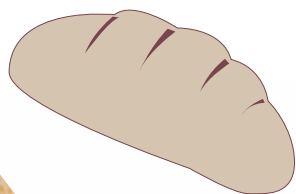




香噴噴 軟綿綿 牛奶麵包

文：Nana





記得十五年前第一次學做麵包，連將麵團發大都失敗，其中一個原因是溫度過高，令到麵團氣孔大小不一，又有股奇怪的酒味；另一個原因就是買了耐高糖的酵母粉，使麵團發不起來，吃起來還很韌。

曾經在圖書館找了很多麵包食譜，還是做不到我想要的口感。

為了讓家人可以吃到自家製的美味麵包，便下定決心去香港修讀麵包師傅課程，完成後的确掌握了麵包製作的基礎知識，但做出來的麵包始終只能即日食，放到第二天，麵包

便會變硬。就算我將麵包的配方自行調整，情況也沒有改變。

在一次偶然的機會，到台灣地區修讀蛋糕課程時，巧遇一位法國麵包師傅，他教懂了我利用“湯種”，回到澳門之後不斷改良配方，最後終於成功了。現在所做的麵包都很鬆軟，放到第二天也一樣。

在此與大家分享牛奶麵包的食譜，這是製作各式各類麵包的基礎，讀者可以利用這個基礎食譜變化出各式各樣的麵包。



好易做 香噴噴 軟綿綿 牛奶麵包

小貼士：

1. 建議用耐低糖酵母粉。
2. 麵包發酵兩次：第1次常溫發酵20分鐘；
第2次放雪櫃發酵40分鐘。
3. 加“湯種”入麵團，麵包便非常鬆軟。
4. 麵團最後才加牛油，封住麵團氣孔有助發酵。
5. 手搓麵團需20分鐘；利用機器則需約7分鐘。

“湯種”材料：

1. 高筋麵粉50克(圖3)
2. 水250毫升



“湯種”麵團步驟：

1. 將高筋麵粉和水拌勻；



2. 用慢火煮成糊後，放入雪櫃，
可分兩次使用。



麵包材料：

1. 高筋麵粉350克
2. 糖55克
3. 鹽5克
4. 奶粉10克
5. 耐低糖酵母粉6克
6. 盒裝牛奶125毫升
7. 雞蛋1隻
8. 湯種120克(已經在雪櫃冷藏過)
9. 牛油15克

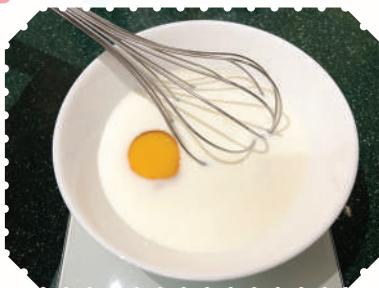
麵包步驟：

1



將高筋麵粉、糖、鹽、奶粉、酵母粉拌勻備用(A)；

2



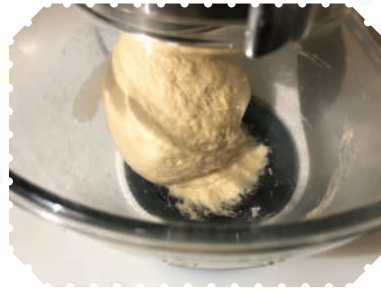
將牛奶、雞蛋拌勻備用(B)；

3

將“湯種”120克加入A，再加入B。



首先慢慢拌勻，然後快速攪拌麵團；



4 放進牛油，再次攪拌麵團，直至牛油被吸收，能拉出筋；



5 手沾乾粉搓圓麵團，進行第一次發酵(20分鐘)；



6

取出麵團，搓出氣泡；



捲成毛巾狀放入模具；



在麵團表面噴一層水，放入雪櫃發酵40分鐘；



7

預熱烤箱上火170度，下火160度；



麵團連模具一起放入烤33至35分鐘(先烤5分鐘，再在麵包上面加錫箔紙，以防止烤焦)；



至麵包變淺啡色便可，取出後，需快速脫離模具，以防水分倒流入麵包。



香噴噴、軟綿綿的牛奶麵包做好了！