

<<面包妈咪的健康烘焙>>

图书基本信息

书名：<<面包妈咪的健康烘焙>>

13位ISBN编号：9787503245800

10位ISBN编号：7503245808

出版时间：2013-1

出版时间：中国旅游出版社

作者：金庆钰

页数：223

字数：90000

译者：金美月

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>

<<面包妈咪的健康烘焙>>

内容概要

本书以韩国人气博客“面包妈咪”富有感情和努力地为孩子制作零食的经验为基础，是应用多种自然原材料的家庭烘烤配方。

通过去掉加工食品添加剂使原材料区别于其他配方，通过可减少营养破坏的聪明的烘烤方法，更加考虑孩子的健康。

特别是书中选择物材的原则是尽量减少使用对孩子血糖有不良影响的糖，应用自然材料，更加关注于甜味的控制。

而且还不忘记顾及视觉享受，烘烤饼干和面包时选择孩子们喜好的形状。

图书中还包含了冰淇淋、布丁、果酱和蛋糕的制作方法，是妈妈们居家烘焙、制作点心的必备食谱和营养书。

<<面包妈咪的健康烘焙>>

作者简介

(韩)金庆钰, 首尔超级火爆Bread mama (面包妈咪) 博客的作者, 也是著名的美食专栏作家。

<<面包妈咪的健康烘焙>>

书籍目录

[一封信] 写给所有的妈妈读者们

[聪明的点心] 为了宝宝考虑的制作点心法则

制作宝宝点心，天然糖分的重要性

[烘焙笔记1] 这是秘籍哦，更健康的食材公式

[烘焙笔记2] 一定要记住哦，需要准备的烘焙工具

[烘焙笔记3] 把握分量！

更精确的肉眼计量方法

[烘焙笔记4] 一定要记住哦，参考信息，如何选购材料

我们家宝宝的蔬菜点心

点心新概念：在匆忙的早餐时间段，和沙拉一起享用的蔬菜点心，不仅可代替米饭，而且美味同时富有营养，是经典的蔬菜全麦点心。

开始制作面包，搅拌面团基本公式

黑芝麻早餐面包

全麦意大利拖鞋形状面包 + 西兰花汤

蓝莓面包圈

豆腐早餐面包

小土豆黑麦面包

糙米核桃面包 + 土豆圆白菜沙拉

南瓜全麦帕尼尼（意式三明治）

土豆全麦烤饼

香蕉全麦烤饼

洋葱黑麦烤饼

菠菜鸡蛋烤饼

黑芝麻卷卷可丽饼

草莓卷卷可丽饼

半圆形乳酪烤肉馅饼

核桃黑芝麻早餐面包

彩椒核桃大米华夫饼

鱿鱼球热狗

金枪鱼船形面包

自制面包酱

大蒜苹果酱 山药香蕉酱

青梅酱 杏仁核桃酱

豆酱 可可酱

没有烤箱也可轻松制作的面包

点心新概念：没有烤箱怎么办，仅用家里的简易厨房工具也可以制造点心

用大米制作的艾草牛奶面包

西红柿核桃方面包

韭菜面包

黑麦英式松饼

金枪鱼彩椒沙拉面包

南瓜瓜子天使薄面包

香蕉大米披萨面包

爱心状可可坚果面包

<<面包妈咪的健康烘焙>>

洋葱黑麦面包
土豆黑豆粉薄烙饼
用大米制作的香蕉速发面包
玉米卷卷饼
切片奶酪面包
板栗西兰花蒸面包
胡萝卜瓜子早餐面包
酸奶莓果英国司康饼
紫红薯红豆面包
海藻面包
黑豆黑米红豆面包
自制布丁+果酱
富含维生素和矿物质的智力饼干
自制巧克力
有助于成长发育的能量点心
天然添加物，自己动手做冰淇淋点心
即使没有烤箱也可以制作的生肖生日蛋糕

<<面包妈咪的健康烘焙>>

章节摘录

版权页： 插图：

<<面包妈咪的健康烘焙>>

编辑推荐

《面包妈咪的健康烘焙:128道宝宝最爱吃的点心》充分考虑了宝宝的大脑发育和健康，向大家打开了健康世界的另一扇大门——烘焙。

<<面包妈咪的健康烘焙>>

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>