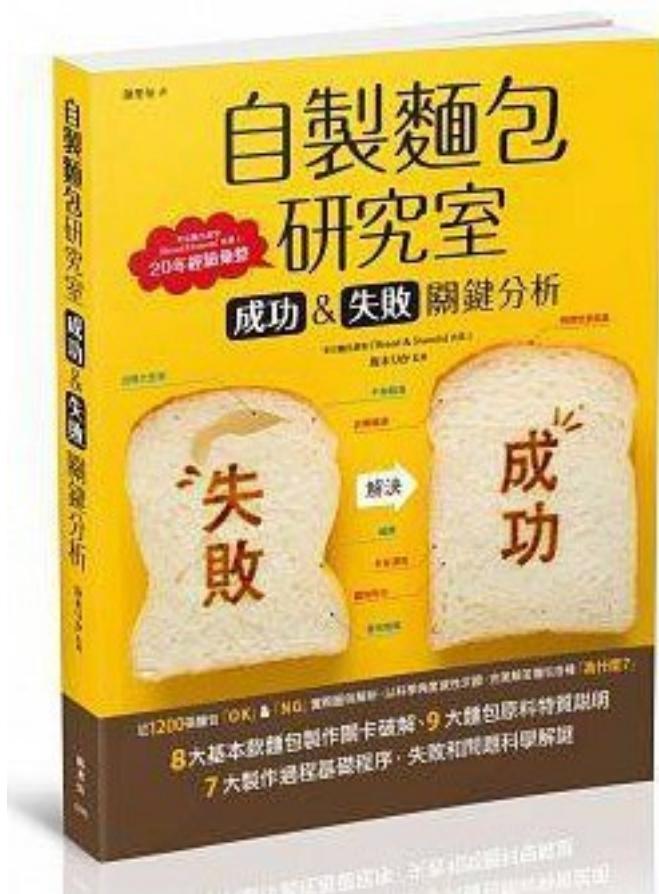


自製麵包研究室



[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？」

作者介紹：

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。

目錄：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 热狗麵包捲
- 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如果哈蜜瓜麵團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](#)