屉上，然后在屉的表面均匀地撒上少许强力粉，之后抖掉多余的强力粉，再放入冰箱内冷冻至黄油凝固。如果是表面凹凸不平的模具，也可垫上硫酸纸。

如何把粉类材料用面罗过滤



粉类材料用面罗过滤时要准备2张较宽的纸，一张铺在面罗底部，从20~30cm高度过滤后落到纸张上，待全部过滤到纸张上后，再用另外一张铺在面罗底部，把已装有过滤过的粉类材料重新倒入面罗内进行过滤，这样的过程要经过两三次，在这个过程中2张纸起到轮换使用的作用。如有不让米粉材料散飞的足够大的盆时，也可用盆来代替。

如何用胶质勺子进行上下式搅拌



制作小甜饼或松饼时，把粉类材料放入盆内后要用胶质勺子进行上下式搅拌，这样可以让面团形成最小限度的面筋，还有防止把黄油和鸡蛋所产生的气泡破坏的作用。按照这种方法进行搅拌，小甜饼的酥脆程度以及松饼或蛋糕的柔软程度会降低。用这种方法操作时应用手抓住盆后一点点地旋转盆，然后用另外一只手抓住胶质勺子挨着盆画圆式地进行搅拌，直至做出的面团内看不到米粉材料的程度。

为什么一定要用手揉捏的方式使面团成块状

薄煎饼面团或馅饼面团在放入冰箱内进行静置过程前一定要把面团揉捏成一块放入塑料容器内。这时如果要用力摔打面团，制作出来的糕点就会变得坚硬，所以一定要用手揉捏的方法把面团团成块状。

为什么要边把盆按照逆时针旋转边做画圆式搅拌



一般是把已搅拌出气泡的调和蛋白或鲜牛奶放入面团内时，为了阻止气泡破灭才这样做的。如对其胡乱进行搅拌，其内部气泡就会破灭而使体积变小，制作出来的糕点柔软度就会大大降低。

在产生气泡的鸡蛋里放入米粉的搅拌方法



具体操作是先把盆轻轻地倾斜后用胶质勺子放入米粉内轻轻地抖动使其混合，之后边一点点地旋转盆边用胶质勺子紧紧挨着盆画圆式地快速搅拌。如果搅拌时间过长，面团就会产生大量面筋，会影响蛋糕等的柔软度。