

ZUIXIANGJIN DE
TIANDIAN ZHIZUO JIAOKESHU

最详尽的 甜点 制作教科书

(日)川上文代◎著
书锦缘◎译

日本主妇中人气最高的甜点女王

法国甜点学校最受欢迎的女讲师

将殿堂级的味觉享受带入你的家中

完美打造各款蛋糕的基础面团或面糊
极致口感事半功倍！

巧妙的装饰ideas+制作中的贴心tip
让甜点制作变得省心、

家庭甜点的饕餮盛宴就在这里
让感官和心灵共同感受不一样的烘焙世界吧！

TITLE: [イチバン親切なスイーツの教科書]

BY: [川上 文代]

Copyright © FUMIYO KAWAKAMI, 2008

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.

本书由日本株式会社新星出版社授权河南科学技术出版社在中国大陆独家出版发行本书中文简体版本。

版权所有，翻印必究

著作权合同登记号：图字16—2009—74

图书在版编目 (CIP) 数据

最详尽的甜点制作教科书 / (日) 川上文代著; 书锦缘译. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2010.11

ISBN 978-7-5349-4587-8

I. ①最… II. ①川… ②书… III. 糕点—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第167562号



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: 李杨

装帧设计: 刘敬利

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65737028 65788613

网址: www.hnstp.cn

责任编辑: 刘欣 张培

责任校对: 李琳

印刷: 北京顶佳世纪印刷有限公司

经销: 全国新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240mm 印张: 14 字数: 250千字

版次: 2010年11月第1版 2010年11月第1次印刷

定价: 48.00元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系。

66种经典糕点

1400张步骤图解

最详尽的甜点制作 教科书

新手零失败 · 高手更厉害

(日) 川上文代 著
书锦缘 译



河南科学技术出版社
· 郑州 ·

前言

本书以讲解西式糕点的制作方法为主，文中基本的制作方法、小窍门、失败的例子以及经验忠告等均配有图片和详尽的文字说明。由于所有的糕点和应用食谱都不尽相同，所以搭配起来阅读，应该可以加深对糕点制作流程的了解。

本书共由7个章节构成。在第1章中，谈的是糕点的制作及技巧。从第2章起至第7章，分别记述了甜点的完成状态和口感。各个章节选用不同的颜色来区别，因此读起来不仅亲切，更简单易懂。

制作各式糕点时所使用的器具、主要材料、难易度以及所需时间，都详细记录其中。从面团的状态到基本配方都以图形、图



表来表示，时间的分配、预备作业等也都在书中一一作了介绍。只要掌握了这些基本知识，您一定会跃跃欲试想一显身手。

本书除依循了基本的制作原则之外，更分享了许多创新搭配方面的点子。一开始可以看着书做出一样的糕点，之后就可以加入一些创意，试着创造出属于自己的甜点世界。

希望本书能陪伴您度过美好的甜点时光。

川上文代



目录

前言	2
----	---

第1章

熟练基础

制作糕点的基本技巧..... 7

基本技巧① 计量	8
基本技巧② 过筛	9
基本技巧③ 打发、混拌	10
基本技巧④ 挤花	12
基本奶油馅及酱汁的做法	13

第2章

润泽口感

海绵蛋糕&奶油蛋糕..... 15

基本面糊① 海绵蛋糕体面糊	16
法式草莓蛋糕	27
法式摩卡蛋糕	31
圣诞木柴蛋糕	35
法式覆盆子圣诞蛋糕	39
德国黑森林蛋糕	43
洋梨夏露蕾特	47

基本面糊② 奶油蛋糕面糊..... 50

吉涅司	55
栗子库克洛夫	59
大理石蛋糕	63
香橙周末蛋糕	67

第3章

酥脆口感

挞皮&派饼..... 71

基本面团③ 挞面团	72
2种基本挞饼	81
2种水果挞	85
2种迷你挞饼	89
基本面团④ 派面团	92
长形苹果派	103
糖霜杏仁奶油派	107
皇冠杏仁派	111
南瓜派	115



第4章

Q弹口感

泡芙&可丽饼 119

基本面团⑤ 泡芙面糊 120

圣多诺黑香醍泡芙..... 125

雪片泡芙鲜奶油蛋糕..... 129

修女泡芙..... 133

基本面团⑥ 可丽饼面糊 136

2种千层蛋糕 139

布列塔尼可丽饼..... 143

橙香火焰可丽饼..... 147

第5章

松软口感

蛋白霜&舒芙蕾 151

基本面团⑦ 蛋白霜 152

2种蛋白霜点心 157

蛋白霜糖&棉花糖 161

基本面团⑧ 舒芙蕾面糊 164

3种舒芙蕾 167

第6章

成人的美味

巧克力&冰点&烘烤点心..... 171

轻松地完成巧克力的调温吧..... 172

欧培拉蛋糕..... 173

马郁兰蛋糕..... 177

巧克力布朗尼&岩浆巧克力蛋糕 181

2种布丁 185

黑醋栗镜面蛋糕..... 189

酸橙舒芙蕾冻糕..... 193

2种果冻 197

巴斯克蛋糕..... 201

布列塔尼酥饼&罗伦丹焦糖杏仁饼 205

饼干糖果屋..... 209



第7章

30分钟就能
简单完成!

简单糕点..... 213

焦糖布丁.....	214
焦糖爆米花.....	215
薄煎饼.....	216
焦脆米香棒.....	217
焦糖朗姆香蕉.....	218
大理石起司蛋糕条.....	219
腊肠型巧克力.....	220
猫舌头.....	221
杏仁瓦片饼&椰子脆饼.....	222
粉红饼干搭配沙巴雍酱汁.....	223



本书的说明

- 配方中括号内的分量是参考用量，会因材料的状态而略有调整。
- 配方中所记述的所需时间是参考时间，会因材料及室温而略有不同。
- 难易度以★符号来标示。★初级、★★中级、★★★★高级。
- 书中内容中Ⓟ是指料理的重点，Ⓢ是表示准备作业。
- 材料的表示中，1杯=200mL、1大匙=15mL、1小匙=5mL。
- 使用的鸡蛋，在没有特别注释时是指M尺寸（50g），奶油是指无盐奶油。
- 烤箱和微波炉的性能会因机器型号不同而有所不同。表示的温度用以参考，请配合烘烤时间来调整温度。
- 所需器具，不一定非要用相同的。如没有大烤箱时，可以将面糊分成两个以上，使用双层烤箱同时烘烤，或是分成数次烘烤；没有铁棒时，也可以使用等高的砧板、杂志或长竹筷子等；没有喷枪时，也可以利用小铁炉烧热汤匙等方法来替代。请大家参考各配方再充分利用家庭现有物品。

熟练基础

第1章

制作糕点的基本技巧



基本技巧

1

计量

计量作业是决定糕点制作是否成功的关键步骤。请记住其中几项要领吧！

计量工作若是不细致，所有的努力都会付诸东流！

糕点制作中，材料的计量是非常重要的。如果不能准备好配方中的用量，则完成时的大小、风味、状态等，可能都会因此而改变。奶油、面粉等以克计的材料用磅秤来计量，牛奶和鲜奶油等液体则使用量杯来计量。泡打粉或盐等使用分量较少的材料，则可以使用量匙来计算。磅秤最好是用可以精确到克的数位式电子秤，量杯最好选择可以耐热的材质比较方便。

要领 1 不要忘了将磅秤归零

将材料放入容器中计量时，必须先扣除容器的重量。使用弹簧秤时，先放置容器归零后，再进行测量。

如果是数位式电子秤的话，将空容器放在秤盘上，按下表示0的按键。



请注意！

使用纸张是很危险的

计量奶油等固体材料时，使用纸张不会有问題，但如果是粉类材料，请放入容器中计量。将粉类材料放在纸张上测量时，粉类会很容易掉落，从而造成分量配方的改变。



摊放在纸张上容易滑落。

要领 2 量杯上的刻度必须从侧面水平垂直地看

使用量杯时，仅从上面是很难看出正确刻度的，必须从侧面水平来看。容器建议大家不要买不锈钢的，最好使用玻璃制品。



放置在水平处，等待材料静止。

要领 3 容器内的材料全部用掉吧

已经计量好的材料，必须丝毫不剩地全部用掉，否则会改变配方的分量。鲜奶油、巧克力等容易残留在容器上的材料，必须以橡皮刮刀紧贴着刮下来。装过鲜奶油的容器，可以加入牛奶将材料完全冲出来。



麦芽糖可以放在准备好的砂糖上，利用砂糖防止麦芽糖的流动。

基本技巧

2

过筛

过筛是一个很简单的词，但过筛的方式和器具却不止一个！

制作糕点时所使用的粉类必须经过充分的过筛

面粉、杏仁粉、糖粉等，所有的粉类都必须过筛后才能使用。如果使用结有硬块的粉类来烘焙的话，结块会直接残留在面团当中，破坏口感。另外，过筛可使粉粒大小成为均匀状态，粉粒间也会因有空气而更利于与其他材料混拌。另外，使用2种以上不同粉类时，最好能够一同混合过筛即已在别的容器中将粉类预先拌匀后一起过筛，如此一来，不同粉类就可以完全混合，成为均匀的单一粉类。

请注意！

过筛时最大的敌人就是水分！

网筛必须完全干燥后才能使用，否则网筛的网眼会被粉类堵塞住。如果要过筛的是面粉或糖粉等相同色系的粉类，没有必要每次都清洗。



清洗过的网筛是无法立刻晾干的。

要领 1 细小的粉类以粉筛来过筛

电动粉筛机握住把手后，只要压下按钮即可，非常方便。



握住把手内侧的摇杆，重复按压即可过筛。



需要在盆中加入其他材料时，则过筛于盆中。

如果接下来是要揉搓面团，则可以直接过筛在调理用的工作台上。

要领 2

要过筛颗粒较大或其他颜色的粉类时可以利用万用网筛来进行

因万用网筛网目比圆锥形网筛更大，所以过筛颗粒较大的粉类时可使用。当有些材料颜色会沾上而弄脏网筛时，只要改用万能网筛即可。



只要用手将粉类按压在万能网筛的网目上，即可均匀过筛颗粒较大的粉类。



糖粉等要直接过筛在材料上时，可以用茶滤网。这样连细处都能仔细地均匀筛上。

基本技巧

3

打发、混拌

灵活地运用刮勺、手动（电动）搅拌器等

掌握工具的特性，灵活使用

在制作糕点过程中，混拌材料时会使用刮勺和手动（电动）搅拌器等。这些工具各有优点，可以灵活运用。例如，打发鲜奶油、蛋白时，要想打成蓬松的状态，必须使空气能适度地打入材料中，所以搅拌器最适合。另外，要在有相当浓度的材料中，再添加其他材料时，则可以用橡皮刮刀等来混拌。电动搅拌器比手动搅拌器更快，所以适合用于快速打发蛋白霜或鲜奶油。

要领 2 搅拌器的拿法

与盆倾斜于同一个方向，握住握柄

盆倾斜时，材料会集中在同一个位置，可握住握柄前端稍稍抵住盆。



握柄握得太远时，会拿不稳，就无法均匀混拌。



握柄握得太低时，会很难搅动。

1. 使用手动搅拌器时

混拌材料、打发鲜奶油或蛋白等，在制作糕点的过程中，手动搅拌器是最基本的器具。

要领 1 大小……

其大小必须长于所使用盆的直径



过大或过小都会使混拌的动作变得很困难，从而无法均匀混拌材料。

要领 3 搅动方式

将盆左右倾斜，由远而近地搅动



手动搅拌器由远而近地转动搅拌。



正确的方法是首先将盆倾向一侧，以自己惯用的手来搅拌。



手酸了以后，将盆倾向另一侧，再换另一只手来继续搅拌。

2. 使用刮勺时

在混拌有气泡的材料或带着黏性的材料时，必须用橡皮刮刀；搅拌较硬的材料或需加热边混拌的材料时，则必须使用木勺。

要领 1 将靠近手边的材料翻向中央

刮勺轻轻倾斜翻拌，使材料翻拌至远处。

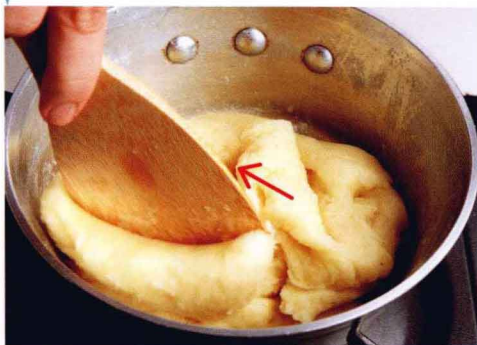


将材料朝着身侧的壁面翻拌起来。



让材料翻至中央。转动盆至身前，重复①的动作。

要领 2 切拌般地混拌



将刮勺直立地垂直插至盆底，如切东西般由远处拌至身前。

要领 3 紧握刮勺用力转动拌匀



遇到较硬的材料时，握紧刮勺柄以画圆方式将材料翻转成圆形。

3. 使用电动搅拌器时

制作蛋白霜等材料时，用手动搅拌器搅打会拖长作业的时间，使用能够调节速度的电动搅拌器，就非常方便。

要领 1 将盆倾斜，仅搅动同一个地方



倾斜盆以集中材料，将电动搅拌器的前端放置于同一位置。

要领 2 将盆以逆时针方向以1/6转幅，转动盆

在盆下垫放湿布，将电动搅拌器插入材料中。



如照片上的箭头方向，边以小幅转动边搅动，使其混拌。



基本技巧

4

挤花

使用圆形、星形等花嘴随心所欲地装饰，是糕点制作特有的方式

要领 1

将材料放入挤花袋中，并
将空气充分挤压出来

把挤花袋打开，将挤花嘴套在其上。



把挤花嘴朝下放入杯子里。将袋口摆开放入材料。

保持挤花口之折痕，避免挤出材料，同时以刮板将材料向前推，挤压出空气。



用左手的拇指和食指握住挤花嘴，将挤花袋拉直。



制作糕点时不可或缺的装饰主角

挤花袋通常配合挤花嘴一起使用，用于挤出奶油或装饰蛋糕以及将材料挤放在烤盘上等。挤花袋有可以洗净后再利用的，也有一次性塑料的。另外，挤花嘴有圆形、星形（花形）等各式各样的形状、大小及尺寸，可以根据用途来选购。使用后，残留在挤花袋的材料，可以用刮板挤压出来，拆下挤花嘴洗净。用干布拭去水滴，确认干燥后再收拾妥当。

要领 2

左手仅是辅助，用右手缓缓地
将材料绞挤出来

以左手扶着挤花嘴，右手完全握住挤花袋绞挤。若是左手用力，会破坏其中所含的气泡，所以要多加留意。



请注意！

用手握住全部的挤花袋时，
里面就会鼓鼓地充满空气

如果没有挤压出挤花袋中的空气就开始挤压，空气无处可排时，就会和材料一同挤出，无法顺利挤出想要的形状。因此，可使用刮板利用其间隙使空气完全排出。

如果握住挤花袋中间，会使材料逆流而从上方袋口流出来。



基本奶油馅及酱汁的做法

基本奶油馅在制作糕点时经常使用，请参考此页来制作。

Crème patissière

卡士达奶油馅

以基本分量来制作，用量之外的其余材料，则可用保鲜膜紧等包妥，放入冰箱冷冻室中并尽早使用。

材料 (约325g的分量)

蛋黄……………3个
细砂糖……………75g
低筋面粉……………25g
牛奶……………250g
香草荚……………1/4根



将香草荚切开，取出香草籽。以水蘸湿的锅内，放入牛奶、香草荚、香草籽，加热至即将沸腾。



将①加热的牛奶，逐次少量地加入盆中。每次加入时，都必须用手动搅拌器混拌至材料完全溶入混合。



在盆中放入蛋黄、细砂糖，充分地搅打至发白状态 (请参考P24) 的状态。



用圆锥形过滤器过滤材料并将材料滤至锅中。按压圆锥形过滤器上的香草荚，将残留的香草籽过滤出来。



将过筛后的低筋面粉全部加入，以刮动的方式混拌。必须与②的材料完全混拌融合。

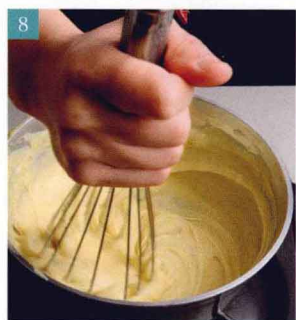


用中火加热，不断地用搅拌器边搅打边加热。要随时留意将黏在锅边的奶油馅刮至锅中混拌。



因手动搅拌器无法搅动至锅底的边缘处，该处会因过度加热而产生硬块。所以必须用橡皮刮刀将黏在锅底及边缘的奶油馅刮下来，全部均匀混拌。

待整体开始变硬时，再换以搅拌器搅打。垂直地握住搅拌器，以划圆方式充分搅拌。



检查！

搅打至材料呈顺滑滴落为止



搅打至当拉起搅拌器时，材料会顺滑地落下，呈顺滑的状态为止。低筋面粉需充分地加热，当黏稠地从搅拌器上呈硬块般缓缓滴落时，就说明加热不足，必须不断地搅拌再加热1分钟。完成后离火，尽快将其冷却。

（Creme Chantilly） 鲜奶油香醍

装饰用的最佳主角就是鲜奶油了，必须充分地打发至绵密浓稠为止。

材料（约275g的分量）

鲜奶油……………250g
糖粉……………25g



1 在隔着冰水的盆中放入鲜奶油和糖粉。



2 以电动搅拌器或手动搅拌器，打发至黏稠为止。



打发至六分

打发至六分时，材料还是呈浆状顺滑地从搅拌器缓缓滴落。



打发至七分

材料开始稍稍变浓稠。将搅拌器朝下，材料介于滴垂但不滴落的硬度。



打发至八分

会附着于搅拌器上，不会轻易掉落。抱起时材料呈现柔软状态，经过一段时间后角度会坍塌下来。



打发至九分

材料呈充分坚硬的挺立状态，即使经过一段时间也不会改变。可用于装饰。

（Creme d'amandes） 杏仁奶油馅

利用等量的杏仁粉等材料混合制作而成。为了不使奶油和蛋白分离，所以要先放置于常温下。

材料（约120g的分量）

奶油（室温）……………30g
细砂糖……………30g
蛋（室温）……………30g
杏仁粉……………30g



1 在盆中放入奶油、细砂糖，搅拌至颜色变白为止。



2 将打散的蛋分3次加入。因为温度一旦下降就会造成分离现象，因此以隔水加热来保持温度。



3 加入以万用网筛筛好的杏仁粉，搅拌至其完全溶入材料中。



4 用手动搅拌器大面积地搅拌至材料完全混拌，等杏仁粉及细砂糖的颗粒完全溶化时即可。

（Sauce anglaise） 英式酱汁

是将卡士达奶油馅做成酱汁状。充满着香草的香气，常用于制作冰淇淋等。

材料（约300g的分量）

蛋黄……………3个
细砂糖……………50g
香草荚……………1/4根
牛奶……………250g



1 在盆中放入蛋黄、细砂糖，搅打至颜色变白。



2 将牛奶、香草荚及香草籽放入锅中，用大火加热。



3 当（即）将沸腾时，少量逐次地加入（中），并用手动搅拌器混拌。



4 将材料移至锅中，加热至80℃左右，在手指划过橡皮刮刀时，能留下指痕即可。



5 以冷水冷却盆，并用圆锥形网筛滤出残留的香草籽，得平滑柔顺时就好了。

润泽口感

第2章

海绵蛋糕&奶油蛋糕

