

超人气面包

制作大全



跟大师
学西点

光盘详解20种面包

最具人气西点大师
教您轻松掌握

50余种最受大众喜爱的面包

著名西点大师

王森 主编

超人气面包 制作大全

王森 主编



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

主 编：王 森
副 主 编：张婷婷
参编人员：朋福东 孙安廷 刘向伟 隋 青
摄 影：王 森 何小金
摄 像：苏 君 李 仪 郝丽丽
后期制作：郝丽丽 李 仪
文字校对：蒋 微 张娉娉 杨 玲

图书在版编目 (CIP) 数据

超人气面包制作大全/王森主编. — 郑州：河南科学技术出版社，2011.2
ISBN 978-7-5349-4858-9

I. ①超… II. ①王… III. ①面包-制作
IV. ①TS213.22

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第020502号

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

策划编辑：冯 英
责任编辑：冯 英
责任校对：柯 姣
书籍设计：张 伟
责任印制：张艳芳

印 刷：河南新华印刷集团有限公司
经 销：全国新华书店

幅面尺寸：185 mm×260 mm 印张：6.25 字数：115千字
版 次：2011年2月第1版 2011年2月第1次印刷
定 价：30.00元（赠光盘）

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系。



你知道吗？有这么一种魔术，仅仅只用面粉、酵母、鸡蛋、水和油，就能变出香甜可口的食物。当你徜徉在那些放满原木架子的小店中，深深吸上一口气，就能体会到这种魔术的美妙味道，淡淡的柔和的面粉香，简单而不肤浅，质朴却不贫瘠，足够勾起那些古老的关于幸福的遐想——面包，从来都不只是食物那么简单。

面包对于西方人的含义绝不亚于米饭之于中国人，他们赋予它以金钱的含义，将它推上必需品的神坛，在困难黑暗的时节里承载着人民的希望。如今它漂洋过海来到中国，在大街小巷随处可见，风靡一时，但对于中国人来说，它似乎更偏向于富足生活中改换口味的调剂品。只是，它几乎与生俱来的特殊含义与史诗般交织悲怆与光辉的过往不会因为时空变换而磨灭。也许，我们不妨将它当做沟通东西方文化的引路者。我们有理由相信，这样一种经过悠久历史洗礼的食物将在中国这块信奉“民以食为天”的土地上扎根，并开出绚丽的花，即使不是以主食的身份。

显而易见，无论蛋糕的品种如何层出不穷，如何花样百出，面包制作始终是西点师们的基本功，只是在这个各行各业竞争都日益激烈的时代里，对于西点师们的要求已然由“会做面包”过渡到“做好面包”了。而要做好面包，自然会涉及许许多多琐碎的小问题，也许会让你做面包前感觉无处下手，也许会让你在做到一半时感到茫然，什么种类的面包该用什

么样的面粉，该用什么样的油脂，甚至用什么样的糖……只有所有的材料都搭配妥当，每一个制作细节都臻于完美，美味的面包才能得以诞生，而这些你都可以在这本《超人气面包制作大全》中找到答案。我们致力于一丝不苟地完成每一个面包，并将多年心得传承下来，从各种原材料的特点与选择，到各种面包的分类，再到详细制作技巧……以50多款当下最受欢迎的人气面包（如越嚼越香的法式面包、家庭成员最爱的吐司面包、酥脆可口的丹麦面包、营养健康的杂粮面包）为实例，每一款面包都力求细致地讲解，挖掘面包制作的精髓。

那么，现在就翻开书吧，带着满满的热情，从每一个细节开始，拉开烤箱门的那一瞬馨香扑鼻，你看，多简单，面包总会有的，并且非常美味！

编者

2011年2月

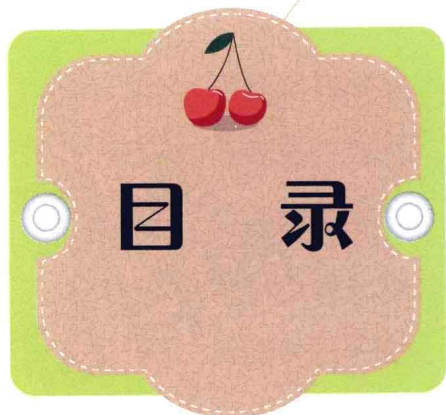
琳琅满目材料铺 1
制作面包的基本步骤 15
面包盛宴 30

越嚼越香的脆皮面包

- 法式长棍 32
- 魔杖 33
- 法式蒜香面包 34
- 法式培根麦穗面包 35
- 哥俩好 36
- 法式提子面包 37
- 法式咖啡巧克力面包 38

甜蜜柔软的软质面包

- 乳酪恋人 40
- 台式热狗 41
- 玉米肉松面包 42
- 哈密克 43
- 白袍 44
- 奶酥包 45
- 芝士热狗 46
- 芝士火腿 47



- 宫中宝贝 48
- 竹笋面包 49
- 甜甜圈 50
- 菠萝培根面包 51
- 丰收季节 52
- 港式苏洛面包 53
- 咖啡提子面包 54
- 蓝莓乳酪面包 55
- 起酥金枪鱼面包 56
- 乳味培根面包 57
- 特级牛奶面包 58
- 香葱培根面包 59

酥脆飘香的松质面包

- 丹麦吐司 61
- 香浓北海道 62
- 拉格那 63
- 丹麦火腿面包 64

黄桃丹麦面包 65
水果丹麦面包 66
巧克力丹麦面包 67
芝士培根面包 68
红豆杏仁丹麦面包 69
提子丹麦面包 70
培根丹麦面包 71
竹签火腿丹麦面包 72

营养健康的欧式面包

欧式核桃面包 74
贝果 75
杂粮物语 76
全麦提子面包 77
欧式裸麦面包 78

香喷喷的方枕吐司

蛋糕吐司 80
皇后吐司 81
鸡蛋吐司 82
提子吐司 83
全麦吐司 84
白(咸)吐司 85

杂粮吐司 86
法国吐司 87
黑钻吐司 88

附录 89

椰蓉馅的制作 89
金枪鱼馅的制作 89
蜜豆奶酪馅的制作 89
酥菠萝的制作 89
墨西哥酱的制作 89
黄金酱的制作 89
肉松馅的制作 90
白袍酱的制作 90
奶酥馅的制作 90
奶酥粒的制作 90
奶酪馅的制作 90
玉米沙律酱的制作 91
咖啡墨西哥酱的制作 91
蒜泥酱的制作 91
提子馅的制作 91
奶油霜的制作 91
装饰糖水的制作 91
戚风蛋糕的制作 92
巧克力蛋糕糊的制作 92

琳琅满目
材料铺



一、制作面包的工具

(1) 称量工具：称量工具主要有天平和台秤。

天平：用于称取微量添加物，例如塔塔粉、小苏打等。

台秤：建议使用以克为单位，可以测量 500 ~ 1000 克的数位式电子秤。如果测量时可以设定扣除容器质量的功能，用起来就更方便了。

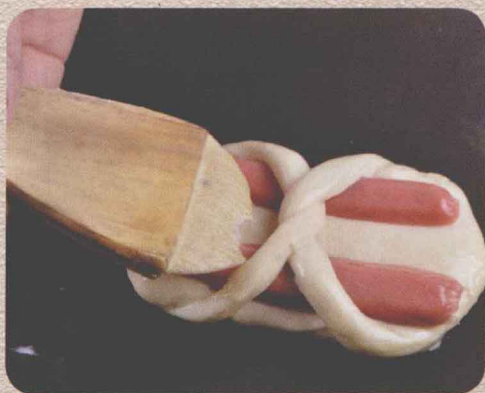


(2) 刮板：直线部分可用来切割面团，弧形部分可用来刮取粘在搅拌盆或工作台上的面屑。

(3) 切面刀：用来切割面团，或在面团表面划上切口，有不锈钢、软铁、塑料三种材质。



(4) 毛刷：用质地柔软的毛刷在烘焙前涂抹蛋液，非常方便。



(5) 温度计：用于测量最适合酵母菌繁殖的温度，或测量面团的温度。



(6) 擀面杖：用于将面皮擀薄。长度为 30 厘米左右的就可以了，有木质、硬塑胶质、不锈钢等材质，分为大、中、小等各种尺寸。选择时要注意表面必须光滑。



(7) 量匙：用于称取较少量的干性材料。一组包括 4 个，分别为 1 个大匙、1 个小匙、1 个 1/2 小匙及 1 个 1/4 小匙。



(8) 挤花袋：其材料可分为帆布、塑料、尼龙或纸制，多呈三角状，故又称三角袋；主要用途为盛装面包、裱花蛋糕表面装饰用的材料。



(9) 搅拌机：搅拌机附有桨状、钩状及网状等三种搅拌器，其中桨状搅拌器多用于搅拌奶油或白油等；钩状搅拌器则适用于面包等各种面糊的搅拌；而网状搅拌器则多用于蛋液、鲜奶油或蛋白的打发，是烘焙者最常使用的。



(10) 烤箱：常见的有蒸汽烤箱、电烤箱及煤气烤箱等。



(11) 法国烤盘：用来制作法棒的专用烤盘，图中的烤盘为镀铝烤盘。



(12) 汉堡烤盘：用来烤汉堡坯的专用烤盘。



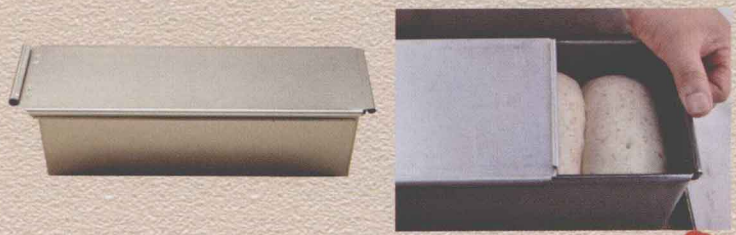
(13) 甜甜圈模：压甜甜圈的专用模具。



(14) 菠萝印：做菠萝包时的专用印模。



(15) 吐司模: 专用来做吐司的模具, 分带盖与不带盖的, 最好是用不粘的吐司模, 这样烤出的吐司外观好看且易于脱模。用带盖的模具时通常是将面包发到八分满时再盖上盖入炉烘烤。

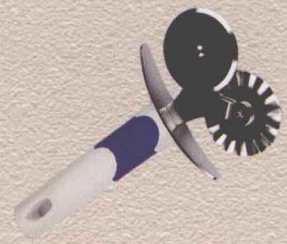


(16) 高温不粘布: 矽力康不粘布具有耐高温、耐冷冻的特点, 饼干、蛋糕、面包均可用此布来做。放在不粘布上做出的产品外观更好看, 没有不粘布的话把面粉撒在烤盘里也是一样的 (但一定要撒得薄而均匀)。



(17) 滚针: 用来在面团上快速地扎出小孔, 比如肉松卷和比萨饼底可用这种滚针扎洞。

(18) 瓦轮刀: 有单轮也有多轮的, 是用来做丹麦面包或切酥皮时的专用工具, 也可以用来切比萨饼。



(19) 锯齿刀: 是用来切割面包时的常用工具, 有细齿与粗齿之分, 通常情况下切吐司时用细齿刀为好。



(20) 藤碗: 制作欧式面包时常用的模具, 是藤条编织出来的, 有圆形和方形两种。使用时一定要在模具里均匀地筛上粉, 这样做出的面包才有好看的纹样。



二、制作面包的配料

1. 小麦面粉

小麦面粉是烘焙房中最重要的配料。大多数烘焙产品，包括面包、蛋糕、曲奇等，皆以面粉为主要材料。在家庭烹饪中常用一种面粉来做点心，而专业的面包师会用各种不同质量的面粉来做西点，为了能做出更好的产品，建议你一定要多了解面粉的类型，以及它们的研磨方式。

专业的面包师挑选面粉时要看面粉中蛋白质的含量，含蛋白质 7% ~ 8% 的面粉为低筋粉，含蛋白质 10% ~ 13% 的面粉为高筋粉，含蛋白质 14% 的面粉为特级面粉。对于面包师来说，另外一个需要了解的数据是灰分含量，它表明面粉中矿物质的含量。软的白蛋糕的灰分含量一般低于 0.4%，甚至低于 0.3%，而全麦粉的灰分含量可能高达 1.5% 以上。

(1) 特级面粉：特级面粉取自内胚乳中较内层的部分，质地细腻。由硬性小麦制作出的特级面粉属于高品质的高筋面粉。特级面粉的抽粉率因需求不同、小麦的质量不同而有所不同。优质特级面粉的抽粉率一般不超过 60%，且都是由麦粒最内层的部分制成的。而普通特级面粉的抽粉率可以高达 90%，甚至 95%，在本书中做面包用的粉均指该粉。

(2) 清粉：内胚乳提取了特级面粉之后，所制成的面粉称做清粉。因为该部分最靠近麦麸，颜色比特级面粉要深一些。清粉可以分为多种等级。清粉因为颜色较深，不适合制作白面包。它主要用来制作黑麦面包。其颜色则不明显，而且其面筋还有增加强度作用。清粉还可与其他小麦面粉混合使用。

(3) 高筋粉：面粉中蛋白质含量特别高，通常用来制作硬皮面包、比萨等。

(4) 低筋粉：由软性小麦研磨出的弱质面粉或低面筋面粉，也称为糕点面粉。它的质地柔软滑顺，色泽纯白，可用来制作蛋糕以及其他质地细嫩的需要低筋含量的烘焙食品。

(5) 点心面粉：也是一种弱质面粉或低筋面粉，但比糕点面粉的筋度稍强，呈乳

小知识：辨别高筋粉与低筋粉的方法

眼看：高筋粉色泽较黄；低筋粉色泽较白。

触感：高筋粉在指间揉搓时会有粗糙感，如果在手中捏成小块，松手以后粉块会立即散开；低筋面粉感觉光滑细腻，捏成小块，松手后仍是一团，不易松散。

白色，而不是糕点面粉的纯白色。点心面粉可用于制作派、某些曲奇饼干和松饼。

(6) 黑麦面粉：除了白面粉与全麦面粉，黑麦面粉是制作面包时最受欢迎的面粉。黑麦面粉中含有一些蛋白质，且这些蛋白质不会形成面筋。若由 100% 的黑麦面粉来制作面包，面包将会异常密实沉重。如果想制作较松软的黑麦面包，必须将黑麦面粉与硬性小麦面粉混合使用。通常会用 25% ~ 40% 的黑麦面粉和硬性小麦面粉混合。

2. 糖

糖为碳水化合物，可分为单糖、双糖、多糖三类。

单糖类包括葡萄糖、果糖、转化糖等；双糖类包括砂糖、麦芽糖、乳糖等；多糖包括淀粉、糊类及纤维素等复杂化合物。

糖及甜味剂在烘焙中的作用：增加甜味或香味；软化面筋结构，使产品的质地更为细腻；增加制品表面的色泽；保持水分，延长产品的保质期；与油脂混合，可以当做乳化剂；与鸡蛋混合，可以当做发泡剂；是酵母的主要作用对象。

面包师对转化糖感兴趣是因为它有两种特性。首先，转化糖的保湿性能特别好，可以保持蛋糕的新鲜和湿润；第二，它具有抗结晶性，所以可增加糖果、糖霜和糖浆的光滑度。这就是通常会在糖浆中添加酒石酸之类的酸性物质的原因。煮沸中，酸会将部分糖转化，在加热制作糖果或糖霜的过程中，不会有结晶颗粒产生。

(1) 一般砂糖：也称为细砂糖，或食用蔗糖，是我们最熟悉也是最常用的一种白糖。

细砂糖及特细砂糖适合制作蛋糕和曲奇，因为可搅拌成均匀的面糊，并能吸收更多的油脂。另外，细砂糖对脂肪的乳化作用较好，因为它能产生较均匀的气孔组织，以及更好的外观容积量。



(2) 粗砂糖：颗粒比较大，常用来装饰蛋糕、糕饼或面包制品的外皮。

一般来说，较细的砂糖能较快地溶解，溶入面团或面糊中的效果会更好一些；而粗砂糖则极易残留未溶解的颗粒，这些未溶解的颗粒在烘焙过程中会在面包上呈现出深色斑点或留下糖浆般的烤纹。但粗砂糖可用来制作糖浆，甚至十分粗的砂糖颗粒加水煮沸后也能很好地溶解。实际上，粗的结晶糖通常比细砂糖更纯，因而可制作出更清澈的糖



浆。

(3) 糖粉：用于面包烤好后的表面装饰。将糖研磨成很细的粉末，加入少量淀粉即可制成糖粉。有防潮糖粉及普通糖粉之分，防潮糖粉专做点心表面的装饰。

(4) 红砂糖：红砂糖的主要成分是蔗糖，但它也含有不同的焦糖、糖蜜以及其他杂质。这种糖有特殊的味道。颜色稍深的含有更多的杂质。由于红砂糖中含有少量酸，它能与发酵苏打一起使用，以产生膨胀的效果。红砂糖应置于密闭容器中，以防止丧失水分而变得干硬。可用于制作姜饼、巧克力蛋糕、布丁等。使用这种糖的目的是取其色泽与浓香。

(5) 玉米糖浆：玉米糖浆是液状甜品，含有水分、植物胶质的糊精以及以葡萄糖为主的许多糖类。玉米糖浆通过各种酶将玉米面粉转换成更简单的化合物制成。玉米糖浆能增加成品的保湿性，其味道温和，不像蔗糖那么甜。

(6) 葡萄糖浆：虽然玉米糖浆中含有葡萄糖，但做面包时也常用到纯葡萄糖浆。葡萄糖浆同玉米糖浆相似，但它无色，微甜，在烘焙房里，它与玉米糖浆也具有相同的用途。而葡萄糖浆由于更纯净，很受面包师的喜爱。如果某一配方中需要葡萄糖浆，而你又没有，则可以用稀玉米糖浆替代。

(7) 蜂蜜：蜂蜜是一种天然糖浆，主要成分是葡萄糖和果糖等单糖，以及其他一些使之别有风味的物质。蜂蜜因其来源不同，味道和色泽不大相同。因蜂蜜具有特殊的风味，尤其是它不很昂贵，在烘焙中经常使用。因为蜂蜜含转化糖，故能增加烘焙食品的保湿能力。蜂蜜多用于制作冰激凌、不同品种的西饼及白兰地薄饼、牛轧糖等甜点。



(8) 麦芽糖浆：麦芽糖浆又叫麦芽精，最初主要用于发酵面包。它不但用做酵母的作用对象，同时还可以增加面包的味道以及外皮的色泽。麦芽糖是从已发芽的大麦中提取出来的。

麦芽糖浆有两种类型，含淀粉酶的以及不含淀粉酶的。含淀粉酶的麦芽糖浆中含有一种淀粉酶，它能将淀粉分解为酵母能利用的糖。因此，含淀粉酶的麦芽糖浆加入面包面团中，就会成为酵母的强烈作用对象，它适合于发酵时间短的产品，而不适合于发酵时间长的产品。因为时间太长，淀粉被酵母分解得太多，会使面包成为一个黏面团。

3. 脂肪

在烘焙食品中，脂肪的主要作用有：使产品变得柔软松嫩；增加水分和浓郁度；延长保质期；增加风味；当做乳化剂时，有助于膨胀，用于多层酥皮糕点或派等产品时，可增加产品的酥脆质感。

面包师可以使用多种脂肪。这些脂肪性质不同，用途也不同，面包师可灵活选用。选择时，面包师必须综合考虑脂肪的熔点，在不同温度下的软硬度、味道，以及乳化能力等。任何脂肪在烘焙过程中都能缩短面筋的长度，软化产品。



(1) 起酥油：起酥油英文叫 shortening。

我们通常指的“起酥油”是指任何固体脂肪，无味、色淡，通过特殊处理之后，可用于烘焙。起酥油的脂肪含量一般可接近 100%。在制作饼干、糕点、蛋挞或酥皮时，它可以使产品呈现酥软松脆的口感。

起酥油有固体的片装起酥油，也有液体的液态起酥油，液态起酥油对于家庭来说很难买到，固体的较容易买到。

起酥油可以由植物油或动物脂肪制成，或由二者的混合物制成。在生产过程中，经过加氢处理，可将液体油变为固体油脂，称为氢化油。

氢化油熔点特别高，在折叠操作时可塑性强，不易穿破面团，因而可做出有层次的酥皮。制作高品质的酥皮时，起酥油一定要压成和面团相近的柔软度才可使用，如果油太硬便会弄破面团。不过，它缺乏奶油的香味，因其熔点高，入口不易熔化，故吃酥皮时可能令油脂留于口中，感觉不佳。

(2) 黄油：黄油也叫奶油，英文为 butter。它是从牛奶中提炼出来的油脂，所以，有些地方又把它叫做“牛油”。但实际上，这也是一个容易混淆的名字。因为还有一种从牛脂肪里提炼出来的油脂，也叫做牛油（类似于从猪肥肉里提炼的猪油），英文为 cattle fat。但是，这种牛油口感是很差的，一般不用于食用。所以，在西点配方里，如果你看到“牛油”这个名字，指的还是黄油。

新鲜黄油含有大约 80% 的脂肪、15% 的水和 5% 的牛奶固体。常用黄油有含盐的和不含盐的两种。无盐黄油更易变腐，但味道更鲜，更甘甜，因此烘焙效果更好。如果使用含盐黄油，则配方中盐的分量需相应减少。在本书烘焙配方中提到的黄油是

指无盐奶油。在制作高级西饼时一定要用黄油。纯正黄油的色泽近似白色，若有色素应是加工而成的。质量好的黄油应该是细滑的，黄油在冷藏的状态下是比较坚硬的固体、易碎；而在 28℃ 左右，会变得非常软，这个时候，可以通过搅打使其裹入空气，体积变得膨大，俗称“打发”。在 34℃ 以上，黄油会融化成液态。需要注意的是，黄油只有在软化状态才能打发，融化后是不能打发的。（记住，本书配方中的“奶油”指的都是黄油，而不是人造奶油，裱花蛋糕中的“奶油”一般是人造奶油。）

黄油与起酥油相比有两个优点：

一是起酥油味道平淡，而黄油有一种较强的使人垂涎欲滴的味道。

二是黄油入口即化，起油酥则不然。用起酥油制成的点心，会在口中留下不舒服的感觉。

(3) 人造奶油（植物黄油）：英文名叫 margarine，它的中文名称很多，比如人工奶油、人造黄油，以及音译的玛琪琳、麦琪林，它是将植物油部分氢化以后，加入人工香料模仿黄油的味道制成的黄油替代品，在一般场合下都可以代替黄油使用。

不同的人造奶油，熔点差别很大。

人造奶油根据不同的品种分很多等级，有的即使冷藏也保持软化状态，这类人造奶油是不能用来做千层酥皮的，否则，必将漏油漏得厉害，用来涂抹面包较好。有的即使在 28℃ 的时候仍非常硬，这类人造奶油适合用来做裹入用油，用它来制作千层酥皮，会比黄油更容易操作。

高质量的人造奶油能承受大量气体，从而做出更大体积的蛋糕，但没有黄油般的香味。

(4) 液态油：通常做面包用的液态油是指由大豆等提炼而成的透明、无味的色拉油。液态油在烘焙之中用处较为有限，一般只用于戚风蛋糕、海绵蛋糕等少数蛋糕及

