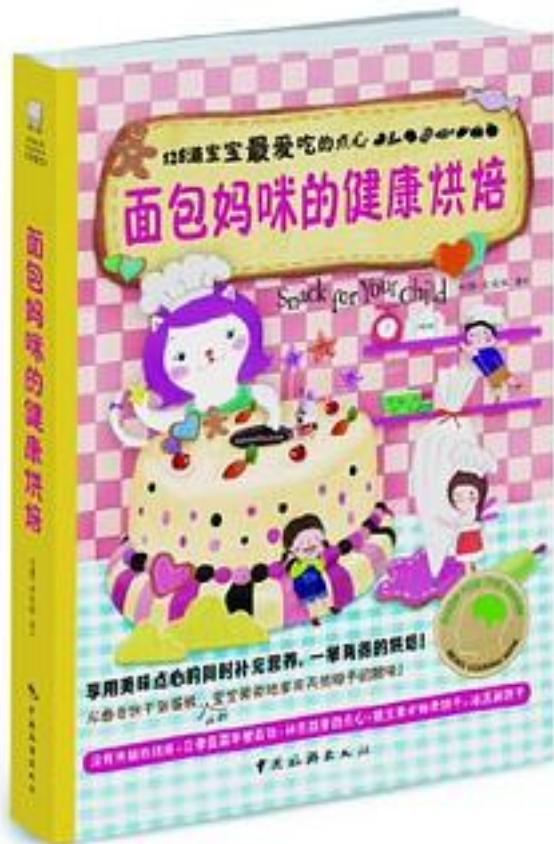


# 面包妈咪的健康烘焙



[面包妈咪的健康烘焙 下载链接1](#)

著者:金庆钰

出版者:

出版时间:2013-1

装帧:

isbn:9787503245800

《面包妈咪的健康烘焙:128道宝宝最爱吃的点心》中，作者金庆钰希望与大家分享烘焙知识的精髓，希望大家通过《面包妈咪的健康烘焙:128道宝宝最爱吃的点心》找到烘焙

的乐趣，并开启更健康的生活。《面包妈咪的健康烘焙:128道宝宝最爱吃的点心》主要内容包括：我们家宝宝的蔬菜点心；没有烤箱也可轻松制作的面包；富含维生素和矿物质的智力饼干等。

作者介绍：

目录：

[面包妈咪的健康烘焙](#) [下载链接1](#)

## 标签

面包

烘焙

宝宝

妈咪

健康

## 评论

再次…走健康路线的韩国烘焙书，豆浆 坚果 粗粮出现的次数不要太多2333

---

饼干点心也要讲究营养成分吗

市面上出售的饼干点心包含了诸多食品添加剂，如反式脂肪酸、饱和脂肪酸、钠和胆固醇等成分。宝宝要吸收的天然糖分是什么呢

作为父母为宝宝首先要做的是，逐渐改善宝宝的点心，从富含砂糖的糖果、饼干和布丁改变为含有少量砂糖的点心。健康安全的食物决定宝宝聪明的大脑和健康的身体。最明智的方法是从小开始让宝宝习惯于享用天然食物，尽量少吃经过加工过程的食品。有助于大脑健康的营养都来自于新鲜的水果、蔬菜、大豆、坚果类和没有经过加工过程的谷物。让我们利用富含营养的食材，使用正确的烘焙方法，让我们的宝宝更聪明更健康吧

!

---

[面包妈咪的健康烘焙 下载链接1](#)

书评

---

[面包妈咪的健康烘焙 下载链接1](#)