



这个模具 600 多人民币一个



制作巧克力克

甜甜圈情结解读

吃的是卖相

粉红色的圈儿最能吸引眼球，在一排甜甜圈里最显眼，它有个既柔美又野性的名字：“粉红风暴”，草莓和巧克力口味的结合。

各种色彩里，除了红色就数绿色最出挑，绿色的圈儿叫“绿色诱惑”，自然是绿茶口味，在这里，王小姐特别提到了这是“绿茶”而非“抹茶”，绿茶有着令人提神的香味。

而黑色的也有好几种，画了四道白色条纹的是奥利奥口味，即使都是巧克力也分了巧克力圈、香蕉巧克力、巧克力诺和巧克力克三种，黑色和任何颜色搭配都尽显端庄优雅。

乳白色的是白巧克力上撒了乳酪，白底

黑纹的是沾上花生酱的味特那，全白的是花生味的哥拿滋，金黄色的是涂上肉松的香辣柔丝，暗黄色的是加了招牌秘方的格蕾丝糖汁……23种口味 23种颜色，铺陈在陈列柜里或是拿几个放在盘子里，五彩缤纷。俗话说，秀色可餐，说的是美女，也说的是卖相。王小姐说，之后每个月会增加1到2种，一年后，花式品种会比现在翻一番，到那时，更多的色彩，也许会让人目不暇接。

“第一次来我都不知道什么颜色是什么口味，就看自己爱好咯，颜色好看先要。”拉拉边挑边说，估计大多数人都是抱着这样的心态来挑选圈儿的。

吃的是口味

在半透明的操作间，一位服务员忙着把一个面包圈往不同颜色的“酱料”里轻轻一蘸，一个甜甜圈才算是大功告成。这上面我们俗称的“酱料”的学名叫做“TOPPING”，即花式蘸酱。“我也是来了杭州之后才发现，杭州人不喜欢吃得太甜。”大苹果的店经理王雪说，“所以，相比在马来西亚，这里的TOPPING甜度稍微降低一些。”像巧克力味的甜甜圈就是降低了10%的甜度，而增加了苦味度，为的是回味更重。

咬一口绿茶口味的圈儿，果然有股清香，

再品一口卡布奇诺，都不是太甜。经理解释道，因为这种甜食吃多了可能会腻，所以在原本的甜甜圈上降低了糖分，在咖啡上也同样以清淡为主。

原以为只是个面包圈，却没想到咬上去很有韧性，松软，怪不得那么多人吃了还想吃，似乎有种欲罢不能的味道。经理带我们去了操作间，制作一个甜甜圈，里面用了18种配方的专业甜甜圈面粉，而为了每个圈圈的用料和形状标准化，光一个圈圈模子就要600多元人民币。

吃的是历史

如今吃的东西多了，除了口味人们还煞有介事地关注起了文化，如果一个东西既好吃又有历史那是最好不过的事了。甜甜圈那么火的原因可能也和这个有关。

大苹果来自马来西亚，“在东南亚，吃甜甜圈是家常便饭。”在马来西亚生活过一段时间的李经理告诉我们。

马来西亚一个叫咏咏焜的面包店主看到竞争日趋激烈的面包行业已经很难成就自己的事业，失意中想到了在美国大受欢迎的甜甜圈。他果断地关掉了自己经营多年的面包店，只身前往美国去了解甜甜圈的产品和市场，并毅然报名入读了世界有名的糕点学校，全身心地学习甜甜圈的制作生产。归国后一年，开创了自己的甜甜圈品牌，就是今天的大

苹果。如果要励志的角度来说，大苹果代表的是一种钻研和进取的精神。

而最早则是在上个世纪四十年代，美国有一位葛雷船长，他小时候非常爱吃妈妈亲手制作的炸面包，但有一天他发现炸面包的中央部分因油炸时间不足而还没完全熟，于是葛雷的母亲便将炸面包的中央部分挖除，重新油炸一次，发现炸面包的口味竟然更加美味，于是中空的炸面包——甜甜圈，便就此诞生。

由于甜甜圈是以高温热油来油炸，因此它好吃的秘诀便在于如何在短时间内让甜甜圈完全炸熟，而母亲充满机智的处理方式，充满了爱心。

美的 Midea 空调

快乐家宴

HAPPY FAMILY BANQUET

时尚新煮妇从《快乐家宴》起步

【名人厨房】— 科威之“四喜豆腐”

主持人科威带来《快乐家宴》的《名人厨房》做菜了！去年的“舞林门”着实让他火了一阵，大家都知道科威的舞技精湛，可还真不知道他的厨艺也是相当有水平。本期节目科威就带着他的“四喜豆腐”，让观众体会到做美食的乐趣。

主料：大明虾75克，鸡柳75克，西兰花110克，方豆腐200克。辅料：熟鱼（鲜）40克，鱼丸30克，香菇（干）30克，胡萝卜10克（1根）

【两岸咖啡吧】— “中式早餐”

在上期节目中，向大家推荐了两岸咖啡的几款西式早餐，而本期节目向大家推荐的是咱中国百姓最熟悉的“中式早餐”。两岸咖啡的这款99元早餐内容还是相当丰富，包括清粥、花生、黄瓜、青菜、煎蛋、咖啡或茶、肉包、豆腐乳以及水果盘、清粥、肉包搭配绝对让你的肚子撑饱，而鸡蛋、水果的营养就不用说了。花生的营养价值也很高，有增记忆力、抗衰老、延缓脑功能衰退、滋润皮肤以及补血的功效。说了这么多，最重要的是还要看看美女冰冰是怎样享受这顿丰盛的早餐的。杭州生活频道周六17:30，敬请收看。

杭州电视台生活频道 11月15日（周六）17点左右播出