


咖啡日记



30 天引导式日记



表格 / 日志

由 LoomJournals 制作

如何使用本日记

欢迎使用您的日记！以下是一些帮助您充分利用它的建议：

- 1 每天留出几分钟时间来书写
- 2 真诚地、自由地书写，不要自我评判
- 3 尝试每天在同一时间书写，养成习惯
- 4 每周回顾自己的日记，发现规律

-
- 记录每款咖啡的烘焙商、产地和烘焙度
 - 记录冲泡方式、研磨度、粉量、水温和萃取时间
 - 记录风味描述并评估酸度、醇厚度和整体评分
 - 随时间比较记录以识别您的偏好
 - 使用备注栏记录任何不寻常或值得记住的事



扫描获取本日记的详细使用指南

