

<<孟老师的中式面食>>

图书基本信息

书名：<<孟老师的中式面食>>

13位ISBN编号：9787538161908

10位ISBN编号：7538161902

出版时间：2010-1

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：孟兆庆

页数：181

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>

## <<孟老师的中式面食>>

### 前言

从小我们家也爱吃面食，但很多朋友都很好奇，我明明是广东人，怎么会也爱吃面食呢？这要从眷村的生活说起。

从小眷村里的油、盐、米、面皆采取配给制，但那个年代没有那么多的白米兵养一家大小，因此，面粉往往占了一家主食的大部分。

为了度日，眷村妈妈们无不练就一身功夫，把一袋袋面粉变成关味佳肴。

因此，不分东南西北，家家户户都有一本属于自己的“面食经”。

印象中的父亲特别爱吃面，早餐都是把前日家中的剩菜拿来做成干拌面，有什么就拌什么，只要在碗里加一点儿葱花、辣油，或是芝麻酱，或辣豆瓣酱，就可以变成各式各样的干拌面。

如果想换换口味儿，来点儿稀饭或吐司，父亲永远都会再送上一碗面，早餐吃面成了我家几十年来的传统。

母亲有时也会自己做面皮、包水饺或是烙饼，但毕竟不是北方人，变化出的面食总是有限。

最近几年，我很喜欢向孟老师询问有关面食的问题，我们有聊不完的话题，我甚至跑去她的烘焙教室“凑热闹”，尝试了几堂西式烘焙点心课；孟老师是我遇立极少对点心和面食如此坚持的人，她的食谱绝不添加人工和化学药剂，她对市场上那些哗众取宠、虚有其表的点心，和我一样深恶痛绝。

我们两人最大的感慨就是洋多朋友都已忘记了那些简简单单，来自面粉、鸡蛋、奶油、糖等天然食材组合而成的醇香和口感，只一味追求“浓妆艳抹，味俗质差”的面食点心。

每每想起那些在面包店门口排长龙的消费者，我们总是摇头叹息。

这本《孟老师的中式面食》我已期待许久，她真是不厌其烦，把她山东人的本领一一展示出来，从面食的类别、制作，到保存及多种应用都做了详细介绍，连过程步骤也一一分解阐述，如果没有对面食的热情是无法克服这些琐事情的。

也许读者未必会自己制作面条、水饺皮或是烙饼、包子、馒头，但这本书却给了读者一个系统的基础介绍，也让我们了解到这些中式面食点心的天地竟是如此宽广而丰富。

对我来说，每一个章节都像儿时记忆中散落一地的珍珠，每一料理都是浑透明的珍珠，孟老师拿起针线，穿越了记忆的辗转流离，串起每一粒珍珠，把中式面食的精华再次呈现。

想到每次孟老师在我节目中的殷殷期许，要我大力发扬那些日渐消逝的面食文化，我总感觉双肩沉重。

但我相信，有孟老师在，我会更加理直气壮，读者也能在书中体会到孟老师的良苦用心。

## <<孟老师的中式面食>>

### 内容概要

本书介绍了86种中式面食点心的制作方法，包括手工面条类、水饺类、汤包类、锅贴馅饼类、薄饼类、馒头类、包子类、烙饼类等多个品种，并对中式面食的制作要点、制作用具、制作材料等进行了详细的讲解。

此外，本书还对每类面点开篇，介绍了如何制作此类面点和制作要领，配有详细的讲解步骤图，即使没有基础的人也能轻松上手。

此外，本书的另一大特点就是配有一张DVD光盘，介绍了面食的基本制作流程和书中多个成品的示范演示。

## <<孟老师的中式面食>>

### 作者简介

孟兆庆，永远追求美味与感爱平衡的优雅天秤座，甘心臣服于糖、油、蛋、粉与火候变化的O型女子，矢志推广“全民自己动手玩烘焙”这一理念，积极培植烘焙一族，自设烘焙网站，全天为初识烘焙者释疑，与喜爱烘焙的玩家直接对话。

她曾在美国的蛋糕装饰学校进修蛋糕装饰、拉糖和塑

## <<孟老师的中式面食>>

### 书籍目录

推荐序一 串起记忆中散落的珍珠

推荐序二 从“三光”到“三香”

自序 从此，您的馒头不再皱巴巴了！

#### 中式面食的世界

中式面食的基本分类

制作中式面食的要点

中式面食的品尝与再加热

中式面食的保存

中式面食的用料

制作中式面食的用具

#### 水调面食

##### 手工面条类

鸡蛋面

胡萝卜面条

菠菜面条

甜菜根面条

面疙瘩

猫耳朵

面片

##### 水饺类

大白菜猪肉水饺

三鲜水饺

韭菜鲜虾水饺

牛肉萝卜水饺

双色蔬菜水饺

##### 蒸饺、汤包类

鲜虾蒸饺

花素蒸饺

小笼汤包

丝瓜虾仁汤包

##### 锅贴、馅饼类

冰花煎饺

韭黄鲜肉锅贴

瓠瓜鲜肉锅贴

牛肉馅饼

猪肉馅饼

韭菜盒

##### 薄饼类

荷叶饼

单饼

全麦单饼

蔬菜淋饼

葱花淋饼

蛋饼

<<孟老师的中式面食>>

豆沙锅饼

葱油饼

白芝麻酥饼

手抓饼

胡椒葱饼

发酵面食

馒头类

白馒头

全麦胚芽馒头

山东大馒头

黑芝麻馒头之一

黑芝麻馒头之二

芋头鲜奶馒头

双色馒头

南瓜小馒头

红糖馒头

刈包

花卷、银丝卷类

香葱花卷

培根花卷

长条银丝卷

螺旋银丝卷

金丝卷

包子类

菜肉包子

香菇竹笋包

鲜脆菜包

咖喱肉包

五香鲜肉包子

水煎包

麦穗素包

芸豆包

酸菜包

包

大白菜包子

三角包

抹茶豆沙包

兔子芝麻包

老面烙饼类

葱花烙饼

红豆烙饼

杠头

泡馍

肉夹馍

厚锅饼

## <<孟老师的中式面食>>

### 章节摘录

插图：中式面食的基本分类面粉加水即会形成面团，而水量的多少或水温的高低，则会影响面团的性质，利用此特性即能调出不同口感的面食，即称“水调面食”；除面粉和水外，若再添加酵母或其他面种，混合后所制成的面食，即称“发酵面食”，分别简述如下。

水调面食面粉在正常的吸水范围内，水分越多，面团越软，反之，水分越少，面团越硬。

随着水温的升高，面粉的吸水量也会增加，主要是因为面粉中的淀粉受热所产生的糊化作用；因此，“水温”的高低会影响面粉的吸水性，不同的面食类别需要软硬度不同的面团。

为了方便理解，将不同水温所调制的面团分为冷水面、烫面和全烫面（见P.18~P.19）。

发酵面食凡利用水、酵母（或面种）、面粉等主要材料制成的面食，均称为“发酵面食”。

酵母菌在面团内的发酵过程中，因吸收糖类和各种养分，会产生大量二氧化碳气体，促使面团膨胀；经过加热后，成品体积变大并出现气孔组织，触感富弹性，口感松软，且具有特殊的发酵香味。

调制适当的发酵面团并掌握面团的发酵程度，是制作发酵面食不可忽视的工作。

## <<孟老师的中式面食>>

### 编辑推荐

《孟老师的中式面食》：包子馒头轻松做，真简单！

自己动手玩面团，真有趣！

全家一起吃面食，真幸福！

随书附赠DVD介绍面食制作基本流程，并有13项成品示范。

别以为烘焙达人孟老师只会做西点，中式而今更是这位山东人的拿手绝活，跟着她一起做面食——手工面条、水饺、蒸饺、汤包、锅贴、馅饼、葱油饼、馒头、包子、花卷、烙饼、天然、健康、美味！

自己动手做面食的3大理由：1.因应经济不景气，自己下厨省银子。

2.卫生安全又美味，远离化学添加剂。

3.简单好玩又有趣，家常面食轻松做。

知名电视、广播节目主持人——于美人，中广“吴恩文的快乐厨房”节目主持人——吴恩文，知名美食节目制作人、主持人——焦志方热情推荐。



<<孟老师的中式面食>>

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>