

蛋粉油糖+1·轻松变化出100种美味点心

5种材料 做西点

廖敏云 著
TOKU CHAO 摄影

300张步骤图详细解说，
利用最少、最简单的材料、器具，
随时都能成功！西点！

辽宁科学技术出版社

©2009, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

书名/作者 5种材料做西点/廖敏云

中文繁体字版于2008年由“大境/出版菊文化事业有限公司”出版

中文简体字版于2009年经“中国台湾大境/出版菊文化事业有限公司”www.ecook.com.tw(T.K./P.C.Publishing Co.,)安排授权由辽宁科学技术出版社在中国范围独家出版简体中文版本。著作权合同登记号: 06-2009 第234号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

5种材料做西点/廖敏云著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2009.10

ISBN 978-7-5381-6101-4

I. 5… II. 廖… III. 糕点—制作—西方国家 IV. TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第167778号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号

邮编: 110003)

印刷者: 北京地大彩印厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240 mm

印 张: 8

字 数: 120千字

出版时间: 2009年10月第1版

印刷时间: 2009年10月第1次印刷

策 划: 盛益文化

责任编辑: 众 合

封面设计: 知墨堂文化

版式设计: 知墨堂文化

责任校对: 王玉宝

书 号: ISBN 978-7-5381-6101-4

定 价: 32.00元

联系电话: 024-23284376

邮购咨询电话: 024-23284502

E-mail: lnkjc@126.com

http://www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/6101

敬告读者:

本书采用兆信电码电话防伪系统, 书后贴有防伪标签, 全国统一防伪查询电话16840315或8008907799 (辽宁省内)。







蛋粉油糖+1 轻松变化出100种美味点心

5种材料做西点

廖敏云 著
TOKU CHAO 摄影

辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·

作者序

5种材料+最少的器具=随时都能成功做西点

想要尝试做西点，却不想买十几种材料，更不想采购一大堆只用一两次的器具占满壁橱。

5种材料做西点：

蛋+粉+油+糖+1——300张详细的步骤图，轻松变化出100种美味点心！

本书共有三大优点：

1. 做法简单，只要你喜爱并想尝试制作西点，即使是新手也能轻松完成。
2. 冰箱中只要有基本材料，随时都能制作西点，不用特地外出采购。
3. 使用最少的器具，无须花钱添购器材。

只要你愿意动手，5种材料+最少的器具=随时都能成功做西点。



7大类西点蛋糕全都可以简单亲手做！

内容包括：

- 最简单零失败的饼干类16种
- 超人气奶油类蛋糕21道
- 最受欢迎的塔&派类19种
- 低热量多变化的戚风&海绵蛋糕18种
- 浓郁美味的布丁类15种
- 大小朋友都喜欢的泡芙类5种
- 可以当早餐的面包类6种

沉浸在烘焙世界十几年，回想当初，我因为爱美食而学习烘焙，深陷而无法自拔。因为喜欢冒险而勇于接受挑战，只要看到或尝到好吃的，就心醉神迷地想将它做出来；失败了再做，味道不理想再做。累积了十余年的烘焙经验，编写成这本《5种材料做西点》，与大家分享我的心得体会。只需最简易的材料，并采用最节省成本的方式，大家都能够在家DIY，制作可口的点心。

廖敏雯

作者序 5种材料+最少的器具
=随时都能成功做西点 4
本书用法 7

最简单零失败的 饼干类16种

8



C O O K I E S

菊花丹麦奶酥 Flower Cookies 9
杏仁薄片 Almond Chips 10
果酱奶酥饼 Butter Cookies 11
橙香饼干 Orange Cookies 12
爱的小戒指 Lovely Rings 13
双色饼干 Two Flavor Cookies 14
椰子球 Coconut Cookies 15
杏仁手指饼干 Almond Finger Cookies 16
巧克力饼干 Chocolate Cookies 17
抹茶棒 Matcha Stick 18
红糖球 Brown Sugar Cookies 19
杏仁雪球 Almond Butter Cookies 20
松烤饼 Chip Cookies 21
猫舌饼 Easy Crisp 22
巧克力夹心 Chocolate Filling Cookies 23
意式脆饼 Biscotti 24

超人气奶油类 蛋糕21道

25



P O U N D C A K E M U F F I N & O T H E R S

胡萝卜蛋糕 Carrot Pound Cake 26
南瓜蛋糕 Pumpkin Pound Cake 27
苹果奶油蛋糕 Apple Pound Cake 28
香蕉蛋糕 Banana Pound Cake 29
香橙奶油蛋糕 Orange Pound Cake 30
红糖咕咕霍夫奶油蛋糕
Brown Sugar Kouglof 31
黑金砖蛋糕 Chocolate Brick Cake 32
玛德琳 Madeleine 33
松饼 Waffle 34
铜锣烧 Pancake 35
煎饼 Pancake 36
达个克瓦滋 Dacquoise 37
纱瓦蛋糕 Gateaux Savoie 38
可丽饼 Crepe 40
甜甜圈 Donuts 42
日式车轮饼 Round Pastry 43
松糕 Sponge Cake 44
千层蛋糕 Fondante Mille Crape 46
比司吉 Biscuits 47
乳酪蛋糕 Cheese Cake 48
布朗尼 Brownie 49

最受欢迎的塔 & 派 类19种

50



T A R T S & P I E S

基本派皮与塔皮制作 Pie & Tart 51
樱桃英兰派 Cherry Pie 52
蜜桃水果塔 Peach Tart 53
芝麻黑豆塔
Sesame & Black Beans Tart 54
苏法香橙塔 Orange Tart 54
红豆派 Small Red Beans Pie 56
南瓜派 Pumpkin Pie 56
幸福草莓塔 Strawberry Tart 58
司康 Scone 59
巧克力派 Chocolate Pie 60

柠檬塔 Lemon Tart 61
黑胡椒菠萝塔 Pineapple Tart 62
洛林蛋塔 Lorraine 63
水果派 Fruit Pie 64
芒果塔 Mango Tart 65
香草奶油塔 Vanilla Custard Tart 66
法式咸派 La Quiche 67
红酒苹果塔 Red Wine Apple Tart 68
栗子塔 Chestnut Tart 69
茶会小点 Party Tart 70

低热量多变化的 戚风 & 海绵蛋糕 18种

71



C h i f f o n & s p o n g e C a k e

- 香草戚风 Vanilla Chiffon 72
- 香橙戚风 Orange Chiffon 74
- 咖啡戚风 Café Chiffon 76
- 巧克力戚风 Chocolate Chiffon 77
- 抹茶戚风 Matcha Chiffon 78
- 天使肉松卷 Angel Cake Roll 79
- 巧克力舒芙蕾 Chocolate Soufflés 80
- 蛋白糖饼 Macarons 81
- 香草海绵蛋糕 Vanilla Sponge 82
- 柠檬海绵蛋糕 Lemon Sponge 83
- 咖啡海绵蛋糕 Café Sponge 84
- 巧克力海绵蛋糕 Chocolate Sponge 85
- 抹茶海绵蛋糕 Matcha Sponge 86
- 芋泥蒙布朗 Taros Mont-Blanc 87
- 欢乐下午茶 Tea Time Fruit Cake 88
- 午茶时光 Finger Food Cake 89
- 小老鼠 Art Deco Cake 90
- 波士顿派 Boston Pie 91

浓郁美味的 布丁类15种

92



p u d d i n g

- 基本奶油馅 Basic Custard 93
- 德国布丁 Germany Style Pudding 94
- 法式布丁 Crème Brulée 95
- 焦糖布丁 Caramel Pudding 96
- 法式甜冻 Milk Jelly 96
- 香橙布丁 Orange Pudding 98
- 南瓜布丁 Pumpkin Pudding 98
- 芝麻布丁 Sesame Pudding 100
- 红茶布丁 Black Tea Pudding 101
- 抹茶布丁 Matcha Pudding 102
- 草莓布丁 Strawberry Pudding 103
- 芒果布丁 Mango Pudding 104
- 咖啡布丁 Café Pudding 105
- 红豆布丁 Small Red Beans Pudding 106
- 椰子冻 Cocoa Jelly 107
- 巧克力布丁 Chocolate Pudding 108

大小朋友都喜欢的 泡芙类5种

109



p u f f

- 基本泡芙面团 Basic Puff Dough 110
- 巧克力泡芙 Chocolate Puff 111
- 抹茶泡芙 Matcha Puff 112
- 艾克雷亚 Eclairs 112
- 脆皮泡芙 Crisp Puff 114
- 生日泡芙塔 Birthday Puff Tower 116

可以当早餐的 面包类6种

117



B r e a d

- 基本面包面团 Basic Bread Dough 118
- 小餐包 Ellipse Bread 119
- 咖啡面包 Café Bread 120
- 菠萝面包 Pineapple Bread 121
- 毛毛虫面包 Raisins Bread 122
- 南瓜面包 Pumpkin Bread 124
- 小猪造型面包 Art Deco Bread 126



- ① 成品图
- ② 西点的名称
- ③ 分量
- ④ 模具：标示尺寸，搭配材料分量更精准。
- ⑤ 材料与做法：完整的材料配方与步骤，轻松就能成功。
- ⑥ 烘焙：标示烘烤温度和时间，制作不易失败。
- ⑦ 诀窍：让蛋糕制作更成功的小诀窍。

* 表示附加的材料，若手边没有可省略不加，但若加入风味会更好。

不同材料的量杯、量匙与重量对照表

名称	量杯	1大匙	1小匙	1/2小匙	1/4小匙
盐	180克	14克	4~5克	2~3克	1~1.5克
糖	180克	15克	4克	2克	1克
细砂糖	108克	9克	3克	1.5克	0.75克
醋	250克	15克	5克	2.5克	1.25克
油	228克	15克	5克	2.5克	1.25克
淀粉	120克	7克	2.5克	1.25克	0.6克
面粉	120克	7克	2.5克	1.25克	0.6克

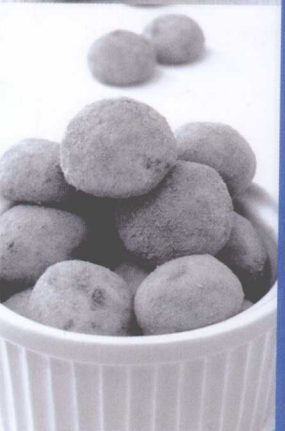
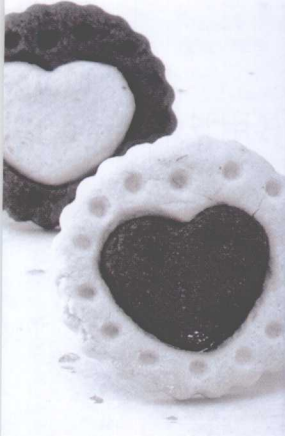
一般砂糖 VS 天然甜味剂

所有配方都能用天然甜味剂替换砂糖，在意身体曲线的朋友、糖尿病患者及需要控制血糖的人也可以享受甜点了。

名称	来源	甜度	热量/克 蔗糖4千卡	每日限量 (FDA)	是否会影响 血糖或 造成蛀牙	特性	替换
木糖醇 xylitol	玉米心经蒸馏氢化而成，甜味清爽胜过冰糖，具有吸湿性，不适合用来制作酥脆饼干，纯度99.8%	常温下与蔗糖甜度相似	2.4千卡	50克	不会	使用量与蔗糖相同，黏度略低于蔗糖，烘烤较难引起褐色反应	可用这3种天然调味剂代替一般砂糖，若不喜欢太甜，也可酌量减少20%~30%
赤藻糖醇 erythritol	淀粉经酶分解成葡萄糖，再由高渗酵母发酵产生，甜味与木糖醇相似，低热量，纯度99%	口感清爽微甜，甜度为蔗糖甜度的70%~80%	0.2千卡	无	不会	具吸湿性，黏稠度低于蔗糖，褐色反应低	
高果糖粉	99%以上果糖 0.5%葡萄糖	温度对甜度影响较大，常温下甜度为蔗糖的1.2倍	4千卡	无	低GI食品，升糖指数19	接近蔗糖	

C O O K I E S

最简单零失败的饼干类 16种



菊花 丹麦奶酥

分量 25块

Flower Cookies

材料

奶油	125克
细砂糖	60克
全蛋	30克
低筋面粉	170克
奶粉	20克

做法

- 1 将奶油和细砂糖混合(图1), 再加入全蛋打发。
- 2 加入已过筛的低筋面粉和奶粉拌均匀。
- 3 将面糊装入挤花袋(图2), 用菊花形花嘴在烤盘上挤花(图3), 然后送入烤箱烘烤即可。

烘焙

上火160℃ / 下火160℃
烤约18分钟。



诀窍

饼干不要挤得太厚, 否则要延长烘烤时间, 饼干才会酥脆。



杏仁薄片

分量 直径8厘米，35片

材料

奶油140克
糖粉150克
蛋白5个
低筋面粉210克
杏仁片150克

做法

- 1 将奶油和糖粉拌匀(图1)，再加入蛋白打发。
- 2 加入已过筛的低筋面粉拌匀(图2)。
- 3 加入杏仁片轻轻拌匀。
- 4 用汤匙将面糊舀在铺好烤盘纸或烤盘布的烤盘上，用汤匙蘸水摊平(图3)，即可送入烤箱烘烤。

烘焙

上火160°C / 下火160°C，烤约15分钟。

诀窍

混合杏仁片后，面糊勿隔夜，否则烘烤后会产生小气泡。杏仁片的分量可根据个人口味偏好自由增减。



果酱奶酥饼

分量 50块

材料

奶油	150克
低筋面粉	225克
细砂糖	90克
奶粉	22克
全蛋	40克
* 果酱	50克

做法

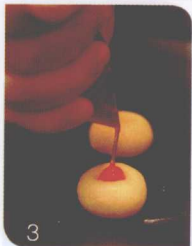
- 1 将细砂糖和奶油混合打发。
- 2 全蛋分次加入打发。
- 3 加入过筛的奶粉和低筋面粉拌均匀(图1)。
- 4 将面糊揉成小团，用手指在中间压出凹孔(图2)。
- 5 孔中注入果酱(图3)，即可送入烤箱烤熟。

烘焙

上火180℃ / 下火160℃，烤约20分钟。

诀窍

用手指压凹孔时，手指要垂直伸直。
果酱不要太稀，以免受热后溢出。



橙香饼干

分量 40块

Orange Cookies

材料

- A 奶油200克
细砂糖100克
橙皮60克
橙汁140克
低筋面粉350克
B 粗砂糖100克
(蘸裹用)

做法

- 1 将奶油和细砂糖以糖油拌和法打发。
- 2 加入材料A的其他材料(图1)拌成面糊。
- 3 将面糊分成3等份，搓成圆柱状，蘸裹材料B，用纸包起来(图2与图3)，送入冰箱冷冻至硬。
- 4 将面团取出，切成0.8厘米厚的片，即可送入烤箱烘烤。

烘焙

上火160℃ / 下火160℃，烤20~25分钟。



注：糖油拌和法也称传统乳化法，是先将油脂类材料打软，再加入糖粉搅拌至呈松软绒毛状，然后加入蛋拌匀，最后加入粉类材料拌和即可。



诀窍

使用果干橙皮需用酒浸泡，烘烤后才不会因变硬而影响口感。饼干面团从冰箱取出切片后，要尽快送入烤箱，糖才不会化掉。使用新鲜的橙皮可降低成本。

爱的小戒指

分量 20个

材料

奶油 70克
低筋面粉 130克
细砂糖 50克
* 糖霜 少许
* 食用糖银珠 少许

做法

- 1 将奶油与细砂糖拌匀，不必打得太发。
- 2 加入低筋面粉拌成团，送入冰箱冷藏30分钟。
- 3 取出面团擀压平整，用圆形模压成小圆片(图1)，然后用小一号的圆形模在圆片中央压出多余的面片(图2)，完成后(图3)即可送入烤箱烘烤。
- 4 烤好后晾凉，再用糖霜和食用糖银珠装饰(图4)即可。

烘焙

上火160℃ / 下火150℃，
烤15分钟。



诀窍

戒指要整形成圆形，而且不要过细，烘烤后才会漂亮，不易折断。



双色饼干

分量 15 块

材料

低筋面粉 140克
糖粉 70克
奶油 70克
蛋黄 1个
可可粉 少许
蛋液 少许

做法

- 1 将奶油与糖粉拌匀，再加入蛋黄打发。
- 2 加入过筛的低筋面粉拌匀，揉成面团。
- 3 将面团分成两份，一份为原味，另一份加入可可粉拌匀。
- 4 将两份面团擀平，用模型分别压出花形与心形(图1与图2)，再将两种不同口味的饼干相互组合(图3)，组合时可蘸点蛋液。
- 5 用竹筷在花形饼干的边缘点压(图4)后，即可送入烤箱烘焙。

烘焙

上火150℃ / 下火150℃，烤约20分钟。

诀窍

两种口味不同的饼干组合时，蘸点蛋液有助于黏合，烘烤后不易分离。



椰子球

分量 12个

材料

蛋白 30克
细砂糖 30克
椰子粉 150克
盐 少许

做法

- 1 将蛋白打至全发。
- 2 加入细砂糖、椰子粉和盐，搅拌均匀(图1)。
- 3 将面团搓成小球(图2)，即可送入烤箱烘烤。

烘焙

上火180℃/下火180℃，烤12分钟至呈金黄色。

诀窍

若要成品呈乳白色，只要降低温度，用上火150℃/下火150℃烘烤即可，但需18~20分钟。

