

# 5分钟轻松在家做面包



[5分钟轻松在家做面包\\_下载链接1](#)

著者: (美) 杰夫·赫兹伯格 佐薇·弗朗索瓦

出版者: 南海出版社

出版时间: 2011-7

装帧:

isbn: 9787544250139

还去面包店买面包？你OUT啦！这本创意烘焙宝典教给你有关面包的一切小事，让你足不出户5分钟做出手工面包。

本书彻底颠覆了人们对烘焙面包费时费力的印象，在烘焙界掀起了一场创新革命。杰夫和佐薇两位资深烘焙达人经过多次实验，研究出了不用和面、不用事先溶解酵母、不用每天制作新面团的5分钟面包烘焙方法。他们制作的高水分面团可以冷藏储存2周，想吃面包时随取随做，每天只要5分钟时间就能吃到新鲜出炉的手工面包。书中的近百种配方几乎涵盖了所有西式面点，包括可做主食的法棍、全麦吐司等基础款面包，布里欧修、肉桂葡萄干面包等馅料丰富的甜点面包，以及富有异域风情的比萨、口袋面包等品种。

每个配方都分步骤详细讲解了制作过程，让烘焙新手也可以轻松做出好吃又好看的面包。

快来尝试烘焙面包吧，为忙碌的生活添加一份温暖香气，每天只要5分钟，你的生活因此变得更加健康、丰富而美好。

作者介绍:

杰夫·赫兹伯格

充满热情的烘焙爱好者，曾任保健医生、明尼苏达医学院教师、信息技术顾问。对烘焙的喜爱源自20世纪60~70年代文化多元的纽约市，在游历了法国、意大利、德国、西班牙、英国和摩洛哥后，更加热衷于这一爱好。现与妻子和两个女儿居住在美国明尼苏达州明尼阿波利斯市。与佐薇合著有《5分钟轻松在家做面包》《5分钟健康面包》等。

佐薇·弗朗索瓦

西点烘焙师，毕业于美国烹饪学院，在写作、教学、担任餐厅顾问之余，也创作艺术甜点、定制婚礼蛋糕。现与丈夫和两个儿子一起居住在美国明尼苏达州明尼阿波利斯市。

目录: 5分钟做面包的秘诀

前言

第1章 烘焙前奏

制作“5分钟面包”的秘诀

第2章 面包烘焙原料

面粉和谷物

水

酵母

盐

种子、坚果和巧克力

第3章 所需的烘焙工具

第4章 做面包的窍门和技巧

面团的水分比例

储存面团

“布丁状”组织

• • • • • ([收起](#))

[5分钟轻松在家做面包\\_下载链接1](#)

标签

美食

烘焙

面包

烘焙 面包

烘焙面包

菜谱

生活

饮食

## 评论

其实就是免揉面包啦，先来搅个面团试试看……

---

日系烘焙书多以名家名店为卖点，精美如同广告册，步骤也繁琐细致，一直觉得是家庭主妇的专利。看到这本觉得终于有说人话的了

---

图片少了点~

---

亚马逊促销，最近看过最有可行性的recipe，充分考虑面团特性，耶，明早第一炉dong起来！

---

试做了一个，还不错，懒人有福了。

---

奔着对德州农民的滔滔江水和5分钟的快捷期待收入囊中，前1/3的原理和Tips还比较受益，但是后2/3的面包制作始于冷藏湿面团的发酵，所谓5分钟只是实际操作时间，发酵

的等待时间我应已吃上中餐了。

-----  
书看起来非常棒 但是我还是失败……我放弃了……

-----  
2013-轻松做面包第一步，发酵，准备了大盒子，好好发酵，明天开烤

-----  
我觉得欧包好难啊……

-----  
然后发现只用基础面团

-----  
此书没什么成品图可对比，文字讲解还是太抽象。如果是新手建议买《学徒面包师》，从理论到配方等都很详细（网上有电子版可下载）

-----  
"Artisan bread in 5 minutes a day". A terrific book! You can really make the dough in just a few minutes and keep it in your fridge for use over the next 2 weeks. With those receipts, you don't have to buy an expensive bread maker to knead the dough. I haven't got a chance to try all of the bread, wish I could in the future!

-----  
不错的方法。可以尝试下

-----  
需要一定耐心

-----  
非常实用，新手如我也能做出高水准作品来！低温发酵能够让面包获得丰富的滋味，同时一次性准备多次烘培的面团也大大减少了每次烤面包所需的时间。

-----  
棒！简单明了。做出很多好吃的软面包

-----  
[5分钟轻松在家做面包\\_下载链接1](#)

## 书评

面包就我个人而言，目前都还处在摸索的困难阶段。对于面团干湿，发酵温度的判断，整形的方式，都还完全没有头绪。更别提手揉面团这种力量与智慧相结合的运动！！有做成功过一个方子的免揉小餐包，面团不会湿哒哒，不黏手还是很好操作的，无油所以成品偏干一些，得加入比如红...

-----  
[5分钟轻松在家做面包\\_下载链接1](#)