

美味秘诀大公开!

小嶋老师的 小店 mitten 特色 操作简单的
曲奇 妙芙 海绵蛋糕
美味点心秘诀

[日]小嶋留味 著 李倩 李瀛 译



美味秘诀大公开!

小嶋老师的美味点心秘诀

小店

mitten

特色

操作简单的

曲奇
妙芙
海绵蛋糕

[日]小嶋宗惠 著

李倩 李瀛 译

辽宁科学技术出版社

沈阳

MITON RYU SIMPLE TECHNIQUE NO OKASHI by Rumi Kojima

Copyright © Rumi Kojima 2009

All rights reserved.

Original Japanese edition published by SHUFU-TO-SEIKATSU SHA LTD.

This Simplified Chinese edition published by arrangement with SHUFU-TO-SEIKATSU SHA LTD., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo through Eric Yang Agency, Inc. Beijing Representative Office.

© 2013, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本 SHUFU-TO-SEIKATSU SHA LTD. 授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版简体中文版本。著作权合同登记号：06-2013第209号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

小嶋老师的美味点心秘诀 / (日)小嶋留味著; 李倩, 李瀛译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5381-8380-1

I. ①小… II. ①小… ②李… ③李… III. ①糕点—制作
IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第273400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: 沈阳市北陵印刷厂有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 6

字 数: 150千字

出版时间: 2014年1月第1版

印刷时间: 2014年1月第1次印刷

责任编辑: 康 倩

封面设计: 袁 舒

版式设计: 袁 舒

责任校对: 李淑敏

书 号: ISBN 978-7-5381-8380-1

定 价: 28.00元

投稿热线: 024-23284367 987642119@qq.com

邮购热线: 024-23284502

http://www.lnkj.com.cn

前言 — 7

配方总则 — 8

工具及其用法 — 9

材料及选材方法 — 10

“搅拌方法”中的简单技巧 — 12

先做做看1

香草口味冰曲奇 — 18

其他口味 — 22

焙煎芝麻口味冰曲奇 — 22

香辛口味冰曲奇 — 22

巧克力口味冰曲奇 — 23



先做做看2

黄油核桃酥饼 — 24

其他口味 — 26

肉豆蔻口味酥饼 — 26

contents

第1章

简单的烤制点心

法式莎布雷酥球 - 30

咸味芝士饼 - 32

香草口味半球酥 - 34

榛仁脆饼 - 36

费南雪 - 38

费南雪蛋糕 - 40



第2章

冷藏凝固成形的点心

姜味意式奶油布丁 - 46

法式咖啡白布丁 - 48

Le signet甜品屋的招牌布丁 - 50

红茶布丁 - 53





其他口味 - 73

三文鱼芝士咸蛋糕 - 73

金枪鱼煮蛋咸蛋糕 - 74

美式玉米面包 - 75

其他口味 - 77

洋葱火腿玉米面包 - 77

第3章

简单平实的蛋糕

香蕉杯装蛋糕 - 58

杂莓芝士妙芙蛋糕 - 60

其他口味 - 63

香橙巧克力妙芙蛋糕 - 63

温水巧克力蛋糕 - 64

黑加仑熔岩巧克力蛋糕 - 66

榛仁布朗尼 - 68

法式蔬菜咸蛋糕 - 70



contents

第4章

法式全蛋海绵蛋糕

草莓蛋糕 - 80

原味蛋糕卷 - 84

水果蛋糕卷 - 88

免烤芝士蛋糕 - 92



小专栏

答疑Q&A - 42

制作点心“温度第一” - 87

刮扫蛋糕糊 - 91

本书用到的模具 - 95

美味秘诀大公开!

小嶋老师的美味点心秘诀

小店

mitten

特色

操作简单的

曲奇
妙芙
海绵蛋糕

[日] 小嶋宗惠 著

李倩 李瀛 译

辽宁科学技术出版社

沈阳

前言 — 7

配方总则 — 8

工具及其用法 — 9

材料及选材方法 — 10

“搅拌方法”中的简单技巧 — 12

先做做看1

香草口味冰曲奇 — 18

其他口味 — 22

焙煎芝麻口味冰曲奇 — 22

香辛口味冰曲奇 — 22

巧克力口味冰曲奇 — 23



先做做看2

黄油核桃酥饼 — 24

其他口味 — 26

肉豆蔻口味酥饼 — 26

第1章

简单的烤制点心

法式莎布雷酥球 - 30

咸味芝士饼 - 32

香草口味半球酥 - 34

榛仁脆饼 - 36

费南雪 - 38

费南雪蛋糕 - 40



第2章

冷藏凝固成形的点心

姜味意式奶油布丁 - 46

法式咖啡白布丁 - 48

Le signet甜品屋的招牌布丁 - 50

红茶布丁 - 53





其他口味 - 73

三文鱼芝士咸蛋糕 - 73

金枪鱼煮蛋咸蛋糕 - 74

美式玉米面包 - 75

其他口味 - 77

洋葱火腿玉米面包 - 77

第3章

简单平实的蛋糕

香蕉杯装蛋糕 - 58

杂莓芝士妙芙蛋糕 - 60

其他口味 - 63

香橙巧克力妙芙蛋糕 - 63

温水巧克力蛋糕 - 64

黑加仑熔岩巧克力蛋糕 - 66

榛仁布朗尼 - 68

法式蔬菜咸蛋糕 - 70



contents

第4章

法式全蛋海绵蛋糕

草莓蛋糕 - 80

原味蛋糕卷 - 84

水果蛋糕卷 - 88

免烤芝士蛋糕 - 92



小专栏

答疑Q&A - 42

制作点心“温度第一” - 87

刮扫蛋糕糊 - 91

本书用到的模具 - 95



小嶋留味

日本鹿儿岛县生人。日本大学艺术系音乐专业毕业。曾任职于食品相关公司，与做厨师的丈夫结婚后转行迈入点心制作业。在东京制果专科学校学成后，曾在新宿的中村屋Floritte咖啡店实习。1987年在东京小金井市开办甜品屋Oven・mitten。她和女店员一同制作的甜品简单素雅、品种多样，可以充分突出材料本来的味道。

该甜品店备受欢迎，现在在东京可谓首屈一指，并且她兼营的甜品教室也人气颇高。除此之外，小嶋女士还经常与国内外点心师交流，追求新的口味，不断探索口味更佳的制作方法。



新田亚由子

在东京某西点店积累了一定的经验后，在东京制果专科学校学习点心制作工艺。2007年与妹妹一同在东京·东麻布创建了点心作坊RESSOURCES，传授从基础到实践的技巧，作为点心教室颇受好评。新田女士在“Oven・mitten”作为点心教室的员工，曾任教室运营助理及实践操作讲师。



东原绫子

东京制果专科学校学生。1997—2005年在“Oven・mitten”跟随小嶋留味女士学习。2007年在东京昭岛开办甜品店“点心作坊Le signet”。每天致力于将点心能温暖人心的魅力向更多的人传播。人气甜品是布丁。

点心师助手 上野夏贵 鸭井幸子

摄影 广濑贵子

美术设计 大野美奈（ME & MIRACO）

造型 田中美和子

文案 平岩理绪

编辑 小田真一（主妇与生活杂志社）

前言

为了能做出可口的点心而不至失败，
我给大家准备了“简单的操作方法”

我希望本书能作为新手上路的“入门教科书”，或者作为一直以来按照自己方式做点心的人的“再入门教科书”。精心凝练的配方、翔实的说明、正确的搅拌方法——这些都满载了制作可口点心所需的基础知识和操作方法。我认为将这些毫无保留地传授给大家，是作为一名专业人士的使命。但，首先还是希望新手们能对这些方法略知一二。

刚刚虽然提及了“知识”、“技巧”这些字眼，但你们不用拉开架势严阵以待。说到底这些不过就是在家做点心时打发蛋液、搅拌材料的方法……如此之类而已。但是，点心即使在家里做，毕竟本身要求细致，所以也得处处留意各类要点和诀窍才好。

这些个“要点”、“诀窍”，本书称之为“简单操作技巧”，是我考虑良久，降低难度，专为居家操作而设计的。本书汇集的点心，其制作工序并不复杂，都是想做就能立刻完成的（当然这些都好吃得不得了），而且配方中能简化的地方就简化，尽量压缩时间，以求减少失败。比如冰曲奇就采用了容易成形的三角形，咸蛋糕糊用3根筷子搅拌等。这些小要诀一个个并不起眼，但在点心制作中却能发挥很大的效果。

我由衷地希望大家都能掌握这些“简单技巧”。当您做出来的点心格外好吃时，想必自己也会被这美味感动吧。以后再操作时也会少了一份茫然，点心之路也会一帆风顺的。衷心希望大家都能从中体会到做点心的乐趣。

当然，搅拌方法中“简单技巧”其实并不简单，必须“久经沙场”才能习惯成自然。可是我相信总有一天，您一定会吃着做好的点心，满口留香地沉浸在幸福的海洋之中的！如果您做到了，那么我也会非常开心的。

小嶋留味

配方总则

[全蛋]

○当材料为“全蛋”时，是指搅好后的蛋液。用打蛋器操作时要仔细搅拌，尽量不要出泡。

[黄油软化]

○刚从冰箱中取出的黄油很硬，不好打发，要黄油温度适当才行。这里的适当是指可以使黄油迅速打发的温度，即20~22℃。判断标准：手指轻压后软塌凹陷⁰¹。但是黄油的温度会随着点心制作发生变化。因此打发黄油前，因黄油在夏季会比较稀软，应保持在17~19℃；冬季不易软化，则应保持在22~23℃，才能“适当”地软化。

○黄油从冰箱取出后，计量好后用保鲜膜包好，并使其整体薄厚在1.5cm左右，这样可以使黄油整体温度一致⁰²。最好将黄油置于室内，待其自然回温至适当的温度后操作，但冬日里不易回温，则要先将烤箱预热30秒，然后将包好的黄油放进去，利用余温使其慢慢软化。也可以放入可设定温度的微波炉中直接加热。

[面粉过筛]

○低筋面粉要用细孔的面粉筛筛过才可以用。操作台空间有限，所以面粉过筛时晃动筛网不如把手伸到筛网里画圈⁰³，这样做面粉不会四溅，效率也高。面粉过筛时下面事先铺上蛋糕专用硅油纸。需直接筛入盆中时也用这种方法操作⁰⁴。

[烤箱预热（烤成温度×××℃）]

○电烤箱有一个问题，就是烤箱好不容易预热好，一开门温度就急转直下。因此，预热时温度要设定在比制定温度高出10~20℃程度，预热10分钟左右。面坯放入烤箱后就可以按照书中的烤成温度烘焙了。

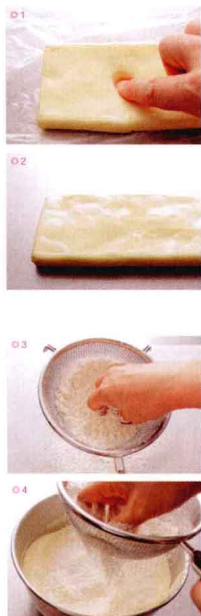
[其他]

○1大茶匙为15ml，1小茶匙为5ml。

○微波炉的加热时间以功率600W的为准。500W的微波炉时间是其1.2倍。

○平底锅使用的是氟化乙烯树脂涂层的不粘锅。

○本书中在用到“简单操作方法”的地方会用SIMPLE标示。本书汇集了许多制作要诀，包括收尾时使口感陡然增色的小窍门，还有尽可能使操作更简化的小诀窍，等等。



工具及其用法

本书所需工具一览

请至少把这些备齐



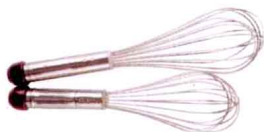
[搅拌盆]

我一直使用的是无印良品的不锈钢盆。它底部宽，侧壁弧度大，用橡皮刮刀或打蛋器搅拌时效率高，用电动打蛋器操作时材料也易发泡。要备一个直径21cm大的盆，再搭配一个用作搅拌少量材料的17cm的小盆。



[电动打蛋器]

用于打发蛋液、黄油。搅拌头不要使用钢丝状的，要用扁平花叶状的。如图所示，不要使用前端尖细的，要用上下一般粗的。这样打发效率比较高。本书根据浆料状态分别用高速或低速打发。打蛋器的厂家、机型各不相同，有时会力量不足，请时时留意浆料状态，自行调整搅拌时间。



[打蛋器]

用于搅拌液体、刮搅黄油和砂糖等。根据盆的形状、大小及浆料的量，建议备齐两种搅拌器。本书中使用了9号（长27cm）和7号（21cm）打蛋器。



[橡皮刮刀]

由耐热性硅胶树脂制成。手柄与前端一体成形的刮刀便于清洗，这样也易保持洁净。本书中刮刀可搅拌发泡的蛋液，或是在黄油中倒入面粉加以拌和。此外，制作法式莎布雷油酥时需要大力地刮搅，刮刀也能派上用场。



[电子秤]

本书的材料精确到g（克），所以您的电子秤一定要有电子显示。小小的1g就会影响整体口味，请正确计量。



[万能筛网]

用于给面粉过筛。筛低筋面粉时要用细孔筛。杏仁粉颗粒大，要用粗孔筛。上图中左图是细孔筛，右图是粗孔筛。



[刮板]

弧形部分用于舀盛、聚拢材料，直线部分用于刮平面糊。此外，也可刮净盆壁上挂着的材料。



[毛刷]

用于给烤好的蛋糕刷糖浆。建议使用刷毛较长、韧性强、有弹性的毛刷。



[烤盘纸]

烤制莎布雷油酥时垫在烤盘里，或铺在模具里的纸。烤盘纸除了一次性材料，也有可反复使用的玻璃纤维材质。烤盘纸若垫在烤盘里，最好是用过数次后再使用，这样烤出来的点心坯不易散，好成形。



[线手套]

线手套比隔热手套更偏于取放烤盘，也便于其他操作。

材料及选材方法

本书介绍的点心均可突显材料本身的味道。因此，我希望大家在挑选材料时要挑剔些。



[低筋面粉]

本书使用的是日清“紫罗兰”面粉。除了烘焙用品专卖店，在超市中也可以买到。制作点心尽量用新鲜面粉，因此面粉贮藏时要避免受潮。本书只在制作蛋糕时用到了细颗粒的“特级紫罗兰”面粉，该种面粉能做出较松软的蛋糕坯，也易上卷成形。



[细砂糖]

本书使用的是做点心用的细颗粒。这种糖易溶且与黄油搅拌后发泡质量很高。找不到时也可以将普通的糖放在搅拌机里研磨细。粗粒、细粒两种都可以撒在饼干上。