



面包机的诱惑²

百变吐司

辣妈 (Shania) 著



♥ 百变生活由此开启！亲子时光惊喜不断！

面包机开创美味人生！

多种烘焙法制成新口感，温馨提示的各种小技巧令你轻松成功！



面包机的诱惑 2

百变吐司

台湾人气 **No.1** 面包机博主、畅销书作家
辣妈 (Shania) 著



辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·

本书中文简体版通过成都天鸢文化传播有限公司代理，经高宝书版集团授予辽宁科学技术出版社有限责任公司独家发行，非经书面同意，不得以任何形式任意重制转载。本著作限于中国大陆地区发行。

©2016, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社有限责任公司所有。

本书由高宝书版集团授权在中国大陆出版中文简体字版本。著作权合同登记号：06-2015 第 104 号。

版权所有 · 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

面包机的诱惑2, 百变吐司 / 辣妈 (Shania) 著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2016.4

ISBN 978-7-5381-9529-3

I. ①面… II. ①辣… III. ①面包—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第312489号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁新华印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm × 240mm

印 张: 10

字 数: 235 千字

出版时间: 2016 年 4 月第 1 版

印刷时间: 2016 年 4 月第 1 次印刷

责任编辑: 郭 莹 卢山秀

封面设计: 魔杰设计

版式设计: 袁 淑

责任校对: 王玉宝

书 号: ISBN 978-7-5381-9529-3

定 价: 39.80元

邮购热线: 024-23284502



《面包机的诱惑 1：基础面包 + 家常主食》与《面包机的诱惑 2：百变吐司》的差异

很开心第一本书《面包机的诱惑 1：基础面包 + 家常主食》受到好评。虽然离开待了 13 年的金融业，心中有很多的忐忑，不知自己是否能完成梦想……但随着新书受到大家的肯定，觉得非常欣慰，自己得到莫大的成就感！也在读者们试做成功与否的过程中，彼此互动讨论，让我更快速地从别人的经验中学习更多。

写完第一本书之后，辣妈也在不断地充实各种与烘焙相关的专业知识，研读专业书籍、大量浏览食谱并试做，取得面包丙级执照后，也顺利拿到西点丙级执照。积极参与烘焙及料理课程，学习更多面包的整形手法，在这些“练功”的过程中，深深体会学习带来的快乐，也将所学融会贯通于这本新食谱中。

上一本书是把我历年来最爱的食谱与大家分享，操作简单，口感也一级棒！这本书则是我的新挑战——换了吸水力比较强的面粉、提升面包的口感，也发挥自己的想象力，尝试了在市面上较少见的图案与口味。

面包机除了带给家人健康的饮食，也带来不少的乐趣。两个孩子常常望着正在揉打面团的面包机，期待地问我：“妈妈，你今天要做什么面包？”“要做有图案的吗？”“你今天有空做黏土吗？”除了满足口腹，也玩出生活乐趣，才是把面包机的功能发挥到极致呀！

本书的每一个章节我都很喜欢，不一样的搭配，碰撞出意想不到的好滋味；另外也帮大家想好了，如何从原本的口味中，透过简单的擀卷找出新口感。

中式面点当然也要再进化，凤梨酥、甜不辣等，都可以运用面包机省时省力地做出来。再者，人们大多偏好柔软的吐司，本书特别将让面包变柔软的元素挑出来，再搭配食谱实作，读者也可以自行搭配变化。

亲子时光与视觉系吐司，则是《面包机的诱惑 2：百变吐司》最大的亮点，五彩缤纷的面包，让大家看了就想挑战，更别说是孩子们的反应了！面包制作完成时，自己都会对着成品傻笑许久；后半部也会教大家如何制作经典的国外面包、简单又好吃的蛋糕，甚至是意大利的千层面也能完美呈现哦！

最后，期待把从面包机得到的乐趣好好地与大家分享，相信很多读者跟我一样，生活因面包机而有了改变，就让这份美好的改变一直持续下去吧！

特别提示 本书提倡的是“追求健康、创意生活”的理念。辣妈 shania 在本书中使用的是松下品牌的面包机，不同品牌的面包机在操作上可能有所差异，请大家灵活运用。期待您发挥创造力，做出更多美味的百变料理！ ☺



目录 Contents

【前言】《面包机的诱惑 1：基础面包 + 家常主食》与《面包机的诱惑 2：百变吐司》的差异	2
---	---

第1章

概 论

基本材料说明	10
常见问题解答	12
成功面包的诞生	18

第2章

新 口 感 面 包

01 优格吐司	24
02 鲜奶油吐司	25
03 抹茶地瓜吐司	26
04 黑芝麻地瓜吐司	28
05 可乐核桃吐司	29
06 杏仁苹果核桃吐司	30
07 巧克力奶酥吐司	32
08 紫薯吐司	34
09 味噌核桃吐司	36
10 九层塔奶酪吐司	38
11 马铃薯香肠吐司	40
12 培根洋葱吐司	42
13 全麦豆腐餐包	44
14 胡萝卜洋芋餐包	46
15 马苏里拉奶酪培根餐包	48
16 大蒜吐司	50
17 超人气葱花卷	52
18 一次擀卷葡萄干吐司	54
19 辫子蔓越莓吐司	56



第3章

超柔软面包

- 20 糖渍苹果巧克力面包 60
- 21 南瓜花花面包 62
- 22 汤种热狗堡 64
- 23 水合法柠檬奶酪吐司 66
- 24 液种无油炼乳吐司 68

第4章

地道中式糕点

- 25 桂圆馒头 72
- 26 芝麻包子 74
- 27 面龟 76
- 28 胡椒饼 78
- 29 凤梨酥 80
- 30 甜不辣 82
- 31 杏仁桃酥 84

第5章

缤纷亲子时光

32	无毒黏土	88
33	长颈鹿吐司	90
34	迷彩吐司	92
35	红西瓜吐司	94
36	小玉西瓜吐司	96
37	小蘑菇面包	98
38	兔子饼干	100
39	斑马饼干	102
40	缤纷 M&M' S 饼干	104

第6章

视觉系吐司

41	双色芝麻吐司	108
42	巧克力漩涡吐司	110
43	迷你黑糖夹馅吐司	112
44	梦幻三色圣诞吐司	114
45	优雅抹茶双色吐司	116
46	紫色百褶吐司	118
47	巧克力双色吐司	120



第7章

世界各地的面包

- 48 全麦贝果 124
- 49 红豆面包 126
- 50 菠菜奶酪佛卡夏 128
- 51 意式千层面 130
- 52 墨西哥卷饼 132
- 53 口袋面包 134
- 54 葱花奶酪司康 136

第8章

甜蜜蜜蛋糕点心

- 55 伯爵巧克力 140
- 56 藏心蛋糕 142
- 57 大理石磅蛋糕 144
- 58 海苔豆腐饼干 146

第9章

省时省力美味馅料

- 59 南瓜泥 150
- 60 红豆馅 152
- 61 紫薯馅 154
- 62 马铃薯泥 156
- 63 巧克力奶酥粒 157
- 64 奶酥馅 158
- 65 汤种 159



面包机的诱惑 2

百变吐司

台湾人气 **No.1** 面包机博主、畅销书作家
辣妈 (Shania) 著



辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·



《面包机的诱惑 1：基础面包 + 家常主食》与《面包机的诱惑 2：百变吐司》的差异

很开心第一本书《面包机的诱惑 1：基础面包 + 家常主食》受到好评。虽然离开待了 13 年的金融业，心中有很多的忐忑，不知自己是否能完成梦想……但随着新书受到大家的肯定，觉得非常欣慰，自己得到莫大的成就感！也在读者们试做成功与否的过程中，彼此互动讨论，让我更快速地从别人的经验中学习到更多。

写完第一本书之后，辣妈也在不断地充实各种与烘焙相关的专业知识，研读专业书籍、大量浏览食谱并试做，取得面包丙级执照后，也顺利拿到西点丙级执照。积极参与烘焙及料理课程，学习更多面包的整形手法，在这些“练功”的过程中，深深体会学习带来的快乐，也将所学融会贯通于这本新食谱中。

上一本书是把我历年来最爱的食谱与大家分享，操作简单，口感也一级棒！这本书则是我的新挑战——换了吸水力比较强的面粉、提升面包的口感，也发挥自己的想象力，尝试了在市面上较少见的图案与口味。

面包机除了带给家人健康的饮食，也带来不少的乐趣。两个孩子常常望着正在揉打面团的面包机，期待地问我：“妈妈，你今天要做什么面包？”“要做有图案的吗？”“你今天有空做黏土吗？”除了满足口腹，也玩出生活乐趣，才是把面包机的功能发挥到极致呀！

本书的每一个章节我都很喜欢，不一样的搭配，碰撞出意想不到的好滋味；另外也帮大家想好了，如何从原本的口味中，透过简单的擀卷找出新口感。

中式面点当然也要再进化，凤梨酥、甜不辣等，都可以运用面包机省时省力地做出来。再者，人们大多偏好柔软的吐司，本书特别将让面包变柔软的元素挑出来，再搭配食谱实作，读者也可以自行搭配变化。

亲子时光与视觉系吐司，则是《面包机的诱惑 2：百变吐司》最大的亮点，五彩缤纷的面包，让大家看了就想挑战，更别说是孩子们的反应了！面包制作完成时，自己都会对着成品傻笑许久；后半部也会教大家如何制作经典的国外面包、简单又好吃的蛋糕，甚至是意大利的千层面也能完美呈现哦！

最后，期待把从面包机得到的乐趣好好地与大家分享，相信很多读者跟我一样，生活因面包机而有了改变，就让这份美好的改变一直持续下去吧！

别提示 本书提倡的是“追求健康、创意生活”的理念。辣妈 shania 在本书中使用的是松下品牌的面包机，不同品牌的面包机在操作上可能有所差异，请大家灵活运用。期待您发挥创造力，做出更多美味的百变料理！ ☺



目录 Contents

【前言】《面包机的诱惑 1：基础面包 + 家常主食》与《面包机的诱惑 2：百变吐司》的差异	2
---	---

第1章

概 论

基本材料说明	10
常见问题解答	12
成功面包的诞生	18

第2章

新 口 感 面 包

01 优格吐司	24
02 鲜奶油吐司	25
03 抹茶地瓜吐司	26
04 黑芝麻地瓜吐司	28
05 可乐核桃吐司	29
06 杏仁苹果核桃吐司	30
07 巧克力奶酥吐司	32
08 紫薯吐司	34
09 味噌核桃吐司	36
10 九层塔奶酪吐司	38
11 马铃薯香肠吐司	40
12 培根洋葱吐司	42
13 全麦豆腐餐包	44
14 胡萝卜洋芋餐包	46
15 马苏里拉奶酪培根餐包	48
16 大蒜吐司	50
17 超人气葱花卷	52
18 一次擀卷葡萄干吐司	54
19 辫子蔓越莓吐司	56



第3章

超柔软面包

- 20 糖渍苹果巧克力面包 60
- 21 南瓜花花面包 62
- 22 汤种热狗堡 64
- 23 水合法柠檬奶酪吐司 66
- 24 液种无油炼乳吐司 68

第4章

地道中式糕点

- 25 桂圆馒头 72
- 26 芝麻包子 74
- 27 面龟 76
- 28 胡椒饼 78
- 29 凤梨酥 80
- 30 甜不辣 82
- 31 杏仁桃酥 84

第5章

缤纷亲子时光

32	无毒黏土	88
33	长颈鹿吐司	90
34	迷彩吐司	92
35	红西瓜吐司	94
36	小玉西瓜吐司	96
37	小蘑菇面包	98
38	兔子饼干	100
39	斑马饼干	102
40	缤纷 M&M'S 饼干	104

第6章

视觉系吐司

41	双色芝麻吐司	108
42	巧克力旋涡吐司	110
43	迷你黑糖夹馅吐司	112
44	梦幻三色圣诞吐司	114
45	优雅抹茶双色吐司	116
46	紫色百褶吐司	118
47	巧克力双色吐司	120



第7章

世界各地的面包

- 48 全麦贝果 124
- 49 红豆面包 126
- 50 菠菜奶酪佛卡夏 128
- 51 意式千层面 130
- 52 墨西哥卷饼 132
- 53 口袋面包 134
- 54 葱花奶酪司康 136

第8章

甜蜜蜜蛋糕点心

- 55 伯爵巧克力 140
- 56 藏心蛋糕 142
- 57 大理石磅蛋糕 144
- 58 海苔豆腐饼干 146

第9章

省时省力美味馅料

- 59 南瓜泥 150
- 60 红豆馅 152
- 61 紫薯馅 154
- 62 马铃薯泥 156
- 63 巧克力奶酥粒 157
- 64 奶酥馅 158
- 65 汤种 159

