

<http://ibakery.tungwahcsd.org>

4th Issue



Cindy

嘉俊

菠菜
芝士包

子浚

嘉豪

恒

輝Sir



文師傅與秀娟

榛子
曲奇



當很多產品都自稱無添加時，

我們其實要問：「無添加」即是沒添加什麼？

iBakery 的無添加，是生產過程無添加任何添加劑，

即是無香料、無人造色素、無防腐劑……

看看我們的麵包及曲奇的成份，

沒有長長的一串不知名的化學名稱，

只得簡單幾項原材料，大家可以吃得安心了！



英姐



多穀
麥包



濠師傅



罌粟
棒棒

傑師傅

琦師傅

關於 iBakery

2010年7月，iBakery出生了。我們是東華三院屬下一個社會企業。我們訓練及聘用殘障人士，也為大眾提供吃得安心的健康美味。我們有自家烘焙工場、麵包店、曲奇專賣店、餐廳及輕食店。我們希望，每一個點都能將美味傳開，做到可持續發展。我們縱有不同能力，卻有同一份真誠，同一顆熱心，即使是小小一口美味，都要盡最大努力，做出小小的不同，讓人人都嚐到不一樣的滿足，更讓人人都樂意，為社會帶來一點點的小。



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

社會企業 Social Enterprise

a little bit different

無添加手工麵包 宵種的溫柔秘密

iBakery 追求的是吃得安心的健康美味，
我們要在無添加的情況下做到色香味美，
讓大家嚐到不一樣的滿足；
一點一點、一口一口，令世界變得不一樣。

經驗豐富的志成，總守在焗爐旁，負責將脹下下的無添加麵包出爐。



要麵包用最低成本做出又香又好味，還可以一直保持鬆軟，有人會選擇加入添加劑。如常用的麵包改良劑、麥芽精、甚至食用色素，這樣做無疑可令麵包味更香、賣相佳、成品水準穩定、又可延緩老化。再想延長保鮮期，還可加入防腐劑。

但iBakery追求的是吃得安心的健康美味，我們要在無添加的情況下做到色香味美，唯有靠經驗、手法、時間及選材去彌補。還多得台灣烘焙大師王傳仁老師的教授，我們學會了被喻為「不敗麵糰」的宵種。

宵種，即是將搓好的麵糰放上一夜，讓它長時間發酵而成為宵種麵糰，我們就是以這宵種，再按比例混入新麵糰來製作麵包的。製作時間、工序及成本當然增加了，但卻替代了改良劑及添加劑，用自然的方法去提高麵糰的穩定性，減低人為技術、環境及天氣的不穩定因素，令麵包可在無添加的情況下保持鬆軟且富質感。



黑芝麻
合桃
提子包



7穀方包



芝士方包



穀物
合桃包



法式
芝士棒

【宵種麵包的製作方法】

2011年，當iBakery遇上了台灣的烘焙大師王傳仁老師，我們的麵包便多了一個特色、賣點及故事。



焗爐內的麵包不斷脹起並發出陣陣的麵包香！

Step 1

把麵粉、酵母、水及蜂蜜混合，在0-4℃雪櫃內發酵一個晚上。

Step 2

發酵後的麵種會膨脹約2-3倍，並會發出微酸、充滿生長的氣息，宵種麵糰製作成功！

Step 3

取適當份量之宵種與計劃當天生產用的主麵糰混合，宵種保持在總份量的60%左右。因麵種在室溫會繼續發酵，所以提取的份量要準確掌握。

Step 4

混合後之麵糰表面光滑柔韌，這時麵糰會進行混合後第一次發酵。

Step 5

發酵後麵糰的筋性會稍降，適合進行分割；再發酵後可進行造型，造型後進行烘焙前最後一次發酵，這時麵糰會膨脹約2-3倍。

Step 6

麵糰放入焗爐，一般麵包只需15-20分鐘，美味的無添加麵包便出爐了！

雙重
朱古力
曲奇

腰果曲奇

牛油
椰花
曲奇

在這裡工作了3年的敬琳，你問她最擅長造什麼曲奇，她一定會答你：全部。因為她是大圖烘焙工場的大師姐，對日常工作的流程及各曲奇的做法已瞭如指掌。

全麥
杏仁曲奇

燕麥
合桃
曲奇

抹茶曲奇

種子
提子
曲奇

意式
脆餅

無添加手工曲奇 不完美的美

我們縱有不同能力，卻有同一份真誠，同一顆熱心；
即使是小小一口美味，
都要盡最大努力，做出小小的不同。



只要把工序適當地切割，不同能力的同事都
能夠在工作崗位上找到自己的位置。

你或許會好奇，為什麼我們要選擇做烘焙社企？

有經驗的人會知道，麵包或曲奇在製作的過程中，會不斷發出香味，完成品可以吃，亦很有滿足感。此外，製作過程以及周邊，有很多不同的工序，我們的師傅只要考慮同事的能力，並把這些工序切割得較仔細，不同能力，甚至能力差異較大的朋友都能夠一起參與。因此，當考慮生產一件產品時，我們並不單看市場價值，更多時候我們會考慮到產品的製作工序是否適合不同能力的同事共同參與。

所以，我們造很多圓形的曲奇。有人覺得圓形曲奇太平凡、太簡單，但我們看到的卻是一份指定份量的粉糰，放在不同能力同事的手上，經過一個滾圓動作，再將小球狀的粉糰放在桌面，輕輕一按，圓形的曲奇隨即大功告成！製造出來的圓形曲奇也許並不完美，但依然美麗和美味。

ISO 22000 食物安全管理系統認證

我們位於堅尼地城和大圖的烘焙工場，都已考獲 ISO 22000 食品安全管理系統的認證，證明我們的不同能力同事，在處理食物的方法或是生產流程上，都可以有條不紊地依足設定的指示及方法，符合國際級的衛生及安全標準。

【iBakery Pop Up Store 曲奇專賣店】

一組被喻為變型金剛的組合車是 iBakery 曲奇專賣店的標誌之一，以環保、靈活，兼且實用的設計，讓 iBakery 的無添加產品可不定期出現在各區的大小商場或鬧市中，包括合和中心、金鐘廊、奧海城及悅來坊。

詳情可瀏覽網址：<http://ibakery.tungwahcsd.org> 或 [Facebook](#) iBakeryhk





莉莉牽著小曲奇的手，帶他去看這個世界，尋找屬於小曲奇的位置。



Vincent除了負責造麵包的工作外，還不時應邀出席大小書展活動，向讀者推介這本《不完美的曲奇》。

透過主角小曲奇的經歷，讓大家反思完美的定義，從而推廣iBakery的社會共融理念。

《不完美的曲奇》暢遊共融世界

這個年頭，有人喊著要減肥，有人悄悄練大隻，連曲奇也要追求完美的體態？
連曲奇也要上課和補習？
連曲奇也要以貌取人？
究竟小曲奇經歷了什麼才有勇氣接受被叫作「不完美的曲奇」？



繪本連曲奇禮包

一間以烘焙、餐飲為本業的iBakery，為什麼會出繪本呢？理由其實很簡單，我們希望透過繪本主角小曲奇，將iBakery一直推廣的共融理念以輕鬆可愛的方法推廣至不同的年齡層。

所以，我們分別跟綠腳丫、比比書屋及商務印書館等不同團體合作，舉辦了幾場讀書會，由共讀繪本《不完美的曲奇》、反思完美的「不完美的創作」、曲奇印花體驗，以及曲奇及繪本分享的4個環節中，讓可愛的主角小曲奇跟不同的大小朋友分享了iBakery的共融理念。

我們希望有更多朋友願意跟iBakery一起，成為故事中的莉莉，為小曲奇、為不同能力的朋友伸出一雙手，帶他們去看這個世界，適當的時候甚至推他們一把，助他們找到自己的能力，找到屬於自己的位置。

與綠腳丫合辦的《不完美的曲奇》讀書會，大小朋友都投入參與。

小曲奇走到比比書屋的田間，融入晴耕雨讀的氣氛中。



繪本《不完美的曲奇》

「小曲奇與卒卒」曲奇禮盒



由繪本主角化身成為曲奇，包含榛子及腰果曲奇各一包，以及卒卒鳥曲奇2塊，讓大家邊吃邊讀，一起暢遊小曲奇的共融世界。



【iBakery分店門市資料】

iBakery 堅尼地城店



2010年iBakery成立，第一間店便選址堅尼地城的百年大樓，可以說是iBakery的本店。一塊透明玻璃隔開前舖及工房，不同能力的同事每天為大家源源不絕地烘製出美味的無添加麵包。

地址：堅尼地城域多利道1號百年大樓2座地下2號舖
營業時間：上午7時至晚上8時
電話：2816 5233

iBakery Gallery Cafe 愛烘焙餐廳



由不同能力同事組成的一支強大的餐飲服務團隊，無論是帶位、落單、上菜、收銀……他們已經駕輕就熟。此外，餐廳亦不時提供包場、到會，甚至宴會招待等服務，不同能力的同事都在工作崗位上擔當重要角色，並獲得顧客的讚賞及認同。

地址：金鐘添馬公園添馬茶座
營業時間：上午8時至晚上9時
電話：2352 2700

iBakery Express 愛烘焙輕食站（添馬）



位於添馬公園的海濱長廊，景色優美，可與朋友歡度happy hour，或周末一家大細享受閒適的親子時光。推介大家一試輕食站的自家製牛肉多穀麥漢堡，以肉汁豐富的自家製漢堡扒，配以無添加的多穀麥麵包，非常美味。

地址：金鐘添馬公園海濱長廊
營業時間：上午11時至下午8時
電話：2511 8230

iBakery Express 愛烘焙輕食站



位於香港大學內的一間外賣輕食站，為師生們提供我們優質出品的無添加麵包、曲奇及蛋糕。

地址：香港大學邵逸夫樓地下平台
營業時間：上午8時至下午5時（星期六日及公眾假期休息）
電話：5402 4546