



冬季来临 一起来学门儿手艺吧!



创意面食之

不安分的馒头

谁说馒头只能白富美? 面团的魔力在于其超强的可塑性, 所以, 别再做白富美馒头了! 相信每个美食家的双手都是充满了创造力的, 软软的面团在你们的手上, 可以被创作成令人眼前一亮的个性馒头。你们的大脑有多么不安分, 馒头们就可以有多么不安分。今天, 就让小编抛砖引玉, 带大家开启一个不安分馒头的世界。

黄色南瓜面:

- * 南瓜蒸熟后+200克白面+2克酵母搅拌均匀;
- * 揉成面团, 室温发酵40分钟-60分钟;
- * 面团发酵变成原来面团2倍大即可, 排气后揉到面团表皮光滑。

棕色可可面:

- * 白面100克+10克可可粉+1克酵母+25克白糖+适量温水;
- * 揉成面团, 室温发酵40分钟-60分钟;

面团发酵变成原来面团2倍大即可, 排气后揉到面团表皮光滑。

白面:(如果想吃甜点的, 可以放入20克白糖调味)

- * 200克白面+2克酵母(适量温水溶化好)(因为用量比较少, 也可以100克面+1克酵母)
- * 揉成面团, 室温发酵40分钟-60分钟
- * 面团发酵变成原来面团2倍大即可, 排气后揉到面团表皮光滑。



食材明细:

面粉 300克、可可粉 20克、酵母 3克、泡打粉 3克、糖 10克、草莓酱适量。



1. 将发好的南瓜面揉匀
2. 用刀分成两个大等份, 一个小份
3. 将两个大等份的揉成球形并擀扁(做脸)
4. 将小等份面团搓成条, 平均分割成4份(做耳朵)
5. 取少许白面4小块
6. 将4和5捏成老虎耳朵形状
7. 把6捏好的黄色和白色耳朵用水黏合
8. 把耳朵放在脸的左上角位置, 用水黏合好
9. 取少许白面揉成球状擀扁后擀成和饺子皮一样厚
10. 用剪子剪出半圆的形状, 放在老虎脸的下方, 中间用水黏合
11. 去适量可可面团擀成薄片
12. 用刀切细丝和三角边
13. 用细丝做成老虎的“王”字和眉毛, 嘴巴, 煎小圆球形状做眼睛和鼻子, 用水黏合好相应的位置
14. 用12里的三角边贴在老虎脸的两侧
15. 放入蒸锅中(铺好油纸防粘), 室温醒发5分钟, 大火烧开水蒸78分钟, 焖2分钟, 揭盖放凉水
16. 蒸好的巧虎



1. 面粉加酵母和泡打粉、糖, 用温水和成面团, 分出一小块和可可粉揉成褐色面团, 盖上保鲜膜醒发半小时。
2. 把褐色面团分别擀成薄片。3. 白色面团也擀成大小一致的薄片。
3. 白色面团也擀成大小一致的薄片。
4. 白色面片叠加褐色面片上。
5. 从一边卷起。
6. 把卷起的长条切成均匀的段, 看起来就像蜗牛的壳。
7. 提前预留一块面团和草莓酱揉匀来做蜗牛的身体。
8. 搓成长条, 捏出头部。
9. 把身体压扁, 涂一点水, 把壳和身体黏结起来, 就形成了一个的小蜗牛。
10. 让其适当的温度下醒发一会, 入蒸笼蒸熟即可。
11. 生动活泼, 小朋友的最爱。(丁一)

