

最全面、最实用、最科学的家庭饮食菜谱宝典

李湘庭等◎编著

教您轻松烹制营养均衡色鲜味美的家常好菜



实用 蛋糕点心



一本全

中国家庭享受高品质饮食生活的最佳范本

最全面的点心做法详解

最实用的日常饮食指南

最丰富的食材搭配荟萃

最贴心的营养健康导师

汕头大学出版社

实用

蛋糕点心

一本全

李湘庭等◎编著



汕头大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

实用蛋糕点心一本全 / 李湘庭等编著. — 汕头: 汕头大学出版社, 2009.10

ISBN 978-7-81120-670-8

I. 实… II. 李… III. 糕点—制作 IV. TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 125877 号

中文简体字版© 2009 由汕头大学出版社发行。
非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。



出品策划

网 址 <http://www.xinhuabookstore.com>

实用蛋糕点心一本全

编 著: 李湘庭 陈明里 新凤凰工作室

责任编辑: 胡开祥 吴春艳

封面设计: 蒋宏工作室

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内

经 销: 四川新华文轩连锁股份有限公司

印 刷: 三河市汇鑫印务有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/16

版 次: 2009 年 10 月第 1 版

印 次: 2009 年 10 月第 1 次印刷

定 价: 36.00 元

ISBN 978-7-81120-670-8

责任技编: 姚健燕 米海鹏

排版制作: 蒋宏工作室

邮 编: 515063

印 张: 16

字 数: 410 千字

发行/广州发行中心 通讯地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 邮编: 510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换



美味蛋糕卷

>>>	原味蛋糕体.....	002
	戚风蛋糕体.....	003
	天使蛋糕体.....	004
	加料蛋糕体.....	005
	甜蜜的魔法馅料.....	006
	双色巧克力蛋糕卷.....	007
	巧克力慕斯蛋糕卷.....	008
	虎皮蛋糕卷.....	009
	杏仁蛋糕卷.....	010
	葡萄干蛋糕卷.....	010
	咖啡蛋糕卷.....	011
	乳酪慕斯蛋糕卷.....	012
	栗子奶油蛋糕卷.....	013
	奶油巧克力米蛋糕卷.....	014
	杂粮蛋糕卷.....	015
	虎皮棋格蛋糕卷.....	016
	芒果慕斯蛋糕卷.....	016
	糖霜蛋糕卷.....	017
	芋头蛋糕卷.....	018
	抹茶红豆蛋糕卷.....	019
	薰衣草蛋糕卷.....	020
	草莓蛋糕卷.....	021
	蓝莓慕斯蛋糕卷.....	022
	柳橙蛋糕卷.....	023
	双色樱桃蛋糕卷.....	024
	柠檬蛋糕卷.....	025
	水果天使蛋糕卷.....	025
	芝麻蛋糕卷.....	026

	山药蛋糕卷.....	027
	肉松海苔蛋糕卷.....	028
	玉米火腿蛋糕卷.....	029
	海苔四季豆蛋糕卷.....	029
	洋葱鲑鱼蛋糕卷.....	030
	热狗番茄酱蛋糕卷.....	030



起司蛋糕

>>>	欧式重乳酪蛋糕.....	032
	日式蒸烤乳酪蛋糕.....	033
	健康养生起司蛋糕.....	034
	大理石乳酪蛋糕.....	035
	加州香橙乳酪蛋糕.....	036
	香吉士蛋糕杯.....	037
	草莓起司蛋糕.....	037
	南瓜起司蛋糕.....	038
	香茅起司蛋糕.....	039
	薄荷起司蛋糕.....	039
	胚芽乳酪蛋糕.....	040
	苦甜巧克力起司蛋糕.....	041
	抹茶乳酪蛋糕.....	042
	酸奶起司蛋糕.....	043
	老丛葡萄起司蛋糕.....	043
	酒渍樱桃乳酪蛋糕.....	044
	洋梨乳酪塔.....	045
	香蜂起司蛋糕.....	045
	薰衣草乳酪蛋糕.....	046
	轻乳酪蛋糕.....	047
	酸奶乳酪蛋糕.....	048



漂亮蛋糕装饰法.....	049
蓝山乳酪蛋糕.....	050
味噌起司蛋糕.....	051
紫山药乳酪蛋糕.....	051
蓝莓乳酪蛋糕.....	052
野莓乳酪蛋糕.....	053
蒙布朗乳酪蛋糕.....	053
核桃乳酪蛋糕.....	054
香蕉乳酪卷.....	055
乳酪泡芙.....	056

慕斯蛋糕

彼士裘依蛋糕体.....	058
彩纹蛋糕体.....	059
马卡龙饼.....	060
意大利蛋白饼.....	061
手指饼干.....	062
杰诺瓦士蛋糕.....	063
奶油霜.....	064
巴巴露馅.....	065
沙巴勇馅.....	065
酒糖液.....	066
库利糖浆.....	066
意大利蛋白糖.....	067
甘拿许淋酱.....	067
慕斯蛋糕的Q&A.....	068
夏日风情.....	069

杨梅白兰地.....	070
热带果香.....	071
和风翠玉.....	072
水蜜桃慕斯.....	073
黑色之恋.....	074
烈焰之吻.....	075
初恋十七.....	076
荔枝球塔.....	076
春樱夏果.....	077
星醉心语.....	077
彩纹慕斯.....	078
魔女之吻.....	079
纯白物语.....	079
薄荷巴巴露.....	079
咖啡蒙布朗.....	080
玲珑巧心.....	081
红罂粒慕斯.....	082
马卡龙巧心慕斯.....	082
球塔慕斯.....	082
春宴.....	083
金薯香草慕斯.....	084
提拉米苏.....	084

华丽蛋糕

蛋糕装饰的入门材料.....	086
基本挤花工具和基本花边介绍...	087
蛋糕装饰的基本抹面功夫.....	089



装饰图案的设计.....	090
4种基本装饰蛋糕体.....	091
黑森林蛋糕.....	095
草莓天使蛋糕.....	096
枫叶蛋糕.....	097
可爱小蛋糕.....	098
玫瑰花蛋糕.....	099
花篮蛋糕.....	100
书型蛋糕.....	101
南瓜波士顿派蛋糕.....	102
冰淇淋造型蛋糕.....	103
情趣蛋糕.....	104
欢乐弥月蛋糕.....	105
小狗蛋糕.....	106
小鹿蛋糕.....	107
雪人蛋糕.....	108
美人鱼蛋糕.....	109
木纹蛋糕.....	110
小丑双层蛋糕.....	111
汽车蛋糕.....	112



米糕家族

>>

芋头粿.....	114
传统萝卜糕.....	115
山药糕.....	116
脆皮马蹄糕.....	117
原味发糕.....	118

茶糕小点.....	119
翡翠凉果.....	120
港式萝卜糕.....	121
桂花年糕.....	122
南瓜糕.....	123
木瓜糕.....	124
最速配的糕点酱汁	
米酱.....	125
蒜味酱.....	125
辣味酱.....	126
甜辣酱.....	126
金橘酱.....	126



饺子家族

>>

饺子皮的制作技巧.....	128
饺子馅的制作技巧.....	130
基础馅料调配.....	131
包饺子的秘诀.....	132
煮饺子的秘诀.....	134
煎饺子的秘诀.....	135
咸蛋鲜肉馅.....	136
番茄素鸡馅.....	136
香菇白菜馅.....	136
咖喱猪肉馅.....	137
芥末海鲜馅.....	137
鲜虾瘦肉馅.....	137
冬菇葱酥馅.....	138



肉桂豆肠馅.....	138
辣味鸡肉馅.....	138
鲜虾饺.....	139
翡翠干贝蒸饺.....	140
卷心菜玉米煎饺.....	140
红金鱼蒸饺.....	141
一品芝麻酥饺.....	142
香炸海鲜饺.....	142
五香牛肉锅贴.....	143
墨鱼趣饺.....	144
杂烩鸡肉饺.....	145
一口鲑鱼饺.....	146
参须炖香饺.....	146
香椿鲑鱼水晶饺.....	147
山药蒸饺.....	148
胡瓜猪肉水饺.....	149
锦绣鱼翅饺.....	150
红黄素饺汤.....	151
鸭肉咸菜汤饺.....	152
洋葱鲑鱼饺.....	153
七彩披萨.....	154
酥炸饺子片.....	155
香烤奶酪饺皮.....	155
豆椒拌饺皮.....	156
木须饺皮炒.....	156



包子馒头家族

>>> 制作包子馒头准备工作.....	158
蒸包子的基本功.....	162
煎包子的基本功.....	163
包子馅的制作秘诀.....	164
包包子的技巧.....	165
蚝酱叉烧包.....	167
酸菜红薯包.....	168
咸蛋黄肉包.....	169
海鲜包.....	169
素菜冬粉包.....	170
小笼汤包.....	170
枣泥寿桃包.....	171
芋泥玉米包.....	172
白豆沙包.....	172
枣泥盖印包.....	172
卤肉割包.....	173
破酥包.....	173
香煎牛肉包.....	174
川味麻辣包.....	174
绿豆沙蒸包.....	175
黑芝麻包.....	175
馒头的色.....	176
馒头的形.....	177
爵士奶皇包.....	178
红豆芋头三角包.....	178
白馒头.....	179



双色馒头卷.....	179
素蔬馒头.....	180
鲜奶馒头.....	180
金黄馒头卷.....	181
全麦健康馒头.....	181
葱香花卷.....	182
五谷杂粮馒头.....	182
红枣馒头.....	182
烘烤椒盐花卷.....	183
乌龙茶花卷.....	183
起酥馒头.....	184
抹茶蜜豆馒头.....	184



面饼家族

>>

芋头芝麻饼.....	186
山药饼.....	186
萝卜香菇丝饼.....	187
葱油饼.....	188
小米家常饼.....	190
油条蛋饼.....	190
葱抓饼.....	190
京酱肉丝卷饼.....	191
芝麻烧饼.....	191
杂粮大饼.....	192
卷心菜鲜肉饼.....	193
香菜肉末饼.....	194
牛肉馅饼.....	194

叉烧卷饼.....	195
牛肉香葱饼.....	196
红茶松饼.....	197
荷叶饼.....	198
大饼包小饼.....	199
鲜虾韭黄馅饼.....	200
椒盐三角馅饼.....	201
豆渣馅饼.....	201
猪肉高汤馅饼.....	202
茶馅卷饼.....	203
雪菜盒子.....	204
火腿洋葱盒子.....	204
韭菜盒子.....	205
春卷皮的制作技巧.....	206
炸春卷.....	208
健康蔬菜卷.....	209
养生活力卷.....	209
豆沙锅饼.....	210
抹茶桂花锅饼.....	211
盘丝卷饼.....	212
葱花摊饼.....	213
香肠蒜酥摊饼.....	214
五香鲜菇摊饼.....	214
韭菜虾米摊饼.....	215
双丝摊饼.....	215
花生蜂蜜煎饼.....	216
大锅饼.....	217
南瓜饼.....	218

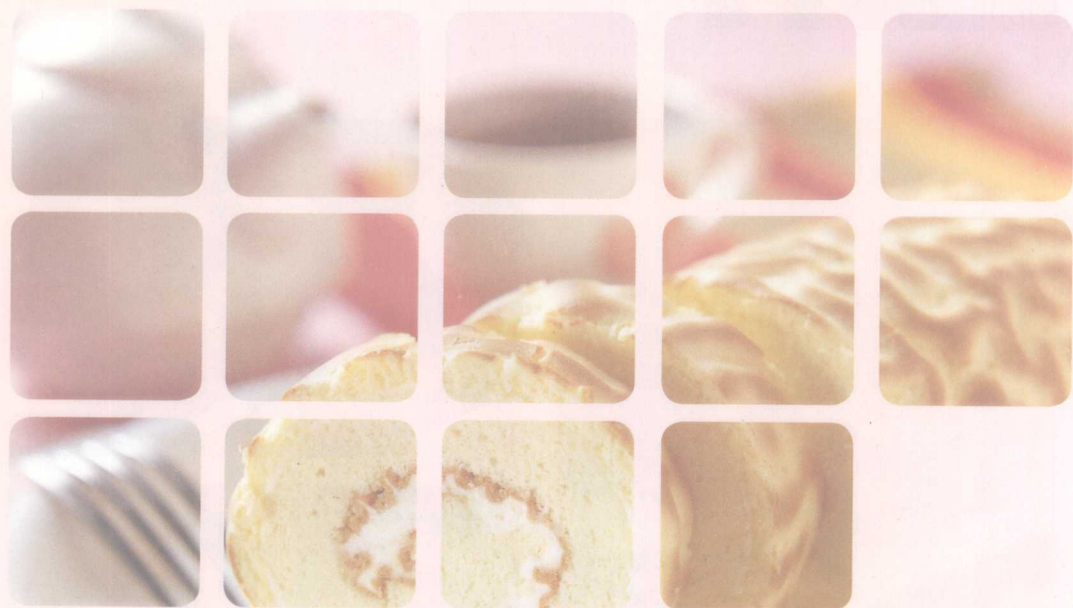


茶楼点心

>>

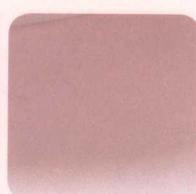
蟹黄蒸烧卖.....	220
番薯菇笋包.....	221
石榴包.....	221
蚝油凤爪.....	222
叉烧虾仁滑肠粉.....	223
荷叶珍珠鸡.....	224
豆豉蒸排骨.....	225
生蚝水晶包.....	226
椰丝糯米糍.....	227
腐皮牛肉丸.....	228
鸡丝韭黄粉.....	229
茶叶红豆糰.....	230
四喜烧卖.....	231
蛋黄紫米烧卖.....	232
芝麻莲蓉球.....	233
香蕉榴莲酥.....	233

韭黄笋丝卷.....	234
威化芝麻虾.....	235
鸿图虾多士.....	235
腐皮鲜虾卷.....	236
家乡咸水饺.....	237
雪花鸡蛋球.....	238
杏仁鲜虾卷.....	238
椰丝莲蓉卷.....	239
甘蔗虾.....	239
杏仁山药球.....	240
千层叉烧酥.....	241
奶黄酥.....	242
茶香酥饼.....	243
金华杂锦饼.....	244
香酥萝卜丝饼.....	245
花式烤酥饼.....	245
莲蓉甘露酥.....	246
酸姜皮蛋酥.....	246



美味蛋糕卷

Mei Wei Dan Gao Juan





原味蛋糕体

★基础蛋糕体★

材料：蛋白 170 克、塔塔粉 0.5 克、细砂糖（蛋白面糊用）85 克、蛋黄 85 克、细砂糖（蛋黄面糊用）20 克、盐 1 克、色拉油 40 毫升、奶水 40 毫升、低筋面粉 85 克、泡打粉 2 克

做法：

1. 蛋白、蛋黄分开装盛备用。
2. 蛋白先加入塔塔粉搅拌至起泡，再加入蛋白面糊用的细砂糖，打至湿性偏干性发泡成蛋白面糊。
3. 蛋黄与细砂糖、盐一起拌匀。
4. 于做法 3 中加入色拉油、奶水及过筛的低筋面粉和泡打粉拌匀成蛋黄面糊。
5. 先取做法 2 的 1/3 分量蛋白面糊加入做法 4 的蛋黄面糊中拌匀后，再分次加入剩余的部分拌匀成完整的蛋糕体面糊。
6. 取烤盘，将白报纸平铺于底部，并注意四个角和四边是否铺好。
7. 将做法 5 的蛋糕体面糊倒入烤盘，将其表面抹平，放入烤箱以 190℃ 烤约 20 分钟。
8. 取一白报纸垫于桌上，取出做法 7 烤好的蛋糕体倒扣于白报纸上，再撕去原本底层的白报纸，让其冷却即可。



戚风蛋糕体

★基础蛋糕体★

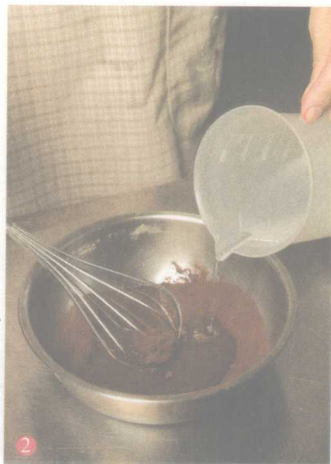
材料：蛋黄 150 克、细砂糖 50 克（蛋黄面糊用）、色拉油 50 克、牛奶 25 毫升、可可粉 20 克、水 80 毫升、低筋面粉 100 克、泡打粉 2 克、小苏打 2 克、蛋白 150 克、细砂糖 70 克（蛋白面糊用）

做法：

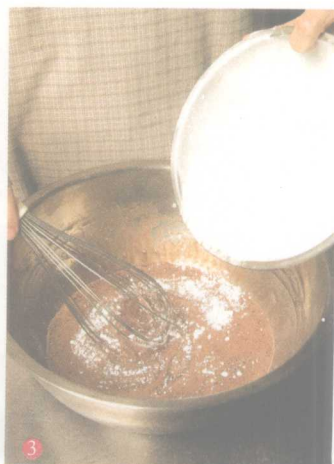
1. 蛋白、蛋黄分开装盛；可可粉过筛备用。
2. 将蛋黄加入细砂糖打至发泡备用。
3. 色拉油分次加入做法 2 的蛋黄面糊中拌至完全均匀备用。
4. 将牛奶分次加入做法 3 中拌至完全均匀成蛋黄面糊备用。
5. 将做法 1 的可可粉加温水拌溶后再分别筛入面粉、泡打粉、小苏打粉拌匀备用。
6. 将做法 1 的蛋白用打蛋器以中速打至发白，再加入蛋白面糊用的细砂糖、做法 5 的材料一起打至均匀备用。
7. 取做法 6 的 1/3 分量蛋白加入做法 4 的蛋黄面糊中拌匀后，再分次加入剩余的蛋白拌匀，成完整的蛋糕体面糊。
8. 将做法 7 的蛋糕体面糊倒入烤盘，将其表面抹平，放入烤箱以 190℃ 烤约 20 分钟。
9. 取出做法 8 烤好的蛋糕体倒扣于白报纸上，让其冷却即可。



1



2



3

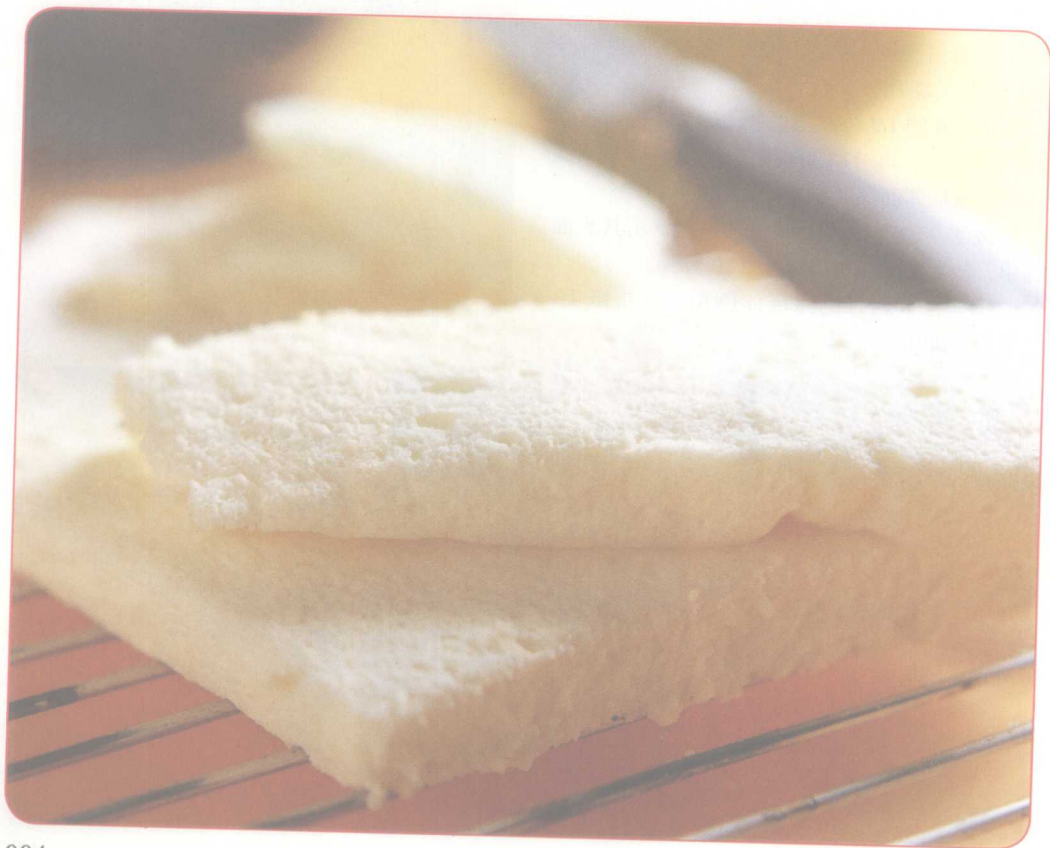
天使蛋糕体

★基础蛋糕体★

材料：蛋白 200 克、塔塔粉 2 克、细砂糖 120 克、盐 1 克、低筋面粉 90 克

做法：

1. 取一搅拌缸、拌打器，擦拭干净备用。
2. 将蛋白、塔塔粉放入搅拌缸，以拌打器中快速拌打至起细泡。
3. 做法 2 面糊中放入 2/3 的细砂糖、盐一起打至细砂糖完全溶解。
4. 再把 1/3 的细砂糖加入做法 3 面糊中拌打至湿性偏干性发泡。
5. 低筋面粉过筛加入做法 4 面糊中拌入，成蛋糕体面糊。
6. 取烤盘，内部底层先铺上一层白报纸，再将做法 5 的蛋糕体面糊倒入并抹平，放入烤箱以 190℃ 烤约 20 分钟。
7. 取出烤好的蛋糕体倒扣于白报纸上，撕掉底部白报纸后以较漂亮的一面朝下待冷却即可。



加料蛋糕体

★基础蛋糕体★

材料：蛋黄 85 克、细砂糖（蛋黄面糊用）20 克、盐 1 克、色拉油 40 克、奶水 40 毫升、低筋面粉 50 克、泡打粉 2 克、蛋白 170 克、塔塔粉 0.5 克、细砂糖（蛋白面糊用）85 克、核桃 30 克

做法：

1. 蛋黄加细砂糖、盐拌匀，再放入色拉油、奶水、低筋面粉，泡打粉过筛后加入拌匀，成蛋黄面糊。
2. 蛋白先加入塔塔粉搅拌至发泡后，再分次放入细砂糖一起打至湿性偏干性发泡成蛋白面糊。
3. 先取部分做法 2 的蛋白面糊加入做法 1 的蛋黄面糊中拌匀后，再将剩余的蛋白面糊加入拌匀即成蛋糕体面糊。
4. 取烤盘撒上核桃，将做法 3 的蛋糕体面糊倒入并抹平，放入烤箱以 190℃ 烤约 20 分钟。
5. 取出烤好的蛋糕体倒扣于白报纸上，撕掉底部白报纸后以较漂亮的一面朝下即可。



甜蜜的魔法馅料

学会基本奶油酱、慕斯酱、乳酪酱、洋葱鲑鱼沙拉酱，搭上基础蛋糕体，轻轻一卷就能变出超级美味蛋糕卷喽！

基本奶油酱

材料：无盐奶油 150 克、白油 150 克、糖粉 200 克、盐 1 克

做法：

1. 先将糖粉过筛备用。
2. 于做法 1 中加入无盐奶油、白油、糖粉、盐一起搅拌至呈现白色的发泡状即可。



慕斯酱

材料：吉利丁片 6 克、冷开水 25 毫升、细砂糖 30 克、热水 50 毫升、柠檬汁 5 毫升

做法：

1. 吉利丁片先用冷开水泡软。
2. 细砂糖加入热水中拌至溶化，将做法 1 的吉利丁片捞起后，加入拌匀放冷。
3. 做法 2 材料与打发的鲜奶油拌匀，再加入柠檬汁拌匀。



洋葱鲑鱼沙拉酱

材料：洋葱 150 克、市售水煮鲑鱼 150 克、沙拉酱 150 克、黑胡椒粉 1/2 小匙、黄芥末适量

做法：

1. 洋葱切小丁，汆烫去辛味备用。
2. 水煮鲑鱼去水分加入做法 1 的洋葱丁，和其余材料一起拌匀即可。



乳酪馅

材料：乳酪丝适量、奶油乳酪 300 克、糖粉 50 克、柠檬汁 30 克

做法：

1. 将奶油乳酪放于常温回软。
2. 糖粉过筛后和做法 1 的奶油乳酪一起打软。
3. 柠檬汁加入做法 2 中拌匀即可。



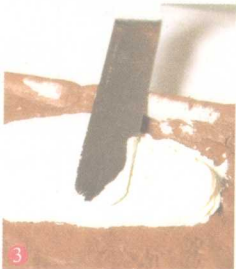


双色巧克力蛋糕卷

材料：蛋黄 150 克、细砂糖（蛋黄面糊用）50 克、色拉油 50 克、牛奶 25 克、可可粉 20 克、温水 80 毫升、低筋面粉 100 克、泡打粉 2 克、小苏打 2 克、蛋白 100 克、细砂糖（蛋白面糊用）70 克、奶油酱 150 克

做法：

1. 将蛋白、蛋黄分开装盛；可可粉过筛备用。
2. 将蛋黄中加入细砂糖打至发泡。
3. 色拉油分次加入做法 2 的面糊中拌均匀。
4. 将牛奶分次加入做法 3 的面糊中拌均匀即成蛋黄面糊。
5. 将做法 1 的可可粉与温水一起拌溶后，再分别筛入低筋面粉、泡打粉、小苏打粉轻轻拌匀。
6. 做法 1 的蛋白用打蛋器以中速打至发白，再加入蛋白用的细砂糖、做法 5 的材料一起打至发泡成蛋白面糊。
7. 先取做法 6 约 1/3 分量蛋白面糊与做法 4 的蛋黄面糊拌匀后，再分次加入剩余的蛋白面糊拌匀，即成蛋糕体面糊。
8. 将蛋糕体面糊倒入烤盘，将其表面抹平，放入烤箱以 190℃ 烤约 20 分钟。
9. 取出做法 8 烤好的蛋糕体倒扣于白报纸上，待冷却后，让蛋糕体漂亮面朝下，均匀抹上奶油酱。
10. 将做法 9 的蛋糕体在欲卷起的开头约 2 厘米处，先浅切一刀（勿切断），再用擀面棍连同白报纸辅助将蛋糕体一起卷起即可。



蛋糕体淋酱

材料：苦甜巧克力 140 毫升、奶油 50 毫升、白巧克力 30 毫升

做法：

1. 苦甜巧克力隔水加热至完全溶化后，再加入奶油拌匀淋于卷好的蛋糕卷上。
2. 将白巧克力隔水加热至完全溶化后装入挤花袋，袋嘴剪一小孔再挤划于做法 1 的蛋糕卷上即可。

巧克力慕斯蛋糕卷

材料：原味巧克力蛋糕体 1 份

慕斯馅材料：苦甜巧克力 100 克、鲜奶油 160 克、蛋黄 1 棵

做法：

1. 先取 60 毫升的鲜奶油加热后，再把苦甜巧克力加入，以小火加温至巧克力溶化备用。
2. 蛋黄加入做法 1 的巧克力酱中拌匀放冷。
3. 将剩余的鲜奶油打发，加入做法 2 的巧克力糊中拌匀，成巧克力蛋黄糊。
4. 将做法 3 的巧克力蛋黄糊放入冰箱冷藏至变硬，即成巧克力慕斯内馅。
5. 取原味巧克力蛋糕体，均匀抹上冰硬巧克力慕斯，在开头部分约 2 厘米处浅切（勿切断），再用擀面棍与白报纸辅助将蛋糕体卷起即可。



蛋糕体淋酱

材料：苦甜巧克力 80 毫升、鲜奶油 80 毫升、白巧克力 30 毫升

做法：

1. 苦甜巧克力加鲜奶油加热溶化后，趁热淋于蛋糕卷上。
2. 白巧克力隔水加热溶化，装入三角纸做的纸花袋里，再于塑胶片上挤出交叉的细线，待凉变硬后再把苦甜巧克力隔水加热溶化，倒于塑料片上抹平，待变硬即可切片放上做法 1 的蛋糕卷表面作装饰。

