

もち

おいしい

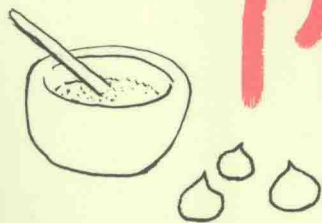


♡~~~~ 搅一搅 ~~~~
调制冰爽香甜诱惑
~~~~ 搓一搓 ~~~~  
造出绵长极致满足

第一次做

Fresh Handmade  
Mochi

方芍尧 编著



麻糬



南方日报出版社  
NANFANG DAILY PRESS

もち

第一次做

麻糬



方芍尧 编著



南方日报出版社

NANFANG DAILY PRESS

中国·广州

图书在版编目 ( CIP ) 数据

第一次做麻糬 / 方芍尧编著. — 广州 : 南方日报出版社, 2014.8

ISBN 978-7-5491-1101-5

I. ①第… II. ①方… III. ①糕点—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2014 ) 第132051号

本书中文简体字版由香港万里机构出版有限公司授权独家出版

Simplified Chinese Edition © 2013 Guangzhou Anno Domini Media Co., Ltd.

Simplified Chinese Edition © 2013 广州公元传播有限公司

All rights reserved 所有权利保留



## 第一次做麻糬

DIYICI ZUO MASHU

作 者 : 方芍尧

责任编辑 : 阮清钰

特约编辑 : 贺紫荃

装帧设计 : 唐 薇 张 隰

技术编辑 : 张俊玲

出版发行 : 南方日报出版社 ( 地址 : 广州市广州大道中289号 )

经 销 : 全国新华书店

制 作 : ◆ 广州公元传播有限公司

印 刷 : 东莞市信誉印刷有限公司

规 格 : 889mm × 1194mm 1/24 6印张

版 次 : 2014年8月第1版第1次印刷

书 号 : ISBN 978-7-5491-1101-5

定 价 : 29.90元

如发现印装质量问题, 请致电020-38865309联系调换。



## ♥ 女儿的信 A Letter to Mama



亲爱的妈妈：

“麻糬”是现在十分受欢迎的日本小吃。每次我经过大型日式超市，看到那一个个圆滚滚、色彩缤纷、口味百变的麻糬时，不禁垂涎欲滴。麻糬现已成为潮流小食，因为它美味而且品种又多，绝对不难吸引我们年轻人，成为我们的新宠。

当你跟我说会用“麻糬”作为新书的主题，我既惊讶又兴奋。惊讶——是我从没想到你连这些潮流小吃也不放过。兴奋——是妈妈不仅会弄我最爱吃的麻糬，更创作了不同款式的麻糬。

你知道我从小就喜欢小熊，所以你的创作或多或少也会加入这个元素，当然这次也不例外。除了小熊外，我也很爱吃甜品。每当我失意或苦恼时，你总会给我做甜品，这都带给我无限温暖和喜悦。

当你做出一款又一款别致的麻糬时，我十分自豪有一个如此能干又有创意的母亲。比起麻糬专卖店，你的创作更有心思和吸引力，我希望大家也能借着这本书为自己爱的人制作出一个个可口美味的麻糬。

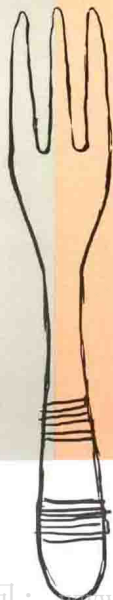
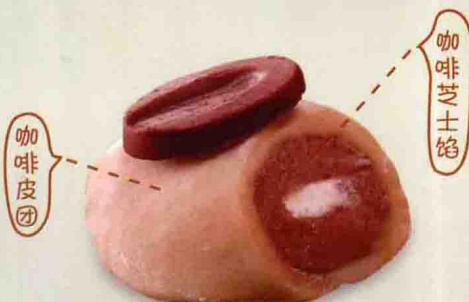
想跟你说声“谢谢”的女儿：衍彤

敬上





# もち



# 令人充满遐想的麻糬

## Imaginative Mochi

日本甜点以精细优美闻名于世，而且在视觉、味觉、触觉上都会带给我们惊喜和满足。

近日，在多间日式超市和商店的橱窗里，常常见到一个个色彩缤纷、口味百变的圆形甜点，它的名字叫“麻糬”，有点像香港太空馆的造型，又好像粉红色的“蒙古包”，真的很好看。

麻糬的外层软绵绵，内里冷冰冰，既丰富了我们的视觉，同时也刺激着我们的味觉神经，这种滋味盘旋于布满味蕾的舌头，真是难以用笔墨形容，而是深深埋入脑海，让人毕生难忘。麻糬的外表有点像日本的大福，馅料却不是甜得让舌头颤抖的红豆蓉、抹茶馅、果泥酱或栗子蓉等。除了仍保持传统口味外，还混入西点馅料的做法，摇身变为混合味道的绿茶红豆、栗蓉豆豆、创新味道的北海道牛奶芝士、豆腐酸奶、特浓巧克力等，凡此种种，时尚清新，入口即化，在炎炎夏日享用，更是凉彻心脾。

笔者曾编写过多本烘焙小点心的书，得到许多挚爱亲朋的鼓励，这次特别介绍年轻一族喜爱的麻糬，既简单易做又美味，更可以根据个人口味做出改变，还加入了创意元素，冲出传统框框，利用小手工和美劳效果，做出造型可爱的百变麻糬，希望能给大家带来一点惊喜。在此要感谢我的家人、朋友和学生，是他们多年的支持和鼓励才让这本新书得以诞生。

方芍尧

おいしい

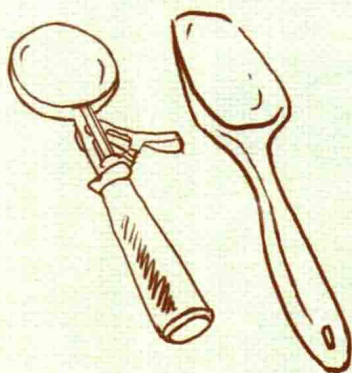
もち



麻糬虽小，其实需要的手艺和食材真的不少！别看糯米团颜色纯白，摸上去又软绵绵的，要是想做出颜色丰富多彩的皮团，你必须好好准备几样不同的食用色素才能做出足够诱人的外观。做出柔软甜美的馅料也是一样：拿出打蛋器，搬出厨房秤，一起从基础馅料学起吧！



## 必须学会的麻糬技巧



- 2 小故事
- 4 必备的制作工具和材料

### >> 软绵绵的糯米皮团任你搓圆按扁

- 10 皮团特质知多少
- 12 摩拳擦掌做麻糬皮团
- 18 麻糬搓包折

### >> 幻彩馅料味蕾的满足

- 24 基础馅料
- 27 分量换算表

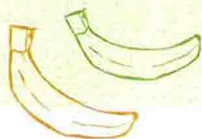


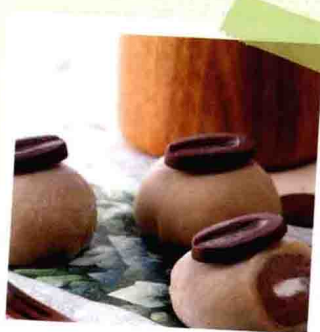
## >> 风情万种水果雪球

- 32 奶黄香蕉
- 34 朗姆酒橙子
- 36 牛奶椰子
- 38 蓝莓精灵
- 40 苹果肉桂
- 42 杂莓乐园
- 44 迷人草莓
- 46 蜜桃酸奶
- 48 芒果风情

## >> 魅力四射巧克力大福

- 52 特浓巧克力
- 54 巧克力脆脆
- 56 巧克力栗子甜心
- 58 白之恋（白巧克力）
- 60 鸳鸯双趣（双层巧克力）
- 62 巧克力咖啡
- 64 香蕉巧克力
- 66 巧克力旋风





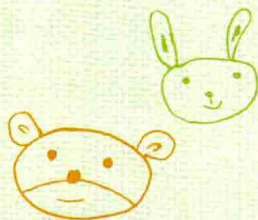
## >> 味美多变芝士团子

- 70 特浓芝士
- 72 情倾意大利
- 74 蓝莓风采
- 76 热情芒果女郎
- 78 和风抹茶
- 80 绢豆芝香
- 82 咖啡飘香
- 84 双柠迷思
- 86 焦糖芝士



## >> 浓香茶味麻糬

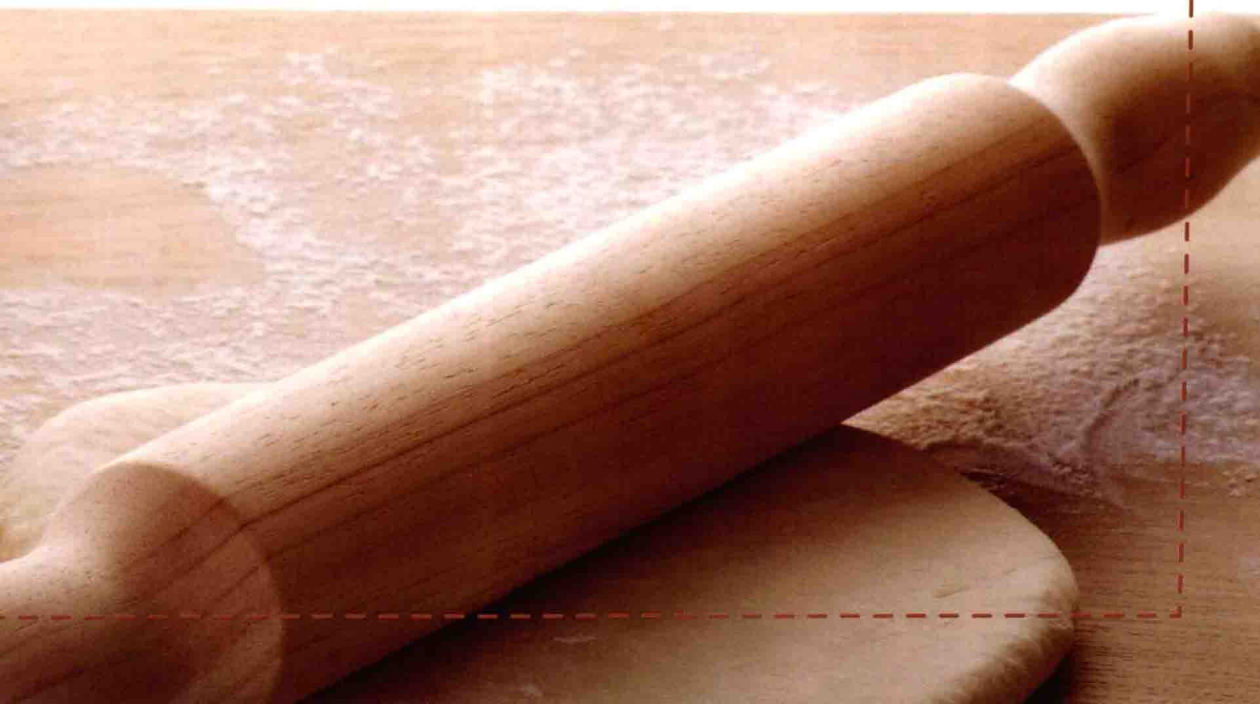
- 90 梅子绿茶
- 92 抹茶豆点
- 94 玫瑰花茶
- 96 醉人金桂
- 98 怡人青苹果
- 100 清新佳人(柠檬茶)
- 102 伯爵浓情
- 104 港式鸳鸯
- 106 洛神花香
- 108 热情果茶



## >> 趣味造型麻糬

- 112 寿桃
- 114 橘子
- 116 可爱草莓
- 118 小熊宝宝
- 120 粉红小猪
- 122 月饼
- 124 白萝卜
- 126 兔子
- 128 番茄
- 130 红萝卜

必须学会的  
麻糬技巧



おいしい



特浓チョコレート  
牛乳チーズ

栗蓉

果実のすりつぶしちゃん

まっちゃん  
あずき蓉



追根溯源，麻糬的文字记载不详，许多人认为它是源于日本年糕，但究竟由何人发明，始于何时，实在是一个谜。“Mochi”一词来自日文“饼”（もち）的拼音，表示口感韧度十足的意思，也泛指用糯米做的糕饼小点心。汉字写为“大福”，而我国台湾就称为“麻糬”。我国有类似的食物，便是糯米糍，也是用糯米做的球形糕点。

一般情况下，麻糬是圆形或丸状，大粒或小粒均有，还有着不同馅料，如红豆蓉、栗子蓉、绿豆蓉等，外表裹上一层薄薄的片



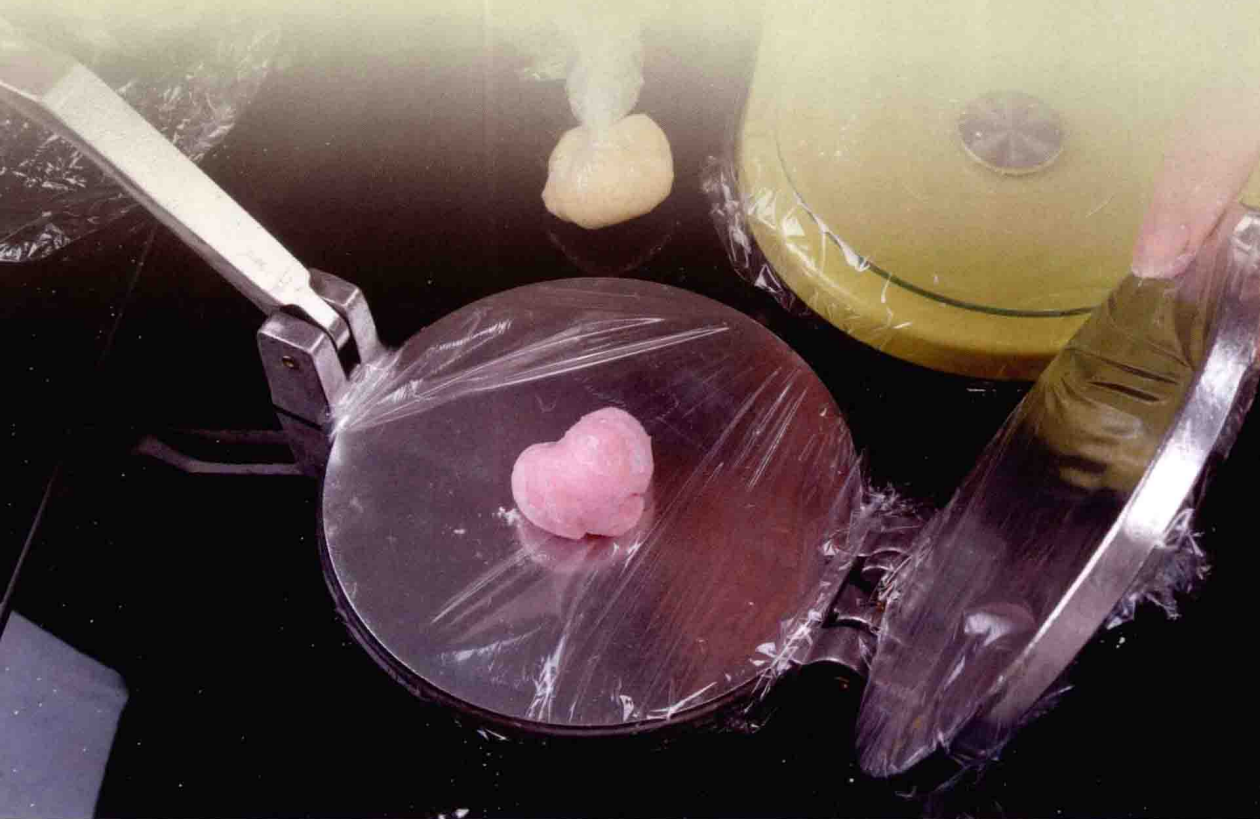


栗粉或日本的玉米淀粉，有时不裹上片栗粉就改用绿豆粉来做撒粉。

随着年代更迭，麻糬的日语名字始终没有变动，只是味道、馅料不断改进，如用传统馅料做成的大福，人们会当作是和果子，即日本传统的和风茶点。但春去秋来，人事变化，传统和果子因太甜腻，不合现代人崇尚健康的理念，传统做法于是渐渐改变。现在的和果子采用了西式甜点的轻盈馅料，甜美中散发柔柔的感觉，入口即化，给人如沐春风的感觉，所以出现了“雪球”之名。因其外形浑圆丰满，皮团挂霜，名为“雪球”十分贴切。这种甜点的特点是需要冷藏后享用，如此才能品尝出幽香柔嫩的口感。

## 必备的制作工具和材料

“工欲善其事，必先利其器。作为做麻糬的新手，先准备好工具，才可以按照食谱大显身手。现在就给你看看一些基本工具，让你有基本概念。Let's go!”



# 做麻糬常备工具

Basic Tool to  
Make Mochi

雪糕勺

有助于新手处理和造球形，容易又方便。



压饼皮铁模

均匀地碾压面皮，使其变平滑。



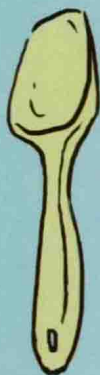
保鲜膜

搓揉面团或包裹馅料。



胶刮刀

搓揉馅料的工具。



各式造型切割模  
方便造型。



电子秤

量度分量。



布丁胶模

造型工具，令制品变得有趣。

