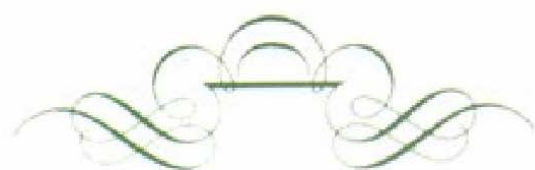


情调生活系列



巧手做西点

周淑玲 著



上海科学普及出版社

序

《巧手做西点》是《巧手做蛋糕》后的又一精心制作。其内容包括了各式各样的小西饼、泡夫、蛋奶酥,以及酥皮点心:如派、塔、乳酪馅饼、千层松饼等,相信对烘焙西点有兴趣的人都想动手一试。

在出版园地耕耘了近 20 个寒暑,汉光一直坚持食谱除了要具备高度的实用性外,也应该要提供读者一个视觉的飨宴。这就是为什么市场上已有了许多有关西点类的食谱,而我们却不怕市场饱和仍愿意投入时间与精力在这上面。我们希望藉由出版将烘焙的乐趣与惊喜传播开来,让大家分享,提升生活的美感与质感。

为此,汉光特别邀请烹饪经验丰富的周淑玲老师担任本书作者,制作点心,希望通过她的巧妙配方让喜欢自己动手做西点的人都能享受烘焙的乐趣。

汉光文化网路股份有限公司
董事长



2001 年 1 月于台北



序.....	3
基本认识.....	6

小西饼..... 12

巧克力豆小西饼.....	14
燕麦蔬菜饼.....	16
橘子小西饼.....	17
香酥薄片、各种香酥薄片.....	18
椰子雪球.....	20
马德琳.....	21
各种口味的奶酥.....	22
基本奶酥.....	24
葡萄酥、豆豆酥、香辣乳酪饼.....	26
花生酱脆饼、巧克力脆饼.....	29
风车酥片.....	30
巧克力核桃酥片.....	32
椰子花生酥片.....	33
婚礼戒指.....	34
乳酪棕褐糕.....	37
椰子水果条.....	38
巧克力核桃糕.....	39
蛋黄小西饼.....	40
椰子手指饼干.....	42
脆皮花生酥.....	43
杏仁薄脆、蕾丝薄脆.....	45
果酱调合蛋白、咖啡核桃调合蛋白.....	46

甜饼干.....	48
苏打饼干.....	49

泡夫、爱克力..... 52

蛋奶酥..... 53

奶油泡夫、奶油布丁馅.....	54
鲜奶油水果泡夫、情人草莓泡夫环.....	56
鲜虾泡夫.....	58
火腿色拉泡夫.....	59
泡夫圣诞树、梦梦球.....	60
天鹅泡夫.....	62
咖啡爱克力.....	64
乳酪爱克力.....	65
巧克力蛋奶酥.....	67
香草蛋奶酥.....	68
橘杯蛋奶酥.....	69
番茄蛋奶酥.....	70
乳酪蛋奶酥.....	71
芒果蛋奶酥.....	73
摩卡蛋奶酥、白葡萄蛋奶酥.....	74

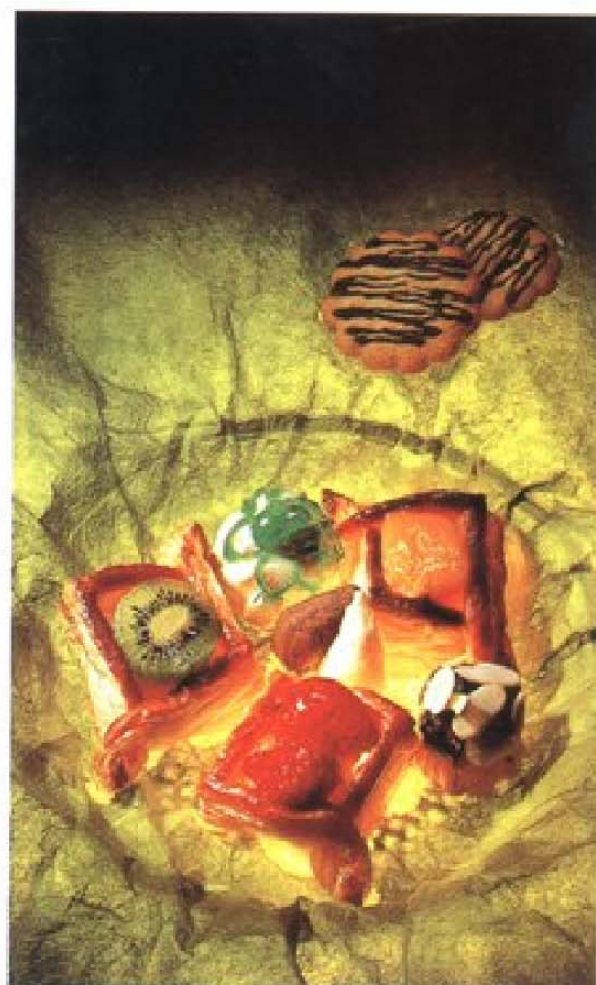
酥皮点心..... 78

双皮派派皮.....	80
单皮派派皮.....	81
苹果派馅、水蜜桃派馅.....	82





鸡肉派馅、鲜肉小派饺	84
胡萝卜派、椰子鸡蛋布丁派	86
草莓戚风派	88
柠檬乳酪派	90
巧克力戚风派	91
焦糖布丁派	92
红酒洋梨派	93
基本塔皮、奶油水果塔	94
蛋塔、椰子塔	96
香蕉船、甘蔗船、巧克力船、乳酪船	98
蟹粉乳酪馅饼	100
乳酪馅饼	101
比萨乳酪馅饼	102
酸乳酪馅饼	103
千层松饼皮	104
千层杏仁条	106
千层巧克力条	107
迷你千层里、眼镜酥	108
豪华千层水果盘、培根酥条	110
南瓜马蹄酥	112
火腿乳酪酥	113
热狗千层酥	114
栗子拿破仑	115
千层凤梨酥条	116
维也纳苹果酥	119



基本认识

常用材料

一、油脂

1. 奶油(Butter) 是指牛奶中所含的乳脂肪, 营养丰富, 味道鲜美, 而且容易消化, 是高级的食用油。

有人把奶油叫做牛油, 其实这个称呼并不恰当, 因为牛油多半是指牛肉中的肥肉脂肪, 是一种不宜作为食用油的低级油脂。购买奶油时要注意其新鲜度, 用剩的必须冷藏。

2. 麦淇淋(Margarine) 即是植物性奶油, 液态的植物油经加工氢化成固体状, 并加以调味, 使其色香味和性质皆与奶油相似, 可以代替奶油使用。植物油不含胆固醇, 故比奶油适合心血管疾病患者食用。

3. 植物油 书中提到使用植物油时, 色拉油、葵花油、玉米油、橄榄油等亦可使用。

4. 白油 又称人造猪油, 是一种雪白硬化的点心用油。白油用途很广, 最常用来做面糊类蛋糕、蛋糕奶油霜饰, 也可代替猪油做各种中西式的酥皮点心, 或做千层松饼、可颂面包里的裹油。不过, 白油大都是整桶出售, 一般家庭不需要购买这么多, 故建议读者以其他合适的油脂代替。

5. 鲜奶油(Heavy Cream; Double Cream) 是鲜奶经离心后浮在上层脂肪含量特高的牛奶。鲜奶油必须冷藏, 使用时加适量的糖, 用电动打蛋器搅打到适当的硬度即可(搅打过度会出水而不能成形)。

鲜奶油的价钱甚高而且不易保存, 所以一般西点面包店大多使用人造鲜奶油。人造鲜奶油已调有甜味, 平时可存放在冷冻库中, 使用时取出使其半解冻再搅打, 非常方便而且不易失败。

二、糖

大多使用细粒特砂。糖粉(糖霜)则多用作表

面装饰。有些小西饼也用糖粉制做, 以免体积扩张。

三、粉状材料

1. 面粉 市售面粉可分高、中、低筋, 请依食谱需要选用正确的筋度。如果搞不清楚面粉的筋度, 记住: 面粉颜色越白的筋度越低。

2. 玉米粉 多用来做勾芡。此外, 面粉加了玉米粉筋度也会降低。

3. 发粉(Baking Powder) 俗称泡打粉, 为白色粉末。平时宜盖好盖子勿使受潮, 使用时与面粉一起过筛效果较好。

4. 塔塔粉 为白色酸性粉末, 多在打蛋白时添加, 能使蛋白泡沫洁白坚硬。

5. 可可粉 是味苦不含糖分的棕色粉末, 易结块, 所以使用前需过筛。

四、洋菜亮光液

将之涂在点心表面, 冷后会凝结成透明光亮的薄膜, 不但能使点心看起来更美观, 而且还可保持水分, 避免干燥变色。点心上若有水果装饰时, 洋菜亮光液的涂抹更是不可省略。

洋菜亮光液的做法: 洋菜粉 $\frac{1}{2}$ 包加水2杯和糖适量, 调匀煮沸3分钟即可。

五、其他

1. 蛋用新鲜鸡蛋即可。牛奶可用鲜奶, 也可用奶粉冲泡或用奶水稀释。

2. 糖有时可用蜂蜜、枫糖或红糖等代替, 以使点心产生特殊风味, 读者可多加尝试。

3. 面粉有时可用半量全麦面粉或其他杂粮面粉代替, 使点心更有益健康。

常用换算表

(一)常用材料换算表	
奶油	1大匙 = 14克 1杯 = 227克 = $\frac{1}{2}$ 磅 = 2小条
麦淇淋	1大匙 = 14克 1杯 = 227克 = $\frac{1}{2}$ 磅
色拉油	1大匙 = 14克 1杯 = 227克 = $\frac{1}{2}$ 磅
牛奶	1大匙 = 14克
或	1杯 = 227克 = $\frac{1}{2}$ 磅
鲜奶	= 奶粉4大匙 + 水 = 奶水 $\frac{1}{2}$ 杯 + 水
蛋(连壳)	1个 = 60克
蛋(连壳, 大的)	1个 = 65~70克
蛋(不连壳)	1个 = 50克
蛋黄	1个 = 20克
蛋白	1个 = 30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

(二)重量换算表
1千克 = 1000克
1磅 = 454克 = 16盎司
1盎司 = 28.35克
(三)容积换算表
1杯 = 240毫升
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
(四)烤箱温度换算表
110℃ = 230°F 185℃ = 365°F
120℃ = 250°F 200℃ = 390°F
135℃ = 275°F 210℃ = 410°F
150℃ = 300°F 220℃ = 430°F
160℃ = 320°F 235℃ = 455°F
170℃ = 340°F 250℃ = 480°F

常用工具

一、钢盆

不锈钢圆盆，是做西点最常用的容器，现在也有玻璃制的。没有钢盆时只能以大汤碗代替，但如果须用力搅打时大汤碗就不太安全。

二、打蛋器

1. 直形打蛋器 是最常用的一种打蛋器，大多数的搅打、拌匀工作都要用到。本书中只要写打蛋器就是指直形打蛋器。
2. 螺旋打蛋器 专用来打蛋白或鲜奶油。
3. 电动打蛋器 是打全蛋及鲜奶油时最省力的工具，也可用来打蛋白。

三、面粉袋

是擀面团时的防粘工具。用粗纱布做成小袋子，装些面粉(高筋的最好)再绑好，作撒面粉之用。

四、擀面杖

大家都知道擀面杖是用来把面团擀成薄片工具，但有时候它还可以代打蛋器来打奶油。因为冰凉坚硬的奶油用打蛋器打不容易操作，用擀面杖捣就很方便。

五、刀

除了常用的菜刀、水果刀外，做西点会用到的刀比较特别的有：

1. 轮刀 用来切截面皮。轮刀只要在面皮上滚过就可将之切开，不像一般刀子会拉扯到面皮。
2. 长切刀 类似西瓜刀，切蛋糕时的必备工具，切西点有时也需用到。

六、挤花嘴、挤花袋和压模

制作小西饼时常用来挤面糊或压面团：

或用来挤奶油装饰泡夫、派等。

七、各种模型

西点所用的模型比蛋糕少，而且比较有弹性，如果没有某种模型，可以用其他模型或家中现有的工具、容器代替。

八、烤箱

烤箱有很多种，要根据使用的目的来决定买那一种。喜欢烤蛋糕、西点的人选烤箱要特别注意下面几点：

1. 必须有定时定温装置 定时，就是使用者能设定一段烘焙时间，时间到了烤箱会自动切断电源，没有定时装置的烤箱很危险，不宜购买。定温则是指使用者可以选定一个他需要的温度，烤箱在整个烘焙时间里都会自行维持这个温度，不须要使用者不停地调节电力或瓦斯。
2. 制作精巧 烤箱整体要坚固美观，不能有边缘锐利割人，烤盘抽取不易甚至会卡住等毛病，还要注意烤盘是否光滑平整不易粘沾，烤后是否会变形。
3. 附件齐全 最少要有烤架、烤盘、把手各一。还要有保证书、说明书，甚至食谱、防烫手套等。
4. 最好有两个烤盘 尤其喜欢烤小西点的人最需要，可以一盘烤好接着烤下一盘，不会浪费时间和电力。如果没有两个烤盘只好在烤架上铺一张铝箔纸代替烤盘使用。
5. 火候平均 烤箱中的每一区温度要尽量一致，就算有点差别也不能太离谱。
6. 可能的话选大一点的烤箱 一次可以多烤一点，比较节省时间。当然大烤箱价钱会比较贵。

基本技术

一、模型防粘

为避免烤盘和模型沾粘，盛材料烘焙前须做防粘的工作。

1. 涂奶油 不可涂液体油，否则防粘效果不好。
2. 涂油撒面粉 先涂一层奶油再撒一些面粉，摇晃使模型沾满面粉，再把多余的面粉倒出。这样比光涂奶油的防粘效果更好。
3. 铺道林纸或铝箔纸 铺上就可不必涂油撒粉，防粘效果更佳。但要注意点心烤好是否会粘在纸上取不下来。

二、称量

1. 称重量时秤要归零，“待称物”要放在秤台正中央。如果“待称物”太轻，可用容器盛着一起称，再减去容器的重量，不然会不准。
2. 用量杯、量匙量材料体积时，材料放入杯中、匙中不要挤压，要放到平杯面、匙面才准。
3. 有些材料包装上有重量标示，就可以不用称量。例如一小条奶油为113.5克，如果需要100克，只要切掉约1/5即可。

三、打奶油

本书最多的动作就是把奶油加糖打松。所谓打松就是打到奶油柔软像羽毛状，如果奶油冰冷坚硬就用擀面杖捣比较方便。奶油打好后常要加蛋，这时蛋最好是不要冰冷的，冷蛋比较不容易与油融合。

四、打蛋

1. 打全蛋 即整个蛋加糖一起打到浓稠坚硬。这比较费力，最好用电动打蛋器。搅打前蛋汁如果能加热到微温，效果会更好，尤其是冬天或蛋汁冰冷时则一定要加温。

2. 打蛋白 就是把蛋白加糖打发。可用螺旋打蛋器或电动打蛋器。最重要的是，一切容器工具都不能沾到一丝水分、油气，蛋白里也不能有一丝蛋黄，否则无法打发。蛋白通常必须打到湿性发泡(打蛋器提起，泡沫尖端下垂)或硬性发泡(打蛋器提起，泡沫尖端不会下垂)才够。

奶油加糖搅打



打发的状态



打全蛋



全蛋打发



蛋白湿性发泡



蛋白硬性发泡



小西饼



小西饼 (Cookies)

小西饼(Cookies)有时亦音译作“曲奇饼”。常有人称它为小饼干，其实它不是饼干，以材料和做法而言反倒比较类似蛋糕，但其做法比蛋糕简单，很适合家庭自制。

小西饼和蛋糕一样，可以分为面糊和乳沫两大类：面糊类小西饼的做法是先把奶油和糖打发，再加蛋、面粉和匀；乳沫类小西饼的做法则是先把蛋和糖打起泡再加面粉。

这两类小西饼因材料比例和成形方法不同，各自又可再细分成数种。

一、面糊类小西饼可分为：

1. 软性小西饼

面糊湿软，可用汤匙舀或用挤花嘴挤在烤盘上，烤成块状或片状，如巧克力豆小西饼、橘子小西饼、燕麦蔬菜饼、各种香酥薄片、马德琳。

2. 酥脆小西饼

面糊稍硬些，常用挤花嘴挤成各种花样，有时也分成小块压扁再烤。如各种奶酥、豆豆酥、香辣乳酪饼、葡萄酥、花生酱脆饼、巧克力脆饼。

3. 硬性小西饼(又称冰箱小西饼)

面糊最硬，常揉成圆或方柱体，冻硬后切片，或擀平用印模印成花样烘烤。如风车酥片、巧克力核桃酥片、椰子花生酥片、婚礼戒指。

4. 棕褐糕和水果条(Brownies & Bars)

面糊如软性小西饼，但不挤成小饼，而是整盘烤好才分切成小条、小块，如乳酪棕褐糕、巧克力核桃糕、椰子水果条。

二、乳沫类小西饼可分为：

1. 海绵小西饼

面糊和海绵蛋糕相似，用圆口挤花嘴挤或用汤匙舀在烤盘上烘烤，如蛋黄小西饼。

2. 蛋白小西饼(Macaron)

面糊以蛋白调成，用圆口挤花嘴挤或用汤匙舀在烤盘上烘烤，如椰子手指饼干、椰子雪球、脆皮花生酥。

3. 薄脆饼

面糊烤好会摊开，所以又薄又脆，如杏仁薄脆、蕾丝薄脆。但杏仁薄脆必须用手将之抹薄才行。

三、其他类(不属于小西饼者)：

1. 调合蛋白(Meringue)

蛋白加糖打硬烤成，有时还加碎干果，用汤匙舀在烤盘上烘烤，味道甜酥，如果替调合蛋白、咖啡核桃调合蛋白。

2. 饼干(Biscuit & Cracker)

是薄脆而形状整齐的小饼，口味较一般小西饼清淡，如甜饼干、苏打饼干。



注意事项

一、材料

1. 油 面糊类小西饼用奶油。乳沫类小西饼不用油或用色拉油。
2. 糖 大多用细粒特砂，但有时需要使用糖粉。砂糖在干燥的面团中较不易溶化，小西饼中若有未溶化的砂糖颗粒烤后较易扩张，所以若不希望小西饼扩张就用糖粉，必须扩张的就用砂糖。有些风味特殊的小西饼则要用黄砂糖或蜂蜜来做。

二、工具

1. 切面刀 这原是做包子、水饺时用的工具。此处是用来分切面团或将烤好的小西饼从烤盘上刮下。
2. 专用挤饼器 是用来挤奶酥的筒状工具，可挤出多种花样。
3. 贝壳模型 是马德琳小饼专用的模型。

三、烘焙

1. 在家中做小西饼第一个使人困扰的问题是家用的烤箱不大，常常一次烤不完一份面糊。不过大部分小西饼的面糊可以经得起放置，所以只要耐心地分批烘焙，还是可以烤出不少小西饼。
2. 第二个困扰是家用烤箱价格便宜，所以温度不均匀，同一盘小饼也会有生有的熟，所以最好在烤到一半时把烤盘换一次方向。
3. 排在同一烤盘的每个小西饼要一样大，如果有大有小，烤起来火候会更不一致。
4. 烤后会扩张的小西饼不能挤得太靠近，否则烤好会一个个粘在一起。小西饼会不会扩张在食谱标题旁已写明。分为不扩张、

中度扩张和高度扩张三种。

5. 小西饼较薄，烤时要闹上火，亦即放在烤箱的上层烤，否则底部会焦黑。

四、保存

1. 小西饼很耐保存，不放冰箱也能保存好几天。但烤好后要放凉才能包装收藏，而且不要用手摸来摸去，否则容易发霉。
2. 像软性小西饼、棕褐糕等柔软的、含水分多的小西饼，保存时要避免干燥，可在饼罐里放一块苹果片即可保持其湿润柔软。
3. 像蛋白小西饼、薄脆饼等酥脆的小西饼最怕受潮变软，所以最好放在不透气的玻璃瓶罐里保存，能放入一包干燥剂更好。
4. 若小西饼受潮变软，可以再烘烤一下即会恢复酥脆。



巧克力豆小西饼

36 片
中度扩张

材料:

奶油 125 克 低筋面粉 160 克
糖 100 克 巧克力豆 150 克
蛋 1 个

模型:

烤盘 1 个, 底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到 180℃。
2. 放在烤箱上层, 烤约 12 分钟。

做法:



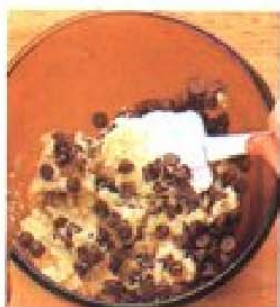
1 奶油加糖一起搅打到松发。



2 再加入蛋打匀。



3 筛入面粉轻轻拌匀, 勿过度搅拌。



4 最后加入巧克力豆, 轻轻拌匀就是面糊。



5 大约估计自己的烤盘必须烤多少次才能烤完, 然后把面糊分为 2 至 4 份。



6 用小汤匙将 1 份面糊分成 9 至 18 个小堆, 摆在烤盘上即可烘焙。

备注:

若买不到巧克力豆, 可用巧克力糖切碎代之。





燕麦蔬菜饼

24片 中度扩张

材料:

蛋.....1个
低筋面粉.....120克
牛奶.....2大匙

① { 快煮燕麦片.....100克
番茄酱.....2大匙

模型:

烤盘1个, 底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到180℃。
2. 放在烤箱上层, 烤约15分钟。

做法:

1. 奶油加糖打到松发, 再加蛋打匀。
2. 加①料拌匀, 把低筋面粉筛入, 再加牛奶轻轻拌匀。
3. 用小汤匙将面糊舀在烤盘上, 分成24个小圆堆即可烘焙。



香酥薄片 48片 高度扩张

材料:

奶油……………120克 发粉…………… $\frac{1}{2}$ 小匙
糖……………90克 牛奶……………6大匙
蛋……………1个 杏仁片或葡萄干适量
低筋面粉……………120克

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到190℃。
2. 放在烤箱上层,烤约8分钟。

做法:

1. 奶油加糖打到松发,再加蛋搅打均匀。
2. 面粉和发粉过筛,和牛奶交互加入奶油糖中轻轻拌匀即是面糊。
3. 挤花袋里先装一个圆口挤花嘴,再把面糊倒进去。
4. 在烤盘上挤出48个小圆堆,堆与堆之间要有相当大的空间。
5. 挤好后把烤盘放在桌上用力振一下使圆堆扩张,在每一堆上放一些杏仁片(或一粒泡过水的葡萄干)即可烘焙。
6. 烤好立刻趁热用切面刀把饼刮下,否则饼一冷可能会粘在烤盘上刮不下来。

各种香酥薄片

[小配方]

以前述之香酥薄片的材料分量为标准,调配如下:

咖啡香酥薄片

在牛奶里加入即溶咖啡1小匙,搅拌使之溶化即可。

花生香酥薄片

在牛奶里加入咸花生酱1大匙,搅拌使之溶化即可。

芝麻香酥薄片

以2大匙芝麻取代杏仁片,撒入面糊中混匀即可。烘焙前,表面不必再撒杏仁片。

柠檬香酥薄片

在材料里加入柠檬皮末1大匙混匀成面糊,并挤成椭圆形。

海苔香酥薄片

在材料中多加 $\frac{1}{2}$ 小匙盐,并以绿海苔末代替杏仁片。烘焙前表面撒上一些绿海苔末。烤好趁热卷成弯曲状。

巧克力夹心香酥薄片

取适量巧克力糖(不可加水),用微波炉或隔水加温到稍微软化,涂在两片香酥薄片之间,放凉即可。

备注:

1. 这是非常可口的小饼。传统礼盒中的西饼大多是奶酥,但现在渐有被香酥薄片取代的趋势。
2. 如果您的烤盘常会粘住小饼,除了涂油外可再撒些面粉。







椰子雪球 24个

材料：

蛋白	3个
糖	1大匙
① 柠檬巧克力	100克
椰子粉	150克
低筋面粉	30克
红绿樱桃	各1粒
椰子粉	适量

模型：

烤盘1个，底部涂油。

烤焙：

1. 烤箱先预热到150℃。
2. 放在烤箱上层，烤约7分钟。

做法：

1. 先把柠檬巧克力和樱桃切碎。
2. ①料拌匀，用手捏成24个小团，然后沾一点樱桃末，捏紧成圆球。
3. 滚上一层椰子粉即可烤焙。烤好要放到完全冷却才能食用或存放。

备注：

传统的椰子球材料中没有柠檬巧克力和面粉，完全用椰子粉做成，质感太粗糙，用本书的改良配方做出来会较可口。



马德琳

24个 不扩张

材料：

① 柳橙汁	1/2大匙
① 柳橙皮末	1/2大匙
杏仁粉	60克
奶油	135克
糖	120克
蛋	3个
低筋面粉	120克

模型：

12孔贝壳模型2个，内部涂油。

烘焙：

1. 烤箱先预热到190℃。
2. 放在烤箱上层，烤约15分钟。

做法：

1. 奶油隔水加热使之融化，再加糖搅拌均匀到糖溶解。
2. 蛋一个一个加入搅拌，加完再加①料拌匀。最后把面粉筛入，轻轻拌匀。
3. 平均舀入模型孔里，拿起模型在桌上敲几下把大气泡震出即可烘焙。

备注：

1. 这种贝壳形小饼是法国传统名点，相传是Madeleine女士所创的，故名之。其最大特色就是优美的外形，但若无贝壳模型也可用果冻模型代之。
2. 杏仁粉不是指泡杏仁茶用的杏仁霜，而是杏仁果磨成的粗粉，为西点常用的材料，食品原料行有售。如果要自制，可买无咸味的杏仁果用果汁机干打成粉即可。若无法准备杏仁粉也可不用，但面粉要改成150克。

各种口味的 奶酥





基本奶酥

72片 不扩张

材料:

- ① 奶油……250克 低筋面粉……360克
糖……120克 牛奶……3大匙
盐…… $\frac{1}{2}$ 小匙 香草精…… $\frac{1}{4}$ 小匙
蛋……1个

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到190℃。
2. 放在烤箱上层,烤约12分钟。

做法:

1. ①料搅打到松发,再加蛋搅打均匀。
2. 筛入面粉,加入牛奶和香草精,拌匀成软面糊。
3. 再运用下列任何一种奶酥成形法做出形状,即可烘焙。

各种奶酥

[小配方]

以基本奶酥之材料分量为标准,调配如下:

巧克力奶酥

将面粉减少40克,代之以可可粉。但可可粉要和面粉一起过筛才不会结块。

杏仁奶酥

将面粉减少40克,代之以杏仁霜。

椰子奶酥

将面粉减少60克,代之以椰浆粉。

咖啡奶酥

在①料里添加即溶咖啡1小匙即可。

备注:

制作奶酥的面糊都要经由花嘴挤出,所以其中不可含有颗粒,如碎花生、碎核桃,否则会塞住花嘴。

奶酥成形法

一、大菊花嘴



- 1 取一些面糊放入大菊花嘴里,以右手拇指把面糊压出一朵一朵花形小饼。



- 2 也可刮挤成贝壳形。

二、挤花袋



- 1 挤花袋里先装上菊花嘴或圆嘴,再把面糊装入。



- 2 在烤盘上挤出一个一个环形、长形、三朵花形或球形的小饼。

三、专用挤饼器



1 把面团搓成一长条放入挤饼器中。



2 用挤饼器的花嘴挤出各种花样即可烤焙。

四、手制法



1 把面团分成72份。



2 用手做成自己喜欢的形状。

奶酥装饰法

1. 葡萄干装饰

在奶酥中间放一粒泡过水的葡萄干或半粒樱桃、杏仁果等。压紧即可烤焙。

2. 果酱装饰

在奶酥中间填一些果酱去烤。或烤好后再填果酱。

3. 巧克力装饰

巧克力隔水加热融化。用奶酥去沾。也可把融化的巧克力装在小塑胶袋里。袋角剪一小洞。在奶酥上挤些细线作装饰。也可在两片奶酥中间夹些融化的巧克力。

葡萄酥

36块 不扩张

材料:

葡萄干	100克	蛋	1个
奶油	100克	低筋面粉	240克
糖粉	100克	蛋黄	1个

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到200℃。
2. 放在烤箱上层,烤约20分钟。

做法:

1. 葡萄干泡水约10分钟,沥干待用。
2. 奶油加糖粉打松,再加蛋搅打均匀。
3. 加葡萄干拌匀,再把面粉筛入,轻轻拌匀成面团。
4. 把面团分成36份,用手一一搓成梭子形,排在烤盘上,涂上蛋黄即可烘焙。

豆豆酥

120个 中度扩张

材料:

奶油	80克	①	低筋面粉	90克
糖粉	60克		玉米粉	40克
蛋黄	2个		奶粉	10克
			发粉	2小匙

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到220℃。
2. 放在烤箱上层,烤约5分钟。

做法:

1. 奶油加糖粉打松,再加蛋黄搅拌均匀。
2. ①料筛入轻轻拌匀成面团。
3. 用圆口挤花嘴挤成长条,切成小段,再一一用手搓成小圆子状排在烤盘上烘焙。

香辣乳酪饼

48块 不扩张

材料:

①	奶油	80克	②	低筋面粉	140克
	糖	25克		盐	½小匙
	忌士粉	40克		细辣椒粉	½小匙
	蛋	1个		黑芝麻	适量

模型:

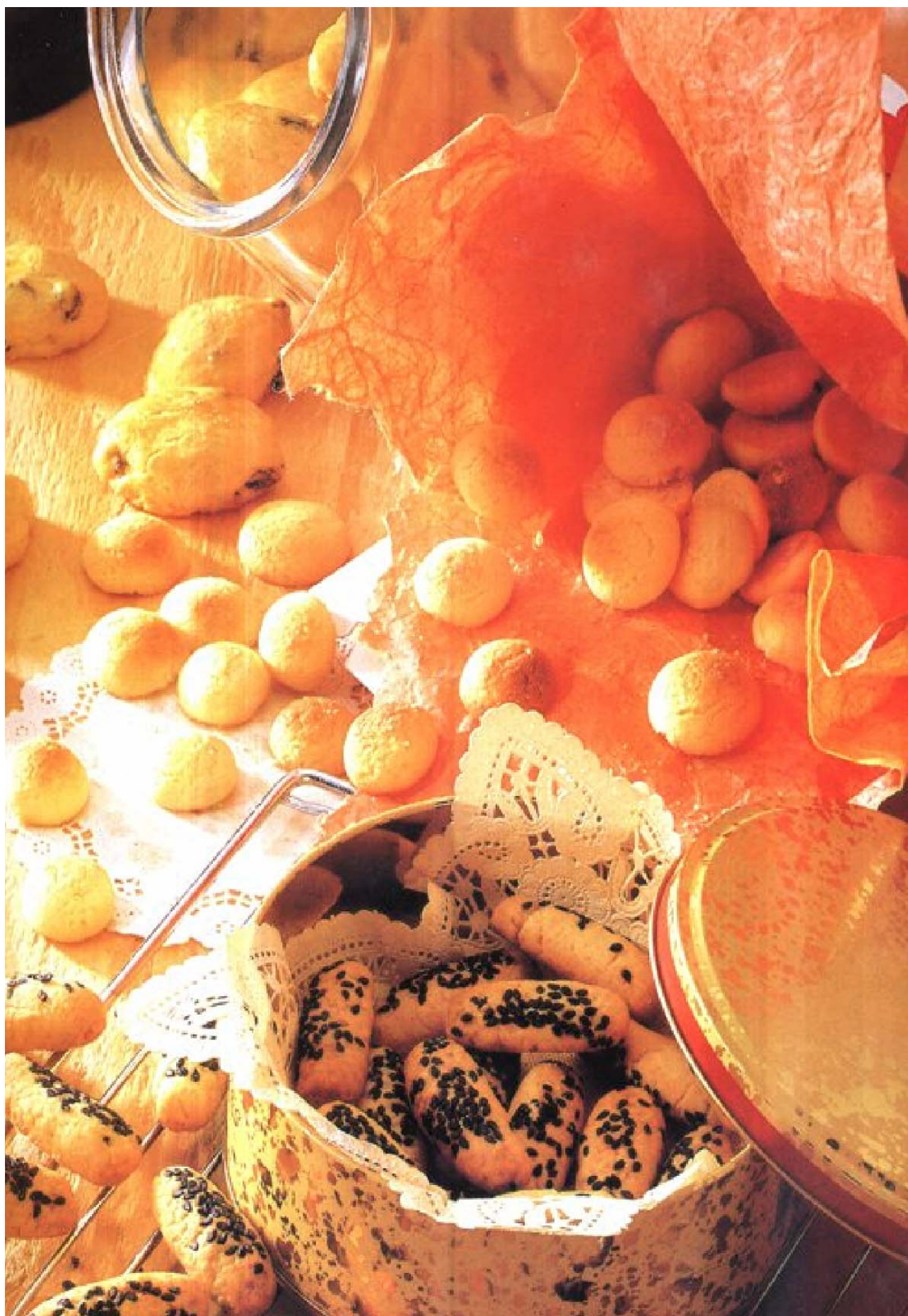
烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到200℃。
2. 放在烤箱上层,烤约10分钟。

做法:

1. ①料一起打松,再加蛋搅打均匀。
2. ②料筛入,轻轻拌匀成面团。
3. 把面团分成48块,一一搓成小棍子状,表面沾些芝麻再搓一下使芝麻固定,排在烤盘上即可烘焙。





花生酱脆饼 48片 不扩张

材料:

- ① { 奶油 75 克
糖 100 克
咸花生酱 75 克
蛋 1 个
低筋面粉 150 克

模型:

烤盘 1 个, 底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到 180℃。
2. 放在烤箱上层, 烤约 12 分钟。

做法:



1 ①料混合打到松发, 加蛋打匀, 再把面粉筛入拌匀成面团。



2 把面团塑成扁方块, 用切面刀切成 48 块。



3 一块块排在烤盘上, 用平的杯子底沾些干面粉将之压扁。



4 烤前用毛刷把多余的干面粉刷掉; 也可用各种工具在表面压出花纹再烤。

备注:

这种小西饼极为香脆可口, 但制作时不可因其面团较湿软就多加面粉, 否则烤好会太硬。

巧克力脆饼 48片 不扩张

材料:

- ① { 低筋面粉 200 克 奶油 135 克
可可粉 2 大匙 糖 175 克
盐 1/4 小匙 蛋 1 个
发粉 1/2 小匙 腰果 24 粒

模型:

烤盘 1 个, 底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到 180℃。
2. 放在烤箱上层, 烤约 12 分钟。

做法:

1. 奶油加糖打到松发, 再加蛋打匀。
2. ①料混合过筛二次, 再筛入奶油糖中, 一起拌匀成面团。
3. 和花生酱脆饼一样, 将面团分成 48 块, 排在烤盘上压扁。
4. 在每个饼上压入半片腰果即可烘焙。

风车酥片

48片 不扩张

材料:

奶油 135 克

糖 135 克

蛋 1 个

低筋面粉 240 克

可可粉 20 克

模型:

烤盘 1 个, 底部涂油。

烤焙:

1. 烤箱先预热到 190℃。

2. 放在烤箱上层。烤约 12 分钟。

做法:



1 奶油加糖打到松发, 再加蛋拌匀, 分成 2 份, 1 份筛入 130 克面粉, 1 份筛入 110 克面粉和可可粉, 搅拌成两种面团。



2 分别把两种面团擀成一样大小的长方片, 重叠放在一起。



3 紧紧卷起来成为圆柱体。



4 也可把两种面团塑成长方块, 在一面涂些蛋汁叠起来, 切半。



5 在一个切面上再涂蛋汁叠起来成棋盘花样。用保鲜膜包好, 放冰箱冷冻到坚硬。



6 取出, 用利刀切成 48 片, 排在烤盘上即可烤焙。



巧克力核桃酥片

48片 不扩张

材料:

奶油	135克	低筋面粉	240克
糖	135克	可可粉	30克
蛋	1个	核桃仁	90克

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到190℃。
2. 放在烤箱上层,烤约12分钟。

做法:

1. 奶油加糖搅打到松发,再加蛋搅拌均匀。
2. 面粉和可可粉混合过筛二次,再筛入奶油糖中,加入核桃仁一起拌匀。
3. 把面糊揉成4厘米×5厘米的方柱体,放入冰箱冷冻到坚硬。
4. 取出,用利刀切成0.6厘米厚的方片,排在烤盘上即可烘焙。





椰子花生酥片

72片 不扩张

材料：

脱皮花生	80克	蛋	1个
奶油	135克	低筋面粉	230克
糖	115克	椰浆粉	1包(60克)

模型：

烤盘1个，底部涂油。

烘焙：

1. 烤箱先预热到190℃。
2. 放在烤箱上层，烤约12分钟。

做法：

1. 脱皮花生用擀面杖擀压成碎粒。
2. 奶油加糖打到均匀松发，再加蛋打匀。
3. 筛入面粉、椰浆粉拌成均匀的面糊，揉成直径约4厘米的圆柱体。
4. 把圆柱体在碎花生上滚动，用点力气让花生嵌牢。放入冰箱冷冻到坚硬。
5. 取出用利刀切成0.7厘米厚的圆片，排在烤盘上即可烘焙。

婚礼戒指

36个 不扩张

材料:

奶油.....100克
糖.....50克
蛋.....1个
柠檬皮末.....少许
低筋面粉.....200克
红色果酱.....适量
糖粉.....适量

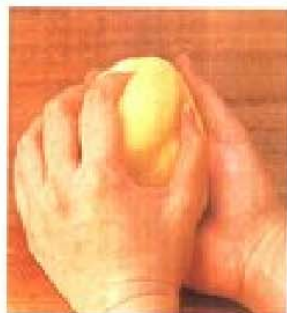
做法:

模型:

4厘米菊花印模1个, 2厘米圆印模1个。烤盘1个, 底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到200℃。
2. 放在烤箱上层, 花形烤约10分钟, 圆形烤约5分钟。



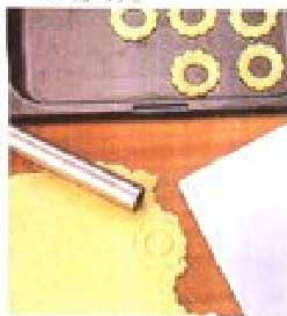
1 把除果酱和糖粉外的材料一样一样放入盆中拌匀, 用手揉成均匀的面团, 放置10分钟。



2 桌上撒些面粉, 把面团放在上面, 压扁, 再撒些面粉。



3 擀成0.3厘米厚的薄片, 用菊花模印出24个花片, 排在烤盘上即可烘焙。



4 再印24个花片, 每个中间印一个圆圈, 拿掉使之中空, 排在烤盘上烘焙。



5 烤好, 在每片花形小饼中间涂一些果酱。



6 在圆形小饼上筛一层糖粉后, 压在花形小饼上即可。

备注:

夏天时, 面团揉匀后要放在冰箱里10分钟, 以免奶油融化产生粘性。







乳酪棕褐糕

48 块 不扩张

材料:

①	奶油乳酪	170 克
	糖	35 克
	蛋白	1 个
	香草精	1/4 小匙
	奶油	120 克
	巧克力	150 克
	糖	120 克
	蛋	3 个
	低筋面粉	135 克

做法:

模型:

7.5 英寸 × 9.5 英寸方模型 1 个, 内部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到 175℃。
2. 放在烤箱中层, 烤约 50 分钟。



1 ①料搅打均匀即是乳酪糊。



2 奶油和巧克力用小火加热并搅拌到融化均匀, 熄火加糖、蛋拌匀, 再筛入面粉拌匀即是巧克力糊。



3 把 1/4 的巧克力糊先刮入模型里铺平。



4 再把剩下的巧克力糊和乳酪糊交互地刮入模型内。



5 用筷子在面糊表面来回画出差路, 但不要画得太深。



6 烤时为避免表面颜色太深可用一张铝箔纸盖着烤。烤好放凉扣出, 用利刀切成小块即可。

乳酪棕褐糕

48 块 不扩张

材料:

①	奶油乳酪	170 克
	糖	35 克
	蛋白	1 个
	香草精	1/4 小匙
	奶油	120 克
	巧克力	150 克
	糖	120 克
	蛋	3 个
	低筋面粉	135 克

做法:

模型:

7.5 英寸 × 9.5 英寸方模型 1 个, 内部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到 175℃。
2. 放在烤箱中层, 烤约 50 分钟。



1 ①料搅打均匀即是乳酪糊。



2 奶油和巧克力用小火加热并搅拌到融化均匀, 熄火加糖、蛋拌匀, 再筛入面粉拌匀即是巧克力糊。



3 把 1/2 的巧克力糊先刮入模型里铺平。



4 再把剩下的巧克力糊和乳酪糊交互地刮入模型内。



5 用筷子在面糊表面来回画出大理石纹路, 但不要画得太深。



6 烤时为避免表面颜色太深可用一张铝箔纸盖着烤。烤好放凉扣出, 用利刀切成小块即可。



椰子水果条 24个 不扩张

材料:

① 苹果肉	75克
葡萄干	75克
① 脱水菠萝	75克
红樱桃或去核红李	75克
奶油	150克
糖	150克
蛋	3个
中筋面粉	150克
椰子丝	80克

模型:

7.5英寸×9.5英寸方模型1个, 内部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到175℃。
2. 放在烤箱下层, 烤约40分钟。

做法:

1. ①料切碎。
2. 奶油加糖打到松发, 再加蛋打匀。
3. 面粉筛入拌匀, 再加①料拌匀。
4. 倒入模型中刮平, 椰丝撒在上面, 压一下使之粘牢即可烘焙。
5. 烤好扣出放凉, 切成小条即可。



巧克力核桃糕

48块 不扩张

材料：

低筋面粉	120 克
可可粉	4 大匙
巧克力	100 克
牛奶	2 大匙
核桃仁	80 克
奶油	140 克
糖	150 克
蛋	3 个

模型：

7.5 英寸 × 9.5 英寸方模型 1 个，内部涂油撒面粉。

烘焙：

1. 烤箱先预热到 175℃。
2. 放在烤箱下层，烤约 40 分钟。

做法：

1. 核桃切碎，烤箱预热时顺便放入烤脆一点。
2. 奶油加糖打到松发，再加蛋打匀。
3. 面粉和可可粉筛入奶油糖中，加碎核桃一起轻轻拌匀成面糊。
4. 刮入模型中表面刮平即可烘焙。烤好扣出放凉。
5. 把巧克力和牛奶加温调融涂在表面，等巧克力较凝结就用利刀切成小块。

蛋黄小西饼

48片 中度扩张

材料:

- ①
- | | | | |
|----|-------|------|-------|
| 蛋 | 1个 | 香草精 | 1/4小匙 |
| 蛋黄 | 2个 | 低筋面粉 | 90克 |
| 糖粉 | 75克 | 糖粉 | 适量 |
| 盐 | 1/4小匙 | | |

模型:

烤盘1个,底部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到220℃。
2. 放在烤箱上层,烤约6分钟。

做法:

咸奶油酱的做法:

将奶油227克、糖粉80克、牛奶2大匙、盐1/4小匙放在一起加温,到奶油半融化时取出,用力搅拌到均匀柔软即可。

备注:

有些奶油比较没有乳化性,即使用力搅拌也无法和牛奶融合均匀,遇到这种情形就把牛奶的分量减半。



1 ①料调匀,隔水加热到微温,用电动打蛋器打5分钟到非常浓稠。



2 加入香草精、筛入面粉,轻轻拌匀成面糊。

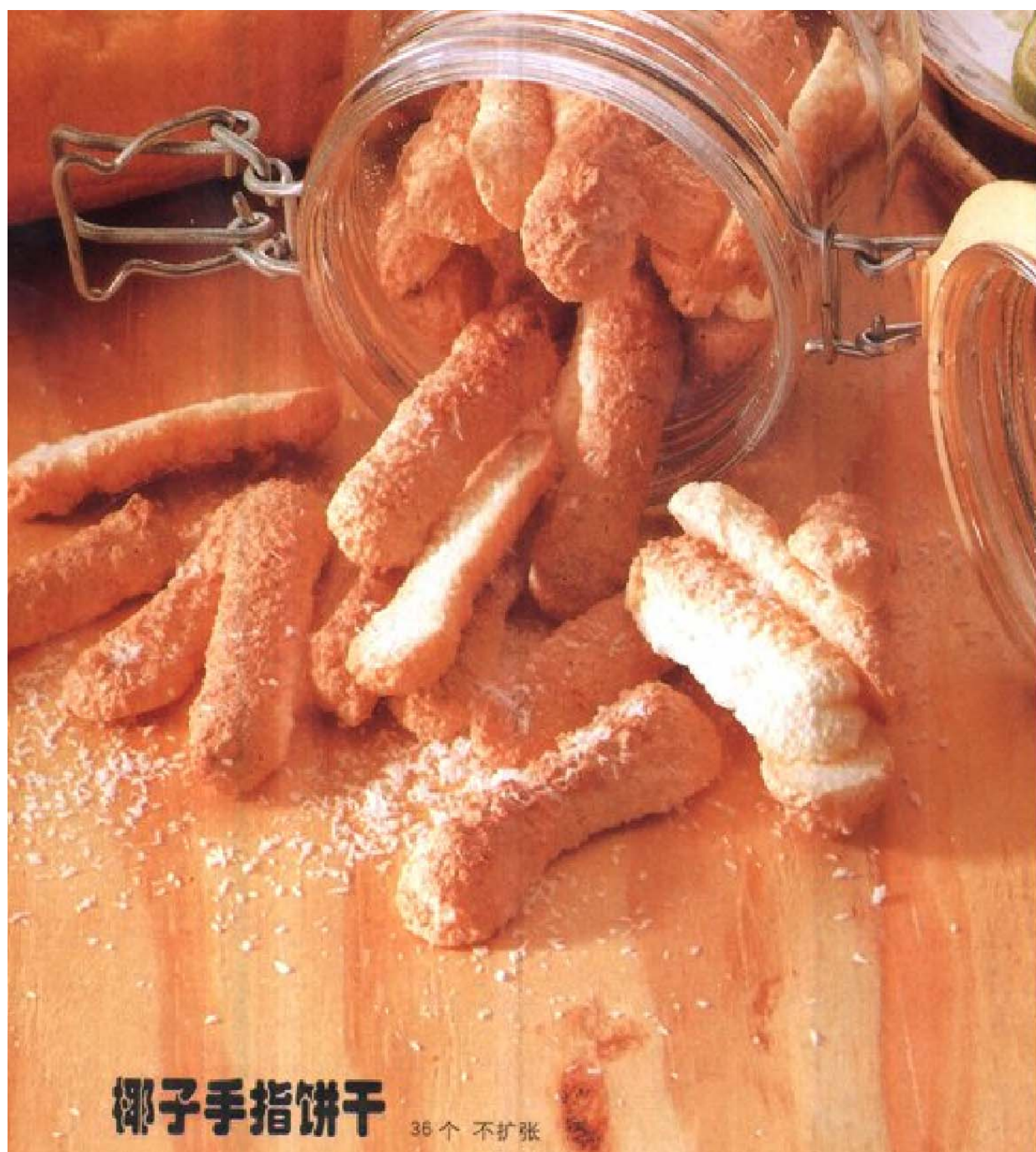


3 用圆口挤花嘴把面糊挤在烤盘上成48个小圆堆,在上面筛些糖粉即可烘焙。



4 烤好后,可在每两个饼之间涂些咸奶油酱,吃起来味道更可口而不甜腻。





椰子手指饼干

36个 不扩张

材料：

蛋白 2个
糖 90克
椰子粉 120克
柠檬汁 1小匙

模型：

烤盘1个，底部垫一张涂油的铝箔纸。

烘焙：

1. 烤箱先预热到120℃。
2. 放在烤箱上层，烤约25分钟。

做法：

1. 蛋白打起泡，再加糖打到湿性发泡。由于糖量多，会比较费时费力。
2. 加椰子粉和柠檬汁拌匀即是面糊。
3. 用圆口挤花嘴把面糊挤在烤盘上成36个长条即可烘焙。

备注：

有些人喜欢用低温烘焙这道小饼以保持椰子粉的雪白颜色。其实烤到稍带褐色会比较香脆可口。



脆皮花生酥 36个 不扩张

材料：

脱皮花生 380 克
蛋白 4 个
糖 180 克

模型：

烤盘 1 个，底部垫一张涂油的铝箔纸。

烘焙：

1. 烤箱先预热到 160℃。
2. 放在烤箱上层，烤约 25 分钟。

做法：

1. 花生烤香，用擀面杖压碎。
2. 所有材料拌匀，边搅拌边加热到烫手但尚未沸腾即熄火，放凉。
3. 用汤匙舀在烤盘上成 36 个小堆即可烘焙。



杏仁薄脆

48片 不扩张

材料:

蛋白.....100克
糖.....100克
色拉油.....40克
低筋面粉.....30克
杏仁片.....200克

模型:

烤盘1个,底部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到200℃。
2. 放在烤箱上层,烤约10分钟。

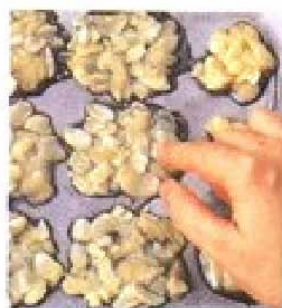
做法:



- 1 所有材料一起放入钢盆里拌匀成面糊。



- 2 将面糊一匙一匙舀在烤盘上成为48小堆。



- 3 用手指沾些色拉油,把每小堆推开成极薄的圆片即可烘焙。



- 4 烤好立刻趁热用切面刀或铲子把饼刮下。如果放冷会粘在烤盘上刮不下来。

蕾丝薄脆

36片 高度扩张

材料:

① 奶油.....50克 糖.....65克
糖粉.....75克 柠檬汁.....1大匙
低筋面粉100克
朗姆酒或香槟酒.....2½大匙

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到180℃。
2. 放在烤箱上层,烤约5分钟。

做法:

1. 糖和柠檬汁一起煮,沸腾后再煮一会,直到出现焦色才熄火。
2. ①料依序加入搅拌,一种拌匀才加第二种。
3. 放凉后,用手取面糊揉成龙眼大小的圆球,排在烤盘上即可烘焙。
4. 烤好取出烤盘放置一下,再把薄片卷在擀面杖上使其冷却,成为卷曲状。

备注:

这种古曲小饼的质感有点僵硬,但是越嚼越香,十分特别。

果酱调合蛋白

24个 不扩张

材料:

①	蛋白	2个
	盐	1/4小匙
	塔塔粉	1/4小匙
	糖	60克
	糖粉	60克
	香草精或柠檬汁	1/4小匙
	果酱	适量

模型:

烤盘1个,底部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到115℃。
2. 放在烤箱上层,烤约1小时。

做法:



1 ①料打起泡,再加糖打到硬性发泡。



2 把糖粉筛入,香草精也加入拌匀成糖糊,装入圆口挤花嘴袋内,在烤盘上挤成48个小圆堆即可烘焙。



3 按按看,要完全坚硬而且易于从烤盘上取下才算烤好。



4 在两个调合蛋白中间夹些果酱即可。



咖啡核桃调合蛋白

24个 不扩张

材料:

	核桃仁	40克
	即溶咖啡	2小匙
	热水	1小匙
①	蛋白	2个
	盐	1/4小匙
	塔塔粉	1/4小匙
	糖	60克
	糖粉	60克

模型:

烤盘1个,底部涂油撒面粉。

烘焙:

1. 烤箱先预热到140℃。
2. 放在烤箱上层,烤约1小时。

做法:

1. 核桃烤香切碎,咖啡加热水调匀。
2. ①料打起泡,再加糖打到硬性发泡。
3. 把糖粉筛入,咖啡也加入拌匀即是糖糊。
4. 用小匙舀在烤盘上,成为24个小堆即可烘焙。



甜饼干

48片 不扩张

材料:

蛋	2个	面粉	320克
糖	80克	发粉	$\frac{1}{2}$ 小匙
盐	$\frac{1}{2}$ 小匙	蛋黄	1个
融化的奶油	50克	椰子粉	2小匙

模型:

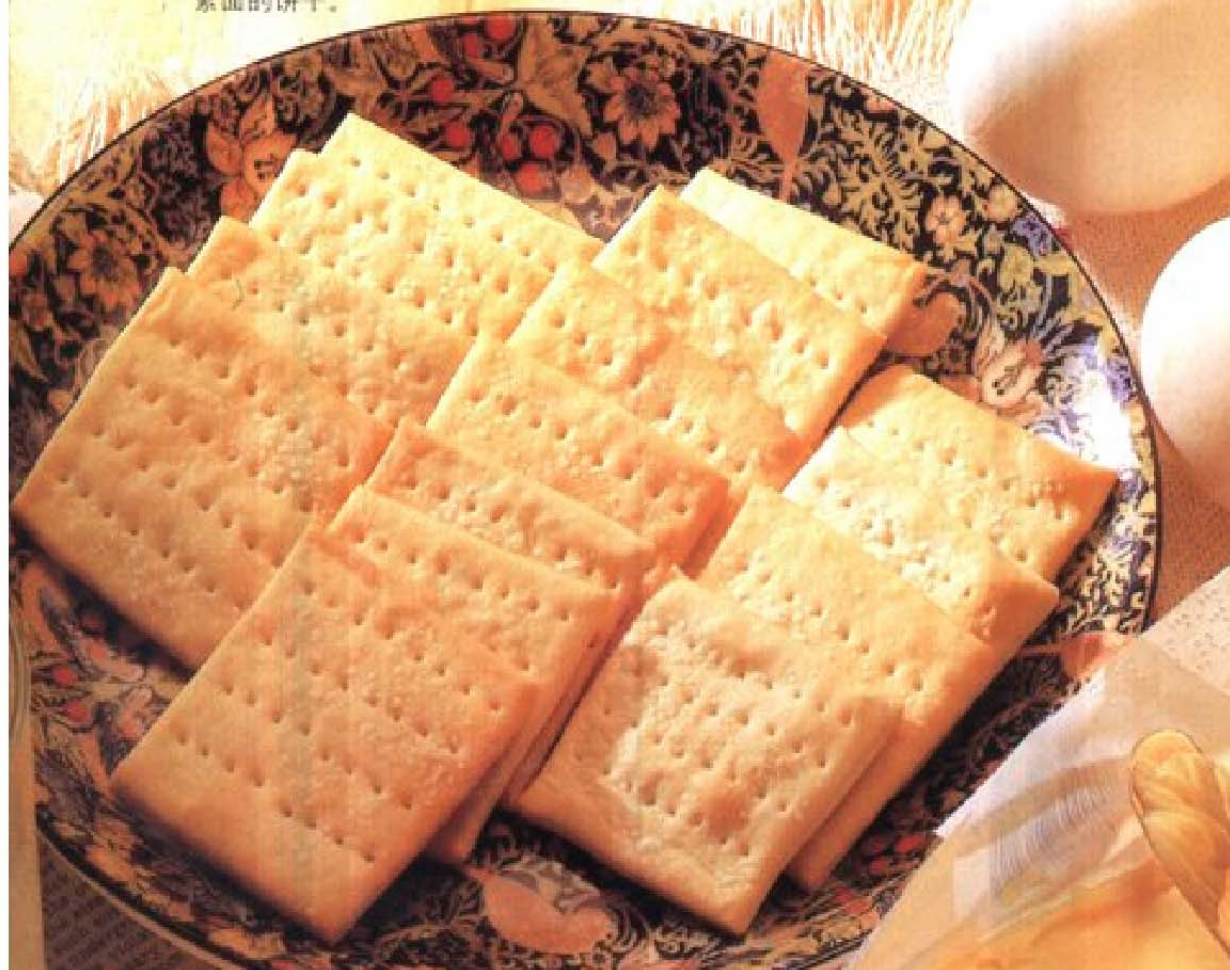
6厘米圆印模1个。烤盘1个,底部涂油。

烤焙:

1. 烤箱先预热到160℃。
2. 放在烤箱上层,烤约20分钟。

做法:

1. 除了蛋黄和椰子粉外,把所有材料依序放入盆中搅拌均匀的面团(要一种材料拌匀了,才可加第二种)。
2. 在桌上撒些面粉,把面团倒在面粉上,再撒一层面粉在面团上。
3. 用擀面杖擀成0.3厘米厚的薄片,放置30分钟。
4. 以印模印成圆片排在烤盘上,用叉子在上面刺一些洞。
5. 蛋黄和椰子粉调匀,涂在饼上即可烤焙;也可不涂,做成素面的饼干。





苏打饼干

72片 不扩张

材料

干酵母	1大匙	低筋面粉	300克
温水	$\frac{1}{2}$ 杯	① 盐	$\frac{1}{2}$ 小匙
水	少许	小苏打	$\frac{1}{2}$ 小匙
盐	少许	融化的奶油	57克($\frac{1}{2}$ 小条)

模型:

烤盘1个,底部涂油。

烘焙:

1. 烤箱先预热到240℃。
2. 放在烤箱上层,烤约6分钟。

做法:

1. 把酵母撒在温水中,搅拌使之溶化。
2. 加①料搅拌一下,再加融化的奶油搅匀,揉成光滑的面团。
3. 把面团放在桌上,用擀面杖擀成0.2厘米厚的薄片。
4. 用轮刀切成5厘米见方,排在烤盘上,用叉子刺洞。
5. 在表面刷一层水,撒一点盐,放在温暖处发酵10分钟即可烤焙。