

<<金永模的健康面包>>

图书基本信息

书名：<<金永模的健康面包>>

13位ISBN编号：9787538174946

10位ISBN编号：753817494X

出版时间：2012-7

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：金永模

页数：167

字数：100000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<金永模的健康面包>>

内容概要

《金永模的健康面包》介绍了不需要很多道具，简单、容易制作的各种健康面包，每款面包都配有详细的图解过程步骤图，让身心倍感幸福的好面包就从这里开始！

<<金永模的健康面包>>

作者简介

金永模以“糕点制作业的领袖”名声远扬，用自己的名字创造了最好的品牌，我们称他为“名匠”。

1982年，在大家对“天然发酵”这个词还很生疏的年代，他第一次用天然发酵代替人工添加剂，制作了健康面包、曲奇、蛋糕，从而，在韩国首尔一带迅速成名，他的小小面包房也在短时间内被大家所认识和接受。

金永模的蛋糕和饼干很特别，虽然不甜，但是每一口都有消除一天疲劳的魔力，它柔和得像冰激凌一样，松软得像棉花糖一样；那是一种每天吃也不腻的味道。偶尔，他也会与其他技师们较量，他把这些看成是提高自己、挖掘自身潜力的机会。

同时，他更是把精力投入到跟大家分享烘焙技术上。他相信，通过与大家分享新开发的产品，能够创造出更多、更好的技术。现在他时常说，制作面包是他最快乐的事。

除了《金永模的蛋糕&饼干》一书外，最近，他又新推出了在普通家庭方便制作的面包制作宝典——《金永模的健康面包》。

<<金永模的健康面包>>

书籍目录

健康面包的使用材料

简单道具

发酵基础常识

和面方法

每天早上，健康吐司

小麦吐司

黑麦吐司

小麦胚芽核桃吐司

蔓越莓荞麦吐司

黑米吐司

豌豆吐司

紫苏子吐司

红参吐司

石榴吐司

树莓吐司

柔软的面包——黄油面包卷

黄油卷

四种黄油卷变化款

核桃卷

小麦胚芽卷

墨鱼汁面包

葵花子黑芝麻卷

栗子黄油卷

番茄叶形烤饼

朴素的健康面包——乡村面包

乡村面包I

乡村面包II

乡村核桃面包

无花果乡村面包

杏仁乡村面包

柠檬乡村面包

蓝莓乡村面包

抹茶乡村面包

黑啤酒乡村面包

奶酪&柿子干乡村面包

黑麦面包I

黑麦面包II

法棍面包

没有放入黄油和油脂的面包

小餐包

香草面包

燕麦西梅面包

蔓越莓红酒面包

红糖葡萄干面包

糙米蒸包

<<金永模的健康面包>>

酸奶奶油吐司
枫糖面包
糯米芝麻包
不加入鸡蛋和乳制品的面包
纯植物性吐司
芙卡恰面包
海带吐司
蓝莓吐司&蓝莓贝果
蜜芸豆吐司&蜜芸豆贝果
海苔吐司&海苔贝果
小米面包
高粱米面包
豆腐面包
全麦蔓越莓面包
使用天然酵母的面包
天然水果酵母
全麦酵种
乡村欧包
黑麦欧包
南瓜欧包&南瓜贝果
橙香黑麦欧包
满福堡
橄榄油乡村风面包
奶酪乡村风面包
牛角面包
巧克力牛角面包
榛子奶油牛角面包
劲道的大米面包
大米早餐包
糙米面包
大米奶酪面包
黑米面包
树莓大米面包
甜菜大米面包
纳豆大米面包
大米杂粮包
100%纯大米粉面包
柔软大米面包
大米酒面包
黄米面包
黑芝麻大米面包
苹果大米面包
橙香大米面包
香蕉大米面包
各种天然果酱

<<金永模的健康面包>>

章节摘录

版权页：插图：容器消毒 准备有瓶盖的玻璃瓶。

将瓶子放入煮沸的水中，不断地转动瓶子，使瓶子均匀地接触热水。

瓶盖也用相同方式，在热水中消毒1分钟左右。

不要使用消毒剂、洗涤剂化学用品。

因为若有留存，不容易产生酵母。

倒立晾干 将瓶子倒立在洗干净金属网上。

因为瓶子是热的，所以水分很快就会蒸发。

绝对不能用手巾擦水分。

制作酵母时使用的筷子，用热水消毒后，也放在金属网上晾干。

制作酵母 准备好其他杂菌进不去、只有纯天然酵母活动的瓶子和瓶盖，将准备的水果和糖、温水，用筷子混合均匀。

放入量不要过满，大约2 / 3即可。

白糖作为酵母的食物，放入少量即可。

葡萄干液种 葡萄干100g、糖10g、温水500g 1在消毒好的瓶中，放入葡萄干、糖、水。

2用消毒后的筷子搅拌。

盖上瓶盖，在室温下保管。

每天摇一下，开盖一次，让空气接触瓶内的东西。

第5天的时候，用筛子过筛，只留下液体，备用。

苹果液种 有机苹果2 / 3个，糖10g，温水500g 1因为果皮上有酵母，不要削果皮，用水洗干净后切薄片。

要使用有机苹果和无农药苹果。

2将切片的苹果放入消毒的瓶内，加入水和糖。

3用消毒的筷子搅拌均匀后，盖上瓶盖，在室温下保管。

每天摇一下，开盖一次，让空气接触瓶内的东西。

第5天的时候，用筛子过筛，只留下液体，备用。

<<金永模的健康面包>>

编辑推荐

《金永模的健康面包》由金永模著。
新手人妻、手残少女、痴汉宅男也能做出美味面包！

<<金永模的健康面包>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>