



涂涂有Color

想准备个惊喜早餐又唔会烹饪,不如把方包当做画布,发挥创意画上趣致嘅图案,整一款得意嘅手绘吐司,边个睇到都蒜到爆!作画少不了酸甜味道嘅“颜料”,在调配“颜料”时,“天然色素”落得越多,“颜料”就越深,睇住缤纷食落放心。开始作画啦,化身“方包画师”画低屋企嘅一大班公仔,令佢哋排排坐上方包啦。最后,为手绘吐司点缀细节铺垫背景,摆好盘后好似艺术品,每一啖都充满惊喜。



调制“天然色素”,用质地似油画颜料嘅希腊酸奶或奶酪,搭配火龙果等新鲜水果,或者可可粉、抹茶粉等调味粉,用匙羹混合佢哋进行调色。



抹出公仔轮廓,用匙羹咗吐司上刮出色块确认位置,前端轻轻放一堆,后端再用力刮出尾,用呢个方法继续抹出所有公仔嘅轮廓。



画出细节特征,用巧克力色、乳白色补充公仔嘅面部特征、五官表情,仲可以用匙羹大面积铺色画出草原、花园等美丽风景。

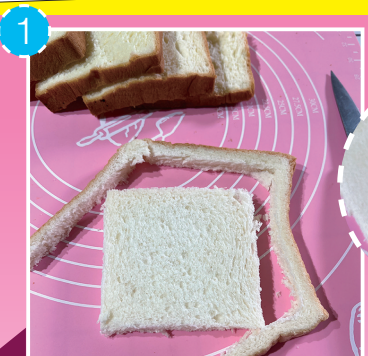


成品

方包变身! 有色又有型

水樽一压,松软嘅吐司变手工纸,匙羹一抹,焦黄嘅方包变成画布……呢啲色彩缤纷又造型奇特嘅吐司甜品,做法简单、制作过程治愈,成品精致。今期Color君带你整出好睇又好食嘅吐司做爱心早餐啦!

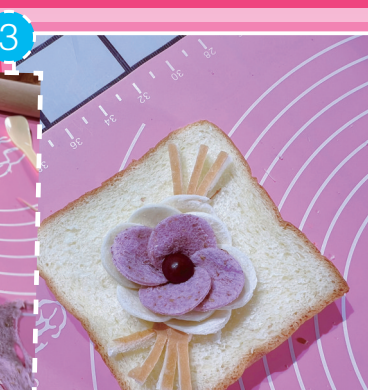
黄译萱、郭玮/文、图 郭玮/模特



准备手工纸:用擀面杖将飞边面包片碾平压实。



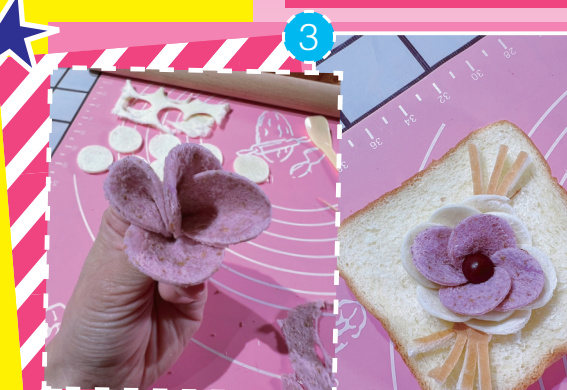
压出圆形片:用洗干净嘅矿泉水樽盖印出圆形嘅面包片花瓣。



成品

片片变3D

一片片嘅方包,除咗可以做“画布”彩绘图案之外,仲可以变成“手工纸”,加少少创意,令佢变得立体起身。用压平的面包片当“手工纸”,更方便造型,切出嚟嘅面包边可以留住做后期装饰。用樽盖压出圆形面包片花瓣,层层叠加面包片,面包花就会更加有层次啦。装扮立体花花面包时,花朵周围可以用面包边修剪出来的流苏、小叶子做装饰,再用一粒朱古力豆做花蕊,立体嘅花花面包就做好啦。如果中意脆口吐司,可以将成份作品送入烤箱,烘烤之后朱古力花蕊会变成流心,微微嘅面包片卜卜脆好过瘾。



制作面包花:捏实花瓣底部再两两合并,围绕成型嘅小花叠加圆面包片,就可以变成一朵面包小花。睇另一块面包上挖窿,将制作好嘅花朵插入,仲可以用面包边装饰立体面包花。



成品



早餐 扬手即停

广州首家报刊亭M记正式营业,但体型虽小,但功能多多,内部空间能够容纳咖啡机、雪糕机等营业标配仪器,而且同常规M记相比,小报刊亭M记唔早上10点30分之前,仲可以买到早餐添。因为佢正好位于交通繁忙嘅十字路口且毗邻大商场,人流量不容小觑,早高峰等过马路嘅小憩时间,就可以快速入手一份新鲜滚热辣嘅早餐,对各位争分夺秒嘅打工人士来讲,简直就似路边扬手即停嘅士咁方便;周末大家路过,可以买杯热咖啡润喉,或者食个冰冻甜筒降温,即刻插满电继续逛街。报刊亭快餐店最特别嘅地方,就係佢保留咗报刊亭最原始嘅书报杂志销售功能,当季漫画就嘅报刊亭侧边展示,感兴趣嘅客人只需要扫码就可以自行落单购买。



现代潮人对食嘅要求越来越高,要迎合工作快节奏,又要enjoy嘅三餐,便利店、快餐店就成咗打工人士嘅首选“饭堂”。今期Color君选咗最近升呢三间“饭堂”,助力打工人士三餐都要快、靓、正。够钟开饭啦,ready go!

郭玮/文 黄译萱/图 郭玮/模特

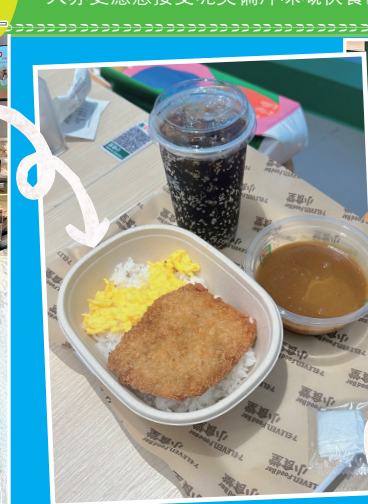
开饭啦! 花式快餐新体验



午餐係慰劳自己早上嘅勤劳,更係开启下午积极状态嘅动力。想食豪啲就怕肥腻上火,时间唔够又想速战速决,“绿化”变pro嘅KFC成为打工人士新宠。KFC PRO主打低脂健康简餐,店内餐食种类繁多,设计搭配特别,又能全方位实现健康低脂配餐理念。但将传统嘅炸鸡改成慢热熟嘅鸡肉,酥炸薯条用新鲜嘅蔬菜代替,汽水冷饮亦以果汁酸奶补上,就连之前嘅汉堡面包都变成麦皮蔬菜卷……每份餐食有齐所需营养元素,科学配比份量够饱又唔会滞,真係超级pro嘅健康餐。虽然都偏冷食嘅快餐,但同相对清寡嘅“白人饭”相比,pro版嘅健康餐多返一啲调味,年轻人亦更愿意接受呢类偏洋味嘅快餐。

晚餐 24小时 on call

打工人士最怕落班时间有“惊喜”,一个OT分分钟miss最佳开饭时间。不过唔使担心,24小时营业嘅便利店会随时随地恭候你。Seven-eleven便利店为打工人士开设嘅“7仔小食堂”,将便利店嘅冷冻快餐,改成现煮嘅热食,食客点餐时,厨房再制作餐食,新鲜滚热辣送到你嘅手中。同冷藏又翻咗嘅快餐相比,小食堂嘅餐里面米饭更香软,趁热淋上酱汁,即食嘅猪扒外脆内嫩,无论配冻汽水定係热饮品,都别有一番风味。除咗各种饭餐之外,小食堂内仲有多种配料夹心嘅包点可选,可颂牛角包夹肠仔,照烧鸡扒汉堡,一出炉就送到食客手上,等食客及时享受到“第一啖”嘅美味。“小食堂”保留咗便利店内各种零食、小食同饮品,增设用餐区域,餐台上配有各式调料,每位食客enjoy最适合自己的口味晚餐时,可以令自己take a break啦。



德式香肠可颂堡