

Jiatingshiyong
家庭实用

Mianshi
面食

制作方法



延边大学出版社

Jiatingshiyong

家庭实用

Mianshi

面食

制作方法

延边大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭实用面食制作方法/张会莹, 周晓秋主编. —延吉:
延边大学出版社, 2010. 6

ISBN 978 - 7 - 5634 - 3248 - 6

I. ①家… II. ①张… ②周… III. ①面食 - 食谱 -
中国 IV. ①TS972. 132

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 094810 号

家庭实用面食制作方法

主 编: 张会莹 周晓秋

责任编辑: 张宏飞 朱寅圣

出版发行: 延边大学出版社

社址: 吉林省延吉市公园路 977 号

网址: <http://www.ydcbs.com>

E-mail: ydcbs@ydcbs.com

电话: 0433 - 2732435

传真: 0433 - 2732434

发行部电话: 0433 - 2133001

传真: 0433 - 2733266

印刷: 北京中创彩色印刷有限公司

开本: 710 × 1000 毫米 1/16

印张: 16 字数: 198 千字

印数: 1—3200

版次: 2011 年 4 月第 1 版

印次: 2011 年 4 月第 1 次

ISBN 978 - 7 - 5634 - 3248 - 6

定价: 22.00 元



FOREWORD

前言

面食在我国有着悠久的历史,而源远流长的中华文明又使面食的制作不断走向新的高峰。随着现代化生活的节奏越来越快,许多人连吃饭都无暇多顾,对制作过程相对繁琐的面食更是“望而却步”。本书针对现代人的这一特点,本着简单、易行的原则,选择了制作过程相对简单、配料科学合理、营养全面、口感喜人的面食种类供大家选用,希望能为大家的健康愉快尽绵薄之力,也相信您能在这些面食的制作中得到自己的一份乐趣。本书也可做为面食加工和制作技术人员的参考书。





CONTENTS

目 录

糕

白面发糕	1
猪油发糕	1
三色豆沙糕	1
蛋面小碗糕	2
桂花蜜糖糕	2
蜜汁桂花糕	2
蜜枣玫瑰糕	2
白糖红枣糕	3
什锦果仁糕	3
双仁糕	3
五味果脯糕	4
果脯小碗糕	4
果脯红薯糕	4
千层果脯糕	5
千层桂花糕	5
山楂夹层糕	5
山药豆沙糕	6
金丝糕	6
芙蓉糕	6
椰汁糕	7
奶酪糕	7
酥油糕	7

酥

爽糖酥	8
面包酥	8
六瓣酥	8
兰花酥	9
百合酥	9
白菜酥	10
马蹄酥	10
大虾酥	10
滚花酥	11
玫瑰酥	11
金钱酥	12
绣球酥	12
白皮酥	12
香辣酥	13
枣泥酥	13
榄仁酥	13
核桃酥	14
椒盐桃酥	14
葱油桃酥	14
蛋黄桃酥	15
双仁酥	15
芝麻酥	15
芝麻条酥	16
椒盐芝麻酥	16





花生酥	16	黄桥烧饼	30
五仁酥	17	油酥烧饼	31
杏仁酥	17	桂花油酥饼	31
栗子酥	17	油酥火烧	31
盒子酥	18	白糖火烧	32
苹果酥	18	芝麻酥饼	32
香蕉酥	18	芝麻酱烧饼	32
荔枝酥	19	椒盐饼	33
川式龙眼酥	19	椒盐酥饼	33
荷花酥	20	椒盐烧饼	33
荷叶酥	20	豆馅烧饼	34
奶油核桃酥	21	蛋奶酥饼	34
奶油三角酥	21	素馅酥烧饼	34
奶油千层酥	22	火腿萝卜丝饼	35
奶油鸳鸯酥	22	肉馅烧饼	35
炸到口酥	23	叉烧酥饼	35
烤到口酥	23	春 饼	36
一捏酥	23	合 饼	36
川式一口酥	24	芝麻馅糖饼	36
鸡蛋香酥	24	糖酥饼	37
奶香酥	24	红糖酥饼	37
青豆千层酥	25	麻酱饼	37
肉香酥	26	香麻水晶饼	38
肉汁酥	26	小油饼	38
叉烧香酥	26	果仁糖饼	39
牛肉角酥	27	枣泥山药饼	39
海鲜脆皮酥	27	五香饼	39
甘露酥	28	萝卜枣丝饼	40
		萝卜丝饼	40
		葱花饼	40
		葱油饼	41
		京式盘丝饼	41
		鸡蛋葱花饼	41
		肉馅饼	42
筒子饼	29		
葵花饼	29		
老婆饼	29		
蟹壳烧饼	30		

饼



鲜肉酥饼	42	压花馒头	54
辣肉饼	42	红枣馒头	54
煎肉饼	43	花生馒头	54
牛肉粉丝饼	43	刀切馒头	54
千层蒸饼	44	炸馒头片	55
枣泥蒸饼	44	烤馒头片	55
千层芝麻饼	44		
烫面炸饼	45	面 卷	
酥面炸饼	45	椒盐花卷	56
枣泥酥饼	45	葱油花卷	56
果仁酥饼	46	豆腐花卷	56
酥肉葱油饼	46	麻花卷	57
鲜肉锅饼	46	火腿葱油卷	57
炸肉火烧	47	火腿卷	57
肉丝炒饼	47	千层卷	57
		菊花卷	58
锅 贴		糖麻卷	58
猪肉黄瓜锅贴	48	糖酥卷	58
牛肉菜瓜锅贴	48	桃酥卷	59
韭菜羊肉锅贴	49	奶油酥卷	59
白菜羊肉锅贴	49	奶油蛋卷	60
狗肉榨菜锅贴	50	豆沙卷	60
三丁锅贴	50	枣泥卷	60
三鲜锅贴	50	鲜肉卷	60
韭菜鸡蛋锅贴	51	广式腊肠卷	61
		四喜卷	61
馒 头		脆皮红茶卷	61
发面馒头	52	韭黄春卷	62
硬面馒头	52	肉丝春卷	62
饅面馒头	52		
空心馒头	53	面 条	
开花馒头	53	素抻面	63
鸭蛋馒头	53	萝卜汤面	63
奶白馒头	53	素汤面	64





素三鲜面	64	鸡蛋羊肉面	76
豆酱面	64	羊肉萝卜面	76
口蘑豆腐面	64	羊肉酸菜面	77
酸菜豆腐面	65	羊肉鲫鱼面	77
回勺面	65	羊肉汤面	77
烂锅面	65	鸡汁面	78
担担面	66	冬笋鸡丝面	78
焖肉面	66	菌汤鸡丝面	78
扣肉面	67	蒜苗鸡丝面	78
肉臊子(卤子)面	67	鸡肉鲍鱼面	79
肉丝面	67	鸡肉三鲜面	79
雪菜猪肉面	68	火腿香菇面	79
榨菜肉丝面	68	鸡腿蒸卤面	80
海鲜猪肉面	68	蛋酥面	80
清汤排骨面	69	姜汤面	80
红焖排骨面	69	鲜虾面	81
猪肝面	69	虾仁面	81
蒜苗猪肝面	70	三鲜虾仁面	81
猪肉三鲜面	70	蟹肉汤面	82
清汤三鲜面	70	干贝面	82
三鲜汤面	71	蚬子面	83
家常面	71	鱼肉臊子面	83
肉油面	72	刀鱼面	83
红烧牛肉面	72	鲫鱼鸡骨面	84
红焖牛肉面	72	鲫鱼虾籽面	84
芹笋牛肉面	73	红油鲢鱼面	85
咖喱牛肉面	73	鳝鱼面	85
酸辣牛肉面	74	鲍鱼面	85
酸辣牛肚面	74	鲍鱼鸡丝面	86
牛肉鲜奶面	74	鱼翅面	86
五香羊肉面	74	什锦面	86
羊肉汤面	75	鲜奶面	87
羊汤菠菜面	75	人参鸡丝面	87
红烧羊肉面	76	酱醋葱花面	88





素炸酱面	88	肉丝枸杞面	101
肉丁炸酱面	88	肉丝榨菜面	101
牛乳炸酱面	89	肉丝韭黄面	101
笋丝素卤面	89	肉皮炒面	102
豇豆蒸卤面	89	腰花炒面	102
三丝肉卤面	90	猪肚炒面	102
红烧肉卤面	90	酸辣猪肚面	103
三鲜肉丝面	91	香肠炒面	103
葱椒羊肉面	91	腊肠炒面	103
山西刀削面	91	酸辣鸡丝面	104
榨菜肉丝面	92	番茄肉炒面	104
肉末蛋花面	92	青椒肉炒面	104
五色肉丁面	92	茭白炒面	105
羊肉辣子面	93	藕丝炒面	105
鸡肉细丝面	93	茄子辣炒面	105
鸡丁鲜蘑面	93	肉丝焦炒面	106
鸡肉菠菜面	94	蒜苗焦炒面	106
海参玉兰面	94	扬州脆炒面	106
鲜笋鸡丝面	95	牛腿肉炒面	107
笋鸡三鲜面	95	羊肉炒面	107
阳春面	95	葱爆羊肉面	107
番茄鸡蛋面	96	鸡丝炒面	108
鸡蛋炆锅面	96	咖喱鸡丝面	108
五花肉蛋面	96	豆豉鸡丁面	108
三鲜金丝面	97	鸡杂炒面	109
虾仁炸酱面	97	猪腿肉炒面	109
肉丁鱼籽面	98	菠菜肉蛋面	110
鳝鱼面	98	茄丝辣炒面	110
清汤鱼泥面	98	酸菜炒面	111
素炒面	99	三丝炒面	111
椒菇丝炒面	99	三鲜炒面	111
菠菜炒面	100	鱼片炒面	112
冬菇炒面	100	菠菜鱿鱼面	112
韭菜肉丝面	100	海参炒面	112





虾仁炒面·····	113	肉丝香椿面·····	125
虾仁焦炒面·····	113	海米鸡丝面·····	125
蟹肉炒面·····	113	鳝鱼蒸面·····	126
什锦炒面·····	114	海鲜拌面·····	126
豆角焖面·····	114		
肉笋焖面·····	115	饺 子	
肉丝焖面·····	115	水晶饺·····	127
猪肉蒜苔面·····	115	青菜猪肉饺·····	127
扁豆猪肉焖面·····	116	芹菜猪肉饺·····	128
芸豆焖面·····	116	白菜猪肉饺·····	128
伊府焖面·····	116	青椒猪肉饺·····	128
虾仁烩面·····	117	韭菜猪肉饺·····	129
拌凉面·····	117	猪肉茴香饺·····	129
黄瓜肉丝面·····	118	土豆猪肉饺·····	130
三丝凉面·····	118	猪肉红油饺·····	130
葱油凉面·····	118	牛肉水饺·····	130
腌菜凉面·····	119	牛肉萝卜饺·····	131
风味凉面·····	119	羊肉白菜饺·····	131
酸辣凉面·····	119	羊肉萝卜饺·····	132
香酥凉面·····	120	狗肉水饺·····	132
鸡丝凉面·····	120	三鲜水饺·····	132
蚝油凉面·····	120	鱼肉水饺·····	133
鳝鱼凉面·····	121	虾仁水饺·····	133
鲜贝凉面·····	121	虾蛋韭菜饺·····	134
什锦凉面·····	122	鸡蛋番茄饺·····	134
香油盐拌面·····	122	素馅蒸饺·····	134
红椒麻辣面·····	122	猪肉烫面蒸饺·····	135
麻汁拌面·····	123	芹菜猪肉蒸饺·····	135
麻酱拌面·····	123	白菜猪肉蒸饺·····	136
蒜蓉辣酱面·····	123	猪肉酸菜蒸饺·····	136
川味豆花面·····	124	萝卜牛肉蒸饺·····	136
香椿拌面·····	124	西葫芦猪肉蒸饺·····	137
风味凉拌面·····	124	火腿冬瓜蒸饺·····	137
武汉热干面·····	125	蛋皮蒸饺·····	137





四喜蒸饺·····	138	猪肉冬菇包·····	151
四喜烫面蒸饺·····	138	咸菜猪肉包·····	151
三鲜蒸饺·····	139	猪肉酸菜包·····	152
灌汤蒸饺·····	139	芹菜猪肉包·····	152
百花凤眼饺·····	139	洋白菜猪肉包·····	153
飞轮蒸饺·····	140	油菜猪肉包·····	153
知了蒸饺·····	140	菠菜猪肉包·····	153
韭菜猪肉饺·····	141	韭菜猪肉包·····	154
酥皮鸡肉饺·····	141	榨菜猪肉包·····	154
元宝炸饺·····	141	白菜肉笋包·····	155
果味酥饺·····	142	白菜肉面包·····	155
咖喱牛肉饺·····	142	冬菜猪肉包·····	155
狗肉酥饺·····	143	青椒猪肉包·····	156
三鲜酥饺·····	143	胡萝卜猪肉包·····	156
		蒜薹猪肉包·····	157
		土豆猪肉包·····	157
		豇豆猪肉包·····	157
		扁豆猪肉包·····	158
		绿豆猪肉包·····	158
		黄豆猪肉包·····	158
		猪肉豆腐包·····	159
		猪舌豆腐包·····	159
		冬笋猪肉包·····	160
		雪笋猪肉包·····	160
		蛋肉冬笋包·····	160
		黄瓜猪肉包·····	161
		苦瓜猪肉包·····	161
		瓜皮猪肉包·····	162
		南瓜猪肉包·····	162
		荸荠猪肉包·····	162
		萝卜缨猪肉包·····	163
		金针猪肉包·····	163
		茴香猪肉包·····	164
		香菜猪肉包·····	164
馄 饨			
鲜肉馄饨·····	144		
菜肉馄饨·····	144		
鲜肉蒸馄饨·····	145		
鱼肉馄饨·····	145		
虾仁馄饨·····	146		
肉蛋馄饨·····	146		
清汤馄饨·····	147		
红油馄饨·····	147		
包 子			
麦穗包·····	148		
肥肉包·····	148		
鲜肉包·····	149		
炒肉包·····	149		
糖肉鸳鸯包·····	149		
排骨猪肉包·····	150		
鲜藕猪肉包·····	150		
猪肉虾仁包·····	151		





豆芽猪肉包	164	牛肉包	178
三丁包	165	萝卜牛肉包	178
葱姜肉馅肉包	165	芹菜牛肉包	179
五香蛋肉包	166	韭菜牛肉包	179
五丝肉馅包	166	芽菜牛肉包	180
鲜奶猪肉包	166	牛肉豆腐包	180
猪肉三鲜包	167	咖喱牛肉包	180
火腿猪肉包	167	花生牛肉包	181
猪肉腊肠包	168	牛肉鲜奶包	181
花生猪肉包	168	米粉牛肉包	182
香菇猪肉包	169	牛肉粉丝包	182
鱼香茄子包	169	牛柳包	182
咸蛋猪肉包	169	羊肉包	183
蛋黄酱肉包	170	羊肉三鲜包	183
蛋黄豆腐包	170	胡萝卜羊肉包	183
油菜鸡蛋包	171	西葫芦羊肉包	184
韭菜鸡蛋包	171	时鲜驴肉包	184
香椿鸡蛋包	171	狗肉笋蘑包	185
金针鸡蛋包	172	菠菜兔肉包	185
茭白鸡蛋包	172	青椒兔肉包	185
蟹肉鸡蛋包	173	咖喱兔肉包	186
粉丝鸡蛋包	173	鸡肉火腿包	186
火腿冬瓜包	173	鸡肉三鲜包	186
火腿栗子包	174	鸡肉青菜包	187
果味火腿包	174	荠菜鸡肉包	187
蜜汁火腿包	174	鸡肉金针包	188
怪味包	175	鸡肉银耳包	188
腊肉糯米包	175	茭白鸡肉包	188
菜苔腊肉包	176	荸荠鸡肉包	189
咸肉萝卜包	176	松仁鸡肉包	189
蚝油叉烧包	176	核桃鸡肉包	190
蛋丁叉烧包	177	鸡肉豆腐包	190
猪肚豆腐包	177	咖喱鸡肉包	190
什锦包	178	松仁鸡肉包	191



火鸡猪肉包	191	韭菜虾仁包	205
火腿鸡翅包	192	菠菜虾仁包	205
火腿鸡胗包	192	茄汁虾仁包	206
鸡胗什锦包	192	丝瓜虾仁包	206
鸭肉三鲜包	193	虾肉鲜贝包	207
鸭肉豆腐包	193	苋菜虾仁包	207
韭菜鸭肉包	194	瓢菜干贝包	207
冬菜鸭肉包	194	冬菜扇贝包	208
雪菜鸭肉包	194	蟹粉肉馅包	208
核桃鸭肉包	195	韭菜蟹肉包	209
鸭肝香笋包	195	鲍鱼猪肉包	209
鸭杂芹菜包	196	韭菜鲍鱼包	209
雪菜鹅肉包	196	荸荠豆腐包	210
鹌鹑栗子包	196	香菇豆腐包	210
鸽肉包	197	海带豆腐包	211
田鸡栗子包	197	包菜豆腐包	211
鱼肉包	198	海米豆腐包	211
鱼肉叉烧包	198	什锦豆腐包	212
鱼肉豆腐包	198	八宝豆腐包	212
鱼肉什锦包	199	蚝油豆腐包	213
木耳鱼肉包	199	一品素包	213
雪菜鱼肉包	200	鲜菜包	213
鲮鱼菜肉包	200	萝卜元葱包	214
鳝鱼米粉包	201	萝卜大葱包	214
鳝鱼豆干包	201	芹菜香干包	215
海鲜包	201	白菜香干包	215
海鲜牛肉包	202	白菜木耳包	215
虾仁包	202	小白菜蘑菇包	216
河虾竹笋包	203	腐竹鲜蘑包	216
虾仁猪肉包	203	香菇山药包	216
虾仁火腿包	203	青椒香笋包	217
虾仁鸡肉包	204	冬瓜什锦包	217
虾仁蛋黄包	204	黄瓜豆腐包	218
虾仁蟹肉包	205	什锦素包	218





红糖芝麻包	219	生煎小包	230
白糖芝麻包	219	荠菜猪肉包	231
果酱包	219	牛肉煎包	231
豆沙包	220	羊肉煎包	232
水晶豆沙包	220	韭菜羊肉包	232
澄沙包	220	鸡肉煎包	233
长寿果糖包	221	鸭肉煎包	233
芝麻莲蓉包	221	香椿豆腐包	233
五味蜜花包	221		
核桃肉糖包	222	烧 麦	
薯泥桂花包	222	猪肉烧麦	235
枣泥桂花包	222	糯米烧麦	235
枣泥松仁包	223	腊肉烧麦	236
蜜枣桂花包	223	牛肉烧麦	236
瓜果五味包	223	三鲜烧麦	236
多味果仁包	224		
果仁什锦包	224	其 它	
果脯鲜奶包	224	糖三角	238
肉皮灌汤包	225	糖蜜果	238
五花肉灌汤包	225	煎粉果	238
火腿灌汤包	226	鲜肉猫耳汤	239
鸡肉灌汤包	226	开口笑	239
火鸡肉汤包	227	烫面盒	239
鸭肉灌汤包	227	牛肉菜盒子	240
虾仁灌汤包	228	片火勺	240
河虾小笼包	228	米疙瘩汤	241
蟹黄小笼包	229	麻辣疙瘩汤	241
火腿蟹粉包	229	红油疙瘩面	241
海参灌汤包	230	猪肉炒疙瘩	241
海鲜灌汤包	230	牛肉炒疙瘩	242





糕

♡白面发糕♡

【原料】 面粉 500 克,面肥少许。

【做法】 将白糖用适量清水溶解;面粉倒入盆中,加入面肥,再加入白糖水调成稀糊状,至面糊粘稠,出现许多小孔如海绵状时,倒在蒸布上,加盖蒸 20 分钟,闻到香气时取出即可。

♡猪油发糕♡

【原料】 面粉 1000 克,板油、白糖各 500 克,苏打粉、酵面各适量。

【做法】 将板油去皮、洗净,剁成细茸;面粉倒入盆中,加入酵母及适量清水,和成稀糊状,加入白糖、板油茸调匀,充分发酵,加入苏打粉,用手搅拌均匀,至起大泡为止;蒸笼上放入一块木板,隔为一大一小的两部分,大的部分铺上干净的纱布,倒入搅拌均匀的面浆,用大火蒸 50 分钟,取出切成长条状即可。

♡三色豆沙糕♡

【原料】 鸡蛋 500 克,豆沙馅、绵白糖各 250 克,熟面粉(依个人口味可干蒸或干炒。)350 克,青梅、瓜子仁、葡萄干各适量,红色素少许。

【做法】 将鸡蛋磕入容器中,加入绵白糖搅拌均匀,用打蛋器打出蛋泡,加入熟面粉,搅成蛋糊,一半倒入铺好笼屉布的木框中,用旺火蒸熟,取出铺上豆沙馅;另一半加入红色素搅拌均匀,倒在豆沙馅上,撒上切碎的青梅、葡萄干、瓜子仁、上笼屉蒸约 10 分钟,取出晾凉,切成小块即可。





♡蛋面小碗糕♡

【原料】 面粉 500 克,鸡蛋 350 克,白糖 250 克,香油 37.5 克。

【做法】 将面粉倒入盆中,上笼屉干蒸,至熟取出,用擀面杖碾压,过筛细筛;鸡蛋磕入大碗中,打散、搅拌均匀,与白糖一同加入筛好的面粉中,搅拌均匀,可酌情不加或加入适量清水,盛入 10 只抹上了一层香油的小碗中,摆入笼屉中,蒸 15 ~ 20 分钟,取出晾凉、倒出即可。

♡桂花蜜糖糕♡

【原料】 面粉 500 克,面肥 50 克,白糖 150 克,蜂蜜 5 克,桂花、碱面各适量。

【做法】 将面肥用温水解开,倒入面粉,加入 250 克清水,和成面团,静置发酵,发好的面团加入碱水,揉匀、揉透,再加入白糖、蜂蜜、糖桂花,酌情加入少量清水或不加水,反复揉匀,用摔面的方法使劲在案板上摔打、上劲,再用双手裹住,不断滚动成圆球,放入涂上一层油的容器中,盖上湿布,放在温度较高的地方饧面 1 个小时,至充分发酵后,扣入笼屉中,用旺火沸水蒸 30 分钟,取出晾凉,切成小块即可。

♡蜜汁桂花糕♡

【原料】 富强粉 500 克,白糖 250 克,花生油 300 克,鸡蛋 8 枚,糖桂花适量,鲜酵母少许。

【做法】 将鲜酵母用少许温水泡开;鸡蛋磕入干净的盆中,加入酵母水、白糖搅散,至白糖全部溶化,倒入面粉,和成面团,揉匀、揉透,盖上湿布,充分发酵,发好的面团搓成长条,切出 30 克重的数个面剂,逐个按扁,即成长方形生坯;花生油放入锅中,用旺火烧至七成热时,下入生坯,改用中小火并不时翻动,使之受热均匀,炸至呈金黄色时捞出沥油,倒出锅中的剩油,加入白糖,炒至白糖溶化,大泡变成小泡时,加入少许清水,炒成蜜汁状,放入炸好的桂花糕稍滚,起锅盛入盘中,撒上糖桂花即可。

♡蜜枣玫瑰糕♡

【原料】 小枣 75 克,蜜枣 50 克,面粉 500 克,红糖 125 克,面肥 25 克,玫瑰 2.



5 克,碱面 0.5 克。

【做法】 将小枣洗净、去核;碱面用适量清水调成碱水;玫瑰加入红糖,用适量沸水溶解;面粉倒入盆中,加入面肥及适量清水和成软面团,发酵 2 个小时,加入碱水,再加入玫瑰糖水调匀;铁锅加入适量清水,放入蒸笼,倒入调匀的枣糖软糕,加入小枣抹平,再加入蜜枣,盖盖煮沸,继续用旺火大气蒸 24 ~ 30 分钟,取出切块即可。

♡ 白糖红枣糕 ♡

【原料】 面粉 500 克,红枣 500 克,白糖适量。

【做法】 将面粉倒入盆中,加入适量清水,和成面团,充分发酵;红枣洗净、去核,放入锅中,加入适量清水煮烂,用小火收干成枣泥酱;发好的面团加入枣泥酱、白糖和匀,切成小块,放入蒸笼,用旺火蒸熟即可。

♡ 什锦果仁糕 ♡

【原料】 面粉 500 克,杏仁 50 克,白糖 125 克,面粉 25 克,什锦果仁 2.5 克,碱面 0.25 克。

【做法】 将杏仁放入清水中略泡,去皮、洗净、捣碎,放入锅中,加入适量白糖及 250 克清水,先用旺火煮沸,再改用文火煮 10 分钟,离火晾凉,过滤取汁;面粉倒入盆中,加入面肥、余下的白糖及适量清水,和成软面团,发酵 2 个小时,加入碱水、杏仁汁调匀;铁锅加入适量清水,放入蒸笼,倒入杏仁糕糊、什锦果仁,抹平、盖好,用旺火沸水蒸 25 ~ 30 分钟,离火冷却,倒出糕块,切成小块即可。

♡ 双仁糕 ♡

【原料】 富强粉 500 克,白糖 300 克,松子仁、面肥各 50 克,核桃仁 100 克,碱水、熟猪油各少许。

【做法】 将核桃仁切碎;面粉盛入盆中,加入适量温水解开,倒入面粉,和成面团,放在温暖处成分发酵,将发好的面团展开,加入碱水,揉匀、揉透;加入核桃仁末、松子仁,揉搓均匀,分成许多小块;干净的模具内壁抹上一层熟猪油,逐个放入面块,放入蒸笼中,用旺火沸水蒸 25 分钟即可。

