

胡涓涓的原味面包



[胡涓涓的原味面包_下载链接1](#)

著者:[台] 胡涓涓

出版者:光明日报出版社

出版时间:2014-8-1

装帧:平装

isbn:9787511266125

《胡涓涓的原味面包》介绍了网络烘焙达人胡涓涓献给烘焙新手的步骤解说最详细的面包教科书！全书3000多张图片超强解说，让您一学就会，轻松烤出零失败的美味面包。内容丰富，共6大类100款面包，让您尽情享受不同面包丰富多层次的口感。不用任何人工添加剂，100%纯天然食材制作出来的健康面包，跟随季节添加各式各样的杂粮蔬果，少油、少糖、高纤维，为您和家人把好健康关。即使是在减肥中的人也可以放心吃，低热量，不长胖！

附录30款面包与果酱美味配方提案，轻松搭配出令人惊艳的好味道。

编辑推荐

史上步骤解说最详细的烘焙新手教科书！3000张图片详细分步骤解说，新手都不可能学不会！作者将日常生活中的天然谷物、杂粮、蔬果全都加入面包中，教你做出在面包店绝对买不到的好看、好吃、健康的天然面包！《胡涓涓的原味面包》中特别增设天然酵母面包内容，将您自己在家制作安全好吃的天然酵母，做出最天然好吃的原味面包！

作者介绍:

胡涓涓多年前从一个朝九晚五的上班族回归到家庭变成职业主妇，重拾自己最喜爱的料理与烘焙，并且将自己制造美食的完整过程记录下来，分享到博客中，慢慢累积成一本厚厚的厨房美食日记，同时也记录下了外婆和妈妈流传给我的好味道。很高兴有机会与大家一起分享做菜和做饼干、面包、蛋糕的乐趣。

已出版作品：

《烘焙新手必备的第一本书》

《烘焙新手必备的第二本书》

《面点新手必备的第一本书》

《自在生活——涓涓的101道家傳好味》

《Carol的30道沁涼好味——剉冰、甜品、茶飲與冰淇淋精選》

曾获得台湾博客来网络书店“2010年度新秀”称号，2011年获得台湾博客来网络书店“2011年度华文十大畅销作家”的荣誉称号。

目录: 008 使用本书之前你必须知道的事

009 工具图鉴

013 材料图鉴

020 面包基本材料介绍

021 面包制作标准流程

028 面包制作方法介绍

028 直接法

029 中种法

031 老面法

032 汤种法

033 低温冷藏发酵法

034 柠檬天然酵母

036 家庭制作面包基本要领

Part1 | 甜点面包 | Sweet Bread
040 一口乳酪面包 | 直接法 | Mini Cheese Bread
042 黄油餐包 | 直接法 | Butter Buns
045 红糖牛奶哈斯面包 | 老面法 | Brown Sugar Bread Loaf
048 香浓牛奶面包 | 中种法 | Milk Bread Loaf
051 维也纳夹心面包 | 中种法 | Soft French Bread with Butter Cream
054 高钙鲜奶棒 | 中种法 | Milk Bread
057 全麦奶香卷 | 低温中种法 | Whole Wheat Milk Rolls
060 面包松饼 | 直接法 | Bread Waffle
062 红糖面包卷 | 低温冷藏发酵法 | Brown Sugar Rolls
Part2 | 欧式面包 | European Style Bread
066 免揉乳酪面包 | 直接法 | No—knead Cheese Bread
069 免揉棍子面包 | 低温冷藏发酵法 | No—knead Baguette
072 什锦佛卡夏 | 直接法 | Assorted FocamLia
075 全麦蒜香佛卡夏 | 直接法 | Whole Wheat Garlic FocamLia
078 法国蜂蜜面包 | 直接法 | Honey Country Bread
081 法国黄油棍子面包 | 中种法 | Butter Baguette
084 红酒果干核桃面包 | 老面法 | Red Wine Country Bread with Walnut and Dry Fruit
Part3 | 蔬果杂粮面包 | Vegetables, Fruit and Multi—grain Bread
088 燕麦乳酪面包 | 直接法 | Oatmeal Cheese Bread
091 洋葱乳酪面包 | 直接法 | Onion Cheese Bread
094 竹炭乳酪面包 | 直接法 | Charcoal Cheese Bread
096 九层塔乳酪培根面包 | 直接法 | Basil Bacon Cheese Bread
098 培根黑橄榄面包条 | 直接法 | Bacon Olive Grissini
100 牛奶香蕉面包 | 直接法 | Banana Milk Bread
102 卡士达全麦米餐包 | 直接法 | Whole Wheat Rice Buns with Custard Cream
105 英式松饼面包 | 直接法 | English Muffin Bread
108 燕麦黄油千层餐包 | 直接法 | Oatmeal Butter Rolls
111 全麦汉堡包 | 直接法 | Whole Wheat Hamburger Buns
114 燕麦乳酪面包 | 直接法 | Oatmeal Cheese Buns
117 杂粮坚果乳酪面包 | 直接法 | Multi—grain Cheese Bread Loaf with Nuts
120 豆腐芝麻面包 | 直接法 | Tofu Bread with Sesame
123 紫薯葡萄干面包 | 直接法 | Purple Potato Bread with Raisins
126 洋菜葡萄干乳酪面包 | 直接法 | Agar Cheese Buns
129 豆渣乡村面包 | 直接法 | Okara Country Bread
132 番茄豆渣面包 | 直接法 | Okara Tomatoes Bread
134 杂粮乳酪马蹄形面包 | 低温冷藏发酵法 | Multi—grain Cheese Bread
137 杂粮餐包 | 直接法 | Multi—grain Buns
140 亚麻籽乳酪面包 | 中种法 | Linseed Cheese Bread
142 亚麻籽全麦乳酪条 | 中种法 | Whole Wheat Linseed Cheese Bread
144 德式亚麻籽餐包 | 中种法 | Linseed Semmel
147 南瓜炼乳餐包 | 中种法 | Pumpkin Milk Buns
150 黄豆小餐包 | 老面法 | Soya Flour Bread
152 汤种全麦小餐包 | 汤种法 | Whole Wheat Buns
154 马铃薯大蒜餐包 | 低温冷藏发酵法 | Potato Bread with Garlic Butter
Part4 | 吐司 | Bread Loaf
158 桑椹吐司 | 直接法 | Mulberry Bread Loaf
160 紫薯牛奶吐司 | 直接法 | Purple Potato Milk Bread Loaf
163 薏仁吐司 | 直接法 | Job’ s Tears Bread Loaf
166 南瓜坚果吐司 | 直接法 | Pumpkin Bread Loaf with Nuts
169 蜜薯酸奶吐司 | 直接法 | Sweet Potato Sour Cream Bread Loaf
172 英式黄油吐司 | 直接法 | Butter Bread Loaf
175 法国白吐司 | 直接法 | Pain De Mie
178 竹炭乳酪核桃吐司 | 直接法 | Charcoal Bread Loaf with Walnut and Cheese

181 黄油全麦吐司 | 直接法 | Whole Wheat Butter Bread Loaf
184 胡萝卜黄油吐司 | 直接法 | Carrot Butter Bread Loaf
187 小麦胚芽吐司 | 直接法 | Wheat Germ Bread Loaf
190 红薯豆浆吐司 | 直接法 | Sweet Potato Soy Milk Bread Loaf
193 酸奶米吐司 | 直接法 | Yogurt Rice Bread Loaf
196 艾草全麦吐司 | 直接法 | Whole Wheat Wormwood Bread Loaf
199 紫米吐司 | 直接法 | Black Rice Bread Loaf
202 燕麦胚芽核桃吐司 | 直接法 | Oatmeal Wheat Germ Bread Loaf with Walnut
205 豆渣芝麻吐司 | 直接法 | Okara Sesame Bread Loaf
208 胡萝卜豆浆吐司 | 直接法 | Carrot Soy Milk Bread Loaf
211 炼乳米吐司 | 直接法 | Condensed Milk Rice Bread Loaf
214 洋菜吐司 | 直接法 | Agar Bread Loaf
217 黄油杏仁吐司 | 直接法 | Almond Meal Butter Bread Loaf
220 豆渣薏仁吐司 | 直接法 | Okara Job's Tears Bread Loaf
222 甜菜根双色吐司 | 直接法 | Beet Bread Loaf
225 黄油千层吐司 | 直接法 | Multi-layer Butter Bread Loaf
228 乳酪大理石吐司 | 直接法 | Multi-layer Cheese Marble Bread Loaf
232 丹麦吐司 | 直接法 | Danish Bread Loaf
236 抹茶大理石吐司 | 中种法 | Multi-layer Green Tea Marble Bread Loaf
240 红糖菠萝黄油吐司 | 中种法 | Butter Bread Loaf with Brown Sugar Cookie
244 南瓜蔓越莓吐司 | 中种法 | Pumpkin Bread Loaf with Cranberry
247 橄榄油白吐司 | 中种法 | Olive Oil Bread Loaf
250 玉米乳酪吐司 | 汤种法 | Whole Wheat Bread Loaf with Cheese and Corn
253 豆浆汤种吐司 | 汤种法 | Soy Milk Bread Loaf
256 汤种黑豆吐司 | 汤种法 | Whole Wheat Bread Loaf with Sweet Black Beans
260 汤种黑豆渣葡萄干吐司 | 汤种法 | Okara Bread Loaf with Raisins
Part5 | 贝果 | Bagel
264 综合莓果贝果 | 直接法 | Assorted Berry Bagel
267 蓝莓双色贝果 | 直接法 | Blueberry Bagel
270 南瓜贝果 | 中种法 | Pumpkin Bagel
274 欧芹乳酪贝果 | 直接法 | Parsley Cheese Bagel
Part6 | 天然酵母面包 | Natural Yeast Bread
278 天然酵母亚麻籽餐包 | 直接法 | Natural Yeast Linseed Buns
280 天然酵母米粉白面包 | 直接法 | Natural Yeast Rice Flour Buns
282 天然酵母酒渍果干乳酪小餐包 | 直接法 | Natural Yeast Rum Soaked Fruit Cheese Buns
287 天然酵母法国干酪面包 | 直接法 | Natural Yeast Cheese Bread
288 天然酵母葵花子面包 | 直接法 | Natural Yeast Multi-grain Bread with Sunflower Seeds
291 天然酵母芝麻餐包 | 中种法 | Natural Yeast Bread with Sesame
294 天然酵母全麦核桃面包 | 中种法 | Natural Yeast Whole Wheat Bread with Walnuts
297 天然酵母黄油干酪面包 | 中种法 | Natural Yeast Butter Cheese Bread
300 天然酵母培根橄榄叶子面包 | 中种法 | Natural Yeast Bacon Olive Bread
303 天然酵母乡村面包 | 老面法 | Natural Yeast Country Bread
306 天然酵母法国面包 | 低温冷藏发酵法 | Natural Yeast Baguette
309 天然酵母黄油法国面包 | 直接法 | Natural Yeast Butter French Bread
312 天然酵母红糖杂粮吐司 | 中种法 | Natural Yeast Brown Sugar Multi-grain Bread Loaf
315 天然酵母酒酿面包 | 直接法 | Natural Yeast Sweet Wine Country Bread
318 天然酵母亚麻籽燕麦吐司 | 直接法 | Natural Yeast Oatmeal Linseed Bread Loaf
321 天然酵母炼乳吐司 | 中种法 | Natural Yeast Condensed with Bread Loaf
324 天然酵母红薯芝麻乡村面包 | 中种法 | Natural Yeast Sweet Potato Sesame Country Bread
327 天然酵母杂粮吐司 | 直接法 | Natural Yeast Multi-grain Bread Loaf

330 天然酵母松饼 | 直接法 | Natural Yeast Pancake
332 天然酵母明太子黄油法国面包 | 中种法 | Natural Yeast French Bread with Seasoned Cod Roe Butter
附录1 | 面包的花样吃法 | Uses for Bread
336 法式吐司 | French Toast
337 总汇三明治 | Club Sandwich
338 蛋烧三明治 | Pan Fried Cheese Ham Sandwich
339 烤乳酪火腿三明治 | Grilled Cheese Ham Sandwich
340 金枪鱼三明治 | Tuna Sandwich
342 古早味蛋皮火腿三明治 | Egg Ham Sandwich
344 乳酪蛋烧吐司 | Grilled Cheese Egg Toast
345 大阪烧吐司 | Okonomiyaki Toast
346 鸡蛋沙拉三明治 | Egg Salad Sandwich
348 生火腿佛卡夏三明治 | Parma Ham Sandwich
349 培根面包卷 | Grilled Bacon Toast
350 炸猪排三明治 | Tonkatsu Pork Sandwich
352 蜜糖鲜果吐司 | Honey Fruit Toast
354 简易比萨 | Pizza Toast
355 枫糖黄油厚片吐司 | Maple Syrup Butter Toast
356 马铃薯海鲜面包浓汤 | Seafood Chowder Bread Bowl
358 蜂蜜坚果面包干 | Honey Nuts Rusk
360 香蒜乳酪面包干 | Garlic Cheese Rusk
362 黄油焗烤面包 | Gratin Bread
附录2 | 面包的好搭档——果酱与抹酱 | Jam and Spread
366 葡萄果酱 | Grapes Jam
367 蓝莓果酱 | Blueberry Jam
368 蜂蜜柚子果酱 | Honey Pomelo Jam
370 菠萝果酱 | Pineapple Jam
372 芒果果酱 | Mango Jam
374 洛神果酱 | Roselle Jam
376 梅酒果酱 | Plum Wine Jam
378 蔓越莓果酱 | Cranberry Jam
379 橄榄油美乃滋抹酱 | Olive Oil Mayonnaise Sauce
380 明太子黄油抹酱 | Seasoned Cod Roe Butter
381 黄油炼乳抹酱 | Condensed Milk Butter
382 大蒜黄油酱 | Garlic Butter
• • • • • ([收起](#))

[胡涓涓的原味面包_下载链接1](#)

标签

面包

烘焙

料理

评论

分布图很细致。

[胡涓涓的原味面包 下载链接1](#)

书评

[胡涓涓的原味面包 下载链接1](#)