



凤凰汉竹
汉竹编著
吕一平年度中国民营书业实力品牌奖
健康爱家系列

★附赠★
一看就会12款
经典面包卡片

Hello!

面包机

薄衣 著

一下子，就懂了
烘焙的全部秘密

放下配料，
按下开关，
就能做出好吃得
吓自己一跳的面包！

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位



Hello!

面包机

汉竹
● 健康爱家系列

薄灰·著

一下子，
就懂了烘焙的全部秘密

放下配料，按下开关，就能做出好吃得吓自己一跳的面包！



汉竹图书微博

<http://weibo.com/hanzhutushu>



读者热线

400-010-8811

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰·汉竹
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

Hello! 面包机 / 薄灰著. — 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2014.2 (2015.5 重印)
(汉竹·健康爱家系列)
ISBN 978-7-5537-2493-5

I. ① H… II. ①薄… III. ①面包—烘焙 IV. ① TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 305844 号



中国健康生活图书实力品牌

Hello! 面包机

著者	薄灰
编著	汉竹
责任编辑	杜辛 刘玉锋 姚远 张晓凤
特邀编辑	徐爽 王三芬 曹静 黄硕
责任校对	郝慧华
责任监制	曹叶平 方晨

出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经销	凤凰出版传媒股份有限公司
印刷	南京新世纪联盟印务有限公司

开本	787mm × 1092mm	1/16
印张	12	
字数	40千字	
版次	2014年2月第1版	
印次	2015年5月第3次印刷	

标准书号	ISBN 978-7-5537-2493-5
定价	39.80元 (附赠一看就会12款经典面包卡片)

图书如有印装质量问题, 可向我社出版科调换。

Hello! 我的面包机

我爱用的烘焙原料
我常用的烘焙工具和小小利器



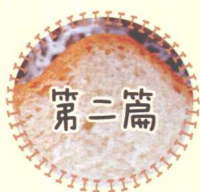
真的新手吐司 嗯，面包机烘焙专属小技巧 018

Part 1 只用摁下开关的基础吐司

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 白吐司 024 | 鲜奶油吐司 034 |
| 蜂蜜吐司 028 | 香蕉吐司 036 |
| 胡萝卜吐司 030 | 柠檬吐司 037 |
| 咖啡淡奶油吐司 032 | |

Part 2 加点儿料，很简单

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 可可巧克力豆吐司 038 | 花生牛奶吐司 048 |
| 葡萄干炼奶吐司 042 | 什锦果干麦片吐司 049 |
| 全麦黑芝麻吐司 044 | 糙米黑糖吐司 050 |
| 黑麦核桃吐司 045 | 伯爵红茶吐司 051 |
| 香橙吐司 046 | 奶酪吐司 052 |
| 枫糖蜜豆吐司 047 | 蔓越莓吐司 054 |



第二篇

明星吐司超简单 来做几款最常用的馅吧 058

枣泥馅 紫薯馅 花生酱 苹果肉桂馅 蜜红豆 沙拉酱 比萨酱 樱桃果酱 苹果果酱 肉松 自制面包糠 奶黄馅

Part 1 嘿嘿，加个香浓甜蜜的馅儿

酒渍葡萄干肉桂卷	064
豆沙吐司	068
椰蓉吐司	070
苹果肉桂吐司	072
抹茶红豆吐司	074

蜜红豆吐司	076
田园肉松吐司	078
巧克力大理石吐司	080
全麦枣泥鲜奶吐司	082
奶黄吐司	083

Part 2 好健康的杂粮蔬菜吐司

双色紫薯豆沙吐司	084
红糖亚麻籽吐司	088
黑芝麻粉吐司	089
土豆吐司	090
紫米吐司	092

豆浆燕麦吐司	094
小麦胚芽吐司	096
南瓜吐司	098
玉米吐司	100
紫薯吐司	102



超越吐司！当面包机遇上了烤箱

Part 1

花式面包

- 黑加仑辫子包 106
- 毛毛虫肉松包 110
- 蓝莓果酱牛奶排包 112
- 蔓越莓奶酥包 114
- 蜂蜜脆底小面包 116
- 金牛角面包 118
- 葡萄卷面包 120

Part 2

人气比萨

- 金枪鱼比萨 122
- 培根青豆比萨 126
- 花边鲜虾蘑菇比萨 128
- 西葫芦香肠比萨 130

Part 3

甜甜圈

- 原味甜甜圈 132
- 巧克力甜甜圈 136

Part 4

贝果人生

- 蔓越莓贝果 138



传说中的高手吐司：汤种、液种、中种、起酥和天然酵母

听说天然酵母 144

葡萄干酵母液 葡萄干酵种 苹果酵母液 苹果酵种

卡仕达超软吐司 146

老式面包吐司 150

朗姆果干吐司 152

中种纯奶吐司 154

手撕包 156

丹麦金砖吐司 158

全麦朗姆葡萄干液种吐司 160

汤种椰浆吐司 162

墨西哥蜜豆包 164

汤种北海道吐司 166



意想不到的面包机

Part 1 蛋糕奇迹

香芒磅蛋糕 170

蔓越莓司康 174

香蕉蔓越莓玛芬蛋糕 176

布朗尼蛋糕 178

翻转菠萝蛋糕 180

Part 2 中式面包机

自制米酒 182

酱香猪肉水煎包 184

蝴蝶卷儿 186

自制酸奶 188

香草蜜桃果酱 189



凤凰汉竹
2012年度中国民营书业实力品牌奖
汉竹编著
健康爱家系列

★附赠★
一看就会12款
经典面包卡片

Hello!

面包机

薄衣 著

一下子，就懂了
烘焙的全部秘密

放下配料，
按下开关，
就能做出好吃得
吓自己一跳的面包！

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰汉竹
全国百佳图书出版单位

Hello! 面包机

做面包，就这么简单！

放下配料，按下开关，你就能做出好吃得吓自己一跳的面包！



这里，有做个好面包的全部秘密：面包机的选购及使用详解，让您知己知彼，百做百胜；做面包的常用的小工具一个也不能少，我们就一起先从知道开始吧！

这里，美食达人薄灰私家 77 款面包机配方大公开：做出来的面包完美诱人，一步一步详细解说的步骤图简洁清晰。直接带给您“这么简单，又看起来很美味，我也试试看”的真实感受。不容易失败的小技巧？如何举一反三？如何变小点心？做多了如何保存？——这里统统都有！而且，绝不扮演面包机教科书那样儿的严肃角色。

这里，面包机可不只是面包机：除了做面包，它还能帮您和面、做水饺、做馒头、做花卷等等，一器多用，何乐而不为呢；新出炉的面包只是抹点果酱？沙拉酱？那您也太 OUT 啦，看看美食达人薄灰家还会怎么吃呢。

面包机可不能只成为厨房里的一件摆设，为全家人烘焙出美味的面包、甜点，当您幸福的微笑爬上家人的脸庞，您会发现，小小面包机，原来有如此大的作为！

上架建议：美食 / 西点烘焙类

中国健康生活图书实力品牌

ISBN 978-7-5537-2493-5



凤凰汉竹

9 787553 724935 >

定价：39.80 元

（附赠一看就会 12 款经典面包卡片）



Hello!

面包机

汉竹
● 健康爱家系列

薄灰·著

一下子，
就懂了烘焙的全部秘密

放下配料，按下开关，就能做出好吃得吓自己一跳的面包！



汉竹图书微博

<http://weibo.com/hanzhutushu>



读者热线

400-010-8811

江苏凤凰科学技术出版社 | 凤凰·汉竹
全国百佳图书出版单位



序言

PREFACE

从小就喜欢面包。

长大了，喜欢面团在手里百变揉搓的感觉，喜欢面团发酵好胖乎乎的感觉，喜欢烤面包时满屋飘香的感觉，喜欢早晨起来拿起两片面包就能出门的感觉，喜欢看着女儿满足地啃面包的感觉……喜欢就是这么简单。

一张桌子，几把椅子，有一盘面包，这便是我的家。

小时候每次春游或者秋游，妈妈一定会给我准备面包，而我总是在还没到达目的地的时候就吃完了。我想，儿时，面包对我来说更多得是零食而不是主食。不过香甜柔软的口感始终是我所爱的，一直到现在也没变。唯一变的就是现在不会拿面包当零食啦，更喜欢拿面包当早餐，抑或是饿的时候拿来充饥。

小时候所吃的面包的滋味，我有点不太记得了，只记得没有现在外面卖的面包香。如今面包房里的面包，未见其“包”便闻其“味”，但是吃过自己亲手做的面包的人就会知道，有些味道并不是来自于纯正的牛奶、黄油，而是各种香粉、人造黄油改良剂。面包房里的面包虽然闻起来香甜，但吃惯了真正天然材料烘焙而成的面包，再吃店里的那些就能感觉到差异，这也是我现在几乎不购买市售面包的原因，不然吃起来心里总有点疙疙瘩瘩的。

有时，朋友们会惊讶曾经什么家务都不会做的我现在居然连面包都会做了，此时，我都是一笑了之地告诉他们，做面包其实并不难，如果你想学，就一定可以！现在工具这么齐全，购买烘焙用品又这么方便，只要再拥有一台面包机，自己在家烤面包真的不是什么难事儿了。当然，前提是一定要有一颗热爱烘焙的心。

对我来说，烘焙最大的乐趣不在于自己吃，和家人朋友一起分享我做的美食才是最开心的，无论是亲自品尝到，或是和捧着这本书的你们，一起分享我的面包制作过程，都是很开心的。

薄林 (2022)

Hello! 我的面包机

我爱用的烘焙原料
我常用的烘焙工具和小小利器



真的新手吐司 嗯，面包机烘焙专属小技巧 018

Part 1 只用摁下开关的基础吐司

白吐司	024	鲜奶油吐司	034
蜂蜜吐司	028	香蕉吐司	036
胡萝卜吐司	030	柠檬吐司	037
咖啡淡奶油吐司	032		

Part 2 加点儿料，很简单

可可巧克力豆吐司	038	花生牛奶吐司	048
葡萄干炼奶吐司	042	什锦果干麦片吐司	049
全麦黑芝麻吐司	044	糙米黑糖吐司	050
黑麦核桃吐司	045	伯爵红茶吐司	051
香橙吐司	046	奶酪吐司	052
枫糖蜜豆吐司	047	蔓越莓吐司	054



第二篇

明星吐司超简单 来做几款最常用的馅吧 058

枣泥馅 紫薯馅 花生酱 苹果肉桂馅 蜜红豆 沙拉酱 比萨酱 樱桃果酱 苹果果酱 肉松 自制面包糠 奶黄馅

Part 1

嘿嘿，加个香浓甜蜜的馅儿

酒渍葡萄干肉桂卷	064
豆沙吐司	068
椰蓉吐司	070
苹果肉桂吐司	072
抹茶红豆吐司	074

蜜红豆吐司	076
田园肉松吐司	078
巧克力大理石吐司	080
全麦枣泥鲜奶吐司	082
奶黄吐司	083

Part 2

好健康的杂粮蔬菜吐司

双色紫薯豆沙吐司	084
红糖亚麻籽吐司	088
黑芝麻粉吐司	089
土豆吐司	090
紫米吐司	092

豆浆燕麦吐司	094
小麦胚芽吐司	096
南瓜吐司	098
玉米吐司	100
紫薯吐司	102



超越吐司！当面包机遇上了烤箱

Part 1

花式面包

- 黑加仑辫子包 106
- 毛毛虫肉松包 110
- 蓝莓果酱牛奶排包 112
- 蔓越莓奶酥包 114
- 蜂蜜脆底小面包 116
- 金牛角面包 118
- 葡萄卷面包 120

Part 2

人气比萨

- 金枪鱼比萨 122
- 培根青豆比萨 126
- 花边鲜虾蘑菇比萨 128
- 西葫芦香肠比萨 130

Part 3

甜甜圈

- 原味甜甜圈 132
- 巧克力甜甜圈 136

Part 4

贝果人生

- 蔓越莓贝果 138



传说中的高手吐司：汤种、液种、中种、起酥和天然酵母

听说天然酵母 144

葡萄干酵母液 葡萄干酵种 苹果酵母液 苹果酵种

卡仕达超软吐司 146

老式面包吐司 150

朗姆果干吐司 152

中种纯奶吐司 154

手撕包 156

丹麦金砖吐司 158

全麦朗姆葡萄干液种吐司 160

汤种椰浆吐司 162

墨西哥蜜豆包 164

汤种北海道吐司 166



意想不到的面包机

Part 1 蛋糕奇迹

香芒磅蛋糕 170

蔓越莓司康 174

香蕉蔓越莓玛芬蛋糕 176

布朗尼蛋糕 178

翻转菠萝蛋糕 180

Part 2 中式面包机

自制米酒 182

酱香猪肉水煎包 184

蝴蝶卷儿 186

自制酸奶 188

香草蜜桃果酱 189

Hello! 我的面包机

什么是面包机?

面包机,顾名思义,就是能烤面包的机器。根据机器设置的程序,放入配料,机器可以自动完成和面、发酵、烘烤等一系列程序,最终得到松软可口的面包。

拥有一台面包机,我们不仅能制作面包,还能制作蛋糕、酸奶、米酒、肉松、果酱等。面包机强大的功能给身为家庭主妇的我们带来了极大的便利。

本书中所使用的面包机为柏翠 PE8800SUG 和柏翠 PE6880SUG。不过书中提到的所有面包也可以用其他面包机来制作,只是具体和面时间和烘烤时间要根据不同的面包机作相应调整。

不同品牌面包机的“大众人生”

不同品牌的面包机,按键名称、程序设置也不尽相同,所以使用前,要先仔细阅读说明书,了解各个按键的功能。

为了方便大家使用本书,在制作面包时,我考虑到了各个面包机因菜单程序不一致所带来的问题,保证即使使用不同的面包机,我们也可以轻松做出好吃的面包。不过无论面包机品牌如何不一致,制作面包的基本程序是大同小异的,我们还是先了解一下面包制作的基本程序,即和面→发酵→烘烤。

单独和面程序

有的品牌的面包机有单独和面程序,根据不同面包机型号,1个和面程序时间在15~23分钟之间。如果你的面包机没有单独和面程序,那么可以选择普通甜面包程序,在和面结束即将进入发酵阶段时按下停止键,然后再次启动一次和面程序就可以了。

单独发酵程序

天气冷的时候,我们需要利用面包机的发酵程序来帮助面团发酵,这个程序时间一般为2小时左右。如果没有单独发酵程序,那么面包机应该有一个“发面团”的程序,这个程序前面为和面,紧接着后面就是发酵,在需要启动第2个和面程序时,我们可以采用“发面团”程序,这样就可以解决发酵的问题啦。

