

TETSUNO

TETSUNO MONTHLY
JULY 2026 ISSUE

月夜にほどける、



小豆と塩卵黄の余韻



CONTENTS

04

課程回顧

第8期台灣烏越班烏越製粉麵包學塾

06

名店走訪

日暮里Think麵包店

08

紅豆奶油控激推！

必吃紅豆奶油夾心三明治8選

12

商品介紹

節日系列

第8期 台灣烏越班

鳥越製粉麵包學塾

烘焙基礎理論開店實用短期班

在烘焙的世界裡，技術可以學習，但穩定與判斷，來自於扎實的基礎。

台灣烏越製粉麵包學塾

BASIC THEORY & PRACTICE

烘焙基礎理論開店實用短期班

自開辦以來，已陪伴眾多學員建立完整的烘焙思維與實務能力。今年已進入第8期，持續以系統化的理論架構，結合現場實務經驗，幫助每一位學員重新理解基礎、提升技術判斷，穩穩走向下一階段的烘焙目標。

1 仕事考え方

課程開始前，松本老師先與大家分享了仕事考え方(烘焙工作中重要的思考方式)

學習技術不只是理解與記憶，更重要的是要有行動力，勇於實際嘗試，不害怕失敗。每一次的挑戰與修正，都是讓技術更加扎實的過程。

2 基礎製程與材料理解

理解攪拌、發酵、分割、鬆弛、成形、最後發酵到烘烤等每一個步驟，如何影響成品的組織、體積與口感。除了製程的掌握，課程中也深入探討小麥粉、酵母、鹽與水等基礎食材的角色，從小麥粉的精確選用、酵母的靈活運用、鹽的巧妙調配到水分的精準控制，讓學員重新認識看似簡單卻極為關鍵的材料。

唯有理解每一項材料與工程之間的關係，才能在配方變化中做出更準確的判斷，進而創造出屬於店家風格的獨一無二麵包。

基礎製成觀察



① 攪拌



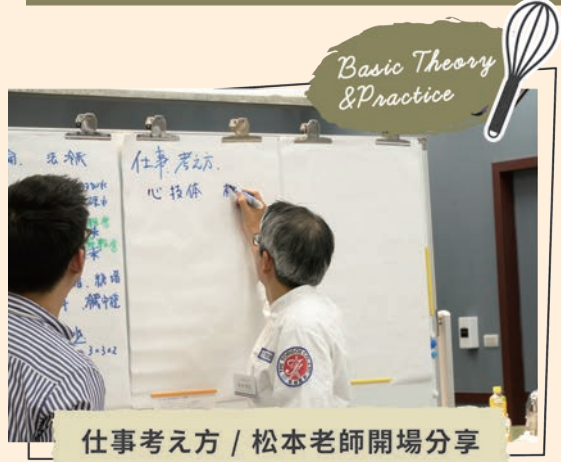
② 發酵、分割



③ 鬆弛、成形



④ 烘焙



仕事考え方 / 松本老師開場分享

3 吐司課程比較

在吐司課程中，則進一步透過不同比容積與小麥粉特性的比較，帶領學員觀察吐司在香氣、斷口性、化口性與保濕性上的變化。

比容積的設定不只影響吐司的外觀高度，也會改變內部組織、口感輕重與入口後的感受。透過實際品評，大家能更清楚思考不同吐司的商品定位，例如適合製作三明治、適合直接品嚐，或是適合大量生產的穩定型產品。

從這樣的比較中，也能看見一款吐司背後所包含的配方設計、製程控制與原料選擇的重要性。

4 可頌麵團的層次與結構

從「延壓方式的層次差異」與「攪拌程度的控制」兩個細節出發，深入討論可頌麵團在製作過程中的結構變化。

隨著油脂經過多次延壓，麵團與油脂之間的厚薄、延展狀態與溫度控制，都會影響烘焙後的層次表現。

為什麼有時候做出來的可頌層次不明顯？為什麼外觀看起來相似，切開後的蜂巢組織卻完全不同？

每一次延壓、每一次折疊、每一次等待，都是在累積成品的穩定度與風味。



不同比容積比較



吐司切面比較



可頌麵團



烘烤出爐



可頌切面蜂巢組織比較

結語

對烘焙人而言，真正的成長往往來自於對基礎的再次理解。從材料特性、製程控制到烘烤判斷，每一個看似熟悉的步驟，都是影響成品品質的關鍵。期許學員們將這5天的學習帶回現場，轉化為穩定技術與創造作品的力量。



人氣麵包店Think徹底解剖

於2023年4月1日開幕的Think自開幕以來幾乎每天都售罄，讓我們來看一下它有什麼魅力吧！

「每一份製作都始於一份心意」

從JR日暮里下車後，直接穿越谷中墓地約10分鐘，即可看到1938年建造的3間老房子，而Think就位於其中的2號棟。

這是一間在歐洲相當常見的「Boulangerie Pâtisserie」型態店舖，同時販售麵包與甜點。

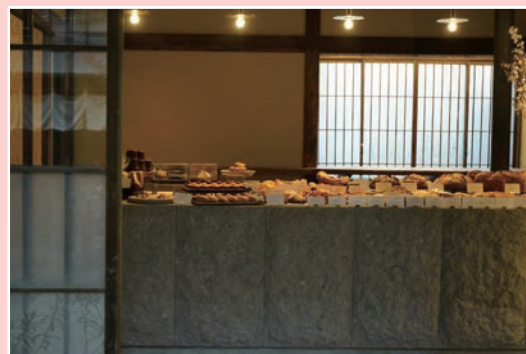
擺放麵包的檯面使用栃木縣「芦野石」打造，特別加工出凹凸不平的質感，重達約1噸，存在感十足。店內的日式拉門也委託京都職人以版畫方式製作，細緻紋理營造出低調而高雅的氛圍。整體空間既懷舊又新穎，帶有獨特魅力。

麵包由鈴木主廚負責，甜點則由仲村主廚掌舵。兩位皆曾於名店與飯店累積豐富經驗，這次因緣分再次攜手，展開全新的挑戰。

▲ 以上內文參考 | <https://www.ufu-sweets.jp/bread/230520think/>



穿越谷中墓地10分鐘即可抵達。



極具特色與存在感的檯面。

實際走訪 Think Walkthrough

於平日下午走訪時，店外依然排隊人潮不斷。店內一次僅開放4位顧客入內選購，大家也都十分有秩序地依序等候，從這樣的細節中，也能感受到店舖受到喜愛的程度。



於平日下午走訪時，店外依然排隊人潮不斷。

店內一次僅開放4位顧客入內選購，大家也都十分有秩序地依序等候，從這樣的細節中，也能感受到店舖受到喜愛的程度。

【Milk Baguette】

外皮帶有法式麵包特有的輕脆口感，內裡濕潤柔軟，搭配香甜濃郁的乳香奶油，呈現外脆內柔、甜而不膩的平衡風味。

這款是購買當天直接品嚐，內餡甜度恰到好處，乳香溫和不厚重；

麵包體柔軟中仍保有一點嚼勁，讓整體吃起來簡單卻不單調。也正因為是這樣基礎的組合，更能感受到 Think 在麵包體口感與內餡平衡上的細節。

【Gorgonzola & Walnut Bread】

實際品嚐時，最讓我印象深刻的是它的麵包口感。購買隔天才食用，即使沒有回烤，直接吃也不會乾硬，反而保有紮實的嚼勁。



隨著咀嚼，核桃香氣與麵包本身的風味慢慢展開，藍紋乳酪的鹹香也讓整體更加耐吃。不是一入口就結束的麵包，而是越吃越能感受到層次的一款。

【巧克力費南雪】

這款也是購買後隔天品嚐的點心，即使不是當天食用，口感依然濕潤好入口，沒有乾硬感。奶油、杏仁與可可的香氣在咀嚼間慢慢散開，搭配表面可可碎帶來的微苦與酥脆，讓小巧的點心也有完整的風味。

這次於日暮里Think的走訪，不只是品嚐幾款麵包與甜點，更像是一場關於觀察與學習的小旅行。這些所見所學未必能立即套用，卻能在經過思考與轉化後，也將成為回到自身崗位時的重要養分。

Red Bean & Butter 紅豆奶油控激推！ 必吃紅豆奶油夾心三明治8選

「紅豆奶油三明治」是由紅豆餡、奶油與麵包三大元素所構成的經典組合。

紅豆餡的溫潤甜味、奶油的濃郁香氣，以及麵包本身的風味與口感，彼此交織出簡單卻耐人尋味的美味。

本次特別邀請至今已品嚐過約1500款紅豆奶油產品、對紅豆奶油三明治有深入研究的美食家うさもぐさん，一同為大家介紹多款值得推薦的紅豆奶油三明治。



うさもぐさん

1 GREEN THUMB 涉谷店 以溫和的無鹽奶油串起整體風味

人氣NO1的紅豆奶油—346円
薄度僅有4mm也很有存在感！

使用北海道產紅豆「北口マン」，花費2天時間細心熬煮成帶有顆粒感的紅豆餡，並搭配同樣來自北海道的無鹽奶油。入口瞬間，所有食材的風味自然融合為一體。Q彈濕潤的麵包、濃郁醇厚的紅豆餡，再由溫和滑順的奶油包覆其中，展現出層次豐富卻和諧的迷人口感。

📍 東京都渋谷区桜丘町28-9



2 Boulangerie S.Igarashi

被發酵奶油那帶有罪惡感的香氣一擊命中



北之紅豆奶油三明治561円
夏天清爽冬天濃厚，隨季節變換的紅豆奶油風味

「先是奶油壓倒性的風味在口中展開，隨後紅豆餡與麵包的旨味接連湧現。每一項食材本身的完成度都很高，整體平衡也相當絕妙。」

顆粒分明的紅豆餡，搭配經發酵後香氣與濃郁度更加提升的奶油。麵包雖屬於硬質系，卻因高含水製法而帶有柔韌 Q 彈的口感，讓紅豆、奶油與麵包三者交織出層次鮮明的美味。

📍 東京都江東区木場3-8-10

3 BAKEHOUSE Yellowknife

顆粒紅豆餡的口感與甜味成為主角

紅豆奶油吐司—302円
每一口都能感受到顆粒紅豆餡的存在感與溫潤甜味。

為了保留紅豆原本的風味、口感與香氣，紅豆餡採用較短時間熬煮，並控制砂糖用量，呈現清爽不膩的甜味。「甜度適中、清爽水潤的顆粒紅豆餡，搭配厚切有鹽奶油的醇厚風味，兩者風味非常契合。」

店內每日提供 5~7 種不同麵包款式，依當天品項而有所變化。うさもぐさん特別推薦搭配吐司品嚐，更能感受紅豆餡與奶油交織出的單純卻迷人的美味。

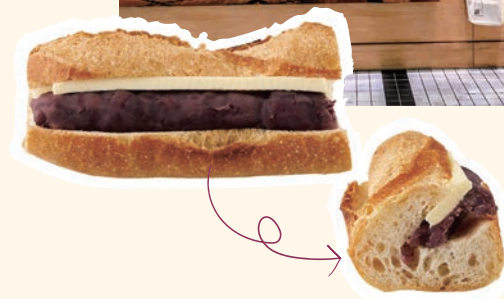
📍 埼玉縣さいたま市蒲和区仲町3-3-11



夾入吐司中的紅豆顆粒，
總數竟多達340顆！

4 THIERRY MARX LA BOULANGERIE.

有鹽奶油帶出的甜鹹魅力



紅豆奶油法國378円
使用法國產小麥與水製成的法棍，香氣與內餡食材搭配得恰到好處。

「這是硬質系麵包中最經典的紅豆奶油組合。紅豆餡與奶油在風味、甜味與鹹味之間取得良好平衡，也很推薦作為第一次品嚐紅豆奶油三明治的入門選擇。」

以北海道產紅豆與砂糖製成的顆粒紅豆餡，風味輕盈清爽；搭配存在感鮮明的有鹽奶油，既能襯托紅豆餡的甜香，也帶出濃郁鹹香。最後夾入法棍之中，呈現出麥香、紅豆與奶油交織而成的經典滋味。

📍 東京都渋谷区渋谷2-24-12 渋谷スクランブルスクエアB2

5

TSUBAME PAN麵包

如牛奶般溫柔的奶油霜，入口輕盈不膩
紅豆奶油法國麵包 220円
 自家製奶油霜口感輕盈滑順。

加入砂糖與煉乳打發而成的奶油霜，讓乳香風味更加濃郁。

「酥脆的麵包體，搭配入口即化的奶油與紅豆餡，吃起來比外觀看起來更輕盈，不知不覺就完食！」平時使用的是細緻滑順的紅豆餡，僅週一限定販售小倉紅豆餡版本。

🏠 東京都町田市金森東3-22-9



6

ぱんや照光

紅豆餡存在感十足，厚實份量成為美味亮點



鹽麵包DE紅豆奶油 320円
 滿滿紅豆餡多到幾乎要把麵包撐開！

酥脆、帶有卡滋口感與香氣的鹽麵包，搭配後放上的奶油鹹香，以及十勝產紅豆製成的顆粒紅豆餡，交織成份量十足的重量級美味。
 「多到幾乎包不進麵包裡的紅豆餡，風味濃郁、令人驚艷。再次回烤後，奶油香氣更加突出，滋味更上一層。」

🏠 東京都世田谷区北烏山1-61-6サンメイ
 ト烏山1-B



あんことバターが織りなす、
 最高のハーモニー

本文網址來源 |
<https://hanako.tokyo/food/435014/#heading-1>

7

Mallorca二子玉川

奶油感強烈！麵包體與內餡交融，奶油香氣加倍放大

鹽可頌三明治 十勝產顆粒紅豆奶油 500円
 在麵團中捲入有鹽奶油，再夾入風味醇厚的發酵奶油。

「這是我吃過最酥脆的可頌！外層卡滋酥脆，咬下後奶油香氣多汁般溢出，為了不影響麵包酥脆爽快的口感，特別搭配柔軟滑順的顆粒紅豆餡，帶來令人有點罪惡卻停不下來的美味。」

岩鹽俐落的鹹味、甜度克制的顆粒紅豆餡，以及發酵奶油的香氣輕柔散開。

🏠 東京都世田谷区玉川1-14-1二子玉川
 ライズS.C.テラスマーケット2F



8

Ammonite Coffee Market 早稻田店

紅豆泥交融出的滑順奶油般口感



紅豆奶油三明治 550円
 使用的木下製餡「吟釀匠細緻紅豆餡」深受紅豆餡愛好者喜愛。

搭配連不擅長紅豆餡的店員都為之著迷的細緻紅豆餡，特別選用發酵奶油。奶油比例較高的鹽奶油麵包上，再塗上一層發酵奶油，讓麵包體本身也散發出奶油香氣。

「滑順的細緻紅豆餡與芳醇奶油交融，帶來一體感十足、入口即化的滋味。」

🏠 東京都新宿区馬場下町61-1 1F

紅豆餡的甜、奶油的香與麵包的口感，看似樸實，卻能因細節不同而呈現豐富變化。
 這8家店所展現的，不只是紅豆奶油的美味，更是職人對食材平衡與風味層次的細膩追求。



虎皮煙鮭貝果

貝果麵包體

材料	百分比%
鐵塔法印	70
幸香	20
上白糖	7
給宏德海鹽	1.6
新鮮酵母	2
P56柔軟酵素粉	0.5
全蛋	5
水	30
湯種	30
頂級甄選奶油	10

湯種

材料	百分比%
鐵塔法印	10
熱水	20

月見金沙烏豆燒

蛋糕體

材料	百分比%
S70蛋糕專用粉	100
P56柔軟酵素粉	0.5
三吉臻選頂級油脂	5
細砂糖	5
全蛋	45
玄米油	10
水	10
乳化劑	5

豆沙內餡

材料	百分比%
烏豆沙餡	25
金沙流心餡	5

月光般柔和的口感，
在口中輕輕化開



◆—— 阿德勒頂級貴族 ——◆

無鹽發酵奶油

❧ 紅豆奶油貝果 ❧



- 源自德國具規模與國際影響力的乳製品企業之一
- 頂級發酵技術：賦予濃郁的乳香與絲滑口感
- 純淨無鹽：保留奶油最天然、純粹的風味
- 經由核准工廠登記分切
- 口感滑順，操作化口性佳：烘焙、烹飪的最佳選擇！

