

麵包製作手冊

Panasonic®

使用說明書

全自動製麵包機（家庭用）

型號 **SD-BM152**
（1.5 斤機型）

非常感謝您購買 Panasonic 產品。

- 請您在仔細閱讀使用說明書後正確使用本產品。
- 在使用前請您務必閱讀“安全注意事項”（P.4～P.5）
- 請確認在保證書上填寫“購買日期、銷售商店名稱”等內容，並與使用說明書一起妥善保管。



保證書另附



簡單方便地親手製作各種美味麵包！

鬆軟可口
吐司
(酵母粉)



麵皮鬆脆！
味道可口的
吐司 (P. 16)



可迅速烘烤完畢的
快速吐司！
(P. 20)



麵皮鬆軟、
細膩的
軟吐司 (P. 20)



奶油風味！
回味無窮的味道
丹麥麵包 (P. 21)



鬆軟可口帶有甜餅
乾風味的雙層角式
波蘿麵包 (P. 22)



可用自己喜歡的配料
製作各種風味的麵包
(P. 24)

富有嚼勁
**天然酵母
吐司**



麵皮鬆脆！口味獨
特的吐司 (P. 32)

**各式各樣的
麵包**
用麵包麵糰、
披薩麵糰製作



牛角麵包
(P. 28)



豆沙麵包
(P. 28)



可頌
(P. 29)



甜甜圈
(P. 29)

麵包以外



披薩
(P. 31)



蛋糕
(P. 36)



烏龍麵
(P. 38)



麵皮鬆脆可口，體現麵粉自身風味的法國吐司 (P. 20)



香氣撲鼻的硬皮健康全麥吐司 (P. 20)

製作混合的各種吐司！

相關材料的準備詳見 P. 10 食譜
例子請參閱 P. 26



優酪乳麵包 (P. 30)



焙果麵包 (P. 30)



佛卡夏麵包 (P. 31)



義大利麵 (P. 38)



麻糬 (P. 40)

目錄

確認與

注意事項

- 安全方面的注意事項
- 各部件的名稱・配件
- 時間調整 (時鐘顯示)

頁碼

4
6
7

每天的

使用方法

- 麵包的基本材料
- 相關材料的準備
- 製作麵包的流程與要領
- 選項/功能的使用區分
- 使用酵母粉 基本吐司的製作程序
- 便利的機能
- 烤色變更/預約
- 添加葡萄乾等
- 麵包的烘培
- 快速/軟吐司/法國吐司/全麥吐司
- 丹麥麵包
- 波蘿麵包
- 使用“波蘿”功能製作多種風味的麵包
- 多種口味吐司食譜

8

10

12

14

16

18

20

21

22

24

26

製作麵包麵糰

各種風味的麵包 ●麵包麵糰/披薩麵糰

27

28

使用天然酵母 天然酵母吐司的製作程序

天然酵母吐司麵糰的製作

天然酵母培養

32

34

35

製作麵包之外的食品

- 製作蛋糕
- 製作烏龍麵・義大利麵
- 製作麻糬

36

38

40

小幫手

清潔保養

出現問題時

- 麵包形狀異常
- 常見問題！
- “做失敗！”怎麼辦…
- 是否故障呢？
- 當出現下列情況時…
- 規格

42

44

48

51

52

53


54

安全方面的注意事項

請務必遵守


為了避免危害使用者及造成財產損失，請您務必遵守注意事項的相關說明。


■對操作錯誤時產生的危害及損失的程度按照以下的標記做分類和說明。

 **警告** 「可能造成死亡或重傷」的情況。

 **注意** 「可能會導致傷害或者物質損失」的情況。

■對於希望您能遵守的安全內容的類別，使用以下的圖示做分類和說明。

 不能做的“禁止”內容。

 希望您必須要實施的“強制”內容


警告



為了避免出現
火災、燙傷、
觸電...





請不要用手觸摸蒸汽口

 ●特別注意不能讓
幼童觸及蒸汽口





請注意鋰電池的處理 (為了防止發熱，著火及破裂)

-  ●請不要進行充電，讓其短路，加熱，投擲火中。
- 請不要將電池與其他金屬混合。
-  ●請放在幼童無法拿取處保存
→萬一兒童吞下請立即就醫。
- 請用膠帶纏繞使其絕緣後再進行保存或處理掉



正確使用電源插頭及電源線

-  ●請不要使用規定以外的插座和配線，請勿使用交流電 110 V 以外的電源。
(多條配電線路超過額定功率會造成發熱)
- 不要損壞電源線及電源插頭。
- 電源線受損或插入插座鬆動時不可使用。
- 不要用潮濕的手拔插電源插頭。

-  ●電源插頭要插到底。
- 要定期清理電源插頭的灰塵等。
(特別要注意的是，若插頭的插片存積灰塵，則會因為濕氣等原因造成絕緣不良。)

緊急處理方法

 **警告**

- 發生異常時（燒焦味等）請立刻停止使用，並拔掉電源插頭，若繼續使用，可能因發熱引起火災或觸電等危險。
- 發生異常時，應速洽購買時之經銷商或Panasonic服務站，請勿自行進行修理工作，修理不善是引起火災及觸電發生的原因。
- 若電源線損壞時，請速聯絡就近的Panasonic服務站，由服務人員進行更換，以避免危險。

為了避免著火，
燙傷，受傷等...



⚠ 注意事項

在使用過程中以及剛剛使用完時，請小心燙傷！



手套 麵包容器

- 請勿觸摸麵包容器，主機，庫內，加熱器，蓋的內側等高溫部位。（否則會造成燙傷）
→ 取出麵包容器時請務必使用手套。
- ※ 不要使用濕手套。（容易導熱，會造成燙傷）
- 使用後的清洗要在冷卻後進行。（否則會造成燙傷）

為了避免事故，請遵守以下事項

- 不要讓您的孩子等不熟悉操作的人員使用。
- 請不要在幼兒能夠觸及的地方使用。（否則可能會造成燙傷、觸電、受傷等）



- 不可將水濺到或澆到本體上。（否則會造成觸電、短路、著火）

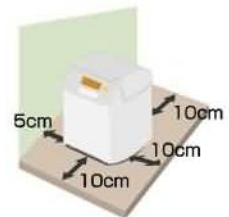


- 絕不可自行進行拆卸、修理、改造。（否則會造成火災、觸電、受傷）
→ 相關修理請諮詢銷售店。



請不要在下列場所使用！

- 地毯等不耐熱的墊子上。（否則會引發火災）
- 不穩定的地方以及鋪了桌布的桌面。（請注意熱的麵包容器的放置場所。）（否則會造成主機滑落或引發火災）
※ 請注意熱的麵包容器的放置場所。
- 沾有麵粉、油脂或灰塵等容易打滑的地方（否則會造成主機滑落）
→ 清除掉麵粉等，遠離桌子邊緣 10 cm 以上。
- 牆壁或傢俱附近。→ 遠離 5 cm 以上。（否則會導致變形變色）
- 請勿於櫥櫃內等封閉場所使用。



正確使用電源插頭

- 拔電源插頭時必須要手持電源插頭。（否則會因觸電或短路而造成著火）
- 不使用時請將電源插頭拔離插座。（否則會因觸電或漏電而引發火災）

正確裝入鋰電池

- 請不要弄錯正負極的方向。（否則會造成發熱、著火、破裂）

使用方面的要求

- 請不要在蓋子上蒙上布巾等（否則會引發故障或變形）
- 請不要在以下部位施加重力（否則會引發故障或變形）



- 請不要放置在有濕氣的場所或火源附近（否則會引發故障或變形）



各部的名稱、配件



-  ● 鋰電池 (P. 7)
※ 在使用說明書的包裝袋中
-  ● 製作麵包用的葉片 (P. 16)
-  ● 製作麵糰、麻薯用的葉片 (P. 38、40)

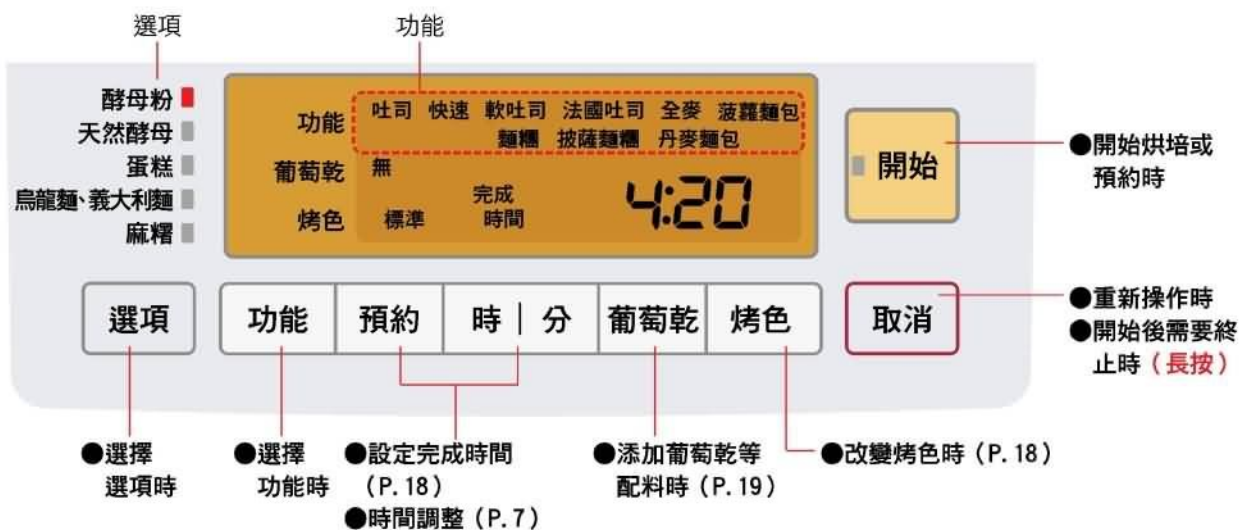
配件 (各 1 個)

-  ● 手套
-  ● 計量杯 (液體專用 P. 13)
-  ● 天然酵母培養容器 (附有蓋 P. 35)
-  ● 量勺
在本說明書的材料中，“大 1”即意味著“大量勺 1 杯”。“小湯匙”“大湯匙”是指市場銷售的計量勺

約 2/3 量的刻度線 (小量勺也相同)

不能用來稱量麵粉等!

(大量勺) (中量勺) (小量勺)

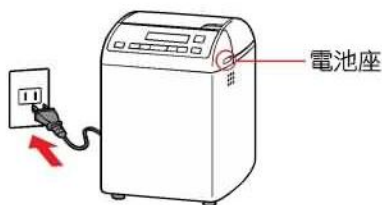


時間調整 (時鐘顯示)

1 安裝鋰電池

(記憶現在時間或上次使用過的設定等)

①插入電源插頭。



※ 如果不插電源就無法設定時間。

②取出電池座。



③放入電池，放回電池座。



2 調整為現在時間

①按“時”或者“分”。
(時間顯示閃爍)



●發出嗶的聲音後請將手指拿開。

②調整時間。
(例：調整為下午 3 點 30 分)



(快進時長按)

●白天的 12 點為 “12:00”
晚上的 12 點為 “0:00”

●等待 5 秒，閃爍停止。
(時間調整完了)

③拔掉電源插頭。

麵包的基本材料

除了基本材料之外，也可以添加自己喜歡的配料，製作多種風味的麵包。
(根據製作麵包的不同，使用不同的材料與份量)

麵粉

(高筋麵粉、麵粉)



作用

與水攪拌後，蛋白質會結合在一起生成麩質。

要點

- 不必篩麵粉。
- 因蛋白質的份量有差異，所以要根據類別使用不同的發酵膨脹方法。
- 務必使用重量計測量。
(不能用計量杯測量)

為了製作麵包

最好使用富含蛋白質(12~15%)的高筋麵粉。
※ 包裝袋上附有成分表。

水

作用

添加在麵粉中，攪拌後生成麩質。

要點

- 以下情況使用冷水
(大約 5 °C，類似冰水的溫度)
 - 快速吐司
 - 法國吐司
 - 全麥吐司
 - 波蘿麵包
 - 丹麥麵包
 - 室溫超過 25 °C 時
- 鹼性水不適用。

糖

(砂糖、黑糖、蜂蜜)



作用

糖是麵包酵母的營養物質，且加速發酵完成。而且還可改善口味、香味、麵包表皮的烤色。

要點

- 顆粒大的糖要研碎為細小顆粒。
- 若增加糖的份量，則烤色會變深，減少用量則會稍稍變淺。

油脂

(奶油、無鹽奶油、人造奶油、起酥油)



作用

使麵包細膩鬆軟濕潤。

- 不融化直接以固體形態使用。
※ 推薦使用無鹽奶油。

鹽



作用

除了調味，還可增加麵包的嚼勁。而且還可防止細菌繁殖。

乳製品

(奶粉、牛奶)



作用

改善麵包的味道以及香味，並使麵包的色澤更加誘人。
而且，還可避免麵包變硬。

要點

- 使用牛奶時，相對的減少放入水的份量。

雞蛋

作用

改善麵包的味道、香味、色澤。
還可增強麵包的彈性。

麵包酵母

作用

麵包酵母以糖分為營養源活動，產生二氧化碳從而使麵包膨脹起來。



要點

- 酵母是新鮮的。
新鮮程度不同，膨脹發酵程度也會出現差異，因此請使用保質期內的酵母，並務必密封後置於冰箱內保存。
- 酵母粉在吸收濕氣後會降低急劇膨脹的能力。

酵母粉

為了製作鬆軟可口的麵包，通常使用無需提前發酵的酵母粉。



天然酵母(元種)

為了製作出具有獨特口感的天然酵母吐司，使用由天然食物（水果、蔬菜類等）培養出的酵母。元種酵母通過“天然酵母培養”（P. 35）發酵成為生種酵母後使用。



■ 附帶量勺裝滿一勺後的重量基準

	大量勺	中量勺	小量勺
砂糖	約 12 g	約 4 g	約 2 g
奶粉	約 10 g	約 3 g	約 1 g
鹽	約 24 g	約 7 g	約 4 g
酵母粉	—	約 4 g	約 2.2 g
元種酵母	約 17g	—	—
生種酵母	約 19 g	—	—

■ 想要改變材料的調配或種類時...

以下列份量為基準，根據個人口味調配。

材料	想增加時	想減少時
奶油	可增加至 2.5 倍	可減少至 1/2
砂糖	可增加至 2 倍	可減少至 1/2
奶粉	可增加至 2 倍	可以不放

- 若增加糖的份量 烤色會變深。減少用量則會變淡，高度也會變低。
- 也可用人造奶油代替奶油，用牛奶代替奶粉。（P.8）
 - 蜂蜜用量到 40 g 以內
 - 大 1 奶粉相當於牛奶的 100 ml

■ 想添加蛋或牛奶時...

減少相當於牛奶或雞蛋份量的水。

- 雞蛋（最多加 1 個）
- 牛奶（最多加到水的一半量）
- 將雞蛋放入計量器杯後添加水稱量。
- 不要使用預約定時功能。
（在夏天可能會變質）



相關材料的準備



可用喜歡的材料製作多種風味的麵包

先介紹搭配的材料和份量的基準。
除了基本材料，還可添加喜歡的配料製作多種風味的麵包。

在基本的材料基礎上



添加喜歡的材料...



一開始就放入麵包容器內



蔬菜、乳酪

:麵粉重量的 15 ~ 20 % 左右
(1.5 斤的標準: 60 g)
例) · 紅蘿蔔→研碎
· 南瓜→煮熟後搗碎冷卻
· 菠菜→煮熟後切碎冷卻

五穀

:麵粉重量的 10 ~ 20 %
(1.5 斤的標準: 50 g)
例) · 米 粉 · 燕麥片
· 糯米粉 · 黑麥 · 全麥粉
· 黃豆粉 · 芝麻

果汁

: 最多為水的份量
例) · 橘子汁 · 蘋果汁
· 番茄等 100 % 果汁
→事先放在冰箱內充分冷藏

麵粉的量...

(保持原來的份量不變)

僅減少與五穀份量相等的麵粉份量

(保持原來的份量不變)

水的量...

僅減少蔬菜份量的水分
(添加乳酪時保持原來的份量不變)

(保持原來的份量不變)

僅減少果汁份量的水分

●不要使用定時功能

●不要使用定時功能

可用喜歡的材料製作多種風味的麵包

使用「葡萄乾功能」(P. 19)，可用自己喜歡的材料製作出含有配料的麵包。



可自動添加的配料

乾燥的配料、難以溶解的配料

可自動添加的配料
在一開始就事先放入
容器內……



容器內的配料總量不
超過 120 g

- 表面有砂糖的水果在夏季或預約烘烤時，可能因為砂糖融化而無法被添加到麵糰中。

葡萄乾、李子、
陳皮等



乾果 (最多 120 g)
→ 切成 5 mm 以下的小塊



橄欖* (最多 45 g)
→ 去核，切成原來大小
的 1/4，將水分擦拭乾
淨

腰果、核桃等



堅果 (最多 90 g)
→ 敲碎至 5 mm 以下
的小塊



臘肉* (最多 100 g)
→ 切成 10 mm 寬度



豌豆* (最多 60 g)
→ 將水分擦拭乾淨



火腿* (最多 100 g)
→ 切成 5 mm 以下的小塊

※ 預約烘烤時請勿添加配料。
(特別是在夏季會導致變質。)

相關材料的準備

不可自動添加的配料

有水分·黏性的配料、容易溶解的配料 (會附著在容器上，難以被添加的配料)

在蜂鳴器發出信
號後打開蓋子



- 配料放入越多，膨脹的程度越差。



酒漬水果
洋蔥等切碎的蔬菜



乳酪、巧克力等



※ 芝麻等細小的材料可以
開始就放入麵包容器內

(最多添加麵粉重量的 20% 左右)

有時會出現配料飛出麵包容器，被加熱器的熱度烤焦，發出味道或冒煙的情況。

請注意以下材料！

- 在添加硬且大的材料的時候，可能會造成麵包容器裏的氟素塗層剝落，請小心處理。

- 穀類食品
- 乾果
- 表面有糖的堅果類
- 楓糖塊
- 珍珠糖
- 糖塊 等



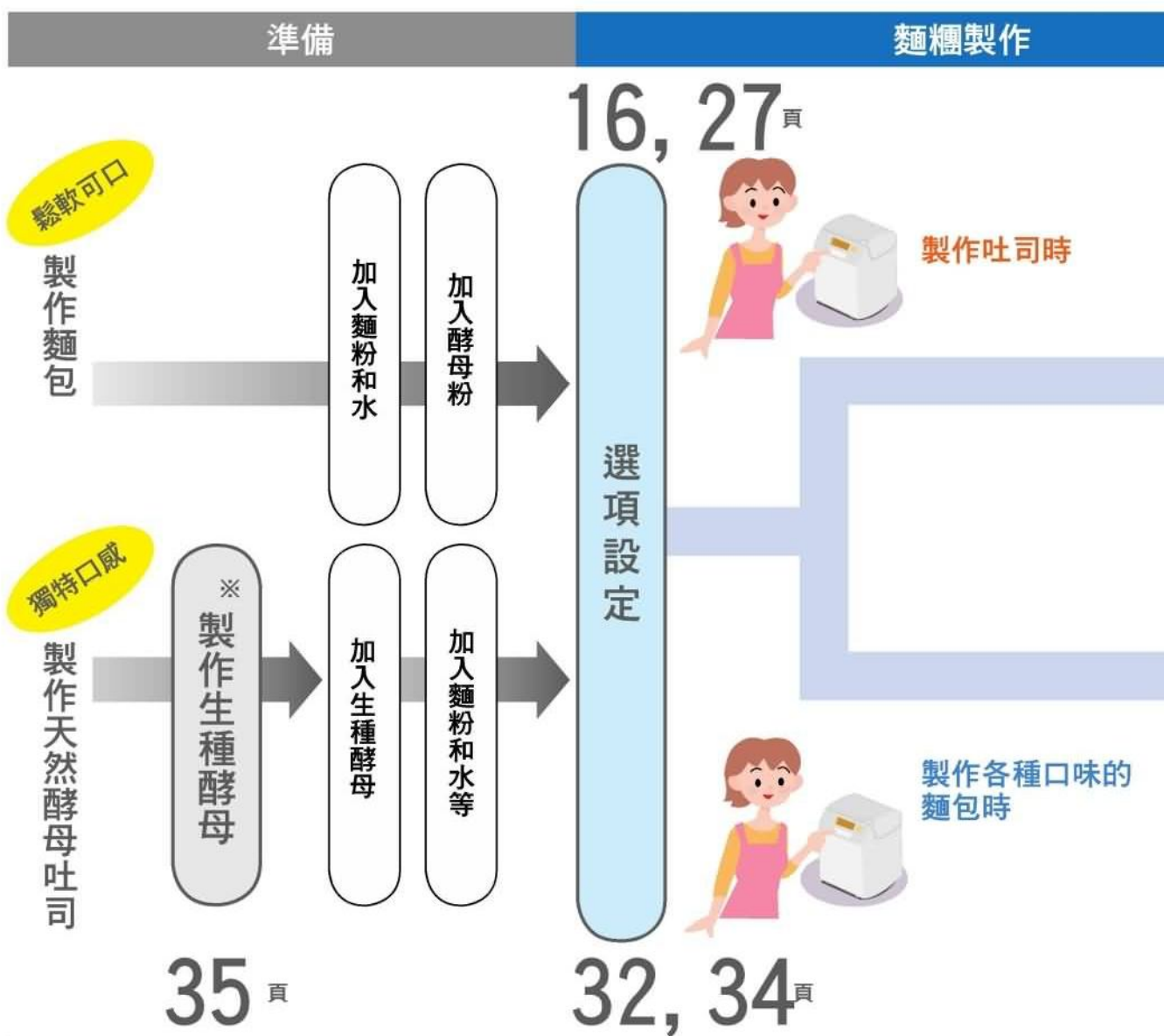
- 添加蛋白質分解酵素功能大的水果時，麵包不會膨脹。

- 甜瓜
- 獼猴桃
- 無花果
- 芒果
- 波蘿
- 木瓜 等



- 氟素塗層的剝落對人體不會造成危害。

製作麵包的流程及要領



麵包不會做失敗的要領！

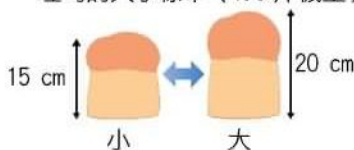


膨脹程度和形狀每次都會變的手工麵包

製作手工麵包容易受溫度、濕度和預約時間等因素的影響。

即使一直都是以相同的方法去烘烤，條件稍微有點變化，形狀和膨脹程度也會發生改變。

吐司的大小標準（1.5 斤機型）

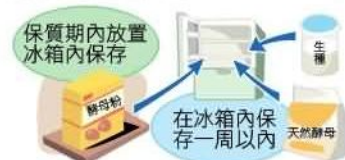


材料的新鮮程度影響很大！材料保存方面是否有問題？

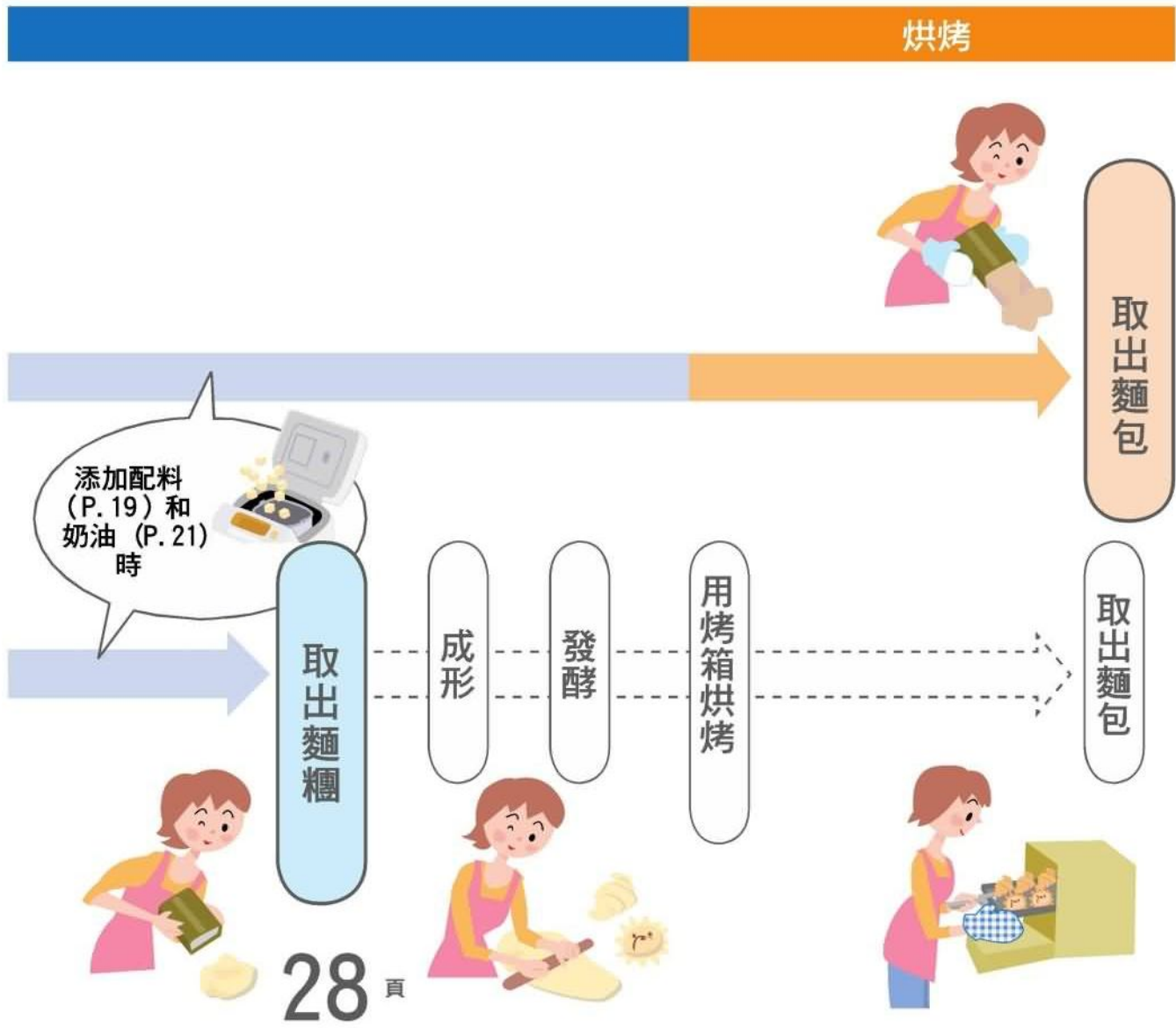
使麵包發酵的酵母（P.9）和魚肉同樣都是鮮食品。

酵母粉、天然酵母、生種酵母等必須放置冰箱內冷藏。（特別是生種酵母要在一周內用完）

開封後，酵母粉要密封保存，生種酵母別忘了蓋上蓋子。



烘烤



麵包的製作流程及要領

夏天或室溫高的時候，請事先冷卻水的溫度。

水會對膨脹程度造成很大的影響。夏天或者室溫超過 25 °C 以上的時候，材料的溫度也會跟著上升，所以在水裏加入冰塊，將其冷卻至 5 °C 左右。(將冰塊取出後再使用)



麵粉以重量稱量？還是以體積稱量？

用天秤以重量稱量。(附帶的計量杯是液體稱量專用的，請不要使用！) 請使用可以 1 g 為單位的秤正確稱量。



選項／功能的使用區分

	選項	功能	參照頁
製作吐司	鬆軟口感的 麵包 (酵母粉)	“吐司”	麵皮鬆脆無比，口味獨特！ P.16
		“快速”	希望快速時 P.20
	烘烤 吐司 	“軟吐司”	麵皮鬆軟細膩 P.20
		“法國吐司”	麵皮鬆脆可口，體現麵粉自身風味 P.20
	製作多種口味的 麵包 	“全麥”	香氣撲鼻的健康全麥吐司 P.20
		“波蘿麵包”	鬆脆可口帶有甜餅乾風味的雙層麵包 P.22
製作麵包以外的食品	獨特口感的 天然酵母 吐司 (天然酵母)	“丹麥麵包”	奶油風味／回味無窮的丹麥麵包 P.21
		“麵包麵糰”	想做成自己喜歡形狀的麵包 P.27
	烘烤 吐司 	“披薩麵糰”	擀薄麵皮製作披薩和佛卡夏麵包 P.27
		“吐司”	麵皮鬆脆無比，口味獨特！ P.32
	製作多種口味的 麵包 	“麵包麵糰”	想做成自己喜歡形狀的麵包 P.34
		製作 披薩 	“披薩麵糰”
烘烤 蛋糕 			輕鬆做蛋糕 P.36
	製作 烏龍麵 		
製作 義大利麵 			
	製作 麻糬 		

基本吐司的製作程序

放入材料



1 取出麵包容器 安裝麵包用葉片

麵包容器



- ①按照箭頭方向轉動麵包容器。
- ②向上取出。
- ③將麵包用葉片塞入安裝。

麵包用葉片
※ 移動 3 cm



安裝軸
※ 注意周邊不要沾有麵包麵糰

214 kcal (1.5 斤切成 8 片的每片)

“吐司”	(1.5 斤)	(1 斤)
高筋麵粉	400 g	280 g
奶油	15 g	10 g
砂糖	大 2 (24 g)	大 1 (12 g)
奶粉	大 1 (10 g)	中 2 (6 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (5 g)
水 ※	300 ml	210 ml
酵母粉	中 1 (4 g)	中 2/3 (2.7g)

※ 室溫超過 25 °C，
可將 5 °C 的冷水減少 10 ml。

- 以 1 斤的份量進行烘培的話，有麵包的頂部凹凸不平，兩邊殘留有麵粉的情況發生。
- 軟吐司等的基本調配比例 → P. 20

2 在麵包容器內放入 酵母粉以外的高筋麵粉和水等



- ①放入高筋麵粉等（酵母粉以外）時，使中央部分高於周邊。
- ②繞著容器的周邊添加水。

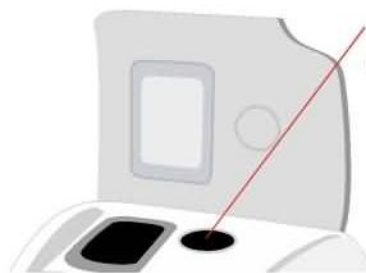
麵包容器



蓋

- ③放回麵包容器。
- ④向箭頭的方向轉動固定。
- ⑤蓋關閉。

3 向酵母容器 添加酵母粉



酵母容器
(如果沾有水份則用
紙巾吸去)
※ 摩擦會產生靜電，
酵母粉就不會落在
麵糰中。

■ 添加葡萄乾等配料時 → (P.19)

吐司

● 1.5 斤或 1 斤的尺寸可以根據調配量而變化。
不需要按鍵操作。



4 選擇“酵母粉”選項



5 選擇“吐司”功能



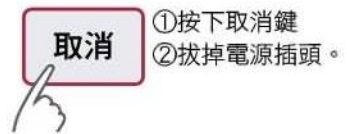
- 選擇其他種類麵包時 → **功能** (P. 20)
- 添加葡萄乾等配料時 → **葡萄乾** (P. 19)
- 選擇烤色時 → **烤色** (P. 18)
- 預約完成時間時 → **預約** (P. 18)

6 開始



● 放入酵母粉後請不要打開蓋子。否則酵母粉會灑落出來。
但是，在手動放入葡萄乾等配料時，因為酵母粉已經放入了，所以可以打開蓋子。

7 烘培完成後（發出嗶嗶聲）切斷電源



8 迅速取出散熱

※ 如不馬上取出的話，容易因冷卻收縮，在取出時從中間折斷。



抓住把手，用力晃動數次。



● 烘培出來的麵包的大小因溫度、濕度、材料不同而有差異。大小的標準（1.5 斤機型）



便利的機能

選擇選項和功能後...



調整自己喜歡的烤色時的“烤色”功能

烤色可設定為“淡”·“標準”·“濃”三種

①按下“烤色”鍵，選擇自己喜歡的烤色



●烘烤 1 斤時

因為烤色會變深，所以推薦“淡”·“標準”2種。

在指定時間完成烘培的“預約”功能

想在早上可以吃到剛烤好出爐的麵包時很方便。(請確認是否與現在時間相符)

①開始預約



●使用“烤色”和“葡萄乾”功能時

- ①設定“烤色”功能和“葡萄乾”功能
- ②設定“預約”功能

●可預約的時間標準

“酵母粉”選項

- 吐司 : 4小時 30分~ 13小時
- 軟吐司 : 5小時 10分~ 13小時
- 法國吐司 : 7小時 10分~ 13小時
- 全麥 : 5小時 20分~ 13小時

“天然酵母”選項

- 吐司 : 7小時 10分~ 10小時

※ 不能調整到無法預約的時間。

②調到烘培完成的預定時間



③開始





■製作含有配料的麵包時，添加配料的時間…

發出嗶嗶聲提醒加入配料的時間會因功能表的選擇和室溫的不同而有所差異。

“酵母粉”選項

- 吐司 : 約 55 分 ~ 1 小時 25 分後
- 快速吐司 : 約 30 分後
- 軟吐司 : 約 2 小時 40 分 ~ 3 小時 15 分後
- 法國吐司 : 約 45 分 ~ 2 小時 15 分後
- 全麥 : 約 1 小時 20 分 ~ 2 小時 40 分後
- 波蘿 : 約 35 分後
- 麵糰 : 約 45 ~ 55 分後

“天然酵母”選項

- 吐司 : 約 3 小時 25 分後
- 麵糰 : 約 3 小時 25 分後

製作自己喜歡口味的麵包 “葡萄乾” 功能

葡萄乾和核桃等自己喜歡的配料可以通過設定自動添加。

香蕉和巧克力等無法自動添加的配料 (P. 11) 請在蜂鳴器發出嗶嗶聲後手動放入。

請遵守各個功能的調配比例。若不遵守的話，配料可能會從麵包容器中飛出來而被加熱器烤焦，發出氣味或煙霧。

可自動添加的配料 (P. 11)

準備 在葡萄乾·堅果容器中事先放入喜歡的配料。



葡萄乾·堅果容器

① 按下“葡萄乾”功能鍵，選擇“有”
(使“有”閃爍)



② 開始



(會自動添加配料)

- 有時在葡萄乾·堅果容器中會黏著少量的配料。

不可自動添加的配料 (手動放入)

① 按下“葡萄乾”功能鍵，選擇“有”
(使“有”閃爍)



② 開始



● 材料投入時間確定後



按分遞減

③ 發出嗶嗶聲後
打開蓋放入配料

3 分鐘以內

(3 分鐘後會自動再次開始)

- 合上蓋。
- 打開葡萄乾·堅果容器。



麵包的烘培

快速

軟吐司

法國吐司

全麥吐司

材料

215kcal (1.5 斤切成 8 片的每片)		
“快速”	(1.5 斤)	(1 斤)
高筋麵粉	400 g	280 g
奶油	15 g	10 g
砂糖	大 2 (24 g)	大 1 (12 g)
奶粉	大 1 (10 g)	中 2 (6 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (5 g)
冷水 (5°C) ※	300 ml	210 ml
酵母粉	中 1 2/3 (6.7g)	小 2 (4.4 g)

※ 室溫超過 25 °C，請將水減少 10 ml。

215kcal (1.5 斤切成 8 片的每片)	
“軟吐司” (僅限 1.5 斤)	
高筋麵粉	380 g
奶油	25 g
砂糖	大 2 (24 g)
奶粉	大 1 (10 g)
鹽	中 1 (7 g)
水 ※	270 ml
酵母粉	小 1 2/3 (3.7g)

※ 室溫超過 25 °C，可將 5°C 的冷水減少 10 ml。

● 因為 1 斤的無法烘烤成形，所以不推薦。

178 kcal (1 斤切成 6 片的每片)	
“法國吐司” (僅限 1 斤)	
高筋麵粉	250 g
低筋麵粉	30 g
奶油	5 g
鹽	中 2/3 (5 g)
冷水 (5°C) ※	220 ml
酵母粉	小 1 (2.2g)

※ 室溫超過 25 °C，請將水減少 10 ml。

● 室溫超過 30°C 時做出的麵包品質不好。

“全麥吐司” 205 kcal (切成 8 片的每片)		
(全麥麵粉 50%)		
	(1.5 斤)	(1 斤)
全麥麵粉 (麵包用) ※1	200 g	140 g
高筋麵粉	200 g	140 g
奶油	15 g	10 g
砂糖	大 2 (24 g)	大 1 (12 g)
奶粉	大 1 (10 g)	中 2 (6 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (5 g)
冷水 (5°C) ※2	320 ml	220 ml
酵母粉	中 1 (4 g)	中 2/3 (2.8g)

※1 不能使用點心專用 (低筋麵粉) 或小麥之外的全麥麵粉。

※2 室溫超過 25 °C 時，請將水減少 10ml。

● 室溫超過 30°C 時做出的麵包品質不好。

(詳細請參照 P. 16)

- 1 取出麵包容器，安裝麵包用葉片
- 2 在麵包容器內放入酵母粉以外的高筋麵粉和水等材料
- 3 將麵包容器裝回麵包機主機
- 4 在酵母容器內放入酵母粉
- 5 選擇“酵母粉”選項
- 6 選擇“快速”、“軟吐司”、“法國吐司”或者“全麥”功能
- 7 開始
- 8 烘烤完畢 (發出嗶嗶聲)，按下“取消”鍵
- 9 迅速取出散熱



全麥吐司

■ 全麥麵粉的調配比例為 30 ~ 100%。

→ 如果不足 30% 的話，請烘烤“吐司”。

※ 全麥粉的比例越大則作出的麵包高度越低。

■ 使用粗麵粉時

※ 根據全麥粉的種類的不同，烤出來的麵包的膨脹程度和鬆軟度也有所不同。

丹麥麵包



- 準備**
- ①在麵包容器內安裝麵包用葉片，(P. 16)
 - ②放入（除酵母粉以及冷凍奶油之外）麵粉和水，
 - ③在酵母容器內放入酵母粉。

材料

378kcal (1.5 斤切成 8 片的每片)

丹麥麵包	(1.5 斤)	(1 斤)
高筋麵粉	320 g	230 g
低筋麵粉	80 g	50 g
奶油	20 g	15 g
砂糖	大 3 (36 g)	大 2 (24 g)
奶粉	大 1 (10 g)	中 2 (6g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (5 g)
雞蛋 (打散)	M寸1個 (50 g)	M寸1/2個 (25 g)
冷水 (5°C)	220 ml	160 ml
酵母粉	中 1 (4 g)	中 2/3 (2.7g)
冷凍奶油	150 g	110 g

(推薦使用無鹽奶油)

■在前一天準備好冷凍奶油！

- ①將奶油（冷凍）切成 1 cm 的小塊。
- ②將奶油塊用保鮮膜包起來或放入密閉容器中，避免奶油塊黏在一起。
- ③冷凍不少於一晚（10 小時）以上的時間。

■步驟 4 進行過 10 分鐘後

即使沒加入奶油，製麵包機也會自動再次開始。
(在那之後，即使再加入奶油也不會與麵糰混合，就無法烘烤出丹麥麵包。)

■在進行步驟 4 時錯按了“取消”鍵時

在 10 分鐘內按下“開始”鍵就會恢復原狀。
(但只有一次機會。按其它鍵無效。)

■添加葡萄乾等配料時

葡萄乾等配料與冷凍奶油同時放入。

■也可在製作吐司，軟吐司時使用 (P. 9)

材料中的雞蛋、冷水、酵母粉、冷凍奶油的份量請遵照上述份量規定。

1 選擇“酵母粉”選項



2 選擇“丹麥麵包”功能



3 開始



約 25 分後

4 發出嗶嗶聲後打開蓋子， 拆開保鮮膜 放入事先切好的冷凍奶油塊

●不要按“取消”鍵



5 蓋上蓋子， 再次開始



6 發出嗶嗶聲後按下“取消”鍵， 取出

麵包的烘焙

麵包的烘培

波蘿



酵母粉 ■
 天然酵母 ■
 蛋糕 ■
 烏龍麵、義大利麵 ■
 麻糬 ■

功能 吐司 快速 軟吐司 法國吐司 全麥 波蘿麵包
 麵包 披薩麵包 丹麥麵包
葡萄乾 無
烤色 完成 時間 2:15

選項 1 **功能** 2 預約 時 | 分 葡萄乾 烤色 **取消** 6

●重新操作時
 ●開始後需要停止時 (長按)

- 準備** (P. 16)
- ①製作波蘿麵包，放入冰箱冷藏。(P. 23 ①~⑥)
 - ②在麵包容器內安裝麵包用葉片
 - ③放入(除酵母粉之外)麵粉和水
 - ④在酵母容器內放入酵母粉。

材料

“波蘿麵包” 288 kcal(切成8片每片卡路里)

高筋麵粉	250 g
奶油	30 g
砂糖	大3 (36 g)
奶粉	大1 (10 g)
鹽	中2/3 (4.7g)
冷水(5℃)※	170 ml
酵母粉	中1 (4 g)

波蘿麵皮(波蘿麵包的皮)

奶油	50 g
砂糖	40 g
雞蛋(打散)	M寸 1/2 個 (25 g)
低筋麵粉	100 g
泡打粉	3 g
香草精	少量
粗砂糖(精製用)	2~3 小匙

※ 室溫超過 25℃時，請將冷減少 10 ml。

- 請務必遵守上述份量規定。
若份量過多，會導致麵糰從容器中溢出，烤焦會冒煙和散發焦味。
- 在進行步驟 4 時經過 15 分鐘後
即使不放入餅乾麵糰也會自動開始。
- 在進行步驟 4 時錯按了“取消”鍵時
在 10 分鐘內按下“開始”鍵就會恢復原狀。
(但只有一次機會。按其它鍵無效。)
- 在進行步驟 4 時(15 分鐘)添加自己喜歡的
配料則可製作出多種風味的麵包。
→ P. 24

1 選擇“酵母粉”選項

選項 酵母粉 ■
 天然酵母 ■
 蛋糕 ■
 烏龍麵、義大利麵 ■
 麻糬 ■

功能 吐司 快速 軟吐司 法國吐司 全麥 波蘿麵包
 麵包 披薩麵包 丹麥麵包
葡萄乾 無
烤色 標準 完成 時間 4:20

2 選擇“波蘿”功能

功能 吐司 快速 軟吐司 法國吐司 全麥 波蘿麵包
 麵包 披薩麵包 丹麥麵包
葡萄乾 無
烤色 完成 時間 2:15

■添加葡萄乾等配料時→葡萄乾(P. 19)

3 開始

開始 波蘿麵包
功能 葡萄乾 無 攪拌 作業 55 分鐘
烤色

作業 10 分鐘 把波蘿麵皮擀薄(P. 23 ⑦~⑧)



4

發出嗶嗶聲後打開蓋，
放入波蘿麵包

15分以內

- ①將麵包麵糰放置在麵包容器中央
- ②將塗有雞蛋液的波蘿麵包的一面朝下，放在麵包麵糰的上面
- ③輕輕按周邊（不要太用力按下去）
- ④從上面撒上粗砂糖

●不要按
“取消”鍵



5

再次開始



6

發出嗶嗶聲後，按下“取消”鍵
取出

※取出時如用力過猛，則會損壞麵包形狀。

波蘿麵包的製作方法

製作麵糰

- ①將用篩子篩過的低筋麵粉和泡打粉混在一起。
- ②用木鏟等工具將在室溫下的奶油攪和成糊狀。
- ③一點一點的放入少量砂糖（分2～3次），一直攪和到泛白為止。



- ④分3～4次一點點加入雞蛋後攪拌。

最後添加香草精。

※雞蛋預留1/2小匙。

- ⑤將①的材料放入，攪拌到麵糰不再呈粉末狀。



- ⑥麵糰成形後，將麵糰揉成圓盤狀，用保鮮膜包起來放入冰箱發酵20分鐘以上。



擀麵

- ⑦用擀麵棒擀成直徑15～16cm的圓形。
※用保鮮膜將麵糰包在中間操作則更簡單。
- ⑧將剩餘的1/2小匙的雞蛋塗在麵糰的表面。



製作波蘿麵包的訣竅

- 也可以在波蘿麵包的表面做出格子圖案。
用竹籤等工具刻出深度1mm以下的圖案。
（刻得太深的話，則波蘿麵包皮會裂開滑下來。）
- 要做出好的波蘿麵包，波蘿麵包皮的硬度最好控制在柔軟並且能夠彎曲的程度。



使用“波蘿麵包”功能製作各種不同口味的麵包



材料

2105 kcal

高筋麵粉	300 g
奶油	20 g
砂糖	大 3 (36 g)
A 奶粉	大 1 (10 g)
鹽	中 2/3 (4.7g)
雞蛋 (打散)	M寸 1個 (50 g)
冷水 (5°C)	150 ml
酵母粉	小 2 (4.4g)
捲入材料	
乾果 (萊姆酒即糖蜜酒浸漬)	150 g
牛奶	1 小匙 (5 ml)
肉桂砂糖	適量
糖衣材料	
B 綿白糖	25 g
水	1/2 小匙

麵糰太黏，很難擀時...

在手上或擀麵棒上沾些高筋麵粉，會變得比較容易擀。



肉桂捲

選擇“波蘿麵包”功能製作麵包麵糰

- ①在麵包容器內安裝麵包用葉片，放入 A 後，將麵包容器放回主機。
- ②在酵母容器中放入酵母粉，選擇“波蘿麵包”功能，按下 **開始**。

(操作要在 15 分鐘內完成)

取出麵糰

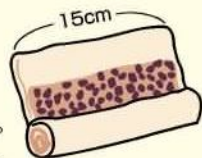
- ③發出嗶嗶聲後，打開蓋子，從麵包容器內取出麵糰，拆掉麵包用葉片。
 - 不要按“取消”鍵

擀麵

- ④將麵糰擀成(長)25 cm x(寬)15 cm的麵餅。

成形

- ⑤將麵餅 3/4 塗上牛奶，撒上肉桂砂糖和乾果。
- ⑥從靠近身體的這邊開始將麵餅捲起來。
- ⑦切成均等的 4 等分，放入麵包容器內。



- **烘培** (再次按 **開始** 鍵)

做糖衣

- ⑧將 B 放入金屬碗內，用 60°C 的熱水使之融化，攪拌後即為糖衣。

最後加工

- ⑨烘培完成後，從麵包容器中取出，將糖衣澆上去。

在製作添加自己喜歡材料的麵包時...

麵包麵糰和配料的混合重量最多不可超過 850 g !
※ 配料太多則會出現麵包不膨脹或烘培不足等情況。

避免使用水份多的配料！

(水份過多的配料可以將水份煮乾，冷卻到常溫)

※ 會影響麵包麵糰的發酵

配料要事先準備好！

※ 操作時間為 15 分鐘。



材料 224 kcal (切成 8 片的每片)

A	高筋麵粉	300 g
	奶油	20 g
	砂糖	大 2 (24 g)
	奶粉	大 1 (10 g)
	鹽	中 2/3 (4.7g)
	抹茶	1/2 小匙 (3 g)
	雞蛋 (打散)	M 寸 1 個 (50 g)
	冷水 (5°C)	150 ml
	酵母粉	小 2 (4.4 g)
	捲入材料	
蜜黑豆	150 g	

抹茶黑豆捲

選擇“波蘿麵包”功能製作麵包麵糰

- ①在麵包容器內安裝麵包用葉片，放入 A 後，將麵包容器放回主機。
- ②在酵母容器中放入酵母粉，選擇“波蘿麵包”功能，按下 **開始**。

取出麵糰

- ③發出嗶嗶聲後，打開蓋，從麵包容器內取出麵糰，拆掉葉片。

●不要按 **取消** 鍵

擀麵

- ④將麵糰擀成細長的麵餅，寬度略小於麵包容器的寬度。

放上配料，成形

- ⑤將水份已被充分瀝幹過的黑豆均勻的撒上去。
- ⑥從前面開始捲起來。
- ⑦放入麵包容器內。

烘焙

(按 **開始** 鍵)

還可用可可粉代替抹茶。如果在麵糰裡加入巧克力球、杏仁片，就成了孩子們非常喜歡的杏仁巧克力麵包捲。



材料 1696 kcal (配料成份除外)

A	高筋麵粉	300 g
	奶油	50 g
	砂糖	大 2 (24 g)
	奶粉	大 1 (10 g)
	鹽	中 2/3 (4.7g)
	雞蛋 (打散)	M 寸 1 個 (50 g)
	冷水 (5°C)	140 ml
	酵母粉	小 2 (4.4 g)
	餡料	12 個 (20 g / 個)

趣味十足的手撕麵包

選擇“波蘿麵包”功能製作麵包麵糰

- ①在麵包容器內安裝麵包用葉片，放入 A 後，將麵包容器放回主機。
- ②在酵母容器中放入酵母粉，選擇“波蘿麵包”功能，按下 **開始**。

取出麵糰

- ③發出嗶嗶聲後，打開蓋子，從麵包容器內取出麵糰，拆掉麵包用葉片。

●不要按 **取消** 鍵

成形

- ④將麵糰分成均等的 12 份。

將配料包起來

- ⑤將配料放入已切好的麵糰中一個個包好。
- ⑦放入麵包容器內。

烘焙

(再次按 **開始** 鍵)

配料可以根據自己喜歡選擇 (嚴禁帶水份的材料!)
咖喱 (煮掉水份)、炸丸子、馬鈴薯沙拉、香腸、鮭魚 (去掉水份)、乳酪 (切成塊狀) 等



使用「波蘿麵包」功能製作各種不同口味的麵包

烘烤吐司

多種口味吐司食譜

●調配量為 1.5 斤。



●熱量標準表示 1.5 斤切成 8 片每片

“米粉吐司” … 使用“吐司”功能 214 kcal

高筋麵粉	320 g
米粉	80 g
奶油	15 g
砂糖	大 2 (24 g)
奶粉	大 1 (10 g)
鹽	中 1 (7 g)
水 (5°C)	300 ml
酵母粉	中 1 (4 g)

※ 室溫超過 25°C 時，水量減少 10 ml。(5°C 冷水)

“果汁麵包” … 使用“快速”功能 235 kcal

高筋麵粉	360 g
奶油	36 g
砂糖	大 1 (12 g)
奶粉	大 2 (20 g)
鹽	中 2/3 (4.7g)
雞蛋 (打散)	M 寸 1 個 (50 g)
100% 番茄汁 (在冰箱內冷藏) ※	210 ml
酵母粉	中 1 2/3 (6.7g)
* 多種蔬菜	100 g
(煮去水份，冷卻至室溫)	

※ 室溫超過 25°C 時，水量減少 10 ml。

* 使用“葡萄乾”功能。(P. 19)

“甜吐司” 232 kcal

	…使用“吐司”功能	…使用“快速”功能
高筋麵粉	360 g	360 g
奶油	40 g	36 g
砂糖	大 4 (48 g)	大 4 (48 g)
奶粉	大 1 2/3 (16.7g)	大 2 (20 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (4.7g)
香草精	少量	少量
水 (5°C) ※	240 ml	250 ml
酵母粉	中 1 (4 g)	中 1 2/3 (6.7g)

※ 室溫超過 25°C 時，水量減少 10 ml。

“意大利糕點” … 使用“快速”功能 253 kcal

高筋麵粉	360 g
奶油	36 g
砂糖	大 1 (12 g)
奶粉	大 2 (20 g)
鹽	中 2/3 (4.7g)
雞蛋 (打散)	M 寸 1 個 (50 g)
冷水 (5°C) ※	210 ml
酵母粉	中 1 2/3 (6.7g)
* 喜歡的乾果	100 g

※ 室溫超過 25°C 時，水量減少 10 ml。

* 使用“葡萄乾”功能。(P. 19)

“瓜子仁 & 蜂蜜麵包”

… 使用“吐司”功能 245 kcal

高筋麵粉	400 g
奶油	15 g
砂糖	大 2 (24 g)
奶粉	大 1 (10 g)
鹽	中 1 (7 g)
蜂蜜	1 大匙
水 ※	290 ml
酵母粉	中 1 (4 g)
* 瓜子仁	30 g

※ 室溫超過 25°C 時，水量減少 10 ml。(5°C 冷水)

* 使用“葡萄乾”功能。(P. 19)

“洋蔥 & 臘肉麵包”

… 使用“吐司”功能 251 kcal

基本比例 (吐司) ※	
* 洋蔥 (切碎)	30 g
* 臘肉 (1 cm 寬)	70 g

※ 水量減少 10 ml。

(室溫超過 25°C 時，水量減少 10 ml。(5°C 冷水))

* 使用“葡萄乾”功能。➡ 手動放入 (P. 19)

“藍莓麵包”

… 使用“吐司·軟吐司”功能 244 kcal

基本比例 (吐司或軟吐司)	
* 藍莓 (乾燥)	80 g

* 使用“葡萄乾”功能。(P. 19)

“地瓜芝麻丹麥麵包”

… 使用“丹麥麵包”功能 409 kcal

基本比例 (丹麥麵包)	
* 地瓜 (切成 1 cm 的小塊)	100 g
* 黑芝麻	2 大匙 (20 g)

* 在放入“冷凍奶油”時添加。(P. 21)

製作麵包麵糰

麵包麵糰

披薩麵糰

通過製作麵包麵糰和披薩麵糰，可以製作可頌（P. 29）和佛卡夏麵包（P. 31）等各種口味的麵包。



- 準備**
- ①在麵包容器內安裝麵包用葉片，
 - ②放入（除酵母粉之外）麵粉和水，
 - ③在酵母容器內放入酵母粉。

材料

“麵包麵糰”	(最大)	(最小)
高筋麵粉	400 g	280 g
奶油	70 g	36 g
砂糖	大 3 (36 g)	大 2 (24 g)
奶粉	大 1 2/3 (17 g)	大 1 (10 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (4.7 g)
雞蛋	L 寸約 1/2 個 (30g)	M 寸約 1/2 個 (25g)
水*	220 ml	150 ml
酵母粉	中 1 (4 g)	中 2/3 (2.7g)

* 室溫超過 25°C 時，使用 5°C 左右的水。

“披薩麵糰”	(最大)	(最小)
高筋麵粉	400 g	280 g
奶油	20 g	14 g
砂糖	大 1 (12 g)	中 2 (8 g)
奶粉	大 1 (10 g)	中 2 (6 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (5 g)
水*	260 ml	180 ml
酵母粉	中 1 (4 g)	中 2/3 (2.7g)

* 室溫超過 25°C 時，使用 5°C 左右的水。

1 選擇“酵母粉”選項



2 選擇“麵糰”或者“披薩麵糰”功能



■ 添加葡萄乾等配料時 → 葡萄乾 (P. 19)
(僅限麵包麵糰功能時可使用)

3 開始



4 發出嗶嗶聲後按下“取消”鍵 馬上取出麵糰

烘培吐司

製作麵包麵糰

各種風味的麵包

麵包麵糰

用麵包麵糰製作麵包時使用的工具



●攪拌板



●秤 (1 g 單位)



●刮板



●擀麵棒



●抹布
(浸濕後擰乾)



●烘焙用紙



●噴霧器



●板刷



●烤箱

製作時使用的工具

●烹飪剪刀

●麵包模具

●保鮮膜

●溫度計 等



材料(18~12個用量)

127 kcal (每個)

麵包麵糰 (P. 27、34)	1 次用量
蛋液 (打散的雞蛋)	M 寸 1/2 個 (25 g)

牛角麵包

成形

①在刮板上將麵糰切成每塊約 45 g (分 12 等分)，揉成漂亮的圓球狀，蓋上布放置 15 分鐘。

②揉成橢圓形，蓋上布放置 10 ~ 15 分鐘。

③用手輕輕的按壓，然後用擀麵棒擀薄。

④抓住麵糰的一端，向靠近身體的方向拉伸，同時緊緊的捲起來。
(沒捲緊的話，發酵中容易橫向膨脹)

發酵

⑤捲好後朝下放置，並噴灑水。

⑥在 30 ~ 35 °C 的溫度條件下使麵糰發酵 40 ~ 60 分鐘。(達到大約發酵前 2 倍大小) 發酵完成後，塗上蛋液。

烘烤

⑦放進預熱到 170 ~ 200 °C 的烤箱中烘烤約 15 分鐘。將剩下的麵糰，放入冰箱避免過度發酵。



豆沙麵包

①(在製作牛角麵包的步驟 1 之後) 將麵糰擀成直徑 10 cm 的麵餅。

②將揉成糰的豆沙餡等放入①中，揉成糰，將中間壓得比周邊低。

③把②擺好，噴灑水，在 30 ~ 35 °C 的溫度條件下使麵糰發酵 20 ~ 30 分鐘。(達到大約發酵前 2 倍大小)

④塗上蛋液 (打散的雞蛋)，撒上芝麻，放入已經預熱到 170 ~ 190 °C 的烤箱中烘烤約 15 分鐘。



材料 (12 個的用量) ※ 請按用量標準製作

● 使用酵母粉

麵包麵糰		205 kcal (每個)
高筋麵粉	225 g	
低筋麵粉	55 g	
奶油	15 g	
砂糖	大 3 (36 g)	
奶粉	大 1 (10 g)	
鹽	小 1 (4 g)	
打散的雞蛋	M 寸 1/2 個 (25 g)	
水	140 ml	
酵母粉	小 1 (2.2 g)	
作夾心用的奶油 (切成 1 cm 厚)	140 g	
蛋液 (打散的雞蛋)	M 寸 1/2 個	

※1 按 P. 27 的步驟操作。

● 使用天然酵母

麵包麵糰		203 kcal (每個)
高筋麵粉	230 g	
低筋麵粉	50 g	
奶油	15 g	
砂糖	大 2 (24 g)	
奶粉	中 2 (6 g)	
鹽	中 2/3 (4.7g)	
打散的雞蛋	M 寸 1/2 個 (25 g)	
水	120 ml	
生種酵母	大 1 2/3 (32 g)	
作夾心用的奶油 (切成 1 cm 厚)	140 g	
蛋液 (打散的雞蛋)	M 寸 1/2 個	

※2 按 P. 34 的步驟操作。

可頌

奶油

①將麵糰放入金屬碗內，覆上保鮮膜，放入冰箱冷藏 30 ~ 60 分鐘。
(若室溫較高，則需延長冷藏時間)

②在要用來夾進去的奶油上撒上麵粉，擺好後包上保鮮膜，擀成 20 × 20 cm 的大小，放入冰箱冷藏 15 ~ 30 分鐘。

③用擀麵棒按壓麵糰，擀成 30 × 30 cm 的大小。

④在麵糰上放上②後包起來，再裹上保鮮膜，放入冰箱冷藏 10 ~ 20 分鐘。

⑤用擀麵棒壓薄後，再將之擀平。

⑥將麵皮折三折後用保鮮膜包起來，放入冰箱冷藏 10 ~ 20 分鐘。

⑦重複⑤和⑥的步驟 2 次後，冷藏 30 ~ 60 分鐘。

成形

⑧將麵糰 2 等分，分別擀成 18 × 40 cm 的大小，然後再等分成 6 個等腰三角形。

⑨拉著麵皮的一端，同時捲起來。

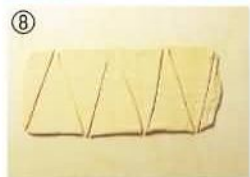
⑩捲完後朝下擺放。

發酵

⑪噴灑水後覆上保鮮膜，在室溫的條件下讓麵糰發酵 40 ~ 60 分鐘 (達到大約之前的 2 倍大小)，之後塗上蛋液。

烘烤

⑫使用已預熱至 200 ~ 220 °C 的烤箱中烘烤約 10 分鐘。將剩下的麵糰放入冰箱中，避免過度發酵。



甜甜圈

①將麵糰等分成每個約 35 g 的大小，揉成糰，蓋上布放置 10 ~ 20 分鐘。

②擀成薄薄的圓形，用甜甜圈模子穿過麵餅。

③在 30 ~ 35 °C 的溫度下讓麵糰發酵 20 ~ 30 分鐘 (達到大約之前的 2 倍大小)。

④用約 170 °C 的油炸，最後撒上摻有肉桂的精製白砂糖。

各種風味的麵包

使用麵包麵糰



材料(10~15個的用量)

		130 kcal (每個)	
麵包麵糰		(最大)	(最小)
A	高筋麵粉	350 g	250 g
	全麥麵粉	50 g	30 g
	奶油	20 g	15 g
	砂糖	大2 (24 g)	大1 (12 g)
	鹽	中1 (7 g)	中2/3 (4.7g)
	優酪乳	220 g	150 g
	牛奶	100 ml	70 ml
	酵母粉	中1 (4 g)	中2/3 (2.7g)
	蛋液 (打散的雞蛋)	L寸 1/2個 (30 g)	M寸 1/2個 (25 g)



材料(8~12個的用量)

		143kcal (每個)	
麵包麵糰		(最大)	(最小)
A	高筋麵粉	400 g	280 g
	砂糖	大3 (36 g)	大2 (24 g)
	鹽	中1 (7 g)	中2/3 (4.7g)
	沙拉油	1大湯匙	2小湯匙
	水	250 ml	180 ml
	酵母粉	中1 (4 g)	中2/3 (2.7g)



直接吃也是OK的，但推薦品嚐方法：從中間切開，夾上萵苣、火腿、奶酪、果醬等！

優酪乳麵包

製作麵包麵糰

- ①在麵包容器內依次添加 A → 優酪乳 → 牛奶，在酵母容器內放入酵母粉。
- ②按照“製作麵包麵糰”(P. 27)的步驟製作麵糰。

成形

- ③將取出的麵糰分成每個約 50 g，揉成糰，蓋上布後放置 10~15 分鐘。
- ④將麵糰擺好劃出小口，灑上水。



發酵

- ⑤在 30~35 °C 的溫度條件下讓麵糰發酵 40~60 分鐘。(膨脹後的大小約為原來的 2 倍)

烘烤

- ⑥塗上蛋液，放入預熱至 180~200 °C 的烤箱內烘烤約 15 分鐘。

焙果

製作麵包麵糰

- ①在麵包容器內依次添加 A → 沙拉油 → 水，在酵母容器內放入酵母粉。
- ②按照“製作麵包麵糰”(P. 27)的步驟製作麵糰。

成形

- ③將取出的麵糰分成每個約 60 g，揉成糰，蓋上布後放置 10 分鐘。
- ④用手指在麵糰中間戳一個洞並不斷擴大洞的大小，做成甜甜圈的形狀。

發酵

- ⑤擺放在撒了高筋麵粉的烘焙用紙上，在 30~35 °C 的溫度條件下讓麵糰發酵 40 分鐘。(膨脹後的大小約為原來的 2 倍)



煮

- ⑥兩面分別用熱水煮 30 秒之後，瀝乾水份。

烘烤

- ⑦擺放在鋪了烘焙用紙的桌面上，放入已預熱至 170~190 °C 的烤箱內烘烤約 15~20 分鐘。



用披薩麵糰



材料 (直徑 25 cm 3 塊的用量)
608 kcal (每塊)

披薩麵糰		
A	高筋麵粉	400 g
	砂糖	大 1 (12 g)
	鹽	中 1 (7 g)
	橄欖油	1.5 大湯匙
	水	260 ml
	酵母粉	中 1 (4 g)
B	迷迭香	適量
	水晶鹽 (或者鹽)	適量

佛卡夏麵包

製作披薩麵糰

- ①在麵包容器內依次添加 A → 橄欖油 → 水，在酵母容器中放入酵母粉。
- ②按照“製作麵包麵糰”(P. 27)的步驟製作披薩麵糰。

成形

- ③將取出的麵糰等分成 3 份，揉成糰，蓋上布放置 10 分鐘。

發酵

- ④將麵糰放在烘培用紙上，擀成直徑 25 cm 的圓形麵餅。
- ⑤在 30 ~ 35 °C 的溫度條件下讓麵糰發酵 40 ~ 60 分鐘。

烘烤

- ⑥用手指在麵糰表面按出小坑，塗上橄欖油(規定份量以外)。
- ⑦撒上 B，放入已預熱至 180 ~ 200 °C 的烤箱內烘烤約 15 分鐘。

製作披薩



材料 (直徑 25 cm 2 ~ 3 塊份)
1,085 kcal (每塊)

披薩麵糰 (P. 27)		(最大)	(最小)
披薩調味汁		6 大湯匙	4 大湯匙
披薩專用起司		300 g	200 g
配料(例)			
洋蔥(薄片)		1 大個	1 小個
香腸(薄片)		15 片	10 片
臘肉		3 片	2 片
蘑菇(薄片)		9 個	6 個
青椒(薄片)		3 個	2 個

披薩

成形

- ①用刮板將麵糰等分成 2 ~ 3 份，揉成糰(薄披薩麵糰可等分成 3 ~ 5 份)。
- ②蓋上布，放置 10 ~ 20 分鐘。
- ③放在烘培用紙上，擀成直徑 25 cm 大小的麵餅。
- ④用叉子在麵餅上戳洞。

添加配料

- ⑤加上披薩調味汁、配料，再放上起司。

烘烤

- ⑥放入已預熱至 180 ~ 200 °C 的烤箱內烘烤約 15 分鐘。剩下的麵糰放進冰箱內，避免過度發酵。



天然酵母吐司的製作程序

製作生種酵母

放入材料



1 用製麵包機製作生種酵母 (P. 35)

- 製作生種酵母需要 24 小時。

2 取出麵包容器，安裝麵包葉片



麵包葉片
※ 轉動 3 cm 左右



- ① 將麵包容器往箭頭方向轉動。
 - ② 向上取出。
 - ③ 將麵包葉片塞入、安裝。
- 安裝軸
※ 周邊沒有沾有麵糰等

204 kcal (1.5 斤切成 8 片的每片)

	"天然酵母吐司" (1.5 斤)	(1 斤)
高筋麵粉	400 g	300 g
砂糖	大 2 (24 g)	大 1 (12 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (4.7 g)
水※	250 ml	180 ml
生種酵母	大 2 (38 g)	大 1 2/3 (32 g)

※ 室溫超過 25 °C 時，使用約 5 °C 的冷水。

● 室溫超過 30 °C 以上，做出的麵包會變差。

● 用 1 斤的量烘烤出來的麵包，常會出現表麵凹凸不平，或旁邊沾著少量麵粉的情況。

3 在麵包容器內放入生種酵母



4 將高筋麵粉和水等放入麵包容器內



- ① 放入高筋麵粉等材料時，使中間部分高於周邊。
- ② 繞著容器的周邊添加水。
- ③ 將製麵包容器放回製麵包機。
- ④ 向箭頭的方向轉動、固定。
- ⑤ 蓋上蓋。

■ 添加葡萄乾等配料時 → (P. 19)

設置



取出



5 選擇“天然酵母”選項



6 選擇“吐司”功能

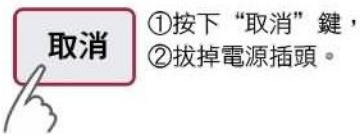


- 添加葡萄乾等配料時 → 葡萄乾 (P. 19)
- 選擇烤色時 → 烤色 (P. 18)
- 預約完成時間時 → 預約 (P. 18)

7 開始



8 烘培結束後（發出嗶嗶的聲音）切斷電源



9 迅速取出散熱

※ 如不馬上取出的話，容易因冷卻收縮，在取出時從中間折斷。



取時抓住把手，用力地晃動數次。



● 因溫度、濕度、材料的不同，烘烤後的麵包也會有所不同。

大小標準（1.5 斤）



天然酵母吐司麵糰的製作

麵包麵糰

透過製作麵糰，可烘培出可頌 (P. 29) 等各種天然酵母吐司。



- 準備**
- ① 製作生種酵母。(P. 35)
 - ② 在麵包容器內安裝麵包葉片。(P. 32)
 - ③ 先放生種酵母，再放入麵粉和水等材料。

- 重新操作時
- 開始後、需要停止時 (長按)

材料

“天然酵母吐司麵糰”

	(最大)	(最小)
高筋麵粉	400 g	300 g
奶油	15 g	10 g
砂糖	大 2 (24 g)	大 1 (12 g)
鹽	中 1 (7 g)	中 2/3 (4.7g)
水*	210 ml	160 ml
生種	大 2 (38 g)	大 1 2/3 (32 g)

* 室溫超過 25 °C 時，使用 5 °C 的冷水。

■ 麵包麵糰發黏時

(生種酵母做的麵糰比酵母粉做的麵糰更容易發黏)

- ➔ 將取出的麵糰放入金屬碗內，覆上保鮮膜，放入冰箱冷藏 30 ~ 60 分鐘。
- ➔ 撒上高筋麵粉。(將高筋麵粉撒在攪拌板、擀麵棒、麵糰上)
- 發黏時，多撒幾次高筋麵粉。



生種酵母攪拌後再稱重！

1 選擇“天然酵母”選項



2 選擇“麵糰”功能



■ 添加葡萄乾等配料時 ➔ 葡萄乾 (P. 19)

3 開始



4 發出嗶嗶聲後，按下“取消”鍵 迅速取出麵糰

天然酵母培養

生種酵母培養

製作天然酵母吐司使用的生種酵母。

(需大約 24 個小時)



天然酵母培養容器
(專門用於酵母菌的培養，保持清潔)

- 準備**
- ①在天然酵母培養容器內添加水。
 - ②放入“天然酵母粉”(元種酵母)後充分攪拌。
 - ③蓋上天然酵母培養容器的蓋子。
 - ④將天然酵母培養容器放入麵包容器內。(不安裝葉片)



- 重新操作時
- 開始後、需要停止時 (長按)

一週內用完！

“生種酵母”

- 烘培 1.5 斤的麵包 (大約 3 次的用量)

天然酵母粉 大 3 (50 g)
水 (約 30 °C) 100 ml

- 烘培 1.5 斤的麵包 (大約 2 次的用量)

天然酵母粉 小於大 2 (30 g)
水 (約 30 °C) 60 ml

- 水溫太高或太低時，會出現生種酵母做不好的情況

■ 生種酵母是新鮮食品！

- 必須放入冰箱冷藏保存，並在一周內用完。

(若冷凍或常溫下則發酵能力逐漸喪失)

- 請不要把新的生種酵母和舊的混合在一起。



- 培養好的話，會發出酒糟似的酒味，有酸酸的味道。(室溫超過 30 °C，有時會做不好)



1 選擇“天然酵母”選項



2 選擇“天然酵母培養”功能



3 開始



- 完成之前請不要中途取出。

4 發出嗶嗶聲後，按下“取消”鍵 迅速取出天然酵母培養容器， 放入冰箱中保存

- 放置在常溫下則發酵能力減弱，麵包就發不起來了。

天然酵母吐司麵糰的製作程序

生種酵母培養

製作蛋糕



準備

- ①在麵包容器內安裝麵包葉片。
- ②按照奶油、砂糖、牛奶、雞蛋的順序將材料放入。
- ③將一起篩過的 A 放入。

- 重新操作時
- 開始後、需要停止時 (長按)

材料

“奶油蛋糕”	244 kcal (12 等分的每塊)
無鹽奶油 ※	160 g
砂糖	150 g
牛奶	1 大湯匙 (15 ml)
雞蛋 (打散的雞蛋)	M 寸 3 個 (150 g)
A 低筋麵粉	240 g
泡打粉	10 g

※ 切成 1 cm 的塊狀，放置在常溫下。

- 可調配自己喜歡的材料或配料。
(固體形狀的配料可在清除麵粉時均勻地放進去)



- 在進行步驟 3 時，經過 15 分鐘以上會自動開始“攪拌”功能。
(如果不清除掉麵粉，烤好的蛋糕表面會殘留麵粉)

- 在進行步驟 3 時，若錯按了“取消”鍵在 10 分鐘內按下“開始”鍵就會恢復原狀。
(只有一次機會，按其他鍵無效。)

- 做出的蛋糕接近奶油蛋糕。
(但與市場銷售的西點蛋糕並不完全相同)

1 選擇“蛋糕”選項



2 開始



3 清除麵粉

- 發出嗶嗶聲後，打開蓋子 15 分鐘內清除麵粉
- 用橡膠鏟等工具將周圍的麵粉清除掉。
(使用金屬鏟會損傷氟素塗層)
- 不要按“取消”鍵。



4 再次開始



5 取出蛋糕

- 取出時用力過猛的話會破壞蛋糕形狀。



烘培不足時進行“追加烘培”

烘培結束後，最多可進行 2 次追加烘培。
 ※ 在烘培結束後約 15 分鐘之內進行“追加烘培”。
 庫內溫度變低則無法採用追加烘培。

① 選擇“蛋糕”選項



② 調整烘培時間



(快進時長按) ●烘培時間可設定為 1 ~ 20 分鐘。

③ 開始



■取消追加烘培時→長按“取消”鍵

●熱量基準顯示

12 等分的每塊



“檸檬蛋糕”		247 kcal
無鹽奶油 (切成 1 cm 的塊狀)	160 g	
砂糖	150 g	
牛奶	1 大匙 (15 ml)	
雞蛋 (打散的雞蛋)	M寸3個 (150 g)	
萊姆酒 (或白蘭地)	1 大匙	
A 低筋麵粉	240 g	
L 泡打粉	10 g	
※ 檸檬皮 (研碎後)	1 個	

※ 在清除麵粉時放入

“巧克力蛋糕”		287 kcal
無鹽奶油 (切成 1 cm 的塊狀)	150 g	
砂糖	150 g	
雞蛋 (打散的雞蛋)	M寸3個 (150 g)	
A 可可粉	4 大匙 (24 g)	
L 低筋麵粉	240 g	
泡打粉	10 g	
※ 巧克力塊	80 g	
※ 陳皮 (切成 5 mm ~ 1 cm 的塊狀)	60 g	

※ 在清除麵粉時放入

“南瓜蛋糕”		240 kcal
無鹽奶油 (切成 1 cm 的塊狀)	150 g	
砂糖	120 g	
牛奶	2 大匙 (30 ml)	
雞蛋 (打散的雞蛋)	M寸3個 (150 g)	
南瓜 (切成 2 cm 的塊狀、弄軟)	150 g	
A 低筋麵粉	240 g	
L 泡打粉	10 g	

“抹茶甜納豆蛋糕”		251 kcal
無鹽奶油 (切成 1 cm 的塊狀)	130 g	
砂糖	150 g	
牛奶	1 大匙 (15 ml)	
雞蛋 (打散的雞蛋)	M寸4個 (200 g)	
A 抹茶	2.5 小匙 (5g)	
L 低筋麵粉	240 g	
泡打粉	10 g	
※ 甜納豆 (切成大小 5 mm 左右)	80 g	

※ 在清除麵粉時放入

製作烏龍麵・義大利麵



- 準備**
- ①在麵包容器內安裝製作麵糰、麻糬的葉片。
 - ②在金屬碗等容器中攪拌A。
 - ③在另一個容器中攪拌B。
 - ④按照先A後B的順序放入麵包容器內。(最後，在義大利麵糰裡加入橄欖油)

- 重新操作時
- 開始後、需要停止時 (長按)

材料 (不能用於製作蕎麥麵和拉麵麵糰)

“烏龍麵” (6人份)		290 kcal
A	高筋麵粉	230 g
	低筋麵粉	230 g
B	鹽	中2 (14 g)
	溫水 ※1	250 ml
	地瓜粉 ※2	適量

- ※1 溫水的溫度在 35 ~ 40 °C。
- ※2 地瓜粉可使用澱粉或高筋麵粉等代替。

“義大利麵” (6人份)		311 kcal
A	高筋麵粉	230 g
	粗麥粉 ※1	230 g
B	鹽	中1 (7 g)
	雞蛋 (打散的雞蛋)	M寸2個(100 g)
	水	160 ml
	橄欖油	1/2 小匙
	地瓜粉 ※2	適量

- ※1 做義大利麵用的麵粉，在全國各百貨商店均有銷售。
- ※2 地瓜粉可使用澱粉或高筋麵粉等代替。

■還可調配成色彩鮮豔的麵食！

➔將蔬菜等材料榨一遍，用壓榨機等工具搗成糊狀放入麵包容器內。

➔減少添加材料份量的水份 10 ~ 50 ml。
(基本用量 160 ml)



- ※ 黑芝麻餡 1大匙……水量 150 ml
- 番茄泥 3大匙……水量 110 ml
- 菠菜糊 50 g……水量 110 ml

1 選擇“烏龍麵・義大利麵”選項



2 開始



(約 15 分鐘後)

3 發出嗶嗶聲後，按下“取消”鍵 迅速取出麵糰

4 將光滑的一面朝上，揉成糰，用保鮮膜等包起來 放置

- 烏龍麵……室溫條件下放置約 2 小時 (室溫高時放入冰箱保存)
- 義大利麵……放入冰箱冷藏約 1 小時

使其不
乾燥



■ 保存時

- 冰箱 (保存時間 2 ~ 3 天)
- ➔ 撒上地瓜粉後用保鮮膜包起來。
- 冰箱 (保存時間 約 1 個月)
- ➔ 切成麵的寬度 (P.39) 後用保鮮膜包起來。



烏龍麵

擀麵

- ①用菜刀或刮板將麵糰切成 6 等分。
- ②撒上地瓜粉後，用擀麵棒從中心向周邊擀成厚約 3 mm 的麵餅。(冷藏的麵糰要等其恢復到常溫後再擀)



切麵

- ③將麵糰折起來，從一端開始切成寬約 3 mm 的麵條。(不好切時，在麵糰上撒上地瓜粉)



煮麵

- ④將大鍋盛滿水、燒開，拍掉麵糰上沾的地瓜粉放進鍋裡煮。(煮麵的時間基準為 8 ~ 13 分鐘)



- ⑤用冷水沖掉黏液，瀝乾水份。



- 與市場出售的義大利麵相比，外觀、麵條柔軟度、口感都不同。

義大利麵

擀麵

- ①用菜刀或刮板將麵糰切成 6 等分。
- ②撒上地瓜粉後，用擀麵杖從中心向周邊擀成厚約 1 mm 的厚度。



切麵

- ③在表面撒上地瓜粉，從一端開始捲起來，之後切成寬約 5 mm 的寬度。(煮後會稍稍變大所以切細些)。



- ④抖開麵條，撒上地瓜粉。

煮麵

- ⑤在大鍋盛滿水、燒開，拍掉麵糰上沾的地瓜粉放進鍋裡煮。(煮麵的時間基準為 3 ~ 5 分鐘)



- 步驟①~③也可使用製麵機。(在麵糰上撒上足夠的地瓜粉)

製作麻糬

糯米無需用水泡。
(用水泡過則麻糬會太軟)



準備

- ①洗糯米。(洗到水變清為止)
※糯米不用泡水。(麻糬會變軟)
- ②水瀝乾 30 分鐘。
- ③在麵包容器內安裝麵條、麻糬用葉片。
- ④放入糯米、水。

- 重新操作時
- 開始後、需要停止時 (長按)

材料

“麻糬”	3 合	4 合	5 合
(1 個圓麻糬約 35 g)	約 18 個	約 24 個	約 30 個
糯米	420 g (約 3 合份)	560 g (約 4 合份)	700 g (約 5 合份)
水	270 ml	340 ml	400 ml

※1 合糯米約 140 g

■如果想做出自己喜歡的軟硬程度，就要調整水的份量！



■在進行步驟 3 時

如果經過 30 分鐘會自動開始製作麻糬。
(在蓋子蓋著的狀態下)

■在進行步驟 3 時

若錯按了“取消”鍵，只需在 10 分鐘內按下“開始”鍵即可恢復原狀。
(但只有一次機會。按其他鍵無效)

■糯米若泡過水時

減去相應的糯米吸收的水量。
< 瀝乾標準 >

【3 合】100 ml 【4 合】150 ml 【5 合】200 ml

艾草和櫻花蝦等可在開始製作麻糬時放入。
※ 豆類等較硬的材料不要放！
(會使麵包容器的氟素塗層脫落)

1 選擇“麻糬”選項



2 開始



(約 50 分鐘或 60 分鐘後)

- 葉片有時會轉動。

3 發出嗶嗶聲後 打開蓋

在 30 分鐘內

- 不要按“取消”鍵



4 開著蓋 馬上按開始



■在剛做好的麻糬上放上自己喜歡的材料……



豆沙麻糬



花生麻糬



蘿蔔麻糬

■中途混合其它材料……



艾草味麻糬

開始做麻糬後，一點點地放入 30 ~ 50 g 艾草和少量的鹽。

（艾草的葉子煮過後用冷水去掉其澀味，再切碎、擰乾水份）

5 發出嗶嗶聲後，按下“取消”鍵
迅速取出麵包容器，
冷卻到麵包容器可以用手觸摸的
程度（5 ~ 10 分鐘）

6 取出麻糬
（從底部拿起來）



7 用手捏些麻糬，搓成糰



- 馬上食用時→事先用水把手沾濕。
- 保存時→事先在手上撒些麻糬粉。

- 麻糬的形狀會受到水的用量、糯米的用量及種類、新米還是陳米等因素的影響。
- 放置時間過長，麻糬表面會變硬。

■麻糬的妥善保存方法……

- ①麻糬冷卻後，拍掉麻糬粉。
- ②“放在室內時”
放在濕度和溫度較低的場所，可保存 2 天
“放入冰箱時”
放入兩層塑膠袋內、封口，可保存 1 個月。

不撒麻糬粉，直接用保鮮膜把麻糬包起來的保存方法更簡單！



清潔保養



為了不損傷氟素塗層……

- 盡快洗乾淨晾乾！
(不可在沒洗乾淨或沾有水的狀態下放置)
- 用柔軟的海綿清洗！
(不要使用去污粉、金屬刷、海棉的尼龍面、放在尼龍網內的海棉、餐具清洗乾燥機清洗)



麵包容器・葉片

清除剩餘的麵糰，
用水沖洗



- ① 在麵包容器內加入少量熱水。
(麵糰發脹後就容易清除)



- ② 用水清洗麵包容器和葉片。
● 安裝軸周圍不要殘留麵糰等。殘留的麵糰會損傷麵包容器的氟素塗層。



- ③ 將堆積在葉片處的麵糰用竹籤清除。



- 麵糰若黏附在安裝軸上，易造成葉片脫落，殘留於麵包中。

蓋

用擰乾的濕抹布擦拭

- 清洗過後，請確認酵母粉是否掉入孔中，造成開關閘堵塞。



生種酵母培養容器

用廚房專用洗滌劑(中性)
充分清洗後晾乾



- 若生種酵母殘留於容器內的話，細菌會繁殖腐爛，下次的生種酵母培養就會失敗
- 若發生腐爛情況時
 - ① 撒上稀釋過的廚房專用氯漂白劑。
 - ② 充分洗刷。

上蓋

取下、用水沖洗



酵母容器

用擰乾的濕抹布擦乾淨後自然晾乾。

- 用乾布擦的話，會產生靜電導致乾酵母粉無法脫落。



酵母容器不能用乾布擦拭！

產生的靜電會導致酵母粉無法脫落

葡萄乾·堅果容器

拆下後，用廚房的專用洗滌劑（中性）用水沖洗



- 向上拉。



- 用手指壓，打開關板。
- 不要留下油脂。



本體

用擰乾的濕抹布擦拭

- 清除掉散落在庫內的配料等。



麵包形狀異常！

麵包
(膨脹程度)

發生以下情況時

膨脹不足



大小標準 (1.5斤)
(吐司、軟吐司的情況下)



(快速吐司、全麥吐司^{※1}、
丹麥麵包、天然酵母吐
司的情況下)



※1 調配 50% 的全麥麵粉
(法國吐司的情況下)



(全麥麵粉^{※2} 波蘿麵包)
的情況下



※2 調配 100% 的全麥麵粉

過度膨脹



大小標準 (1.5斤)



請確認以下內容

- 受溫度、濕度、材料、預約時間等條件的影響，麵包的形狀和膨鬆度都會發生變化。
- 是否放入太多葡萄乾之類的配料？
- 是否室溫過高？(室溫過高，則形狀會變差)
→請將麵粉等材料放入冰箱冷藏保存。

麵粉

- 是否用秤稱重了？(不可使用附帶的計量杯)
- 是否使用了蛋白質含量未達到 12 ~ 15 % 的麵粉？(P. 48)
- 使用了高筋麵粉嗎？
- 是否使用了陳舊麵粉？
<丹麥麵包、法國吐司……>
- 是不是弄錯了高筋麵粉和低筋麵粉的比例？

水

- 是否太少？
<快速、法國吐司、全麥吐司、波蘿麵包……>
- 使用的都是約 5 °C 的冷水嗎？
<室溫超過 25 °C 時……>
- 是否使用約 5 °C 的冷水？

砂糖

- 是否太少呢？

酵母粉

- <天然酵母吐司外……>
- 是否使用了不需預備發酵的酵母？
- 是否放進了酵母容器？
- 是否太少？
- 是否放在冰箱中保存？(P. 12)
- 是否使用了已經過期的酵母嗎？

天然酵母

- <天然酵母吐司……>
- 生種酵母是混合後才稱量的嗎？
- 放入麵包容器內了嗎？
- 是否太少？

麵粉

- 是否太多？
- 是否使用了麵包的專用麵粉？(P. 48)

水

- 是否太多呢？

酵母粉 生種酵母

- 是否太多呢？
→按照指定份量操作卻出現過度膨脹時，請嘗試將酵母粉、生種酵母或者砂糖減少 1/4 ~ 1/2 的量。
- 在海拔超過 1,000 m 的地區，有時會出現過度膨脹的現象。

手工製作麵包真難把握。
做出的形狀都不一樣……



出現以下情況時

請確認以下內容

麵包 (形狀)

完全沒發起來

(整個白色，呈丸子狀)



酵母粉 天然酵母

- 是否忘記放入酵母粉和生種酵母了呢？
- 是否使用了保存不好、超過保質期或使用期限的酵母？
- 是否忘記安裝麵包葉片了？
- 中途是否出現了停電情況？

每次做出的形狀 和膨脹程度都不 同

● 由於以下原因，手工製作的麵包在形狀和膨脹程度上都會發生變化！

- | | |
|----------|--|
| 室溫 | <ul style="list-style-type: none"> · 夏季等室溫高時 · 製作過程中室溫發生變化時（如中途關掉空調等） |
| 材料的種類、性質 | <ul style="list-style-type: none"> · 使用了蛋白質含量較少的麵粉烘培時 · 使用了保存不善、超過保質期的酵母粉時 |

底部發黏，側 面凹陷



- 是否將烘培好的麵包迅速從麵包容器內取出，放在網上散熱呢？
- 室溫過高時，將水的份量減少 10 ml 會有效果。

上部凹陷 (外皮烤焦) 上部平坦， 呈四方形



- 麵粉是否太少？
- 水是否太多？
- <全麥吐司……>
- 當全麥麵粉的比例過多或麵粉的種類不同時易發生此種情況。

底部凹陷 大坑，直 立不起



- 留下了麵包葉片的形狀。
- 取出麵包時，是否觸到了麵包容器的底部呢？（葉片轉動會弄壞麵包）



周圍殘留有麵粉

- 麵粉是否太多？
- 水是否太少？

(丹麥麵包的) 底部有油積存， 麵包皮油膩膩的， 出現了奶油斑

- 是否用了切成 1 cm 塊狀的冷凍後的奶油？
- 是否在蜂鳴器響起來的 10 分鐘內放入奶油？
- 是否將奶油拆開，一塊塊地放進去？

吐司不能烘培出自 己希望顏色

- 改變烤色 (P.18)，或增減砂糖的用量來調節。
減少砂糖的份量，則烤色會變淡，增加則烤色會變深。

麵包外皮硬

- 等外皮冷卻到人體肌膚溫度後，放入塑膠袋，則會變軟。

烘培1斤的話， 麵包的形狀和顏 色的效果不好

- 本台製麵包機是 1.5 斤型。(1 斤法國麵包專用) 若以 1 斤的份量烘培法國吐司以外的其它麵包的話，會出現表面凹凸不平的現象，烘培效果不好。由於麵包顏色會變深，故建議將烤色設定為“淡”或“標準”。

麵包形狀異常！

麵包形狀異常！

出現以下情況時

感覺不到法國吐司
剛烤好時的熱氣騰騰

丹麥麵包的鬆脆口
感不明顯

成形、發酵的麵
糰發黏

做不好可頌

波蘿麵包的麵皮
裂開

波蘿麵包的麵皮麵
糰軟綿綿的，直立
不起來

波蘿麵包的麵皮麵
糰偏向一邊

波蘿麵包的麵皮麵
糰不在表面

波蘿麵包的麵皮麵
糰從麵包容器中溢
出來

請確認以下內容

●因為法國吐司在高溫的狀態下不易取出，所以在烘培完成前將溫度稍稍調低。

●將麵包切成片後烤一下，鬆脆的口感將會好的多。

●發酵時間太長，則麵糰會垮拉下來，就會變得發黏。雖然不同種類的麵包的發酵時間不同，但一般的辨別方法是用手指頭輕輕按一下膨脹的麵糰的側面，如果慢慢彈起來，就說明發酵完了。

●若捲進去的奶油融化就不能形成層次感。請將麵糰放入冰箱充分冷卻後再捲入奶油。
※ 特別是在室溫高時，奶油容易融化，需要延長冷卻時間。



●充分攪拌了麵皮麵糰了嗎？
●是在光滑的狀態下揉的麵皮麵糰嗎？
●是否想把麵皮麵糰強行捲進麵包麵糰呢？
※ 僅將麵皮麵糰放在麵包麵糰上。
(輕輕按壓使之貼緊後則形狀會保持得很好。)
●格子圖案是否刻太深？

●在軟化奶油時，奶油融化，麵糰就會含有很多液體
※ 若奶油融化的話，即使將麵糰冷藏後，也會軟綿綿的，很容易被撕碎。

●是否將麵包麵糰重新放在中央位置了呢？

●麵皮麵糰是否過度冷卻，使之變硬？
※ 根據“作業 10 分鐘後”的顯示，將麵皮麵糰從冰箱中取出，用擀麵棒擀薄。麵皮麵糰達到柔軟且可以彎曲的程度較好。

●放麵皮麵糰時，是否輕輕按過周圍？
※ 如果將麵皮麵糰按太大力，則烘培時麵皮麵糰的表面就會裂開。

出現以下情況時	請確認以下內容
蛋糕 膨脹不足	<ul style="list-style-type: none"> ●材料的份量是否正確？ ●放入了泡打粉了嗎？ ●是否將低筋麵粉和泡打粉篩過再放進去呢？
上部殘留了奶油	<ul style="list-style-type: none"> ●是否將奶油切成 1 cm 的塊狀呢？ ●是否將奶油放置於常溫狀態下？ ●是否按順序放入材料？
四周沾有麵粉	<ul style="list-style-type: none"> ●清除麵粉了嗎？ ●是否按順序放入材料的嗎？
作出的蛋糕與預想的不一樣	<ul style="list-style-type: none"> ●利用“蛋糕”選項烘培出來的蛋糕與奶油蛋糕相似，但達不到市場出售的西式蛋糕的烘烤程度。
烏龍麵・義大利麵 沒有變成麵糰	<ul style="list-style-type: none"> ●是否沒有安裝麵包葉片而錯當麵包葉片呢？ ●麵粉是否太少？ ●是否充分攪拌麵粉後才放入麵包容器內？ ●水分是否太多呢？ ●做麵條時，用的是溫水嗎？
麵糰黏在手上，無法成形	<ul style="list-style-type: none"> ●麵粉是否太少？ ●撒地瓜粉了嗎？ ●水份是否太多了呢？
麵黏在一起	<ul style="list-style-type: none"> ●切成麵條狀後放置的時間是否太長？ ●充分撒入地瓜粉了嗎？
麻糬 做好的麻糬上沾有糯米	<ul style="list-style-type: none"> ●糯米是否太多？ ●水是否太少？ ●瀝乾糯米水份時，是否糯米乾燥的過頭呢？ （直接被空調風吹等） ●是否夾雜了粳米？ ●是否使用了陳米？

常見問題

可以使用專用的麵包麵粉製作嗎？

麵包

是可以製作，但要注意調節水量。當麵包出現過度膨脹時，麵包上方會出現空洞，請將水量減少 5 ~ 10 %。

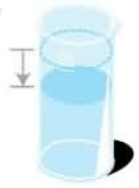
烏龍麵（中筋麵粉）

麵糰太硬的話可加入 10 ml 的水，如麵糰太軟的話可減少 10 ml 的水。

可以用其他材料代替奶油和奶粉嗎？

可以。請使用相同份量的人造奶油、起酥油等固體油脂來代替奶油。奶粉（1 大勺），相當於 100 ml 的牛奶。

●使用牛奶時，請減少牛奶份量的水份。



可以按照市場銷售的烹飪書中的份量嗎？

本說明書中的份量是配給本款製麵包機的情況制訂的，若使用其他份量來烘培的話，可能會烘培不佳。

如果要做的話，請按照以下方法嘗試。（僅限麵包）

- ①使用製作麵糰的功能。
- ②若使用 300 ~ 400 g 的麵粉，則液體（水，蛋等）按麵粉用量的 60 ~ 65 % 的比例進行調配。



可以做半斤的麵包嗎？

雖然材料可以取一半，但“攪拌”和“排氣”的力度都很難把握，無法與製麵包機的烘培相配合，所以不能做。

可以用自己做的天然酵母嗎？

因為發酵能力時常不穩定，所以不好做。



天然酵母的元種酵母和生種酵母如何保存？

天然酵母的元種酵母 (P. 9)

不耐高溫，充分封後放入冰箱內保存。

●請在保質期前使用。

生種酵母 (P. 35)

放入天然酵母容器中蓋上蓋子，放進冰箱內冷藏保存。

●請在一週內用完。

在冷凍、常溫下
(發酵能力失效)



如何保存酵母粉？

請放入冰箱保存。(開封後必須密封)
●請在保質期前使用。

麵包混合裝也可以使用“天然酵母”的選項嗎？

可以使用吐司混合裝，甜吐司混合裝。
→可在1袋1.5斤的麵包混合裝中加入生種酵母粉(大2)和水(250 ml)代替酵母粉



丹麥麵包的“冷凍奶油”不冷凍可以用嗎？

若使用未冷凍的奶油，放進麵包容器後的奶油會馬上融化，就做不成丹麥麵包。請使用切成1cm小塊且冷凍了超過一晚的奶油。

已經冷凍的波蘿麵包的麵皮麵糰可以用嗎？

可以使用。
必須事前的自然解凍。請注意，放在麵包麵糰上時不能太硬。

使用什麼打底粉比較好？

建議使用澱粉。
另外，也可使用玉米粉或麵粉等。

在水裡泡了一晚的糯米還能用嗎？

雖然可以使用，但做出的麻糬會太軟，因此一般不建議使用。請減少糯米吸收的那部份水的份量(3合：100 ml、4合：150 ml、5合：200 ml)。

吐司可以烘培成角形嗎？

烘培出來的麵包由於烘培時麵糰會向上膨脹擴張，形成(“鍋底”)狀的山形。



失敗的麵糰還可以再用嗎？

◎仍為麵糰狀態，未被烘烤時

……等

可以用來做甜甜圈或披薩等食品。
請確認是停止在下列的哪種狀態後，再按照之後的做法進行操作。

使用酵母粉的選項

- 酵母粉殘留在酵母容器內時
 - 調到“麵糰”功能重新開始製作麵糰，做成甜甜圈(P.29)或披薩(P.31)!
- 酵母容器內沒有殘留酵母粉時
 - 取出麵糰，做成甜甜圈(P.29)或披薩(P.31)

使用天然酵母的選項

- 取出麵糰後做成甜甜圈(P.29)!



常見問題

如何切好麵包？

烘培結束後馬上切會比較困難，稍稍放一會後再切。

- 把麵包平放後，按前後抽動麵包刀來切麵包。



吐司與麵糰可以冷凍保存嗎？

吐司

切成薄片，每片用保鮮膜包起來冷凍。

盡可能將剛烤好的麵包冷凍起來，味道會更好。

- 保持麵包美味的冷凍期間大約為2個月時間。



牛角麵包

將成形、發酵好的麵包擺放在碟子上，覆上保鮮膜冷凍，凍好後再放入塑膠袋中保存。

烘烤時，在30～35℃下解凍後，塗上蛋液(打散的雞蛋)烘烤。

- 著急的話，直接在未解凍狀態下塗上蛋液，烘烤時間延長約5分鐘。



披薩

將擀好的麵糰用保鮮膜包起來冷凍。

烘烤時，直接拿出來放上配料烘烤。



使用天然酵母和酵母粉做出來的吐司感覺有些不一樣？

天然酵母具有以下特徵。

- 高度稍矮，顏色較深。

- 獨特的口味。

麵包皮散發出牡蠣醬油似的香氣，具有微微的酸味和甜味。

- 麵糰的紋路稍稍粗一些。

- 吃起來有嚼勁。

烘烤時還會散發出“類似優酪乳的發酵氣味”。

與市場出售的乾燥麵食相比，口感不太一樣？

與乾義大利麵的製作方法不同，因此在外形、麵條的柔軟度、彈性上都有所差異。

怎麼也切不好麵條？

請正確稱量，並在麵糰上撒上足夠的地瓜粉。

“做失敗！” 怎麼辦……

忘記放入材料就開始了！

生種酵母以外的材料可在下列時間內放入。
但由於最初“攪拌”時材料沒有充分混合，麵包有時也會做失敗。

忘放的材料	可以重新放入的時間
奶油 砂糖 奶粉 鹽	<p>“酵母粉” 選項 在酵母粉沒放入麵糰之前，放入麵包容器。</p> <ul style="list-style-type: none"> · “披薩麵糰” ……………1 分鐘以內 · “丹麥麵包” ……………5 分鐘以內 · 其他功能……………15 分鐘以內 <p>● 盡可能弧度小地打開蓋，避免酵母粉灑落。</p> <p>“天然酵母” 選項 在 10 分鐘以內放入麵包容器以保證在最初的攪拌中能被攪拌。</p>
酵母粉	<p>在酵母粉未放入之前放入酵母容器。</p> <ul style="list-style-type: none"> · “披薩麵糰” ……………1 分鐘以內 · “丹麥麵包” ……………5 分鐘以內 · 其他選項……………15 分鐘以內

在選擇選項和功能表時，誤起動“葡萄乾”和“烤色”的功能！

若是剛剛開始，可以重新操作。請長按“取消”鍵中止操作，選擇正確的選項、功能*及烤色後重新開始。
※ 請不要變更為“軟吐司”功能。(因為製作條件不同)

安裝了錯誤的葉片起動了！

請長按“取消”鍵停止操作，重新安裝正確的葉片後再開始。
(不更換正確的葉片則葉片可能會停止轉動。)

拔掉了電源插頭！

即使拔掉電源插頭，在 10 分鐘內插回去，仍可以恢復。
※ 請不要按“開始”鍵。

中途錯按了“取消”鍵！


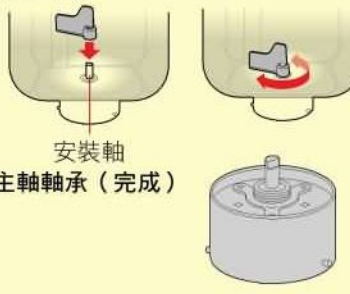
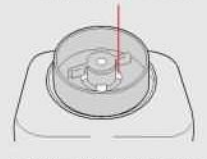
10 分鐘內按下“開始”鍵就會恢復。
※ 但只有一次機會。按其他鍵無效。

■失敗的麵糰可以再做成披薩或甜甜圈 (P. 29、49)

是否故障呢？


首先請檢查以下內容，如果仍然有異常時，請立即聯繫購買本產品的銷售商店或 Panasonic 服務站。

發生以下情況時	原因	修理方法
無法進行按鍵操作	● 是否拔掉了電源插頭？	插上電源插頭。
按了開始鍵也不運轉（沒有攪拌）	● “軟吐司” 功能是從“醒麵” 開始，一開始不運轉。	
酵母粉沒有落下	● 酵母粉自動放入的時間因選擇不同功能和室溫等條件不同而有差異。 · “軟吐司” 功能，酵母粉分 2 次自動放入。	
	● 酵母容器沾水或帶有靜電。	用擰乾的濕抹布擦拭，自然晾乾。
	● 酵母粉是否濕了？	更換使用新的酵母粉。
中途運轉停止（顯示現在的時間）	● 運轉中，若出現 10 分鐘以上的停電，則會停止運轉。	若是在麵糰狀態下停止，麵糰可以再利用。(P. 49)
無法調整到想要預約的時間	● 是否調整的時間是無法預約的時間呢？ 不同功能下，烘烤結束所需的時間也不同。	請在下列範圍內調整時間。 現在時間的 ● “吐司” 4 小時 30 分鐘～ 13 小時 ● “軟吐司” 5 小時 10 分鐘～ 13 小時 ● “法國吐司” 7 小時 10 分鐘～ 13 小時 ● “全麥吐司” 5 小時 20 分鐘～ 13 小時 ● “天然酵母吐司” 7 小時 10 分鐘～ 10 小時
已經預約了，但沒馬上開始攪拌。	● 只有在使用酵母粉的“吐司”、“法國吐司”、“全麥吐司” 功能下，預約開始後，最初的“攪拌” 會馬上進行。(P. 15)	
正在使用或預約時，發出聲音	發出以下聲音並不是異常現象。 ● 在做麻糬、或在麵糰的“攪拌” 或“排氣” 時 · “嗶嗶” “啪嗒啪嗒” ……攪拌麵糰的聲音 · “咣咣” ……………馬達運轉的聲音 · “咯恰咯恰” ……………做麻糬的聲音 ● 酵母粉或葡萄乾、堅果容器的材料放入麵包容器時 · “嘎嗶嘎嗶” ……開關、閉合板的聲音	
葉片咯嗒咯嗒響	● 由於在葉片和主軸之間有縫隙。(在前端 3 cm 左右能夠活動)	
中途轉動停止（葉片不轉了）	● 材料過多，或葉片被堅硬材料卡住，造成馬達負擔過重，則保護裝置開始運作，中途就會停止轉動。(即使操作完成，也是粉狀，未烘烤好) ※ 請聯繫購買的商店進行維修。	

發生以下情況時	原因	修理方法
現在時間顯示變淡、消失	<ul style="list-style-type: none"> ● 鋰電池的壽命（約 2 年）到了（或已鋰電池用完）。 ※ 在更換電池前，插上電源還可以使用。但要安上電池座。（防止異物進入） ※ 使用定時功能時，都要調整為現在時間。 	<p>拆下電池更換。(P. 7)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 必須在插著電源的狀態下進行。 <p>電池——電池座</p>  <ul style="list-style-type: none"> ※ 左手固定電池，將電池座前後轉動卸下。 <p>硬幣型鋰電池 型號：CR2354</p>
仍然是粉狀，無法烘烤	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否忘記安裝葉片了？ ● 麵包容器內部葉片的安裝軸是否太緊無法轉動 	<p>安裝好葉片。(P. 16)</p> <p>安裝了葉片但葉片的安裝軸不轉動時，要更換主軸的軸承。 (請與購買的商店或 Panasonic 服務站聯系)</p>  <p>安裝軸 主軸軸承（完成）</p>
麵包容器底部漏出麵糰	<ul style="list-style-type: none"> ● 隨著使用的進行，麵包容器的排出口會排出少量麵糰。(為了不妨礙轉動，進入到轉動部位的麵糰被排出)，這並不是異常，但請確認葉片安裝軸是否處於轉動狀態。  <p>排出口（4 處） (麵包容器的底部)</p>	
麵包容器底部變黑	<ul style="list-style-type: none"> ● 麵包容器底部會因攪拌摩擦而變黑。當變黑時，請用濕抹布擦拭。 	

● 開始使用時，會冒煙、散發出氣味，隨著使用的進行就逐漸消失了。這並不影響使用。

有下列情況時...

<p>停電 顯示時</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 表示在使用中出現了約 10 分鐘的停電情況。來電後會自動進行運轉。(有時會做出不良麵包) ● 使用中即使拔掉電源，插入時也會顯示。 	
<p>USD 顯示時</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 表示由於連續使用，機器內處於高溫狀態 (40 °C 以上)。 	<p>打開蓋，讓庫內充分冷卻。 (烘烤結束後冷卻 1 小時)</p>
<p>H01 · H02 顯示時</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 表示控制板發生故障。 ※ 請聯繫購買的商店進行維修。 	
<p> 顯示時</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 表示電源插頭處於拔出狀態。非異常現象。 	

規格

規格

電源		交流 110V ~ 60 Hz	防止溫度過昇裝置		溫度保險絲
額定消耗電 功率	加熱器	550 W	大小(約)	寬度	28.2 cm
	馬達	113 W (60 Hz)		深度	32.5 cm
製品重量(約)		6.9 kg		高度	36.7 cm
			電源線長度	1.0 m	

- 只插上電源插頭時的消耗功率約為 0.95W。
- 本產品為台灣專用而設計的。在電源電壓以及電源頻率有所不同的其他國家不能使用。而且，也不能提供售後服務。

	使用酵母粉的選項	使用天然酵母的選項	烏麵·軟糰	蛋糕	麻糬
容量	吐司 快速吐司 丹麥麵包 全麥吐司 麵粉 400-280g	吐司—麵粉 300 ~ 400 g	麵粉 460 g	麵粉 240 g	糯米 420 ~ 700 g
	軟吐司—麵粉 380 g	麵包麵糰—麵粉 300 ~ 400 g			
	法國吐司—麵粉 280 g				
	波蘿麵包—麵粉 250 g				
	麵包麵糰 披薩麵糰 麵粉 400-280g	生種酵母培養—天然酵母粉 30 ~ 50 g 天然酵母(元種)			
預約定時	吐司 軟吐司 法國吐司 全麥吐司 13 小時後	吐司—可預約 10 個小時	—	—	—
其它選項不能使用預約定時功能。					

愛心點檢

對您長期使用的全自動製麵包機進行點檢。



是否出現以下情況

- 電源插頭或電源線異常發熱。
- 電源線出現受損或者接觸不良情況
- 機體出現變形或異常發熱。
- 使用中發出異常聲響。

請停止使用

出現這些情況時，為避免事故發生，請停止使用本機，從插座上拔下電源插頭後，與銷售商店或 Panasonic 服務站聯系修理。

便利貼

為了方便您的記憶，請記下

購買日期

年 月 日

購買商店名稱

型 號

SD-BM152



☆ 售 後 服 務 據 點 一 覽 表 ☆

直屬服務站

站別	電 話	地 址	站別	電 話	地 址
宜蘭	(03)9380004	宜蘭市校舍路 85 號	台中	(04)24720117	台中市南屯區大墩路 280 號
花蓮	(03)8323841	花蓮市國聯二路 153 號	豐原	(04)25266091	台中市豐原區圓環東路 487 號
台東	(089)323184	台東市傳廣路 184 號	彰化	(04)7266511	彰化市建國北路 208 號
基隆	(02)24292958	基隆市安樂路 1 段 272 號	草屯	(049)2351291	草屯鎮太平路 1 段 300 號
松山	(02)27457390	台北市塔悠路 233 號	虎尾	(05)6323428	虎尾鎮中正路 214 號
士林	(02)28850435	台北市承德路 4 段 22 號	嘉義	(05)2852710	嘉義市四維路 70 號
古亭	(02)23091008	台北市三元街 229 號	新營	(06)6322970	台南市新營區長榮路 1 段 339 號
金門	(082)324963	金門縣金城鎮民族路 231 號	台南	(06)2228681	台南市福吉路 6 號
中和	(02)82267500	新北市中和區建六路 57 號	澎湖	(06)9273051	馬公市中華路 377 號
三重	(02)22802579	新北市三重區永福街 37 號	高雄	(07)5559839	高雄市鼓山區馬卡道路 322 號
桃園	(03)3014782	桃園市國際路二段 629 號	岡山	(07)6262868	高雄市岡山區中山南路 75 號
新竹	(03)5259817	新竹市磐石里和平路 152 號	屏東	(08)7352212	屏東市廣東路 429 號
苗栗	(037)267132	苗栗市中正路 46 號			

★台北北區(松山)：松山、信義、南港、內湖、大同、中山、士林、北投、淡水、三芝、汐止
 ★台北南區(古亭)：中正、大安、文山、萬華、新店、深坑、石碇、坪林、烏來
 ★新 北 市(中和)：三峽、樹林、土城、板橋、中和、永和、三重、新莊、五股、泰山、林口、蘆洲、八里

顧客商談中心專線：0800-098800
 網 址：panasonic.com.tw

★注意事項★

服務站因遷移而變更地址或電話號碼時，恕不另行通知，請於每次要求服務時，先確認是否為敝公司直屬服務站，若有收取費用時，請索取敝公司服務站發票。

生產地區：中國
 製造商：廈門建松電器有限公司
 進口商：台灣松下電器股份有限公司
 地 址：新北市中和區員山路579號
 電 話：(02)2223-5121
 © Panasonic Taiwan Co., Ltd. 2008-2010

