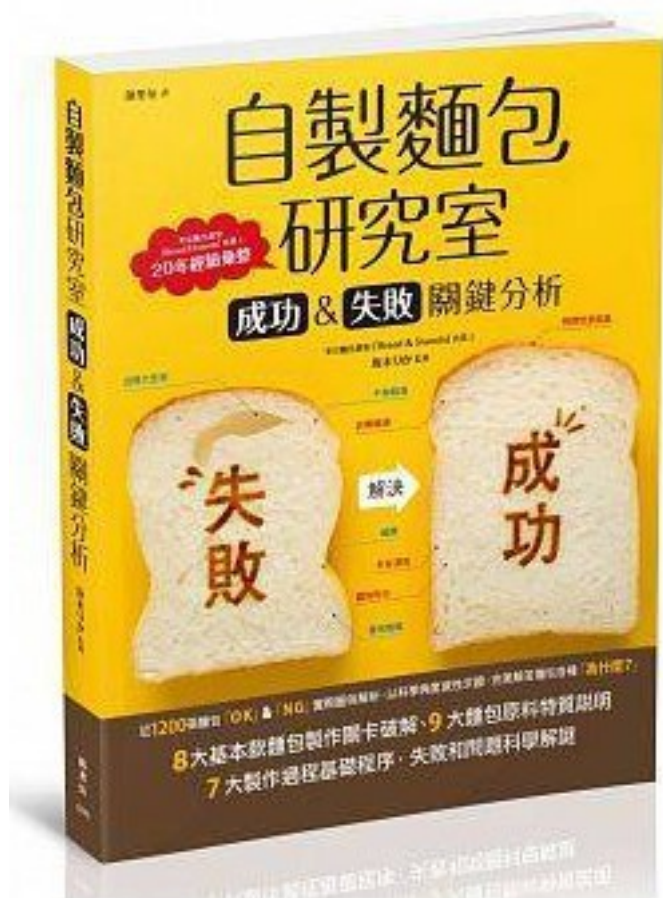


自製麵包研究室



[自製麵包研究室 下载链接1](#)

著者:坂本りか 監修

出版者:楓書坊文化出版社

出版时间:2016

装帧:平装

isbn:9789863772095

東京「麵包教室Bread & Sweets」負責人20多年經驗彙整，

日本亞馬遜 5 星最高好評！

近1200張麵包「OK」 & 「NG」 實際圖例解析，
以科學角度感性求證，完美解答麵包各種「為什麼？」

作者介绍:

畢業於大阪市阿倍野區辻製菓專門學校，曾任職該校職員4年、在東京工作12年。2003年開始在東京府中市工作4年、世田谷區7年，為「麵包教室Bread & Sweets」負責人，至今仍在世田谷區成城經營麵包教室。著有《イチバン親切なやさしいパンの教科書》（新星出版社）等書。

目录: 第1章 製作麵包的基礎

- ・ 麵包的基本① 麵包的種類和特徵
- ・ 麵包的基本② 製作麵包的主要流程
- ・ 麵包的基本③ 麵包工法
- ・ 本書的使用方法及做麵包前的注意事項
- ・ 材料的注意事項

第2章 解決基本款麵包的失敗和問題

- ・ 軟式麵包① 奶油麵包捲
- ・ 奶油麵包捲的Arrange 熱狗麵包捲
- ・ 奶油麵包捲的夥伴們
(維也納麵包／奶油餐包／漢堡麵包)

奶油麵包捲的失敗和問題

- ・ ①麵團要揉到什麼程度？
- ・ ②整出外形漂亮的麵團有什麼祕訣嗎？
- ・ ③最後發酵大概要什麼程度才剛好？
- ・ ④蛋液要刷多少才夠呢？
- ・ ⑤刷了蛋液的麵團表面變皺的原因？
- ・ ⑥為什麼麵包好像有點塌？
- ・ ⑦烤到什麼程度最理想？
- ・ ⑧麵包捲的接縫裂開了怎麼辦？

軟式麵包② 布里歐許

- ・ 布里歐許的Arrange 杏仁布里歐許
- ・ 布里歐許的夥伴們
(牛奶麵包／茴香布里／奶油圓蛋糕)

布里歐許的失敗和問題

- ・ ①布里歐許為什麼需要冷藏發酵？
- ・ ②奶油在什麼時候容易融化？
- ・ ③幫麵團做頸部時頭跟身體分離了？
- ・ ④出爐後頭部歪掉時？
- ・ ⑤頭部和身體的界線如果弄得不漂亮？
- ・ ⑥最後發酵大概要到什麼程度？
- ・ ⑦為什麼沒辦法漂亮脫模？

軟式麵包③ 哈蜜瓜麵包

- ・ 哈蜜瓜麵包的Arrange 巧克力螺旋麵包
- ・ 點心麵包的夥伴們
(甜麵包／辮子麵包／摩卡咖啡麵包)

哈蜜瓜麵包的失敗和問題

- ・ ①麵團要揉到什麼程度？
- ・ ②哈蜜瓜麵糊裡的蛋液分離了？

- ③如果哈蜜瓜麵包無法好好包裹麵包麵團？
- ④哈蜜瓜麵包烤到什麼程度最理想？
- 半硬式麵包① 吐司麵包
- 吐司麵包的Arrange 方形吐司
- 吐司麵包的夥伴們
- (全麥麵包／核桃麵包／糙米麵包)
- 吐司麵包的失敗和問題
 - ①要是麵團揉得不夠會烤成什麼樣子？
 - ②切面出現大空洞時？
 - ③兩邊膨脹的高度不一樣時？
 - ④最後發酵大概到什麼程度才剛好？
 - ⑤吐司麵包烤到什麼程度最理想？
 - ⑥吐司麵包模一斤的容量大概是多少？
- 半硬式麵包② 貝果
- 貝果的Arrange 葡萄貝果
- 貝果的夥伴們
- (老虎麵包／英式瑪芬／佛卡夏)
- 貝果的失敗和問題
 - ①如果麵團沒辦法搓成漂亮的長條狀？
 - ②水煮時火力大概要多少？
 - ③麵團在水煮時變皺了的話？
 - ④為什麼貝果非得要用水煮不可？
 - ⑤貝果烤到什麼程度最理想？
 - ⑥旁邊出現裂縫怎麼辦？
 - ⑦貝果三明治最推薦的作法是什麼？
- 硬式麵包① 法式長棍麵包
- 法式長棍麵包的Arrange 培根麥穗麵包
- 法式長棍麵包的夥伴們
- (凱薩麵包／農家麵包／德式牛奶麵包)
- 法式長棍麵包的失敗和問題
 - ①法式長棍麵包有哪些種類？
 - ②可以用高筋麵粉做法式長棍麵包嗎？
 - ③為什麼不能把法式長棍麵包的麵團滾圓？
 - ④要讓麵團排出多少氣體才行？
 - ⑤麵團要揉到什麼程度？
 - ⑥為什麼裂紋總是切不好？
- 硬式麵包② 裸麥麵包
- 裸麥麵包的Arrange 核桃裸麥麵包
- 裸麥麵包的夥伴們
- (法式鄉村麵包／雜糧麵包／重裸麥麵包)
- 裸麥麵包的失敗和問題
 - ①麵團要搓揉到什麼程度？
 - ②為什麼裸麥麵包的麵團老是揉得太圓？
 - ③為什麼做不出漂亮的紡錘形狀？
 - ④最後發酵大概要到什麼程度？
 - ⑤可以教我切裂紋的技巧嗎？
 - ⑥不知道怎樣才算烤得恰到好處？
- 其他麵包 可頌麵包
- 可頌麵包的Arrange 巧克力可頌
- 可頌麵包的失敗和問題
 - ①麵團要搓揉到什麼程度？
 - ②為什麼奶油沒辦法壓成四角形？
 - ③包裹奶油有什麼訣竅嗎？
 - ④為什麼麵皮沒辦法折得很好？

- ． ⑤為什麼無法順利成形？
- ． ⑥折疊麵皮的次數和層次有什麼關係？
- ． ⑦最後發酵時有什麼需要注意的地方？

Column① 麵包的正確切法

第3章 解決製作過程中的失敗和問題

基本程序① 前置作業篇

前置作業的失敗和問題

- ． 計算分量時有什麼需要注意的地方？

基本程序② 揉麵、摔麵篇

揉麵、摔麵的失敗和問題

- ． ①在調理台上搓麵時有什麼訣竅嗎？
- ． ②為什麼手揉麵團老是做得差強人意？
- ． ③可以教我單手揉麵團的方法嗎？
- ． ④不知道怎樣才算是揉成的麵團質地？
- ． ⑤按照指示的時間揉麵卻無法順利出筋？
- ． ⑥檢查出筋程度時，麵團無法順利延展？

基本程序③ 發酵篇

發酵的失敗和問題

- ． ①揉好的麵團溫差太大會影響發酵嗎？
- ． ②烤箱的發酵功能無法設定正確的溫度時？
- ． ③不知道怎麼判斷發酵是否完成？
- ． ④為什麼一定要用發酵種？
- ． ⑤發酵種要多久才會發酵？

基本程序④ 排氣篇

排氣的失敗和問題

- ． 可以教我排氣時需要注意的事項嗎？

基本程序⑤ 分割篇

分割的失敗和問題

- ． ①不知道該怎麼分割比較簡單？
- ． ②麵團也有表裡之分嗎？

基本程序⑥ 滾圓篇

滾圓的失敗和問題

- ． ①不知道該怎麼滾圓小麵團？
- ． ②可以教我大麵團滾圓的方法嗎？
- ． ③要滾到多圓才好？

基本程序⑦ 鬆弛篇

鬆弛的失敗和問題

- ． ①要怎麼判斷鬆弛已經完成了？
- ． ②鬆弛需要注意的地方？

基本程序⑧ 成形篇

- ． ①擀麵棍你用對了嗎？
- ． ②要怎麼整出漂亮的形狀？
- ． ③成形的麵團在烤盤上有固定的排法嗎？

基本程序⑨ 最後發酵篇

最後發酵的失敗和問題

- ． 最後發酵會讓麵團產生什麼變化？

基本程序⑩ 烘焙篇

烘焙的失敗和問題

- ． ①何時才是開始預熱的時機？
- ． ②可以同時放兩個烤盤嗎？
- ． ③如果顏色烤得不夠焦，可以拉長烘焙時間嗎？
- ． ④為什麼硬式麵包需要蒸氣？

Column② 什麼是天然酵母麵包？

第4章 製作麵包的材料和工具的作用

． 做麵包使用的材料

基本材料

． ①認識麵粉

． ②認識酵母

． ③認識水分

． ④認識鹽分

． ⑤認識油脂

． ⑥認識砂糖

． ⑦認識脫脂奶粉

． ⑧認識蛋

． ⑨認識麥芽糖漿

． 基本材料的Q & A

． 其他材料

． 製作麵包使用的工具

便利的工具

． ①認識烤箱

． ②認識發酵器

． ③認識攪拌機

． ④認識麵包機

． 再多品味一下麵包的滋味 麵包保存法

． 麵包製作用語集

． ． ． ． ． ． (收起)

[自製麵包研究室 下载链接1](#)

标签

面包

烘焙

食譜

评论

比较生动和全面的解释 图片说明很清晰

简单的原物料＋一台家用小烤箱＋正确的知识，人人都能晋身面包烘培王：

本书宗旨并非要「如何补救失败」，而是在系统性地理解原料原理后，指引「如何避免失败」的方法。在食谱页中除了标示作业的流程和所需时间，图片还附带箭头指示，顺序简单明了，遇到容易失败的步骤，会引导读者跳至详细解说的页面，特别重要的部分也会贴上Point的标示。各个基本款面包的食谱后面，都会以一问一答的方式讲解新手常见的失误和问题，提供解决方法，将成功和失败的例子以照片并排比较。版面简明清楚，易于理解操作，以照片＋图表的方式系统性地整理面包知识，完美解答面包的各种「为什么」。

[自製麵包研究室_下载链接1](#)

书评

[自製麵包研究室_下载链接1](#)