

笑脸饼干



[笑脸饼干_下载链接1](#)

著者:[日]中岛志保

出版者:

出版时间:2014-2-1

装帧:

isbn:9787544269193

中岛老师的饼干全部采用胆固醇含量为“0”的菜籽油、新鲜的鸡蛋、全麦面粉、粗制糖等为主要原料，每一款都是独创。用菜籽油代替黄油可以降低胆固醇，成品风味自然，毫无油腻感；选用精制程度较低的粗制糖能提供多种矿物质；点缀喜欢的坚果、干果，营养更加全面。这些饼干不仅美味，还可以提供多种营养，激发全身的活力。一张表情生动的笑脸，一盘健康美味的饼干，带给你满满的活力和营养，还有一天的好心情。早餐时间，就用可爱的笑脸饼干迎接明媚的一天吧。

作者介绍:

1972年生于新潟县、曾在唱片公司、出版社、越南料理店、天然食品料理店工作。2006年开设了自己的点心工房——foodmood（美食心情），活跃在各种甜点研究活动中。她做的甜点以零胆固醇的菜籽油、新鲜鸡蛋、粗制糖、干果、坚果等有益健康的食材为原料，不含黄油和鲜奶油，别具特色。著有《中岛老师的无添加烘焙书》和“中岛老师的烘焙教室”系列等。

目录: Part 1 基础饼干
基础压模饼干 笑脸饼干
基础烤盘饼干 香酥黑芝麻条
基础手捏饼干 花生酱 & 巧克力碎饼干
基础方形饼干 黑糖椰蓉饼干
基础勺子成型饼干 可可橘子酱饼干

Part 2 创意饼干

朗姆酒杏仁片法式酥饼
甘栗黑芝麻勺子成型饼干
豆渣巧克力勺子成型饼干
燕麦片饼干
葡萄干夹心饼干
焙煎茶饼干
咖啡核桃球
蜂蜜生姜饼干
红茶饼干
抹茶螺旋饼干
英国传统饼干
倍浓巧克力酥饼
白芝麻酥饼
豆浆黄豆粉脆饼
香蕉椰蓉勺子成型饼干
胡萝卜棒
月饼

太妃核桃挞
柠檬罂粟籽饼干
蓝莓油酥夹心饼干
俄罗斯饼干

Part 3 饼干大家庭

海苔咸味饼干
土豆迷迭香咸味饼干
味噌咸味饼干
椰蓉柠檬蛋白酥
花生蛋白小酥饼
蛋香松饼
黄豆粉黑芝麻松饼
草莓松饼
香草杏仁片脆饼
焙煎茶红豆脆饼
抹茶核桃脆饼
巧克力西梅脆饼
咖啡美国山核桃脆饼

• • • • • ([收起](#))

[笑脸饼干_下载链接1](#)

标签

烘焙

美食

日本

中岛

餅乾

甜點

饼干

饮食

评论

做起来没那么容易。

[笑脸饼干_下载链接1](#)

书评

[笑脸饼干_下载链接1](#)