

## 【毎日食べたい 食パン】目次

耳があるから食パンなのだ。  
食パンづくりのお約束

### chapter 1 1日の始まりはトーストから 毎日食べたい食パン

**アングレ** [カタネベーカリー]  
バターとジャムの究極のトースト

**マンマーノブレッド** [ブーランジェリー・エ・カフェ マンマーノ]  
シンプル卵サンド

**とらや食パン** [とらやベーカリー]  
バルサミコチキンサンド

**ジャージー乳のブルマン** [トースト ネイバーフードベイカリー]  
ハム&パイナップルのデリシャストースト

**S100 豆乳の食パン** [ダン ディゾン]  
デリ風惣菜パン

**米粉の食パン** [トースト ネイバーフードベイカリー]  
温野菜のピーナッツバター 味噌ソースパン

**胚芽食パン** [ネモ・ベーカリー&カフェ]  
B.L.T

**五穀食パン** [とらやベーカリー]  
れんこんとえびのオープン和サンド

**野菜の食パン** [ブーランジュリー&パティスリー カルヴァ]  
豆乳 MISO ポタージュと野菜パン

**アマンドレザン** [カタネベーカリー]

クリームチーズとはちみつをぬったナッツ&レーズンパン

こんな型を使っています。

chapter 2 **やめられない、とまらない 甘い食パン**

**コンルーバ** [トラスパレンテ]

レーズン パーのアップルジャムソース

**アニス・エ・イーゴ** [パナデリーア ティグレ]

マスカルポーネといちじくのタルティーヌ

**エスプレッソ食パン** [ネモ・ベーカリー&カフェ]

キャラメルマキアートパン

**ムナ** [ブーランジェリー パサージュ ア ニヴォ]

オレンジ風味のデザートパンプレート

**栗とカシスの食パン** [ブーランジェリー&パティスリー カルヴァ]

メープルくるみバターのディップパン

**抹茶&大納言** [パナデリーア ティグレ]

抹茶&大納言のアングレーズソース

**デリツィア ラ チョコラータ** [トラスパレンテ]

ビターチョコのショートケーキ

**チビくり** [ブーランジェリー パサージュ ア ニヴォ]

スパイシーチャイとチビくり

本書のパンのお店