

羽 西 女 士 LOVE 倾 情 推 荐

网络烘焙达人“小博博小”手工制造

all sweetness cookies give you

饼干

的
幸福滋味

小博博小 / 著

如果说烘焙是一段幸福的旅程

那么，手工饼干就是通往幸福旅程的起点

上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

饼干的幸福滋味/小博博小著. - 上海:上海文化出版社,
2009

ISBN 978 - 7 - 80740 - 449 - 1

I. 饼… II. 小… III. ①饼干 - 制作②糖果 - 制作

IV. TS213.2 TS246.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 139649 号

责任编辑

胡燕贤

装帧设计

许菲

书名

饼干的幸福滋味

出版、发行

上海文化出版社

地址:上海绍兴路 74 号

网址:www.slcm.com

印刷

上海丽佳制版印刷有限公司

开本

889 × 1194 1/28

印张

4

图文

112 面

版次

2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

印数

1 - 4,210 册

国际书号

ISBN 978 - 7 - 80740 - 449 - 1/TS·402

定价

20.00 元

告读者 本书如有质量问题请联系印刷厂质量科

T: 021 - 64855582



饼干 的幸福滋味

上海文化出版社





目录

Contents

推荐续——生活的味道 (from羽西) / 7

序 用饼干代替语言 / 8

常用烘焙原料 / 10

常用工具 / 17

制作要点 / 21

- 1 * 裱花曲奇——爱吃也得有技术 / 24
- 2 * 法式榛子蛋白脆饼——白白胖胖的 / 26
- 3 * 手指饼干——小心，易碎 / 28
- 4 * 藏进礼物的冰激凌雪糕——情人节，接着取暖 / 30
- 5 * 小甜脆——甜，是一种欲望 / 32
- 6 * 草莓司康饼——相爱到底，相伴到底 / 34
- 7 * 千层酥面皮 / 36
- 8 * 草莓鲜奶拿破仑酥——一次春游 / 38
- 9 * 核桃酥条——久远的点心 / 40
- 10 * 小小蝴蝶酥——与童年有关的 / 42
- 11 * 心形酥饼——写给我的Onlylady / 44
- 12 * 钮扣酥饼——童趣爱情 / 46
- 13 * 南瓜饼——南瓜模子的故事 / 48
- 14 * 抹茶红豆酥——骄傲的注释 / 50
- 15 * 巧克力站在饼干上——乐观却疲惫 / 52
- 16 * 蜂蜜杏仁饼干——用饼干标记的夜晚 / 54
- 17 * 大理石小圆饼——从第一款饼干开始 / 56

- 18 * 花生粒全麦酥条——巴黎，梦想 / 58
- 19 * 棋盘格饼干——格子情节 / 60
- 20 * 奶香小方格——最好看的白色 / 62
- 21 * 摩卡巧克力豆脆饼——朴素抑或华丽 / 64
- 22 * 芝士牛油几——梦想中的蛋糕店 / 66
- 23 * 心形邮戳曲奇——一纸信封的距离 / 68
- 24 * 圣诞节的姜饼小人——在圣诞节做个孩子 / 70
- 25 * 意式月牙脆饼——那些重复的元素 / 74
- 26 * 雪花球——大玩具，小创意 / 76
- 27 * 奶香小酥饼——爸爸的赞美 / 78
- 28 * 杏仁小贝壳——小博的专利 / 80
- 29 * 香脆巧克力杏仁块——My own / 82
- 30 * 麦麸苏打饼干——健康的孝心 / 84
- 31 * 白芝麻薄脆——尘封的光华 / 88
- 32 * 玛格丽特小姐——住在厨房的小博 / 90
- 33 * 绿豆小球——前路，后路 / 92
- 34 * 渐变色布朗尼——重口味生活 / 94
- 35 * 抹茶双色圈——一部电影 / 98
- 36 * 红茶小饼——一杯茶 / 100
- 37 * 条纹薄脆——把美味留在回忆里 / 102
- 38 * 椰丝球——比想象中简单 / 104
- 39 * 燕麦提子饼干——与时间化敌为友 / 106
- 40 * 抹茶瓦片——春天的颜色 / 108

后记 / 110

生活的味道

经历了从小到大的成长，你可以成为音乐家、科学家、政治家……不管能不能扬名立万，人首先要是一个“生活家”，因为一天天日常的生活构成了我们的人生，它才是最重要的部分，是全方位的。要有足够的知识和文化，懂得制造美和欣赏美，懂得礼仪和得体的待人接物，也要有能力让每一天的生活变得美好。

小博就是这样一个懂得生活的女孩子，她弹钢琴，做点心，拍漂亮的照片，写文章，也许你觉得这是不可多得的才华，可我想说，如果你放一些心思在日常的生活上，善于学习，用心体验，你也可以和她一样！

希望大家都能从小博的这本书里学到关于烘焙的乐趣，关于幸福快乐的理解，品味生活的酸甜苦辣，从而充实地过好每一天。

袁莎
Yue. Saika



序

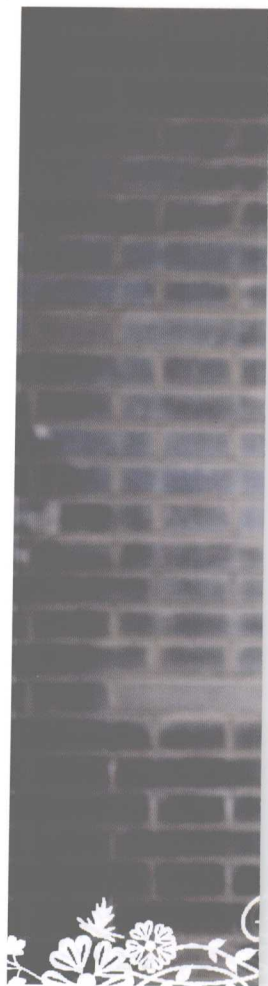
用饼干代替语言

家庭烘焙，一定会慢慢进入到每个家庭中去的，我一直这样认为。因为我深深地了解烘焙所能带给我们的快乐和幸福。而手工饼干又恰恰最易上手，并且口味远胜于市售的饼干。在过节的日子，或者是在快乐的时光，能用自己亲手烘焙的点心来表达我们的心意和祝福，这就是我想通过这本书来表达的内容。

生活平淡，世态浮躁，有一些自己的兴趣，并能给周遭的人带去开心，这样的事情何乐而不为呢？语言总显贫乏，或者说语言缺乏少许踏实的成分，用一份小点心来代替我们的语言，作为亲朋好友间最好的祝福，该是多好的一件事情。况且饼干制作过程如此有趣，就如童年玩捏橡皮泥一般，烤箱散发的黄油香味非常迷人。此外，饼干易于携带，储存在密封罐子里头，保存了美味，也保留了快乐。

用摄影记录了烘焙的点滴，用文字写了一些心情，关于现在的、过去的。烘焙的图片一定要认真看，心情的文字不必细心读，都是些闲聊家常的自言自语，自己成长的经历和感悟。

这是一本浅显易懂的烘焙入门书籍，饼干也是烘焙种类中最能让人有成就感，最不易失败的，书中每款小饼的配方和流程都是小博反复研究得来的。这些图片和文字权当作对自己这几年的总结，关于烘焙的，关于生活的。希望读到这本书的你们也能感受到我当初爱上烘焙时的心情，能体会到烘焙的乐趣，以及用小饼干传递幸福的喜悦。





常用烘焙原料

粉 类

低筋面粉：

蛋白质含量在8.5%左右，因此筋度弱，常用来制作口感柔软、组织疏松的蛋糕、饼干等。超市中出售的普通面粉是中筋粉，可以用4:1的比例和玉米粉相调和起到低筋面粉的作用。



玉米粉：

又叫粟粉，溶于水后通过加热可产生凝胶特性，多数用于馅料制作。在蛋糕、饼干的配方中加入可适当降低面粉的筋度。



全麦面粉：

包含其外层的麸皮的小麦粉，还可用来制作全麦面包。



抹茶粉：

是一种用天然石磨碾磨成微粉状的覆盖蒸青绿茶，有丰富的营养价值，粉质极细，能入饮料，也能入烘焙，比绿茶粉要上品很多。



芝士粉：

又称卡士达粉，一种预拌粉。以牛奶为原料加工制作而成，不同的是加工后的芝士粉中乳酸菌是死的，常被用在西点制作中添加风味。



豆蔻粉，姜粉等：

多种香料，由香草植物提炼而成，具有增添口感和丰富香味的作用。



可可粉：

由可可豆直接提炼而成的物质，为酸性。大量使用时通常会配合加入一些小苏打来中和其酸性。同时还有降低胆固醇和减肥的效果呢。



榛子粉：

由脱壳榛子果仁提炼获得，保留了榛子的营养成分和香气，可以作为原料或配料加工出多种风味独特的食品。榛子粉很好贮存，保质期长。



配料

糖粉：

白砂糖磨成粉，添加少量淀粉防止结块，能迅速与油类融合，在制作饼干中基本都会用到。在装饰中，通常用到的是防潮类糖粉。本书中提到的“糖”如不特别说明均指糖粉。



粗糖：

粗砂糖一般用来制作糖浆，或者撒在食物表面添加口感，粗颗粒的结晶较细的风味更纯，所以用它做出的糖浆更晶莹剔透。而绵白糖由于水分高、绵软，适合直接食用而不适合做点心用。



红糖：

又称砂糖、片黄糖。有丰富的糖分、矿物质及甘醇酸，在西点制作中能起到明显的上色效果，但是非常容易因受潮而结块。



杏仁粒：

大杏仁富含蛋白质和人体所需的多种矿物质，例如铁、锌，以及维他命E。能为西点增添丰富口感和营养价值。



烘焙用巧克力豆：

可耐高温的水滴形巧克力豆，入烤箱烘烤不会融化，但入口即化。



酵母：

生物膨大剂的一种，由新鲜酵母脱水而成，呈颗粒状的干性酵母，在烘焙过程中能大量释放二氧化碳，从而达到膨发的效果。由于它使用方便且容易储藏，是目前采用最为普遍的一种用于制作面包、馒头的酵母。



泡打粉：

又称发酵粉、发粉或速发粉，英文简称b.p.，化学膨大剂的一种，能广泛使用在各式蛋糕、西饼的配方中。泡打粉是中性的，通常还带点甜味，但是我通常都用打发蛋白来制造膨松效果，从而避免用到此类添加剂。



塔塔粉：

是一种酸性的白色粉末，主要用途是有助蛋白打发，稳定蛋白以及中和蛋白的碱性。可以用柠檬汁或者白醋来取代。

