

生活中的小科学!



制作美味面包的原料!

粉

不同种类的面粉可以做成不同种类的面包。白面包用普通面粉，黑面包用全麦或杂粮面粉。但是，还有很多其他面粉可以选择!

水

要做出质地良好柔软光滑的面团，需要添加适量的水份。

酵母

酵母就像一种几乎看不见的细菌，称为微生物，它是活的! 酵母有助于发酵面团，使面团膨胀!

糖

糖可以作为酵母的食物。

盐

适量的盐能使面团有味道，而且有嚼劲。

气温

为了让面团发酵，温度不应太高或太低。面团比较喜欢室温。

发酵食品

当几乎看不见的细菌（微生物）与食物中的其他成分混合时，就会产生发酵食物。发酵食物对你的身体有好处! 你知道以下哪些食物是发酵食物吗?



- ☐ 面包
- ☐ 酸奶
- ☐ 奶酪
- ☐ 巧克力慕斯

- ☐ 披萨面团
- ☐ 香肠
- ☐ 焦糖

正确答案: 面包、酸奶、奶酪、披萨面团

你知道吗.....

- 你可以通过倾听面包的声音来判断面包什么时候做好了。用指关节轻敲面包的底部，如果听起来是空心的，那就烤好了!
- 有些类型的面包不含酵母。比如像墨西哥玉米饼或印度薄煎饼这样的扁平面包。

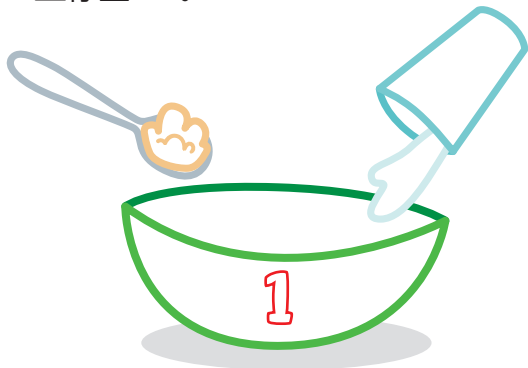




实验时间——酵母的魔力

在父母的帮助下，一起尝试这个有趣的实验！我们建议 6 岁以上的孩子参加此活动。

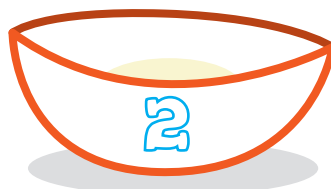
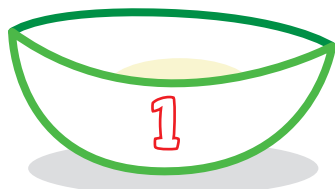
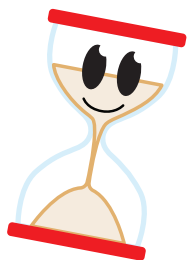
- 1** 拿两个碗。在第一个碗中，将 2 茶匙干速溶酵母与 220 克温水混合。给这个碗贴上标签 #1。



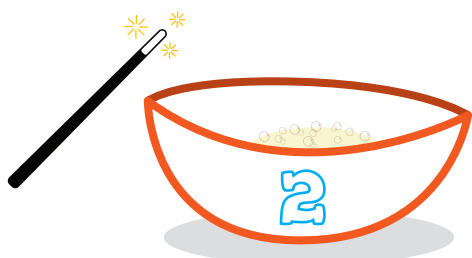
- 2** 在第二碗中，将 2 茶匙干速溶酵母与 220 克温水和 1 茶匙糖混合。给这个碗贴上标签 #2。



- 3** 让两个碗都静置 10 分钟。



- 4** 10 分钟后，看看两个碗，你会看到什么？你有没有注意到一个碗里气泡更多？这个碗里有糖，酵母正在发酵。



- 5** 在起泡更多的酵母混合物中慢慢加入 400 克面粉，用手搅拌。体会一下当你添加更多面粉时，面团的感觉有什么不一样呢？

