

生命中不能承受之软



[生命中不能承受之软_下载链接1](#)

著者:知味人生

出版者:江苏文艺出版社

出版时间:2013-10

装帧:平装

isbn:9787539958637

《生命中不能承受之软——成就零失败烘焙的76道超人气西点》是一本针对有烤箱的烘

烘焙爱好者的入门类美食书。书中介绍了饼干、蛋糕、蛋挞、派、吐司、汤种面包、比萨等超过七大类76道常见西点的做法，基本涵盖了学习烘焙所需掌握的大部分点心类型。体例上，作者摒弃了一般书籍按照品类划分章节的做法，转用难易程度分为初级、中级、高级三部分，从最简单的出发，降低烘焙门槛，然后循序渐进，逐步进阶。详实、清晰的步骤讲解，反复实践的经典配方，贴心、细致关键点提示，保证烘焙新手们一看就懂，一学就会，轻松享受烘焙带来的无限乐趣。

文怡老师说，烤箱是女人的小玩具，一段段甜蜜回忆都因它而开始。

烘焙发烧友说，给我一个烤箱，我能烘遍整个地球！

可你兴致勃勃地买来烤箱之后，却仍被西点烘焙繁多的工具、陌生的食材和貌似高深的烘焙术语所困扰，尤其是网上找来的方子，不是言语不详，就是不知道在哪个环节总是出错——为什么戚风蛋糕老是塌陷？为什么累断了手蛋白也打发不到自己想要的状态？为什么明明面团已反复揉打至出膜出筋，烤出的面包局部却总有死面？这一切的一切都交给知味人生吧，从曾经的厨房小白到如今拥有自己的手工烘焙沙龙和美食节目，知味MM最知到初接触烘焙会遇到什么样的难题、需要怎样的示范指导，她会用自己成百上千次的实践经验、反复验证的经典配方帮你重塑信心，顺利敲开美妙烘焙世界的大门。

提着烤箱，践行梦想。知味MM正用小小的烤箱实现烘出多彩人生的大大梦想，你还等什么呢？她可以，你当然也可以！快点儿行动起来，和她一起让指尖沾满麦香，让手作的幸福和温暖满溢心田。

作者介绍:

知味人生，本名姜艳，80后狮子女。曾经是平面设计师，却与美食结下不解之缘，遂辞职开办“知味人生美食沙龙”，努力将闲暇之余的爱好变成一生的事业。除了在厨房的小天地里自得其乐之外，也为多家杂志撰写专栏，还主持一档名为“美食娱乐天地——烘焙学院”的电视节目。

目录: 目录

序 人人都能做烘焙

不可不知的烘焙常识

初级班——零难度的混合搅拌

你需要准备的工具

蛋奶布丁——1+1>2

蓝莓巧克力甜饼——好吃不会胖

蔓越莓饼干——钟爱的馈赠

意大利脆饼——两度诱惑

黑芝麻苏打饼干——游走在忙碌和悠闲之间

磨牙棒——爱的就是这个味儿

椰香小奶球——椰林树影，清风徐来

双色棋格饼干——可以吃的游乐场

杏仁瓦片——嘎吱嘎吱脆

原味玛德琳——最性感的小蛋糕

布朗尼——配得上最好的爱情

枣泥蛋糕——人面枣花相映红

英式司康——最炫英伦风

美食“大杂烩”：蓝莓巧克力甜饼

中级班——神奇的打发魔力

你需要准备的工具

奶油泡芙——法式优雅

基础黄油曲奇——世上最受欢迎的饼干
燕麦片曲奇——幸福像花儿一样
玛格丽特饼干——爱她就送她玛格丽特
杏仁花生酱饼干——温暖色调，幸福味道
圣诞节拐杖饼干——Merry Christmas!
基础戚风蛋糕——“气疯蛋糕”
北海道戚风——最柔软的甜蜜
烫面戚风——零失败的诱惑
花生夹心巧克力棒——送花就送爆米花
圣诞节姜饼小人——用爱做成的点心
香芋蛋糕卷——回到最初的美好
虎皮蛋糕卷——穿上老虎衣，依然很温柔
可可树根蛋糕——好运使者
黑森林蛋糕——黑城堡，红烟肉
栗子坚果蛋糕——十月的板栗笑哈哈
天使蛋糕——外表澄黄，内心纯白
舒芙蕾——争分夺秒的享受
法式海绵蛋糕——把云朵吃进嘴里
可可海绵蛋糕——打破束缚，创造无限可能
无油火腿咸蛋糕——边吃边瘦，吃货好迷
果味酸奶祖母蛋糕——月饼还可以这样吃
香蕉蜜豆麦芬——超乎想象的细腻软绵
酸奶麦芬——坚持你的幸福
水果磅蛋糕——四分之一蛋糕
干果磅蛋糕——为什么不随心所欲呢
核桃酸奶蛋糕——好好爱自己
巧克力心太软——幸福的第101种滋味
自制奶油奶酪——自己动手，丰衣足食
榛子芝士球——爱不释口的美味
芝士软曲奇——让“山寨”超越正品
原味轻芝士蛋糕——萝卜白菜，各有所爱
南瓜轻芝士蛋糕——我的最爱
重芝士蛋糕——不能不爱，却不能深爱
桑葚重芝士蛋糕——浅尝辄止的美妙
芝士布朗尼——浓得化不开的双重美味
蛋奶布丁挞——给自己的生日礼物
紫薯挞——一见钟情爱上你
千层酥皮——“叠被子”的乐趣
蛋挞——趁热吃最美味
樱桃挞——希望之果
香蕉派——“零难度”美食
草莓派——沁甜的下午茶时光
蝴蝶酥——蝶儿蝶儿满天飞
拿破仑酥——名副其实的“千层派”
美食“大杂绘”：轻芝士蛋糕
高级班——面团成长记
你需要准备的工具
你需要知道关于发酵和揉面的常识
红豆面包——记忆的味道
肉松卷面包——不爱吃甜面包的人看过来
肠仔包——有肉的面包，吃起来更过瘾
菠萝包——大块头有大实惠
板烧鸡腿汉堡包——跟我一起野餐吧
原味贝果——请不要叫我“甜甜圈”

淡奶油杏仁软面包——“零整形”快捷小餐包
南瓜小餐包——低调的奢华
万圣节海盗南瓜灯面包——咱也过洋节
山形奶香吐司——一场视觉与嗅觉的盛宴
红曲蔓越莓吐司——爱在深秋
北海道吐司——不以外表取胜
汤种肉松面包——谁会不爱这浓郁滋味？
大辫子汤种面包——面包爱美丽
什锦培根土豆辣比萨——简简单单的爱
豇豆肉酱比萨——改良版中式比萨
史多伦面包——青春的滋味
提子核桃包——葡萄美酒，心动滋味
美食“大杂绘”：淡奶油杏仁软面包
轻松搞定烘焙关键点
后记

• • • • • ([收起](#))

[生命中不能承受之软_下载链接1](#)

标签

烘焙

美食

下厨房

糕点

蛋糕

甜食

好好吃的样子！

烘焙 享受 乐趣

评论

前面不错，后面有点难。有图片介绍还是比较清楚，如果更清楚的步骤图解就更好了。

2018.9.19，这本书是因为在下厨房里关注了知味人生，很喜欢这个博主，舒服自然，说话不做作。这本书较其他烘焙书的优点是，不是按照“饼干、蛋糕、面包”这样的食品分类来排序的，而是按照难易程度，更方便阅读。看了不止两遍，也做了不少里面的食谱，对新手帮助很大。

我很喜欢这本书讲清楚了打发蛋白与打发全蛋的区别，而例如烫面戚风、海绵蛋糕、磅蛋糕，在APP上看菜谱总是摸不清重点，看完这本烘焙书，有种豁然开朗的感觉。并且照着做了三种，都没失败。虽然烘焙啥的我只是入门级选手，但是最近烤出来的蛋糕在家里大受欢迎，宝宝们很爱吃，宝宝们的爷爷专门跟我说，比买回来的蛋糕还要好吃，我觉得很开心。

食谱一类的书早晚被网络打败

哈哈哦一系！

作者妹纸很实在~

[生命中不能承受之软_下载链接1](#)

书评

习惯了中式烹饪的我们，或许会觉得西点烘焙有那么点儿高高在上，充满了复杂的原料和陌生的名词。但当我真正走进它的世界才发觉，褪去浪漫华丽的外衣，西点烘焙是那么平易近人、家庭味儿十足。闲暇的午后，放上一段音乐，流连于厨房之内，指染麦香，生活原来可以这般惬意。烘焙...

生命中不能承受之软 下载链接1