

目 录

序	3	草莓小天使蛋糕	53
[知识篇]		杂果小天使蛋糕	53
前言	8	柳橙柠檬天使蛋糕	55
材料介绍	10	椰子天使蛋糕	55
工具介绍	14	戚风蛋糕	56
蛋糕制作基本概论	18	基本戚风蛋糕	58
[烘焙篇]		柠檬戚风蛋糕	60
海绵蛋糕	26	各种蛋糕淋汁	60
6种小海绵蛋糕	33	波士顿派	62
葡萄干小海绵 可爱小蒙猪		芋泥夹心蛋糕	62
奶油小方块 冰淇淋小蛋糕		瑞士咖啡卷	64
新月水果卷 花生条		虎皮卷	64
柳橙杏仁蛋糕	37	果酱卷	64
星星海绵蛋糕	37	布丁戚风蛋糕	66
椰子水果蛋糕	39	酸奶慕思蛋糕	68
青葡萄蛋糕	39	帽形母亲节蛋糕	70
柠檬巧克力小蛋糕	41	情人节果冻蛋糕	72
苏饼蛋糕	41	烛形生日蛋糕	74
长崎蛋糕	43	婚礼蛋糕	76
蜂蜜蛋糕	43	栗泥圣诞树下	78
凤梨胡萝卜蛋糕	45	面糊类蛋糕	80
黑森林蛋糕	45	基本奶油蛋糕	82
蔬果蛋糕	47	笑嘻嘻小蛋糕	84
玉米蛋糕 香蕉蛋糕		糖霜柳橙蛋糕	84
芒果蛋糕 芋头蛋糕		樱桃酒蛋糕	86
天使蛋糕	48	圣诞小屋	86
基本天使蛋糕	50	重奶油蛋糕	88
		圣诞水果蛋糕	88

维也纳巧克力蛋糕 90

乳酪蛋糕 92

发酵蛋糕 93

鲜奶乳酪蛋糕 94

奶油乳酪蛋糕 97

巧克力乳酪蛋糕 97

脆皮苹果乳酪蛋糕 98

红莓卷乳酪蛋糕 101

萨伐仑蛋糕 102

库克洛夫蛋糕 103

咖啡发酵蛋糕 104

椰蓉蛋黄蒸糕 106

蒸咸蛋糕 106

〔霜 饰 篇〕

霜饰介绍 110

霜饰与挤花技术 114

糖花制作 118



前言

在所有的甜点中，蛋糕应可算是最受欢迎的一种，因为它不但味美，更代表着欢乐的气氛，难怪成为不分国籍、老少咸宜的美食。

一、标准蛋糕分类法

蛋糕的种类众多，可依材料和做法的不同分成乳沫类、戚风和面糊类等3类。

乳沫类蛋糕包括海绵蛋糕(Sponge Cake)与天使蛋糕(Angel Food Cake)，主要是利用鸡蛋打进空气，经过烘焙使空气受热膨胀而把蛋糕撑大。这类蛋糕可以不加油脂(但常加少许液体油使质地较柔软)，故又称清蛋糕，是最早出现的蛋糕。

戚风蛋糕是乳沫类和面糊类蛋糕改良综合而成的。制作时蛋白、蛋黄须分开，分别打发，最后才混匀。其组织最为膨松，水分多而味道清淡不腻，十分受人欢迎。

面糊类蛋糕包括轻奶油蛋糕、重奶油蛋糕以及水果蛋糕。都要靠大量的奶油搅进空气使蛋糕膨胀。由于组织密实，味道香醇，故广受欧美人士喜爱，认为是最高级的蛋糕。

二、蛋糕的命名

蛋糕的命名大致有以下几个方式：

- ①依蛋糕所含的特殊材料命名，如胡萝卜蛋糕、全麦蛋糕。
- ②依蛋糕本身的口味命名，如巧克力蛋糕、柳橙蛋糕。
- ③依外表霜饰的材料命名，如鲜奶油蛋糕、

脆皮巧克力蛋糕。

- ④依地名、人名或商店名命名，如黑森林蛋糕、库克洛夫蛋糕。
- ⑤依特殊的做法命名，如蒸蛋糕、千层蛋糕。

以上这些命名都是俗名，彼此也有重叠的情形，没有什么代表性。例如一个胡萝卜蛋糕，它也许是加了胡萝卜泥的海绵蛋糕，也许是加了胡萝卜泥的奶油蛋糕，一个鲜奶油蛋糕，也可能是巧克力口味或柳橙口味。但是一些有名的蛋糕就有固定的做法，而且几乎成为经典。例如黑森林蛋糕，全世界蛋糕店卖的多半是加有胶质的海绵蛋糕，并饰以鲜奶油和碎巧克力。

如果您在制作蛋糕上是个新手，建议您由基本的各类蛋糕开始一样一样地尝试几次，并记住各类配方产生的不同滋味，很快地您就会了解所有蛋糕分类的概念了。

三、制作蛋糕乐无穷

近年来随着生活水平的提高，对蛋糕的质感比较讲究，食品店出售的蛋糕，无论是材料或制作方法，都不逊欧美日等国，但市价往往贵得吓人，其实一个蛋糕成本没多少，何不试着自己做呢？

自制的蛋糕除了价廉以外，还更新鲜美味，又没有各种添加物；而且烤蛋糕的过程也非常的有趣。当您看到乳白的面糊在烤箱中膨胀起来，发出弥漫全屋的香味，一定会非常兴奋。这也是为什么有些不爱吃甜食的人却很喜欢自己烤蛋糕的原因。

但有些人因为经验不足，每次做都失败，渐渐就不敢尝试了，还有些人因为工具不足或材料买不到而无法一圆做蛋糕的梦想。幸好最近各大超市及百货公司都有越来越多这类工具、材料可以选购，只是还缺少一本专为家庭自制蛋糕而写的详细的食谱。

笔者认为一本实用的蛋糕食谱必须有几

个特色。

①说明极为详尽 如果我们要教一个外国人炒米粉，那可能要写上七八页才讲得清楚，因为外国人连米粉是什么样子都不知道，也没有“炒”的概念。同理，第一次烤蛋糕的读者也是没什么概念，不能只说一句“蛋加糖打发”就算了，蛋、糖怎么打？用什么工具打？打多发？打错了会怎样？都得一一说明清楚。

②翔实的彩照 彩照不但吸引人，更胜过千言万语的文字说明。但彩照必须诚实，也就是说彩照里的蛋糕必须真的是依照说明与步骤做出来的，读者依法也能做出同样的东西。

③适合家庭自制者使用 如果是专为一般家庭而做的食谱，其做法必须适合在家庭中使用。因此分量必须是家庭烤箱能容纳的，材料及工具也不要太复杂罕见，更不要添加保存剂、抗氧化剂之类的化学物质。

以上这些，都是是本书努力的目标。由于篇幅所限，我们只能在已有的千百种配方中选出最美味的数十种介绍给喜好蛋糕的朋友，而且将其口味修正到较不甜不油腻，并改用较简易而适合家庭的做法。希望您会喜欢这本书，并祝您成功地做出美味的蛋糕。最后我还要特别感谢与我同校服务的前辈欧阳敏子老师，在我学习各种西点的过程中，给我最多的指导与帮助。

周淑玲

材料介绍

一、配方平衡的重要

某一种蛋糕需要用到哪些材料，要多少，这种规定我们叫它“配方”。目前我们能看到的蛋糕配方，有些已经过千百年的流传，有些则是现代的创作。传统配方当然是经验的累积，不断尝试错误与修正错误后的结果；现代配方则不一定，有些是大师傅摸索出来的结晶，有些则是食品科技学家计算出来的结果。蛋糕配方的确是可以计算的，一个具有理论基础的烘焙高手，不必经过太多次的尝试错误就可以定出一个好的配方，完全符合自己的需要，还可修正已有的配方使之更完美。

要了解如何决定配方，就要先了解材料的性质。蛋糕的主要材料有面粉、蛋、糖、油脂、牛奶、化学膨大剂等6种。这6种材料依其性质可分为“干性材料”和“湿性材料”，以及“柔性材料”和“韧性材料”4大类。“干性材料”包括面粉、糖、化学膨大剂，“湿性材料”包括蛋及牛奶。若觉得蛋糕太湿就要增加干性材料，太干则要增加湿性材料。“柔性材料”包括蛋黄、糖、油脂以及化学膨大剂，“韧性材料”包括面粉、蛋白。若觉得蛋糕太韧不够松软就要增加柔性材料，若觉得太柔软而且蛋糕难以成型则要增加韧性材料。只要这6种材料分量配合得好，就能使蛋糕产生干湿适度、柔韧合宜的质感。

此外，尚有盐、香料、可可粉、蜂蜜、干果蜜饯等副材料，使蛋糕更香醇、有变化。有时候某些副材料也可代替一部分的主材料。例如，添加了可可粉就必须减少同量的面粉，蛋糕才不致过干；蜂蜜亦可代替糖，但必须减少牛奶的分量，以免蛋糕过湿。

二、材料基本认识

材料除了分量要正确外，本身的品质也很重要，以下介绍各种材料的性质及选购时应注意的事项。

面粉



小麦的种类非常多，磨出来的面粉各不相同，面粉厂会将各种面粉混合调配出多种不同性质的面粉，以适应不同的需要。在面粉的性质中，麸质含量的多寡是最重要的。面粉中的麸质是一种蛋白质，遇水后彼此键结成链，就叫做“筋”。一般常用到的面粉，依麸质的含量可分为高筋、中筋、低筋三种。高筋面粉多半是用来做面包，中国人也拿来做法条；中筋面粉则中式点心用得最多，包子、馒头、面条、水饺都可以做；低筋面粉就是做蛋糕、小西点等松软食品用的主材料。不过也有少数例外。

面粉要新鲜，生虫发霉就不可用。用后要密封，勿使其受潮。每次使用时都必须用筛子筛过，才不会因结成颗粒而无法与其他材料拌匀。

在有些配方中，曾用玉米粉代替部分面粉，使蛋糕组织更细致柔软。玉米粉是一种淀粉，完全没有“筋”，所以加入玉米粉可以降低面粉的筋度。当买不到低筋面粉时可在中筋面粉里添加约20%的玉米粉来使用。其他淀粉也可以代替玉米粉。

鸡蛋



蛋糕顾名思义当然要用蛋，而且多半是用鸡蛋。因为鸡蛋人人喜欢又价廉，并且腥味较淡。用比较新鲜的蛋，做出的蛋糕效果较好。新鲜的蛋其蛋白很黏稠，稀稀的则表示不新鲜，用来做蛋糕会影响蛋糕组织的膨

松。所以使用时，最好一个一个打在碗中看是否新鲜再使用。

除了新鲜之外，还要注意蛋的大小。本书因为每个蛋糕不过用蛋3~4个，而且均选用中等大小的蛋，所以不必称重而直接把需要用蛋的个数写出。其实蛋糕店中，蛋的用量都是称重的，而本书则以一个50克(不连壳)为标准，免去称重的不便。

糖



现代人为了保健，不希望吃太多太甜的食物，所以本书配方中的糖都尽量减少。不过糖不只是蛋糕甜味的来源，也是构成组织的一部分，能帮助全蛋或蛋白形成浓稠而持久的泡沫，也能帮助奶油打成蓬松如羽毛状的组织。又可使蛋糕吃起来柔软细致，所以不是说不放就能不放。

做蛋糕多半使用细砂糖，有时为了改变风味也会用蜂蜜或红糖、黑糖等。做霜饰则须使用糖粉。



油脂

油脂有液体及固体两种形态。做海绵蛋糕或戚风蛋糕时用的是液体油，以便能融入面糊中拌匀；故色拉油、葵花油或融化的奶油、麦淇淋都可使用，只要新鲜就好。

做面糊类蛋糕用的是固体油，如奶油、麦淇淋等，目的是能拌入大量的空气使蛋糕组织膨胀。有些食谱不用奶油或麦淇淋，而

用“白油”，这是一种白色固体的硬质油。加了乳化剂的白油做起面糊类蛋糕效果更好，价钱又低于奶油，故多为糕点面包店使用。不过，白油都是大桶装的，一般家庭实在用不了那么多，所以本书仍都选用奶油。麦淇淋是植物性油脂，其性质与奶油差不多，可自由选择一种使用。

牛奶



牛奶可以使用鲜奶，也可以用奶粉冲泡(4大匙奶粉泡1杯牛奶)，全脂、脱脂都可以，不会有很大的差别，所以家中有什么就用什么，甚至拿“咖啡伴侣”——奶精来泡也行。若用罐装的浓缩牛奶(如三花奶水)可以加一倍的水稀释后再用，但炼乳不可使用，因为糖分太高，会影响到配方的平衡。

膨大剂



蛋糕除了利用蛋或奶油搅打后包容的气体使它在烘烤时膨胀外，还可以添加会产生气体的膨大剂以补充打入空气之不足，这样蛋糕自然更蓬松，体积更大。这可说是一种廉价而方便的方法，只不过膨大剂须依食谱指示添加，如果用太多会有异味，甚至影响蛋糕的质地。以下介绍3种常用的膨大剂：

①发粉(Baking Powder)

又称泡打粉，大多数的蛋糕如须添加膨大剂皆使用此种。发粉混和入面糊后，一经加热就会释出气体使蛋糕膨胀。

②小苏打(Baking Soda)

就是中国菜里常用来腌牛肉的白色粉末，有时也用在蛋糕制作上，尤其是巧克力蛋糕更常用。因为小苏打是碱性的，可中和可可粉的酸性。

③酵母(Yeast)

与前两者不同的是，它是一种生物，在潮湿温暖的环境下会慢慢繁殖并放出二氧化碳使面团膨胀。包子、馒头和面包的发酵膨胀就是靠它，而蛋糕就很少使用酵母(本书只有“发酵蛋糕”是使用酵母来帮助它膨胀的)。



香料

常用的香料有香草片、香草精、柠檬或柳橙的皮末，以及酒类如朗姆酒、樱桃酒、葡萄酒等。欧美人士还喜欢添加丁香、豆蔻、肉桂和姜等，我们可依自己的喜好取舍。此外，盐也是一种重要的调味料，少量的盐可使蛋糕较不甜腻，增加风味。但如果使用有咸味的奶油，就可以不加盐。



巧克力(可可)

无论用在蛋糕本体或用在霜饰，巧克力

口味总是大受欢迎。巧克力的原料是可可豆。可可豆采收后经过加工及分离，成为可可脂与可可粉两种主要产品。前者是乳白色的固体油脂，后者是棕色粉末。将此二者加糖及牛奶等再调制即可做出高级的巧克力糖。可是商人为了节省成本，往往将此二者分开使用。

只用可可脂而不加可可粉做出来的巧克力，就是白巧克力，有各种口味，如柠檬巧克力、薄荷巧克力，虽也相当受欢迎，可是缺少了可可粉的苦味及香味，总觉得不如黑巧克力可口。若只用可可粉而不用可可脂，代之以其他油脂(如前述之白油)，做出来的巧克力外表看起来与高级巧克力一样，吃起来却味同嚼蜡，完全没有巧克力应有的入口即溶的感觉。因为可可脂的性质非常特别，与其他油脂都不相同，主要是它的熔点与人的体温差不多，所以看是固体，放入嘴里就融化了。

烘焙使用的可可产品有很多种，本书为方便读者获取，仅使用商店常见的黑、白巧克力、巧克力米及可可粉等数种。而一般蛋糕店都使用便宜的人造巧克力，我们如使用真正巧克力(仔细阅读包装上的标示即知)，蛋糕的风味必定更胜一筹。另外，购买可可粉时，注意不要去买冲泡巧克力饮料的粉末。可可粉是棕色味苦的粉末，完全没有甜味。

三、常用换算表

(一)重量换算表

1 公斤 = 1000 克
 1 磅 = 454 克 = 16 盎司
 1 盎司 = 28.35 克

(二)容积换算表

1 公升 = 1000 毫升
 1 杯 = 240 毫升 = 16 大匙
 1 大匙 = 15 毫升
 1 小匙 = 5 毫升
 $\frac{1}{2}$ 小匙 = 2.5 毫升
 $\frac{1}{4}$ 小匙 = 1.25 毫升

(三)常用材料容积重量换算表

奶油	1 杯 = 227 克 = $\frac{1}{2}$ 磅
	1 大匙 = 14 克
麦淇淋	1 杯 = 227 克 = $\frac{1}{2}$ 磅
	1 大匙 = 14 克
色拉油	1 杯 = 227 克 = $\frac{1}{2}$ 磅
	1 大匙 = 14 克
牛奶	1 杯 = 227 克 = $\frac{1}{2}$ 磅
	1 大匙 = 14 克
细砂糖	1 杯 = 200 克
糖粉	1 杯 = 130 克
面粉	1 杯 = 120 克
玉米粉	1 大匙 = 12.6 克
奶粉	1 大匙 = 7 克
可可粉	1 大匙 = 7 克
碎巧克力	1 大匙 = 7 克
花生酱	1 大匙 = 16 克
蜂蜜	1 大匙 = 21 克
	1 杯 = 340 克
碎干果	1 杯 = 114 克
葡萄干	1 杯 = 170 克
干酵母	1 小匙 = 3 克
盐	1 小匙 = 5 克
发粉	1 小匙 = 4 克
小苏打	1 小匙 = 4.7 克
塔塔粉	1 小匙 = 3.2 克

(四)蛋与奶换算表

蛋(连壳)1 个 = 60 克
 蛋(不连壳)1 个 = 50 克
 蛋黄 1 个 = 20 克
 蛋白 1 个 = 30 克
 牛奶/鲜奶 1 杯 = 奶粉 4 大匙 + 水

(五)模型容积换算表

①圆模型之容量

8 英寸 $\times \frac{1}{2}$ = 6 英寸
 8 英寸 $\times \frac{3}{4}$ = 7 英寸
 8 英寸 $\times \frac{4}{9}$ = 9 英寸
 8 英寸 $\times \frac{5}{9}$ = 10 英寸
 8 英寸 $\times 2$ = 11 英寸
 8 英寸 $\times 2\frac{1}{4}$ = 12 英寸

②长模型或方模型之容积

7 $\times$ 3.5 英寸长模型 $\times \frac{2}{3}$
 = 9 $\times$ 4.5 英寸长模型
 7 $\times$ 3.5 英寸长模型 $\times 2$
 = 8 英寸圆模型
 9.5 $\times$ 11.5 英寸方模型 $\times \frac{2}{3}$
 = 7.5 $\times$ 9.5 英寸方模型
 注: 1 英寸 = 2.54 厘米

备注

多少面糊放在多大的模型中烤是有一定的,须遵循食谱的说明,不可用太大或太小的模型来代替。如您的模型与食谱指定的大小不一样,请依上面各项换算表计算出所需材料的分量。

(六)烤箱温度换算表

110°C = 230°F	185°C = 365°F
120°C = 250°F	200°C = 390°F
135°C = 275°F	210°C = 410°F
150°C = 300°F	220°C = 430°F
160°C = 320°F	235°C = 455°F
170°C = 340°F	250°C = 480°F

工具介绍

一、烤箱

1. 选择烤箱

烘焙蛋糕最好用烤箱烤。有些锅子或微波炉虽然宣称能烤蛋糕，但是使用起来不方便，效果也不好。蒸笼也可以蒸几种蛋糕，但是无法控制温度，总不如烤箱好用。其实买一个烤箱所费无几，用途却很广，中西料理也都能做。选购烤箱时要注意以下几点：

- ①内部一定要够大，最少可以放入一个9英寸的圆模型或一个7.5×9.5英寸的方模型，若能放入一个9.5×11.5英寸的方模型则更佳。
- ②一定要有定温装置，也就是只要使用者将烤箱温度开关调到某一个温度，烤箱便会自动加热到此温度并保持此温度，不用人去控制。关于这一点，瓦斯烤箱就必须使用者时时去调整瓦斯火的大小，较不方便。
- ③一定要有定时装置。使用者可预设多少时间，时间一到烤箱会发出声音并自动切断电源。对于粗心大意的人来说，烤箱如果没有定时装置，那么烤焦蛋糕必定是家常便饭。
- ④要有上下火装置，也就是烤箱内必须有上下两个加热源。每一种蛋糕要用偏上火烤或偏下火烤是不一样的。有些专业用蛋糕食谱所指定的温度就有两个：上火多少度，下火多少度。如果您的烤箱上下火无法分开独立调整也无妨，因为烤箱内壁有几个格子可以放烤盘，需要上火大就把烤盘往上面的格子移，需要下火大就放在下面一点的格子上。本书即用此法来指定上下火的温度差别。
- ⑤外型好，附件齐全。外型精致美观与否可判断该产品制作是否精良，尤其外表如果会割手或烤箱的门与箱体不紧密，烤盘取放不方便，必定是劣质产品，不宜购买。一般烤箱都附有一个烤架和烤盘，烤盘如

有两个则更完美。另外还要附有取烤盘的把手才方便拿取。

2. 使用烤箱注意事项

- ①烤箱摆放要平稳，箱门前不要放东西以免妨碍开关。由于烤箱比较耗电，所以不要与其他电器共用一个插座。
- ②烤箱无论用来烤什么，都必须先预热。也就是在食物还未放入烤箱前，就先将开关调到需要的温度，预先加热约10分钟，才能将食物放入。尤其烤蛋糕特别需要先预热，因为蛋糕打好必须马上烤，如果打好时烤箱没有预热就无法立即烘焙，蛋糕的泡沫很可能会消失而烤成大饼。
- ③烤箱开始使用后电热管会渐渐变红，但一会儿又变暗，如此变来变去就是它在自行调整温度，不是故障。

3. 烤箱的清洁与保养

烤箱的清洁并不难，使用完等冷却后就可用水抹布擦拭内部。烤西点不大会弄脏烤箱，烤鸡、烤牛排就比较会有油渍溅出，所以最好用铝箔纸包着烤就不会弄脏烤箱。家里的烤箱构造很简单，不容易出故障，唯一使人困扰的是有时温度控制不太灵敏，或火力不平均，必须靠使用者的经验去弥补。毕竟一个数百元的家用烤箱无法和蛋糕店昂贵的设备相比呀！

二、制作工具

这3种工具是用来称量材料用的。现在大部分的超市都有卖很漂亮的小秤、量杯、量匙更是普遍，最好都准备一套。如果没有秤，请利用第13页的“常用换算表”将材料的重量换算成容积。用量杯或量匙来量。量杯和量匙的容积也列在换算表上。

用量杯、量匙量材料要刚好平杯面、匙面，最好用筷子刮平表面，分量才准确。

①电动打蛋器

是最省力的打蛋糕工具。使用方法也很简单。打全蛋及鲜奶油时，必须使用电动打蛋器，用手打简直是不可能，太费力了。本书皆采用手提式的电动打蛋器，座式电动打蛋器效果虽佳，但价格昂贵，一般家庭不须购买。

②直形打蛋器

是最常用的搅拌工具，什么材料都可以搅拌。

③螺旋形打蛋器

是专门用来打蛋白的，效果又好又快。

不锈钢的圆底盆子，用来做西点蛋糕最方便。能买两个最好，一个约10英寸，一个约11英寸。

用来筛面粉的细网筛子有大有小，其功能是避免面粉结块，导致不容易与其他材料混匀。有种钢杯型筛子，压动把手处面粉便会自动筛下，非常方便。

刀身为橡皮制的，可以将钢盆或模型中的面糊刮得干净。没有橡皮刀的人只好用手代替。

模型只要耐得住烤箱高温烘烤，什么质料都行。可按要做的蛋糕种类来购买，不必一次买很多式样，也不必强求与食谱上的完全相同。

以铝箔纸杯或蜡纸杯垫在蛋糕模型中可以省去涂油撒粉的麻烦，蛋糕取出后携带也很方便。而本书中用来卷蛋糕的白纸或模型底下垫的白纸都是道林纸。

将烤好的蛋糕倒扣其上放凉，即是凉架的功能。可用烤箱附的烤架或炒菜锅附的蒸架代替。

有时用西瓜刀，长而锋利，可轻易将蛋糕横剖切片，而且切口平滑、整齐、漂亮。

蛋糕放在转台上面，可以旋转着涂抹霜饰。家里若有旋转式的菜盘也可以拿来替用。

用来将洋菜亮光胶或果酱涂抹在蛋糕上。

可将涂抹在蛋糕上的霜饰刮平或刮出花纹。

用来挤各种奶油花之用。“霜饰篇”会详述。

挖水果球、削巧克力屑、擦巧克力条之用。



蛋糕制作基本概论

确定了要做的蛋糕配方，买好材料，工具与模型后，我们就可以开始制作蛋糕了。做蛋糕的基本步骤有3大项：1)准备；2)搅打；3)烤焙。无论做哪种蛋糕大概都必须经过这三个程序，只是其中的过程有些不同而已。每种蛋糕的详细做法，我们会在后面分章说明。本章先把制作各类蛋糕应注意的共同事项综合概说如下。

一、准备

1. 工具洗净擦干

面粉筛子、钢盆、各种打蛋器及橡皮刀是每次都会用到的工具，所以平时最好放置在一起，以方便拿取。制作前先将这些必备工具洗净，擦干。其他的工具及盛装材料的碗盘、容器也都要洗净，擦干。

2. 模型涂油撒粉或垫底纸

模型若能与食谱上的一模一样最为理想。如果外型不同，至少容量要差不多。为了使烤好的蛋糕能自模型中顺利取出，模型的防黏处理也很重要，否则漂亮的蛋糕因为取出不易以致外型有些小缺陷，岂不令人遗憾。最普通的防黏处理是：

- ①先用手指挖一点奶油或麦淇淋，在模型内部薄薄地抹一层。
- ②再撒入约1大匙面粉，晃动模型，使模型内部都沾到面粉，再把多余的面粉拍倒出来。

经过以上这两个步骤处理过的模型，蛋糕烤好后会很容易倒扣出来。如果用的是平底模型，有时候可在底部垫一张白色道林纸，就可省去涂油撒粉的麻烦；边壁不必垫纸，用小刀割开蛋糕与模型即可。

要注意的是，并非所有的蛋糕模型都必须涂油撒粉，也有例外的。像天使蛋糕与戚风蛋糕的模型就不能涂油，涂了油，蛋糕的组织与膨胀力都会受影响。通常天使模型不涂油也不垫纸（天使模型是圆环形的，无法

垫纸），天使蛋糕烤好冷却后就用力摔，把蛋糕从模型中摔出来，蛋糕的完整性不受影响。戚风蛋糕不能摔，一摔就碎，所以模型必须垫纸。此外，凡是无法垫底的花模型都不能用来烤戚风蛋糕，因为此种蛋糕组织太松软，根本无法自花形模型中完整取出。

近年市场流行的乳酪蛋糕，其外形本身就精致柔美，故通常不予装饰。为了不破坏其细致的外表，不宜用倒扣法取出。最好用一张稍大的铝箔纸铺满整个模型内部，烤好后可提着铝箔纸的四个角取出蛋糕，再撕去铝箔纸即可。

3. 称量材料

材料分量较大或是固体的可用秤称，分量较小或是液体的则用量杯、量匙量比较方便。

如果没有秤可利用本书的换算表将重量换算成容积。但奶油用量杯量实在太麻烦了，有个取巧的方法是用分切的。商店里有些奶油用纸包装成条块，小长条一条约110克（ $\frac{1}{4}$ 磅），可装满半个量杯。如果需要30克奶油，切下约 $\frac{1}{4}$ 块就可以了，不是很方便吗？

有时候为了迁就设备，我们会改做较小或较大的蛋糕，材料分量就必须减少或增加。这时必须特别小心，不要前后不一致。万一前面量的材料分量都除以二，后面量的却忘了，那一定会失败的。

4. 材料放置适宜

称好的材料，应放在适宜的地方才能省时省力。以下有三种放置法：

(1) 全蛋式海绵蛋糕

- ①蛋和糖放在钢盆里，视需要放在温水上搅拌加温。
- ②将筛子放在一个小盘子上一起称重，再加入面粉称重。如果有用到发粉、小苏打、盐或可可粉时就加在面粉里一起过筛。
- ③油及牛奶用量杯量好，分别放在碗中或

留在量杯里都可以，或共盛在一起也无所谓。

(2)分蛋式海绵蛋糕、天使蛋糕及戚风蛋糕

①先将蛋白蛋黄小心分开，分放两个钢盆里。

②糖分成两份，一份为蛋白个数乘以20克，放在碗里备用，剩下的放到蛋黄里。

③其他材料放置法同全蛋式海绵蛋糕。

(3)面糊类蛋糕

①钢盆中放的是奶油和糖，蛋放一边备用，不必打破。

②其他材料放置方法同全蛋式海绵蛋糕。



留在量杯里都可以，或共盛在一起也无所谓。

(2)分蛋式海绵蛋糕、天使蛋糕及戚风蛋糕

①先将蛋白蛋黄小心分开，分放两个钢盆里。

②糖分成两份，一份为蛋白个数乘以20克，放在碗里备用，剩下的放到蛋黄里。

③其他材料放置法同全蛋式海绵蛋糕。

(3)面糊类蛋糕

①钢盆中放的是奶油和糖，蛋放一边备用，不必打破。

②其他材料放置方法同全蛋式海绵蛋糕。



二、搅打

在整个做蛋糕的过程中几乎是不停地在搅打，怪不得有人把做蛋糕或烤蛋糕直接说是“打蛋糕”。搅打的目的有两个：一是打发；一是拌匀。

1. 打发

是指将材料以打蛋器用力搅拌，使大量空气进入材料中，如打发蛋白、全蛋、奶油、鲜奶油等。

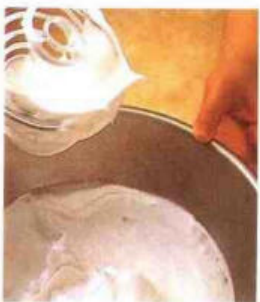
(1) 打发蛋白

天使蛋糕、戚风蛋糕以及一部分的海绵蛋糕是先打蛋白的，蛋黄后来才加入拌匀。蛋白的黏性很强，打入空气后会形成一个一个包着空气的细小泡沫，一经高温烘烤空气膨胀便把蛋糕体积撑大。但是蛋白非常敏感，沾到一丝油气、水气就不能打发，所以分蛋时必须非常小心（夏天时尤以冰过的蛋较好分），容器工具也必须彻底洗净擦干。

打蛋白最好用螺旋形打蛋器，用手握着，往下偏左打，顺着弹起来的力量提起再往下打。蛋白起先是黏液状，打约1分钟成为泡沫状（第一阶段），就要加糖（糖量为蛋白总重量的 $\frac{1}{3}$ ）。未加糖的蛋白再怎么打也不容易坚硬，无法达到支撑蛋糕的目的。继续打约5分钟成为光泽的奶油状，提起打蛋器，见打蛋器上的蛋白尖峰下垂，此为“湿性发泡”（第二阶段）。再打2~3分钟，提起打蛋器，其中会有1~2厘米高的尖峰站立不下垂，光泽较差，此为“硬性发泡”（第三阶段）。如果再打，会打成一球一球的棉花状。



打到发泡的蛋白



打到湿性发泡的蛋白



打到硬性发泡的蛋白

做蛋糕多半是要打到硬性发泡，只有天使蛋糕打到湿性发泡即可。打不够，蛋糕出炉后便会收缩；打到棉花状的蛋白则不易与蛋黄面糊混匀，烤好后蛋糕里面会有一块一块的蛋白碎屑，蛋糕体积也会变小。所以正确判断蛋白打发的程度是否足够是非常重要的。

蛋白要打到硬性发泡，须费很大的力，手免不了会酸，稍微休息一下无妨，只是休息时间记得要扣掉。那可否用电动打蛋器打蛋白呢？据笔者的经验是虽然省力，却不省时，效果也未必好。因为蛋白在初打的阶段无法承受电动打蛋器的高速，很容易越打越稀。所以可以先用螺旋形打蛋器手打数分钟，后面越来越硬越难打时再使用电动打蛋器。

(2) 打发全蛋

最早期的海绵蛋糕是用全蛋加糖直接打发的，后来才有分蛋的打法，因为后来科学家发现蛋黄中含有大量脂肪，会妨碍蛋白的起泡，因此打全蛋比打蛋白费力得多。并且以同样分量的材料来打，全蛋式蛋糕的体积比分蛋式蛋糕小，吃起来也较不松软。

不过如果家里有电动打蛋器可代劳，做全蛋式的蛋糕真是很方便。既不必分蛋，又可少用一些容器，5分钟就可打好一个蛋糕。但全蛋的温度必须在40℃左右，太冷的蛋不易打发，所以冬天记得把蛋和糖放在温水上加温搅拌一下，直到手指触之有微温再离开热水。夏天做也要先把蛋从冰箱取出，在室内放一阵子使蛋回复正常温度再做。

全蛋的打发不容易分成阶段，只可观察其颜色越来越白，浓度越来越高，就是打发了。视蛋量多寡用电动打蛋器高速打3~5分钟就够发了。

(3) 打发奶油

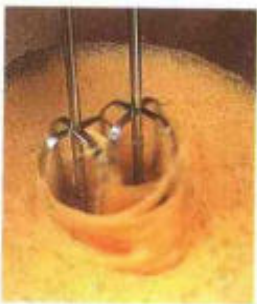
做面糊类蛋糕主要的工作就是打奶油，其目的在于打入空气使蛋糕松软。只是奶油打发的样子不容易看出来。



○ 搅打正确的分蛋蛋糕



✗ 搅打不足的分蛋蛋糕，内部组织呈年糕状。



○ 全蛋初打时



○ 全蛋打发后



○ 搅打正确的全蛋蛋糕



✗ 搅打不足的全蛋蛋糕，内部组织呈年糕状。

打奶油很简单，将奶油和糖放在钢盆中，用电动打蛋器或直形打蛋器磨即可。起先奶油较硬，越打越松软，颜色也会变浅，最后便成了膨松如羽毛状的奶油糊。电动打蛋器约须打1~2分钟，手打则须3~5分钟。

冬天奶油很硬时，可隔水加温使之软化一些，但不要煮融了。融化的奶油是无法打进空气的。

2. 拌匀

拌匀就是将两样东西混合均匀，不须太用力，所以比较容易。一般须拌匀的情况有以下5种，工具多半是用直形打蛋器。

(1) 粉类与粉类混匀

只要一起放在筛子中过筛即可。

(2) 液体油加入蛋液或面糊中

须一匙一匙加，搅匀了再加第二匙。如果蛋是打发的，因为比重不同油会沉淀在下面，须用橡皮刀刮起底部的油彻底搅匀。

(3) 蛋加入奶油中

须一个一个加。每加一个蛋都要用力搅拌到蛋液消失才能再加第二个。

(4) 粉类加入面糊中

粉状物要用筛子筛在面糊上，再用打蛋器轻轻搅拌均匀。做蛋糕要用低筋面粉就是不希望有太多的“筋”使蛋糕收缩，如果太用力且搅拌太久，即使是低筋面粉也会出筋而使蛋糕出炉后收缩。

(5) 两种面糊拌匀

很多蛋糕，其制作过程的最后一个步骤都是把蛋白泡沫和蛋黄面糊拌匀。这两种面糊的浓度必须差不多，否则不容易拌匀；一旦费时太久才拌匀，气泡容易消失，烤出来的蛋糕自然会缩小。

如果完全依照食谱做，照理来说面糊的浓度应该差不多，但有时因温度的变化仍会产生不同的结果。例如“维也纳巧克力蛋糕”中的巧克力酱和奶油，在天气过冷的时候会

变得很硬，难以与蛋白泡沫混匀，最好能不时地放在温水上软化一下。而“鲜奶乳酪蛋糕”中的乳酪和牛奶煮融后必须彻底冷却，否则会因太稀而无法与蛋白泡沫混匀。

除了用直形打蛋器拌匀外，最后仍要用橡皮刀把最底下的面糊彻底翻上来混匀，拌匀的工作才算完成。

三、烘焙

蛋糕打好了便要立即进炉烘烤。前面介绍烤箱时已说过烤箱无论烤什么都必须先预热。一般家用烤箱预热约须5~10分钟，只要看加热管由黑变红再变黑就是预热够了；预热时间宁可长些也不要不够，以免温度不够使蛋糕膨胀不良。

1. 烘焙温度与时间

- ① 蛋糕模型放在烤箱中的什么位置烘焙，与蛋糕的厚薄有关。普通的厚蛋糕须放下层烤（即偏下火），因为此蛋糕既然厚度大，若放中上层，其表面就太接近上热管，很容易表面焦了，里面还未熟。而薄片的蛋糕必须放上层烤（即偏上火），否则其表面离上热管太远不易烤熟，等表面烤熟底面就焦了。
- ② 烤愈大的蛋糕越须低温长时间烤，愈小的蛋糕越须高温短时间烤。这和普通烹调原理相同，譬如炒肉丝、肉丁当然要用大火快炒，煮全鸡就要用小火慢炖。一个较小的蛋糕若用低温长时间烤，虽也能烤熟，但会使其体积膨胀得不够大，水分耗损过多而变得干燥；而一个大蛋糕若用高温短时间烤，外表一下就焦了，里面还是没烤熟。所以若您做的蛋糕小于食谱上的，就必须提高温度缩短时间烤，反之就要降低温度延长烘焙的时间。
- ③ 含油量或含水量较高的蛋糕，其烘焙温度较低，需要的烘焙时间较长；而含油量、水量少的蛋糕则须以高温并缩短时间烘烤，以免变形干燥。

本来烘焙的温度时间只要照着食谱上的规定就可以了。但很多人虽完全依照食谱，却常把蛋糕烤失败。这是因为家用烤箱不是很精密的机械，每一台的温度都不大相同，而家庭电压也不是很稳定，可能中午会比早上弱，所以控制烤箱温度就要靠一点经验。第一次用某个烤箱时要特别注意，守在一边观察其热管颜色变化，随时调整温度，免得碰到一个“超级”烤箱，10分钟就把蛋糕烤焦。

2. 蛋糕烤熟与否测试法

蛋糕烤熟与否可用手指按其表面测试，这是比较方便而准确的方法。手指轻按蛋糕中间，如果表面留有指痕或感觉里面仍柔软浮动，而且隐约有沙沙声就是没熟。如果按下去感觉有弹性就是熟了。蛋糕熟了就可取出放凉，准备装饰。

3. 蛋糕冷却法

蛋糕如何冷却呢？这并没有很明确的规则，如果是用平底方模型烤的薄层蛋糕多半倒扣在一张道林纸上，再趁热把底纸撕掉，待其完全冷却。圆蛋糕或长条蛋糕则将模型放在凉架上待凉，希望蛋糕表面平坦就将模型正放，希望表面隆起就倒放，冷却后再取出蛋糕。

4. 检查与改进

蛋糕冷却后，请先观察其外表，以检查烤箱温度是否适宜，再切开观察品尝其组织，以检查食谱的配方与做法是否正确。以下提供一些从蛋糕成品判断烤箱温度的方法：

- ① 在很短的时间内蛋糕就烤好甚至烤焦，表示烤箱温度过高。这时蛋糕表面隆起破裂，体积小且组织干燥不够松软。
- ② 烘烤时间已到，蛋糕仍然未熟即表示烤箱温度不够。即使延长时间把蛋糕烤熟，其表面仍旧平坦而黏手，模型周围也有湿黏的面糊，整个蛋糕吃起来软软黏黏的。
- ③ 蛋糕距上下火的位置是否正确，看蛋糕



○ 奶油初打时



○ 奶油打发后



○ 油脂搅拌均匀，蛋糕底部没有结油皮



✗ 油脂没有拌匀，蛋糕底部结一层油皮



✗ 火力太强，使蛋糕表面焦黑。



✗ 火力不足，使蛋糕表面收缩黏手。

表、底层的颜色是否恰到好处即知。若表面太焦即是蛋糕放太上面了，若底面太焦甚至结硬皮则可能是放太下层了。

海绵蛋糕

海绵蛋糕(Sponge Cake)是乳沫类蛋糕的一种。构成海绵蛋糕的主体是蛋、糖搅打出来的泡沫和面粉中的麸质结合而成的复杂网状结构。由于海绵蛋糕的内部组织有大大小小的圆洞,就像海绵的样子,因而得名。

海绵蛋糕大概是各种蛋糕中最普通的一种。它的做法容易,成本低廉,但是口味香甜松软,堪称最大众化的美味蛋糕,所以对烘焙蛋糕有兴趣的人都一定会做海绵蛋糕。初学者最好也从学做海绵蛋糕起步。

一、海绵蛋糕的材料

海绵蛋糕的基本材料只有3种,即蛋、糖和面粉,因为这三种材料能够形成上述的复杂网状结构而构成蛋糕。尤其是当蛋、糖和面粉三者的比例正确时,便能使蛋糕的体积膨胀至最大。但这样的海绵蛋糕就像路边卖的烤鸡蛋糕一样,趁热吃还不错,一冷却就变得干韧而不可口。因为蛋和面粉皆为韧性材料,只有糖为柔性材料,所以蛋糕会干韧,必须添加油脂使蛋糕较柔润;而糖与面粉皆为干性材料,只有蛋是湿性材料,所以蛋糕会太干,必须添加牛奶以提高其湿度。因此海绵蛋糕的材料必须再加上油脂与牛奶两种使其更柔润松软。

除了这些基本材料外,大部分的蛋糕都会添加少许盐以减少甜腻之感,海绵蛋糕也不例外。而添加香草精、可可粉等其他调味性的材料则可以使海绵蛋糕的风味更有变化。

至于发粉到底需不需要呢?添加适量发粉确实可以增加蛋糕的体积,使蛋糕更蓬松;但本书既将海绵蛋糕列为第一种蛋糕,自然希望强调其材料与做法的简易,而海绵蛋糕不加发粉也能做得松软,因此本书中的各种海绵蛋糕配方皆不添加发粉。读者若希望蛋糕能更蓬松,可以添加少许发粉。添加的原则是以1个8英寸圆形蛋糕材料为1份,每1份添加 $\frac{1}{2}$ 小匙。另外,有些市售的海绵蛋糕膨松如羽毛,那是添加了浓稠剂的缘故,自制则不须添加。

故,自制则不须添加。

准备海绵蛋糕的各种材料时,特别要注意以下几点:

- (1)蛋:海绵蛋糕的做法有两种:一种是全蛋搅拌法,一种是分蛋搅拌法。当用全蛋做法时,可以用完整的蛋,也可以多用些蛋黄,例如将4个蛋改成3个全蛋加2~3个蛋黄,蛋糕会更柔软细致;但用分蛋做法时,以蛋白蛋黄个数一致效果最好。另外,全蛋做法在搅打之前必须将蛋加温到40℃,否则打发的效果不好。除非是夏天,蛋又未冷藏,才可将就不加热。
- (2)糖:糖用细粒特砂,其分量最多可与蛋等量,最少须与面粉等量,本书皆取最少量。用全蛋做法时,糖直接加在蛋中搅打即可;分蛋做法时,糖就须要分成两份,一份加在蛋白中,一份加在蛋黄里。蛋白搅打时,必须加相当于蛋白总重量 $\frac{1}{4}$ 倍的糖量,搅打效果才好,也就是1个蛋白(平均约重30克)加20克的糖,其余的糖则加在蛋黄中。
- (3)面粉:面粉都是用低筋的,只有芋头蛋糕因用芋头代替部分面粉,所以改用高筋以支撑蛋糕组织。为了使蛋糕更细致柔软,有时也可用玉米粉代替约20%的面粉,因为玉米粉可降低面粉的筋度,因而减低了蛋糕的韧性。
- (4)油脂:海绵蛋糕一定要用流质油,如色拉油、融化的奶油或麦淇淋等。因为油脂是等蛋打发、面粉和匀才拌入,若是固体的油则无法拌入搅匀。油脂加得多当然会使蛋糕更柔润美味,但加得过量就无法融入面糊中而会沉淀,而且太多的油会破坏糖打起的泡沫。有些蛋糕店为了能多加些油脂使蛋糕吃起来更可口,会添加人工的乳化剂使大量油脂能融入面糊中而不致沉淀,自制者当然不须添加。
- (5)牛奶:在搅打蛋糕时,牛奶添加的多寡可调节面糊的浓稀程度。由于分蛋打的面糊较全蛋打的面糊浓稠,故可添加3大匙牛

奶，而全蛋打的只能添加2大匙牛奶。牛奶也可换成果汁、咖啡、蜂蜜等其他流质液体，以改变蛋糕的风味。

海绵蛋糕的做法有两种，一为全蛋做法，一为分蛋做法。全蛋做法较简易，但分蛋做法的成品体积较大，更松软可口。

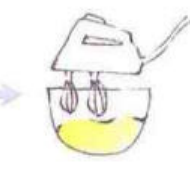
以上的基本做法最好能背熟，蛋糕的基本配方也最好记住，做起来才能得心应手。

二、海绵蛋糕制作要点

全蛋做法图解



蛋加糖隔水加温一边搅拌



蛋汁以电动打蛋器打发



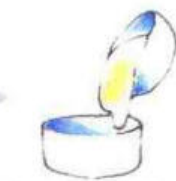
面粉筛入拌匀



加色拉油拌匀



加牛奶或果汁拌匀



刮入模型中烘烤



全蛋海绵蛋糕

分蛋做法图解



蛋黄加糖搅拌



加色拉油、牛奶等拌匀



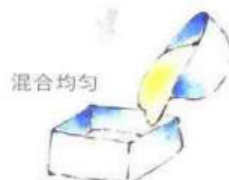
面粉筛入拌匀



蛋白打起泡沫



加糖打到硬性发泡



混合均匀

混合后刮入模型中烘烤



分蛋海绵蛋糕

另外，制作时必须再三注意以下几点：

- (1) 全蛋搅拌时，蛋和糖必须混合加温到40℃左右，即以手触之感觉微温的程度。蛋太冷打发效果不佳，太热蛋液就会开始凝结，根本不能打发。
- (2) 筛入面粉后不要过度用力搅拌，拌匀了就停，否则面粉一遇水再经搅拌就会“出筋”而使蛋糕收缩。若有其他粉状材料如玉米粉、可可粉、发粉等，最好与面粉一起过筛，拌入蛋糊中才会均匀。
- (3) 油脂与牛奶加入的先后次序本来没有什么影响，但因为油脂比较不容易拌匀，所以先加入拌匀，再加牛奶一起拌一下。又因油脂和牛奶容易沉到底部，所以要用橡皮刀将盆底面糊彻底翻上来拌匀。香草精等液体材料可随牛奶一起加入。
- (4) 分蛋时，蛋白绝不能沾上一点油、水或蛋黄，否则无法打发。蛋白搅打出泡沫后才加糖，用力打到硬性发泡，不要打发不够也不要打超过，这是分蛋式海绵蛋糕的成败关键。蛋白打得不够硬，烤好后蛋糕会收缩塌陷；打过头，会成一球一球棉花状，不易与蛋黄面糊混匀，烤好后蛋糕里面含有一块一块的蛋白碎屑，体积也会缩小。
- (5) 开始打蛋糕之前，就要先开烤箱预热，千万不要忘记。海绵蛋糕烘焙多半用180℃，放烤箱下层烤，如果蛋糕较薄或较小则放中、上层，并提高温度缩短时间烘烤。

三、制作海绵蛋糕失败的原因

- (1) 全蛋太冷：蛋汁不容易打成浓稠状，须延长搅打时间。
- (2) 全蛋搅打不足：全蛋做法一定要用电动打蛋器才打得浓，若打不浓，蛋糊稀稀的，蛋糕会膨胀不良。
- (3) 分蛋的蛋白没有打硬：蛋糕出炉后易塌陷，即表示蛋白未打到硬性发泡程度。
- (4) 面粉筋度过高或搅拌过度：蛋糕出炉后易收缩，表示面粉筋度过高或搅拌时用力过

度使面粉出“筋”了。

- (5) 油脂或牛奶未拌匀：蛋糕底层有孔洞或结油皮，表示油脂或牛奶未拌匀。
- (6) 烤箱温度太高：烘焙时间未到，蛋糕表面就隆起破裂，颜色焦黑，表示烤箱温度太高。
- (7) 烤箱温度太低：烘焙时间已到，蛋糕还未熟，其表面平坦，四周向内收缩且黏手，表示烤箱温度太低。
- (8) 烤箱上、下火不正确：蛋糕上下之熟度相差太多，例如蛋糕表面焦黑底面不熟，即是上火太大或模型放太上层了。

机器搅拌法

全蛋搅拌法

〔材料〕

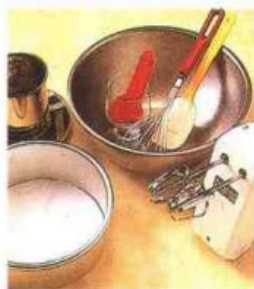
蛋	4个
细砂糖	120克
低筋面粉	120克
盐	1/4小匙
色拉油	2大匙
牛奶	2大匙

〔模型〕

8英寸圆模型1个，底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

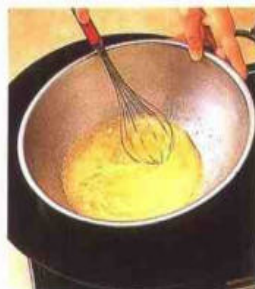
- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层，烤约40分钟。



工具洗净擦干。模型垫纸。



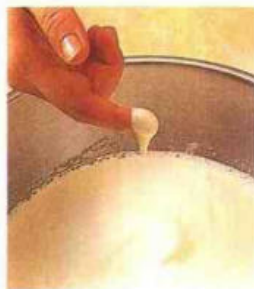
材料称好分量。蛋和糖放在钢盆中，面粉和盐放在筛子里。



将装有蛋、糖的钢盆置于热水上加温，同时用直形打蛋器搅打。（若在夏天且蛋未冷藏则不须加热。）



至蛋糖液有微温即可离开热水，换电动打蛋器搅打，继续打至浓稠发白。



打约3分钟，用手指挖些蛋汁，若在手指上停留约2秒才落下就够浓，可取出电动打蛋器。



将面粉及盐筛入。



换用直形打蛋器轻轻拌匀。差不多匀了就好，不要搅拌太久。



色拉油及牛奶加入，拌匀。色拉油及牛奶一定要与面糊完全混匀。



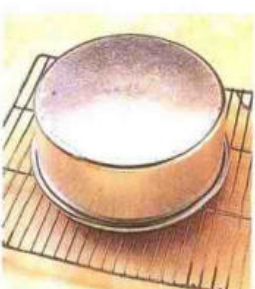
换橡皮刀搅拌，在最短时间内，彻底把最底部的面糊翻上来，以确定色拉油和牛奶没有沉淀在底部。



将面糊刮入模型中，尽量不要沾到模型边缘。拿模型在桌上摔一下，震出气泡即可开始烘焙。



手按蛋糕表面，感觉有沙沙声并呈凹陷状即表示未熟，可再烤数分钟；若按之无沙沙声且凹痕立即恢复原状即表示熟。



取出，倒放在凉架上待凉。

手搅拌法

分蛋搅拌法

〔材料〕

蛋	4个
细砂糖	120克
低筋面粉	120克
盐	1/4小匙
色拉油	3大匙
牛奶	3大匙

〔模型〕

7.5×9.5英寸方模型1个，底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

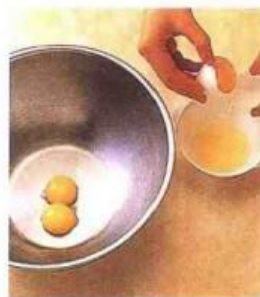
- 1) 烤箱先预热到190℃。
- 2) 烤时放烤箱中层，烤约30分钟。

〔备注〕

- 1) 若用分蛋搅拌法，蛋不必加热，冰过的蛋反而好分蛋白蛋黄。
- 2) 分蛋搅打时，可比全蛋法多加油和牛奶各1大匙，并不影响面糊浓度，却可使蛋糕吃起来更湿润。
- 3) 7.5×9.5英寸方模型体积比8英寸圆模型大，若材料分量相同，用前者烤出的蛋糕会较用后者烤出的薄，故宜放在烤箱中层，并增强火力，缩短时间烘焙。（并不是全蛋做法一定要用圆模型，分蛋做法一定要用方模型，读者可自由选择。）
- 4) 仔细观察比较可知分蛋法做出的蛋糕体积大于全蛋法，且质地也更细致、松软。



工具洗净擦干，尤其是会接触到蛋白的工具更要注意。模型垫纸。



蛋白蛋黄分开，各别放在一个钢盆中。注意蛋白中不可渗入一丝蛋黄，也不能沾到水或油。



用直形打蛋器轻轻拌匀，不要搅拌太久。放在一旁。



蛋白用螺旋打蛋器打，用力的方向是往下偏左。



八成匀了，就用橡皮刀将整盆蛋黄面糊全部刮入蛋白泡沫中。



继续用直形打蛋器拌到八成匀。



糖先取40克放在蛋黄盆里，其余80克置一旁备用。面粉及盐放在筛子里。



蛋黄和糖用直形打蛋器搅打到稍白，加入色拉油，用力搅拌，一匙拌匀了再加一匙。



牛奶也加入拌匀。



面粉及盐筛入。



打约1分钟后变成大泡沫，加入80克糖继续打，会越打越费力。



打约5分钟后，成为有光泽的奶油状。将打蛋器提起时，蛋白不会掉落，但尖端下垂，即为湿性发泡。



再打约3分钟后，打蛋器提起时，蛋白尖端挺立不下垂即为硬性发泡。取走螺旋打蛋器。



用直形打蛋器挖约 $\frac{1}{4}$ 蛋白泡沫到蛋黄面糊中轻轻拌匀。



换用橡皮刀搅拌，在最短时间内彻底把最底部的面糊翻上来，拌匀。



将面糊全部刮入模型中。拿模型在桌上摔一下，震出气泡即可烘焙。



蛋糕烤好后，用小刀沿模型边缘割开蛋糕与模型。



倒扣在凉架上，趁热将底纸撕掉。



葡萄干小海绵

〔材料〕

蛋……………4个
细砂糖……………120克
低筋面粉……………120克
盐…………… $\frac{1}{4}$ 小匙

色拉油……………2大匙
牛奶……………2大匙
葡萄干……………适量

〔模型〕

4英寸花模型6个，内部涂油撒粉。

〔烘焙〕

1) 烤箱先预热到210℃。
2) 烤时放烤箱中层，烤20分钟。

〔做法〕

同基本海绵蛋糕全蛋做法，最后混入葡萄干，即可舀入模型中。

奶油小方块

〔材料〕

蛋……………4个
细砂糖……………120克
低筋面粉……………120克
盐…………… $\frac{1}{4}$ 小匙
色拉油……………3大匙

牛奶……………3大匙
咸奶油酱……………少许
柠檬巧克力……………适量
果酱……………少许

〔模型〕

7.5×9.5英寸方模型1个，底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

1) 烤箱先预热到190℃。
2) 烤时放烤箱中层，烤约30分钟。

〔做法〕

1) 按基本海绵蛋糕分蛋做法烤好蛋糕，切成菱形块。每块四周皆涂一薄层咸奶油酱。
2) 柠檬巧克力用刨刀刨成碎屑，沾在蛋糕四周。
3) 在表面挤上一点果酱即可。



新月水果卷

〔材料〕

蛋……………2个
细砂糖……………60克
低筋面粉……………60克
盐…………… $\frac{1}{8}$ 小匙

色拉油……………1大匙
牛奶……………1大匙
草莓……………18粒
鲜奶油……………1杯

〔模型〕

烤箱本身所附的烤盘，涂一薄层奶油。

〔烘焙〕

1) 烤箱先预热到220℃。
2) 烤时放烤箱上层，烤约10分钟。

〔做法〕

1) 按基本海绵蛋糕做法打好面糊。
2) 面糊舀在烤盘上，使其自然流开成一圆形，约分成4~6个，即可烘烤。
3) 取出后放凉，各夹入适量打发的鲜奶油及3个草莓即可。

〔备注〕

如果烤盘不够大，可分两次烤。



可爱小豪猪

〔材料〕

蛋·····4个	牛奶·····2大匙
细砂糖·····120克	即溶咖啡·····1大匙
低筋面粉·····120克	杏仁条·····少许
盐····· $\frac{1}{4}$ 小匙	黑巧克力·····适量
色拉油·····2大匙	白巧克力·····少许

〔模型〕

8英寸圆模型1个，底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层，烤约40分钟。

〔做法〕

- 1) 在牛奶中溶入即溶咖啡，按基本海绵蛋糕全蛋做法即可做出咖啡海绵蛋糕。
- 2) 蛋糕切成6块楔形，尖端修圆一点作小豪猪的身体。
- 3) 巧克力切碎，隔水加热至融化。
- 4) 将小豪猪全身涂满巧克力，趁热时插入杏仁条做刺。
- 5) 在前端点两点白巧克力，再在白巧克力上点一点黑巧克力当眼睛即可。

〔备注〕

杏仁条可以用“杏仁小鱼干”中的杏仁条。

冰淇淋小蛋糕

〔材料〕

蛋·····4个	色拉油·····3大匙
细砂糖·····120克	牛奶·····3大匙
低筋面粉·····120克	冰淇淋·····1公升
盐····· $\frac{1}{4}$ 小匙	草莓汁(或巧克力汁)·····适量

〔做法〕

- 1) 按基本海绵蛋糕分蛋做法烤好1个7.5×9.5英寸方形蛋糕后，用印模印出花形片。
- 2) 冰淇淋舀在花形蛋糕上，淋些草莓汁即可。

花生条

〔材料〕

蛋·····4个	牛奶·····3大匙
细砂糖·····120克	热水·····5大匙
低筋面粉·····120克	咸花生酱(粗细皆可)·····150克
盐····· $\frac{1}{4}$ 小匙	即溶咖啡·····少许
色拉油·····3大匙	

〔做法〕

- 1) 按基本海绵蛋糕分蛋做法烤好1个7.5×9.5英寸方形蛋糕。
- 2) 热水一匙一匙徐徐加入花生酱中调匀，一匙调匀后再加一匙。
- 3) 蛋糕直切成两半，一半先抹上一层花生酱，再将另一半叠上。表面再抹一层花生酱，切成长方块。
- 4) 每块的表面与左右两面沾一点即溶咖啡即可。



柳橙杏仁蛋糕

〔材料〕

蛋……………3个 杏仁片……………70克
糖……………90克 新鲜柳橙汁……………3大匙
低筋面粉……………60克 柳橙皮末……………1大匙

〔模型〕

8英寸花模型1个。内部涂油撒粉。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层。烤约35分钟。

〔做法〕

- 1) 杏仁放入烤箱中烤黄。取出放凉。
- 2) 留下形状完整的杏仁片10克备用。其余用果汁机干打成粉末。
- 3) 蛋和糖盛在钢盆内隔水加温后。再用电打蛋器打约3分钟。
- 4) 面粉筛入蛋液中拌匀。杏仁粉末也加入拌匀。
- 5) 柳橙汁及皮末加入面糊中轻轻拌匀。倒入模型中即可烘焙。

〔装饰法〕

烤好倒扣出来放凉。表面中央涂一点果酱。再撒上10克的杏仁片即可。

星星海绵蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方:

蛋……………4个 可可粉……………2大匙
细砂糖……………120克 色拉油……………2或3大匙
低筋面粉……………105克 牛奶……………2或3大匙
盐…………… $\frac{1}{4}$ 小匙

B) 装饰材料:

巧克力富奇……………适量 糖粉……………适量
巧克力米……………适量 银色糖珠……………少许

〔模型〕

8英寸圆模型1个。底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层。烤约40分钟。

〔做法〕

- 1) 将可可粉与面粉、盐一起过筛。
- 2) 其余做法与基本海绵蛋糕相同。

〔装饰法〕

- 1) 蛋糕横切成两片。一片涂上一层巧克力富奇。再把另一片叠上去。
- 2) 蛋糕四周(表、底两面除外)也涂上一层巧克力富奇。
- 3) 巧克力米放在一个大平盘内。两手合夹着蛋糕上下两面。使有巧克力富奇的部分沾上巧克力米。
- 4) 表面涂上一层薄巧克力富奇。
- 5) 卡纸一张。剪数个星形的洞。放在蛋糕上。糖粉筛在洞上。取走卡纸便成星形花样。再加些糖珠装饰即可。

〔备注〕

巧克力富奇做法见第112页。



椰子水果蛋糕

〔材料〕

A) 椰子海绵蛋糕配方:

蛋……………4个
细砂糖……………120克
低筋面粉……………120克
盐…………… $\frac{1}{2}$ 小匙
椰奶……………4或6大匙

B) 装饰材料:

① 牛奶……………1杯 猕猴桃……………2个
玉米粉……………4大匙 草莓……………6粒
糖……………4大匙 油桃……………2个
奶油……………110克 椰子丝……………适量
椰子粉……………1杯 洋菜亮光胶……………少许

〔模型〕

8英寸圆模型1个,底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层,烤约40分钟。

〔做法〕

以椰奶代替色拉油和牛奶。按基本海绵蛋糕做法即可做出椰子海绵蛋糕。

〔装饰法〕

- 1) 将①料混合煮沸,放凉。
- 2) 将蛋糕横剖成两片,分别涂满①料。
- 3) 所有的水果洗净沥干,分成两份,排列在两个蛋糕上。
- 4) 抓些椰子丝,沾在蛋糕周围的①料上。
- 5) 将洋菜亮光胶涂在水果上。

〔备注〕

- 1) 椰奶可以用椰浆罐头加等量的牛奶调成,也可以用椰浆粉(椰奶粉)加倍量的牛奶调成。
- 2) 此种装饰法可使一个蛋糕变成两个,人多的时候很方便。

青葡萄蛋糕

〔材料〕

A) 基本海绵蛋糕配方:

蛋……………4个 盐…………… $\frac{1}{4}$ 小匙
细砂糖……………120克 色拉油……………2或3大匙
低筋面粉……………120克 牛奶……………2或3大匙

B) 装饰材料:

葡萄……………40粒
果酱……………适量
饼干(口味随意)……………1包
洋菜亮光胶……………适量

〔模型〕

8英寸圆模型1个,底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层,烤约40分钟。

〔做法〕

按基本海绵蛋糕做法烤好蛋糕。

〔装饰法〕

- 1) 蛋糕横切为两片,葡萄洗净擦干。
- 2) 果酱隔水加温使其稍融化,涂抹在蛋糕的两个切面上。
- 3) 两个切面中间夹入葡萄十数粒,整个蛋糕外表再涂一层果酱。
- 4) 饼干切成比蛋糕高度长1厘米的条状,贴在蛋糕周围。
- 5) 葡萄排在蛋糕上面,最后在葡萄表面涂一层洋菜亮光胶即可。

〔备注〕

- 1) 对于不喜欢奶油的人来说,这种方法不必用奶油又能把蛋糕装饰得华丽美观,同时还可增大蛋糕体积。
- 2) 也可用其他各种水果(用挖球器挖成小球)代替葡萄。



柠檬巧克力小蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方：

蛋	4个	盐	1/4小匙
细砂糖	120克	融化奶油	80克
低筋面粉	120克	牛奶	2大匙

B) 装饰材料：

柠檬巧克力	适量
-------	----

〔模型〕

4英寸柠檬小模型 14个，内部涂油撒粉。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到 220℃。
- 2) 烤时放烤箱中层，烤约 15 分钟。

〔做法〕

与基本海绵蛋糕做法相同，但因油用量较多，面糊最后必须确实拌匀，再分盛于模型中即可烘焙。

〔装饰法〕

柠檬巧克力切碎，放大碗中隔水加热使之融化，手持蛋糕沾取巧克力，放凉凝固即可。

〔备注〕

- 1) 一般小烤箱恐怕无法一次放入 14 个小模型，请将材料减半，一次只做 7 个就好。因为蛋糕打好就要马上烤，不能打好后，先烤 7 个，烤完再烤 7 个。
- 2) 此种蛋糕因奶油量多，口味更佳，但较不易做，因为油多，在面糊中更不易拌匀，而奶油若不拌匀会沉淀，使烤好的蛋糕底面结一层油皮；拌太久，蛋糕又会缩小。因此，须待学会熟练地做一般海绵蛋糕后才尝试此种配方。

苏饼蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方：

蛋	5个
糖	150克
融化奶油	4大匙

① 玉米粉	50克
椰子粉	50克
苏打饼干	100克

B) 装饰材料：

蛋黄	3个
糖	3大匙
花生粉	1/2杯
果酱	适量

〔模型〕

7.5 × 9.5 英寸方模型 1 个，底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到 190℃。
- 2) 烤时放烤箱中层，烤约 40 分钟。

〔做法〕

- 1) 苏打饼干压成碎末（如米粒大小）。
- 2) 蛋加糖隔水加温后，用电动打蛋器打约 5 分钟。
- 3) 加入 ① 料拌匀，再加融化的奶油拌匀，即可烘焙。

〔装饰法〕

- 1) 蛋黄、糖和花生粉混匀，用挤花嘴在烤好的蛋糕表面挤出圆环与小花。
- 2) 再放入烤箱上层，以 200℃ 烤 5 分钟。
- 3) 取出填入果酱即可。

〔备注〕

此种蛋糕组织粗硬，但味道香醇别有风味，宜切成小块状供应会更可口。



长崎蛋糕

加入蜂蜜的蛋糕种类很多，最著名的即是左图中的这种，被称为“长崎蛋糕”。长崎蛋糕的特色是外表如量尺般整齐，内部组织细密厚实。家庭中自制长崎蛋糕要达到这样的水准并不容易。

蛋糕店做长崎蛋糕非常讲究，材料、工具及方法都与他种蛋糕不同，其特殊之处在于

- ①材料中添加“SP”（乳化剂），使面糊中的油脂、水分能耐受长时间的搅拌、等待以及烘焙，而不致分离沉淀。
- ②使用有轮子的大烤盘（上叠厚木框）来盛装面糊。彩图中，蛋糕下面就是木框。
- ③面糊打好后不要立刻烤，放置约15分钟使气泡消失才烤。烤2分钟就拖出来重拌一次，重复三次才正式烤。烤到后期还要盖一个烤盘在上面，使蛋糕表面平整且颜色均匀。

由上述可知长崎蛋糕不易制作，但读者如按本食谱制作，除厚度不及市售之长崎蛋糕，组织也可能稍疏松外，其风味并不逊色。注意待蛋糕冷却后再切割，用利刀从正面切，每切一刀须擦拭一下刀面，才不会把蛋糕屑带到蛋糕上，而且切口也才会美观。

蜂蜜蛋糕

〔材料〕

蛋……………8个
糖……………180克
蜂蜜…………… $\frac{1}{2}$ 杯
低筋面粉……………200克
盐…………… $\frac{1}{4}$ 小匙
色拉油……………2大匙

〔模型〕

9.5×11.5英寸方模型1个，底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1)烤箱先预热到175℃。
- 2)烤时放烤箱下层，烤约50分钟。

〔做法〕

- 1)蛋和糖隔水加温后，用电动打蛋器打约3分钟，不要像打一般海绵蛋糕一样打得那么发。
- 2)加蜂蜜再打5分钟到浓稠程度。
- 3)面粉、盐筛入，用直形打蛋器搅匀。
- 4)色拉油加入，搅匀。蜂蜜蛋糕不怕搅拌，可以放心彻底搅拌均匀。
- 5)将面糊刮入模型中，表面要刮平。
- 6)拿起模型多摔几下，把气泡震出，即可烘焙。
- 7)烤好，取出倒扣在凉架上，撕去底纸，待凉后再予切片。

〔备注〕

如果您的烤箱放不下9.5×11.5英寸的方模型，可改用7.5×9.5英寸的方模型代替。材料分量乘以 $\frac{2}{3}$ （蛋的分量为：全蛋5个，外加1个蛋黄）。

凤梨胡萝卜蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方:

凤梨(罐头)……5片 低筋面粉……120克
蛋……4个 凤梨汁……2大匙
糖……90克 凤梨酒……1大匙
胡萝卜泥……120克

B) 装饰材料:

杏干……5个
胡萝卜丝……少许
洋菜亮光胶……少许

〔模型〕

9英寸圆环模型1个,内部涂油撒粉。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层,烤40分钟。

〔做法〕

- 1) 将凤梨片排列在模型底部。
- 2) 蛋加糖置于钢盆中,隔水加温后,用电动打蛋器打约3分钟到浓稠发白。
- 3) 胡萝卜泥加入,拌匀;面粉筛入,拌匀。
- 4) 凤梨汁及凤梨酒加入,轻轻拌匀后,刮入模型中,抹平即可烘焙。

〔装饰法〕

- 1) 杏干放在凤梨环中间。
- 2) 放些胡萝卜丝在蛋糕上。
- 3) 表面涂一层洋菜亮光胶。

〔备注〕

- 1) 若无凤梨酒,可以柠檬皮末代替。
- 2) 若无杏干,可以加州梅代替。

黑森林蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方:

蛋……5个 洋菜粉……1/2大匙
糖……150克 可可粉……3大匙
牛奶……1/2大匙 低筋面粉……100克

B) 装饰材料:

鲜奶油……1杯
黑樱桃(罐头)……1罐
巧克力屑……适量
樱桃……6粒
加州梅……6粒

〔模型〕

9英寸圆模型1个,底部垫一张白纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层,烤约40分钟。

〔做法〕

- 1) 蛋白蛋黄分开。蛋黄加50克糖搅打到发白。
- 2) 牛奶及洋菜粉加入蛋黄糊中拌匀。
- 3) 可可粉及面粉筛入,轻轻拌匀,放一旁。
- 4) 蛋白用螺旋打蛋器打1分钟,再加100克糖继续打约8分钟,直到蛋白尖端不下垂呈硬性发泡。
- 5) 蛋黄面糊及蛋白泡沫一起拌匀,倒入模型中,表面抹平即可烘焙。

〔装饰法〕

- 1) 蛋糕横剖成两片,鲜奶油打发。
- 2) 抹些鲜奶油在一片蛋糕上,涂平,放上十数粒黑樱桃,再把另一片盖上。
- 3) 外表全抹上鲜奶油,上方撒满巧克力屑。
- 4) 在周边挤一圈鲜奶油花,饰以樱桃及加州梅即可。

〔备注〕

这是有名的古典作品,相当为人喜爱,特色是面糊中加入煮化的软糖。为了制作方便,我们改加洋菜粉,一样能产生特别的口感。



蔬果蛋糕

玉米蛋糕

〔材料〕

蛋……………4个 低筋面粉……………120克
糖……………90克 玉米酱……………1杯

〔模型〕

7×3.5英寸长模型2个。底部各垫一张白
纸。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到180℃。
- 2) 烤时放烤箱下层。烤约40分钟。

〔做法〕

- 1) 蛋加糖置钢盆中隔水加温，并以直形打蛋器搅拌均匀，直到蛋汁微温即停。
- 2) 再用电动打蛋器打约3分钟至浓稠发白。
- 3) 面粉筛入，轻轻拌匀。
- 4) 玉米酱倒入拌匀，分别倒入两个模型中抹平即可烘焙。

芒果蛋糕

〔材料〕

蛋……………4个 盐…………… $\frac{1}{8}$ 小匙
糖……………80克 芒果肉……………240克
低筋面粉……………120克

〔模型／烘焙〕

同玉米蛋糕。

〔做法〕

- 1) 芒果肉先用果汁机打成泥。
- 2) 其余做法与玉米蛋糕相同。

香蕉蛋糕

〔材料〕

蛋……………4个 盐…………… $\frac{1}{8}$ 小匙
糖……………80克 香蕉肉……………240克
低筋面粉……………120克

〔模型／烘焙〕

同玉米蛋糕。

〔做法〕

- 1) 香蕉肉用汤匙背压烂。
- 2) 其余做法同玉米蛋糕。

芋头蛋糕

〔材料〕

芋头块……………200克 糖……………120克
奶油……………3大匙
牛奶……………3大匙 ① { 低筋面粉……………120克
发粉…………… $\frac{1}{8}$ 小匙
蛋……………4个 盐…………… $\frac{1}{8}$ 小匙

〔模型／烘焙〕

同玉米蛋糕。

〔做法〕

- 1) 把芋头块蒸熟，压成芋泥，趁热加奶油和牛奶拌匀。
- 2) 蛋加糖隔水加温后，用电动打蛋器高速打约3分钟至浓稠发白。
- 3) 加芋泥轻轻拌匀，再把①料筛入轻轻拌匀即可烘焙。

〔备注〕

- 1) 用等量的南瓜、马铃薯或地瓜代替芋头亦可做出南瓜蛋糕、马铃薯蛋糕或地瓜蛋糕。
- 2) 欧美乡村的家庭主妇常用园里生产的蔬果做成蛋糕，就像台湾乡下做的芋头糕、萝卜糕等一样充满了乡土风味。本页数种条状蛋糕及前面的“菠萝胡萝卜蛋糕”都属此类蔬果蛋糕，既美味又营养，可以常做来当早餐或点心。
- 3) 此类蛋糕以呈现其天然风貌为佳，不须太费心装饰，最多涂些洋葱光亮胶增加色泽亮度即可。
- 4) 如果要多吃一些，材料分量可以乘1½，用2个9×4.5英寸的长模型烘焙。

天使蛋糕

天使蛋糕(Angel Food Cake)与海绵蛋糕一样都属于乳沫类蛋糕。所谓“乳沫”就是蛋液经搅打后形成的膨大松软的泡沫。因此我们可以知道天使蛋糕和海绵蛋糕一样都很重视搅打蛋液这个步骤。可是天使蛋糕有个最大的特点，就是绝不掺一滴油脂。甚至连鸡蛋中富含油脂的蛋黄也舍去，只用无油脂成分的蛋白部分。因此其成品清爽雪白，仿佛安琪儿的食物，故称之为“天使蛋糕”。

天使蛋糕的另一个特色，就是几乎皆以环状模型烘焙，很少例外。当然这是因为环状模型的体形与受热方式正适合天使蛋糕的需要。但用他种模型也并非不能烤天使蛋糕。所以一定要用环状模型烤天使蛋糕只能说是一种习惯。就像没有人把粽子包成正方形一样。

天使蛋糕的口味与一般蛋糕完全不同，所以常是美食家争论的焦点。喜欢的人认为它毫不油腻而且有弹性，非常爽口。不喜欢的人觉得它干涩又韧，简直不像蛋糕。由于一般的蛋糕店很少制作天使蛋糕来出售(一来是它的口味实在与众不同；二来是怕只用蛋白，蛋黄就浪费了)，以致大众对天使蛋糕的口味相当陌生。其实天使蛋糕非常值得推荐给怕胖或有心血管疾病的人。因为它不含油脂与胆固醇，可以说是一种健康点心。

一、天使蛋糕的材料

天使蛋糕的基本原料有蛋白、塔塔粉、糖及面粉。塔塔粉是一种酸性的白色粉末，多半的用途就是加在蛋白里以中和蛋白的碱性，因为蛋白的碱性很强。而且蛋储存得越久，蛋白的碱性就越强，因此用大量蛋白制作的食物都有碱味且色带黄。加了塔塔粉不但可消除碱味，颜色也会更雪白。有些人用柠檬汁等酸性原料代替塔塔粉，当然也可以(如柠檬天使蛋糕就可不必加塔塔粉)，不过还是以加塔塔粉的效果较好而且又经济。

此外，牛奶与香草精也是常用的材料。前者可增加蛋糕的湿度。因为传统的天使蛋糕配方中没有液体，吃起来相当干韧，所以本书添加了不少牛奶以改良此缺点。后者可掩饰蛋的腥味，因为蛋白的腥味比蛋黄浓多了。做天使蛋糕还是加些香草精比较好。

二、天使蛋糕制作要点

天使蛋糕的做法相当简单，但有几点须注意：

- (1)天使蛋糕的模型不涂油。一般做蛋糕时如果使用的模型不是方形或圆形的，为了方便取出蛋糕，大多都在使用前先涂油撒粉。可是烤天使蛋糕时却不能涂油，以免破坏天使蛋糕纯净无油脂的质地。虽然模型不涂油撒粉，但也无须担心烤好后蛋糕取不出来，因为天使蛋糕质地较坚韧，可以拿着模型在桌上摔几下，把蛋糕摔出来。就算摔不出来，拿小刀挑挖出来也可以，天使蛋糕极有弹性，挑挖的缺口会恢复平整。
- (2)蛋白只要打到湿性发泡即可，不必像分蛋式海绵蛋糕或戚风蛋糕一样打到硬性发泡。一般制作乳沫类蛋糕和戚风蛋糕，蛋白必须打到硬性发泡，使蛋白的质地变得较坚韧，可以承受油脂的软化作用，以免烤好的蛋糕缩小或塌陷。但天使蛋糕中没有油脂来破坏蛋白的坚韧性，因此蛋白不需要打得太硬，蛋糕也不会塌陷。打得太硬反而会使蛋糕吃起来过韧。
- (3)天使蛋糕需要的蛋白分量较多，因此打蛋白的工作更费力。如果有电动打蛋器也可使用，但必须先用手螺旋形打蛋器打到起泡，加糖再打3分钟左右，到后期再改用电动打蛋器，因为蛋白无法一下子就承受电动打蛋器的高速。若一开始就用电动打蛋器效果反而不好。

做法图解



(4)天使蛋糕所需的烘焙温度较高,烘焙时间较短。以同样大小的蛋糕而言,油脂量多的蛋糕,烘焙温度较低。而像天使蛋糕这样毫无油脂的蛋糕,烘焙温度则须高一点,大约在 180°C 左右,烤25—30分钟。烤好的蛋糕表面有些许焦黄破裂是正常的。

三、制作天使蛋糕失败的原因

- (1)蛋白沾到油、水或蛋黄:蛋白只要沾到一丝油、水或蛋黄就无法打发。做出来的蛋糕自然也就不蓬松。
- (2)蛋白搅打过度,打到硬性发泡:面糊在烘焙中不膨胀,烤好后蛋糕韧且硬,表示蛋白打过头了。
- (3)液体及面粉未拌匀:蛋糕组织不均匀,内有小洞,表示牛奶或面粉未搅拌均匀。
- (4)没有加塔塔粉或其他酸性材料:材料中未加塔塔粉或柠檬汁等酸性材料,蛋糕吃起来有碱味且颜色带黄,既不美观又不可口。
- (5)烤箱温度太高或烘焙时间过长:蛋糕倒

扣出来后,颜色不雪白,却干燥有焦色,表示烤箱温度过高或烘烤时间太久。

(6)烤箱温度太低,烘焙时间已到,蛋糕仍湿而黏手,表示烤箱温度太低。

【小资料】

魔鬼蛋糕

天使蛋糕与魔鬼蛋糕是两种有名的蛋糕。因为名字太特殊,只要听过的人大都不会忘记。天使蛋糕得名的原因如前所述是来自它雪白的外表与清淡的口味。魔鬼蛋糕则相反,它是面糊类蛋糕的一种,其实就是巧克力奶油蛋糕。由于口味香浓厚重,外表又涂上黑色的巧克力酱,所以被玩笑似地命名为魔鬼蛋糕。

剩余的蛋白、蛋黄之运用

天使蛋糕只用蛋白,不知巧合或故意,魔鬼蛋糕恰好用了较多的蛋黄(也用一些蛋白)。像这些光用蛋白或蛋黄,或蛋白、蛋黄用量不一致的蛋糕、点心,有时候会令人大伤脑筋,不知如何处理剩余的蛋白、蛋黄。当

然您可以烤一个天使蛋糕再烤一个魔鬼蛋糕。不然也可参考以下的建议。

一、剩余的蛋白

1. 用来做菜

- ①腌鸡片、鱼片等。
- ②在浓汤中勾蛋花。
- ③加干贝或豌豆等蒸银丝羹。
- ④煮熟后切片卤，可当冷盘。
- ④打发后加蟹肉等烩。

2. 用来做点心

- ①本书中只有天使蛋糕及糖花是用蛋白做的。
- ②糖霜酥饼。
- ③柠檬马林派。
- ④杏仁薄片。

3. 用来美容

- ①蛋白加蜂蜜、面粉、小黄瓜、芦荟等可做很好的敷面剂，涂抹时要避开有皱纹的地方。
- ②有旧伤痕的地方，常抹些蛋白，伤痕较易消退。

二、剩余的蛋黄

1. 用来做菜：如有名的溜黄菜。

2. 用来增加点心表面颜色及光泽。

- ①如本书之虎皮卷就是以蛋黄在面糊表面做条纹，烤好后会产生深色花纹。
- ②蛋黄酥、月饼、鸡肉派等中西点心，烤前在表面涂以蛋黄液，烤好才会产生悦目的光泽。
3. 做布丁：蛋黄加鲜奶可蒸成柔软的布丁，最适合给幼儿补充营养。
4. 做冰淇淋。
5. 可酌量添加在海绵蛋糕或面糊类蛋糕中，改进其组织。

基本天使蛋糕

〔材料〕

蛋白	6个
塔塔粉	1小匙
糖	120克
牛奶	¼杯
香草精	数滴
低筋面粉	90克
盐	¼小匙

〔模型〕

9英寸圆环形模型1个，不可涂油。

〔烘焙〕

- 1)烤箱先预热到190℃。
- 2)烤时放烤箱下层，烤约25分钟。

〔备注〕

蛋最好是冰过的，才好分蛋白蛋黄。



❶ 蛋白蛋黄分开。



❷ 蛋白及塔塔粉放在钢盆中，不可沾到一丝油、水或蛋黄。面粉和盐放在筛子里。



❸ 用螺旋打蛋器打蛋白，打1分钟后加糖继续打。



❹ 打约6—7分钟至湿性发泡，不要像分蛋海绵蛋糕一样打到硬性发泡。



❺ 取走螺旋打蛋器，牛奶及香草精加入，用直形打蛋器轻轻拌匀。



❻ 面粉及盐筛入，拌匀。拌匀就好，不要过度搅拌。



❼ 换用橡皮刀，把面糊刮入模型中，表面抹平。



❽ 入烤箱下层烘烤，见表面破裂微焦，按之有弹性即熟。



❾ 用刀沿模型周围割开，翻面用力摔，蛋糕即掉出来。天使蛋糕韧性大，不会摔碎。



草莓小天使蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方。

蛋白……………6个	香草精……………数滴
塔塔粉……………1小匙	低筋面粉……………90克
糖……………120克	盐……………1/4小匙
草莓……………60克	

B) 装饰材料。

鲜奶油……………1/4杯	糖珠……………少许
草莓……………15个	

〔模型〕

3 1/2 英寸萨伐仑模型 10 个，不可涂油。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到 220℃。
- 2) 烤时放烤箱中层，烤约 15 分钟。

〔做法〕

- 1) 草莓洗净，去蒂，用果汁机打成泥（约有 1/4 杯），代替牛奶。
- 2) 其余做法与基本天使蛋糕相同。如要蛋糕切开有较鲜艳的粉红色，面糊中必须加色素。

〔装饰法〕

- 1) 鲜奶油打发，挤在蛋糕中间凹陷处。
- 2) 放 3 片切半的草莓及数粒糖珠装饰。

〔备注〕

- 1) 萨伐仑模型类似环状模型，但中管较短，故做出的蛋糕不中空，凹陷处可盛装水果。
- 2) 图中蛋糕添加了少许红色素，读者可不必添加。
- 3) 此蛋糕若不加奶油而涂一层糖霜也很可口，有些类似松软的小甜面包。

杂果小天使蛋糕

〔材料〕

蛋白……………6个	香草精……………数滴
塔塔粉……………1小匙	低筋面粉……………90克
糖……………120克	盐……………1/4小匙
牛奶……………1/4杯	
葡萄干、干果蜜饯等……………90克	

〔模型〕

3 1/2 英寸萨伐仑模型 10 个，不可涂油。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到 220℃。
- 2) 烤时放烤箱下层，烤约 15 分钟。

〔做法〕

- 1) 干果蜜饯如太大，须切成与葡萄干一样大小。
- 2) 其余做法与基本天使蛋糕完全相同。面糊最后加干果蜜饯拌匀即可烘焙。
- 3) 此蛋糕不须装饰。

〔备注〕

- 1) 将糖减为 100 克，以 1/4 杯枫糖浆代替牛奶，其余材料皆不变，即为“枫香杂果小天使蛋糕”的配方，是一种风味特殊的天使蛋糕。
- 2) 枫糖浆多为进口，原产地是加拿大，超市有售。



柳橙柠檬天使蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方：

蛋白……………6个	柠檬皮末…………1大匙
糖……………120克	低筋面粉…………90克
柳橙汁…………1/4杯	盐……………1/4小匙
柠檬汁…………1大匙	

B) 装饰材料：

鲜奶油…………1杯	猕猴桃片…………6片
柠檬皮末…………1大匙	柳橙片…………6片

〔模型〕

9英寸圆环模型1个，不可涂油。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到190℃。
- 2) 烤时放烤箱下层，烤约25分钟。

〔做法〕

- 1) 以柳橙汁、柠檬汁及柠檬皮末代替牛奶和香草精。
- 2) 其余做法与基本天使蛋糕相同。

〔装饰法〕

- 1) 鲜奶油加柠檬皮末打发，涂抹在蛋糕上。
- 2) 以猕猴桃片及柳橙片装饰，再挤一些鲜奶油花即可。

〔备注〕

- 1) 由于柠檬汁是酸的，故不须加塔塔粉。
- 2) 希望蛋糕有柠檬香味必须加柠檬皮末，因为柠檬汁只有酸味没有香味，添加时，只要绿色部分，白皮会苦。

椰子天使蛋糕

〔材料〕

A) 蛋糕配方：

蛋白……………6个	香草精…………数滴
塔塔粉…………1大匙	低筋面粉…………90克
糖……………120克	盐……………1/4小匙
椰奶……………1/4杯	

B) 装饰材料：

鲜奶油……………1杯	
椰子粉……………适量	
白种粉红玫瑰……………1朵	

〔模型〕

9英寸圆环模型1个，不可涂油。

〔烘焙〕

- 1) 烤箱先预热到190℃。
- 2) 烤时放烤箱下层，烤约25分钟。

〔做法〕

以椰奶(椰浆罐头2大匙加牛奶2大匙调匀即是1/4杯)代替牛奶，照基本天使蛋糕做法即可做出椰子口味的天使蛋糕。

〔装饰法〕

- 1) 鲜奶油打发，涂抹在蛋糕上，四周撒些椰子粉。
- 2) 玫瑰花瓣摘下，洗净擦干，放在蛋糕上做装饰。

〔备注〕

- 1) 椰奶1杯的做法有两种：
 - ① 椰浆罐头及牛奶各1/2杯调匀即是。
 - ② 椰奶粉1/2杯加牛奶调到1杯即可。
- 2) 市售花朵农药甚多，不宜放在蛋糕上面。