



化学教师钱颖： 烘焙，我的生活甜味剂

□本报记者 余翠平/文 陈艺/摄



钱颖(左)指导正确学生筛低筋面粉。



学生们正在筛低筋面粉。



指导学生制作饼干。

“自从生活里有烘焙相伴，感觉美妙了很多！”北京市第十六中学的化学老师钱颖笑着对记者说。

今年33岁的钱颖当老师已经11年了。3年前，一次偶然的机会，钱颖接触了烘焙，本来就喜欢做各种点心的钱颖一下子就迷上了它。“烘焙食品是以面粉、酵母、食盐、砂糖和水为基本原料，添加适量油脂、乳品、鸡蛋等材料，经一系列复杂的工艺手段烘焙而成的方便食品。它不仅具有丰富的营养，而且品类繁多，形色俱佳，应时适口，可以在饭前或饭后作为茶点品味，又能作为主食，还可以作为馈赠的礼品呢！”钱颖笑着说。

钱颖告诉记者，烘焙食品的制作是一门手艺活儿，不动手或动手少是学不成的。为了学习烘焙，她从网上搜了很多烘焙课程，一点点照着做，她说，熟练的操作技巧只能来自不断的练习。只有勤学苦练，不断分析、总结，制作技术才会日趋熟练。

蛋挞源于香港，在香港茶餐厅发扬光大。蛋挞以口感松软香酥、内陷丰厚、奶味蛋香浓郁而闻名。在慵懒的午后，冲一杯咖啡，沐浴在阳光下，咬一口蛋挞，无疑是一种享受。于是，香甜的蛋挞成了钱颖下一个目标。为了做好蛋挞，她先从网上搜了做蛋挞的步骤，然后一步步照着做。她先是准备好鸡蛋、淡奶油、炼乳、白糖等原料，从鸡蛋中将蛋黄取出来，然后将蛋黄、淡奶油、炼乳、白糖等原料按照一定比例混杂到一起，再搅匀，最后倒进蛋挞皮里，放进烤箱……

20分钟后，新鲜金黄的蛋挞就出炉了。“我轻轻咬了一口，口感细腻，香甜可口，没想到第一次就做得这么好吃，别提心里有多甜蜜了！从那以后，一有时间，我就开始尝试做各种各样的烘焙食品，像蛋糕、披萨、饼干、戚风蛋糕之类的。除了自己吃，给家人吃，很多时候还会送给朋友吃，跟亲朋好友分享可口点心的时

光真是太美妙了！”钱颖激动地说。

钱颖特别喜欢做培根鲜虾披萨。记得她第一次做披萨时也是费了一番功夫。她先把面发好，然后用植物油把面揉一揉，然后铺一层芝士，铺一层培根、鲜虾、玉米粒、青椒，如是三次，放进烤箱20分钟后，香喷喷的披萨就做好了！“第一次做，口感还不错，就是由于没有经验，芝士放的有点少，披萨的拉丝情况不太好，从那以后，我又多练习了几次，披萨越做越好，家人和朋友都说味道特别好、很地道！”钱颖开心地说。现在，钱颖已经很熟悉做培根鲜虾披萨的每一个步骤，而培根鲜虾披萨也成了她时不时犒劳自己和家人的最佳礼物。

日常讲课、给学生批改作业很繁忙，而一到闲暇时光，钱颖就会自己制作各种烘焙食品，沉浸在烘焙的乐趣中对她来说是最好的释放方式。

如今，作为一名老师的钱颖还把这份甜蜜带到了学校，跟学生一起分享其中的乐趣。随着她制作得越来越好，在学校的建议下，她就开了烘焙的校本课程，凡是感兴趣的学生都可以在特定的时间来课上学习。

“自从给孩子们开了烘焙的校本课程后，我每周末都会做一次烘焙食品，然后录成视频，等上课的时候给学生们播放，让他们照着做。孩子们的兴趣都很高、参加活动的积极性也很高。”就在上周四傍晚的烘焙校本课程上，钱颖还跟孩子们一起做了饼干。将面粉、软化的黄油、鸡蛋液、蔓越莓混在一起，然后开始揉搓，最后按压成圆形饼干……在她的指导下，学生们学的也是有模有样。

“步骤很简单，就是鸡蛋液放多了，会比较稀，鸡蛋液放少了，又会很干，此外，我尽量让孩子们将饼干按压成大小一样的，这样烤出来的饼干不容易烤焦或烤不熟。当孩子们从烤箱里拿出各自烤好的饼干时，别提有多开心了，他们纷纷拿回去跟身边人分享，看到他们脸上洋溢的笑容，我也很自豪。”钱颖动情地说。



钱颖正在指导大家制作蓝莓慕斯杯。



在大家期待的眼神中香气四溢的饼干出炉了。



学生吃到自己亲自制作的饼干，很开心。