



自己做月饼 快乐过中秋

中秋团圆日,月饼是必不可少的美食!今年中秋,我们愿意和家人一起制作月饼来庆祝团圆的佳节。白天我们自制月饼,晚上我们围坐在月光下品茶谈心!也可制作一盒月饼送予亲友,亲手做的,意义非凡!



栗蓉蔓越莓冰皮月饼

冰皮月饼可以说是非传统月饼的典范了,这几年很流行,相对于传统月饼来说油和糖的比例都较低,馅料和外形也更新颖一些,我选了自己喜欢的栗子蔓越莓做馅,自己做的馅香甜细腻,入口即化,直接吃也很好吃。

所需食材:板栗仁(250g)、白砂糖(35g)、食用油(30g)、面粉(10g)、糯米粉(60g)、粘米粉(40g)、澄面(30g)、糖粉(30g)、苋菜汁(160g)、玉米油(20g)、糕粉(适量)、蔓越莓(适量)。

制作步骤:

- 1.准备好材料。板栗是直接买到的栗仁,如果是板栗需要先用高压锅焖熟剥壳。
- 2.取小锅放入栗仁,加入少许水,小火焖煮至软烂。
- 3.取出后自然冷却,放入搅拌机内加适量水搅打成细腻的栗蓉。不用搅拌机的话,可以用擀面杖碾碎,然后放入滤网中用勺子碾压过筛成泥,不过这个方法比较累。
- 4.打好的栗蓉加入白糖和食用油。
- 5.顺着一个方向搅拌均匀。
- 6.然后分次加入面粉拌匀。如果打好或过筛碾压的栗蓉本身比较干,是大颗粒状的可不放面粉。
- 7.将栗蓉放入炒锅中,小火加热快炒。
- 8.待栗蓉变成黏稠易成型的馅时,停止加热。取出后放入冰箱冷藏1小时。
- 9.准备蔓越莓适量。
- 10.放入栗蓉中拌匀,准备做馅搓圆子。
- 11.准备好材料。苋菜洗净,放入锅中加水小火烧开,待汁变成紫红色时关火取汁。苋菜汁的颜色变成较暗的紫红色为好,不然和成面团后颜色



会很浅。将糯米粉、粘米粉和澄面混合,放入锅中小火快速翻炒,待颜色微微变黄没有生粉味时关火取出。

12.取出后放入容器中,加入糖倒入油,分次倒入热苋菜汁,搅拌均匀晾至不烫手时和成面团静置15分钟左右。

13.栗蓉搓成大小均匀的圆子,每个约25g左右。取适量面团,皮馅比例约1:1,面皮不要太薄,不然不容易包馅压花。

14.放上馅后,捏合好完全包住内馅。

15.如果不好操作可沾少许糕粉防粘,模子里也可以放一些糕粉抹匀然后轻轻敲出。

16.把滚圆的团放入月饼模子中,倒扣压出。

17.成型的栗蓉蔓越莓冰皮月饼,依次做出即可。

(绿野仙踪 olivia)

紫薯莲蓉月饼

很多人都喜欢紫色的那一抹忧郁,很美丽,很神秘。

回来说说这紫薯,喜欢紫薯,不是因为它那诱人的颜色,而是它有着极高的营养价值。

紫薯,它除了具有普通红薯的营养成分外,还富含硒元素和花青素。而硒和铁是人体抗疲劳、抗衰老、补血的必要元素,特别是硒被称为“抗癌大王”,易被人体吸收,可留在血清中,修补心肌,增强机体免疫力,清除体内自由基,抑制癌细胞中DNA的合成和癌细胞的分裂与生长,预防胃癌、肝癌等癌病的发生。

浪漫紫色诱惑的紫薯莲蓉月饼,和传统上的月饼有很大的差别,一是低油低糖,二是不易长时间存放,味道却是如此的浓厚,真正做到天然、健康。

非常简单的做法,只是多了这份色彩,竟也多了几许浪漫,几许温情,几许诱惑……

主料:

紫薯 450克 \ 莲子 200克 \ 砂糖 100克 \ 植物油 90ML

做法步骤:

1. 莲子洗净,浸泡3个小时,然后将莲心取出;
2. 洗净,去芯后的莲子,用小火煮

2左右小时

(或用高压锅煮30分钟),要煮到用手轻轻一捏就成泥状;

3. 将煮好的莲子略凉,倒入料理机中,加少许水,打成泥泥;

4. 搅拌好的莲泥,入锅,加入砂糖,开中火,不停的翻炒;

5. 并分三次加入植物油,每一次都要等莲泥把油完全吸收以后再下一次;

6. 炒到莲泥变浓稠,起锅,即成莲蓉;

7. 紫薯蒸熟,剥去皮备用;

8. 放入保鲜袋中,用擀面杖压成泥;

9. 用小勺把紫薯过筛;

10. 将紫薯泥与莲蓉分成小份,紫薯皮与莲蓉包馅的比例是6:4;

11. 将饼皮按扁,包入馅料,一点一点将馅全部包住馅料成圆形;

12. 月饼模具内刷少许油,将包好的紫薯团放入模具中,压模;

13. 摆入盘中即可食用。

(据美食网)



一、【基础芸豆】

原料:芸豆 1000g、水适量

做法:

1. 芸豆与足量的清水泡发12小时后的状态(中间最好换一次水,防止变味);
2. 手指搓去芸豆外皮(泡发后很容易搓);
3. 去皮后的芸豆冲洗干净,与适量水放入高压锅内煮软烂(大约30-50分钟,电饭煲也可以);
4. 煮熟后过滤多余水分,使用料理机打成泥状;
5. 打成泥后的状态为:细腻、均匀、软绵、略稀、稍有纹路;
6. 大锅炒干水分,直至晾凉后成细碎的颗粒状态(能炒多干,就炒多干)。

二、【奶油焦糖酱】

原料:淡奶油 300ml、黄油 54g、白砂糖 240g

做法:

1. 小火加热锅,砂糖放入;另取一锅小火加热淡奶油;
2. 熬煮成浅焦糖色,放入切块黄油,使其完全融合;
3. 温热的淡奶油缓慢倒入焦糖中,一边倒一边搅;
4. 淡奶油与焦糖慢慢搅拌均匀;
5. 放凉后略浓稠;
6. 彻底放凉,冷藏后成膏状。

三、【浓情焦糖摩卡月饼】

原料:

A、焦糖口味馅料:芸豆泥 120g、熟糯米粉 30g、糖粉 50g、焦糖酱 50g;
B、摩卡口味馅料:芸豆泥 114g、糖粉 50g、浓咖 12g(咖粉 8g+4ml 水调和);
C、冰皮:糯米粉 50g、粘米粉 50g、澄粉 30g、糖 60g、融化黄油 25ml、浓摩卡 160g(15g 咖粉+145ml 热水调和)。

注:

1. 文中使用模具为:标准 63g 月饼模具
2. 63g: 冰皮+馅料=63g 即可(差距 2g 左右无妨)
3. 做法:
1. 小火加热锅,炒制糯米粉微微上色即可(大约5分钟);
2. 糯米粉、澄面混合过筛入大碗中;
3. 充分混合均匀所有粉类;
4. 热水、糖、速溶摩卡冲泡咖啡;
5. 黄油融化与冲泡好的热咖备用;
6. 咖啡缓慢倒入粉类中,一边倒一边搅拌;
7. 成为均匀的咖啡糊(质地较稀);
8. 加入黄油,搅拌均匀;
9. 蒸好的冰皮用勺子搅拌开,晾凉;
10. 揉光滑、质地均匀的

面团(晾凉后的冰皮是很好揉合的,若太湿加少许炒熟的糯米粉);

11. 准备双馅原料:A 芸豆泥、焦糖酱、熟糯米粉、糖粉;B 芸豆泥 浓摩卡 糖粉;

12. 焦糖口味为例:糖粉、熟糯米粉、芸豆泥、焦糖酱混合;

13. 使用橡皮刮刀或小勺拌匀;

14. 质地均匀的面团,略微粘手冰箱冷藏备用(摩卡风味操作:糖粉、摩卡、芸豆泥混合即可);

15. 制作完成的2中馅料;

16. 皮与双馅各分成12份,备用;

17. 一个焦糖口味团按扁,中间薄边缘略厚,包裹住浓咖口味;

18. 虎口收住,揉圆;

19. 冰皮按扁,中间薄边缘略厚,包裹住步骤18中完成的双馅;

20. 虎口收住,揉圆;

21. 月饼模具,涂抹少许油(所有操作过程涂1-2次即可);

22. 揉好的月饼光滑面放入模具中,倒扣按压;

24. 即按压完成后的花纹面朝上,轻拿轻放,切勿用力损坏了塑形(冷藏后食用更佳)。

(花事了的花)

鸡公山星级酒将带领千人游港澳

近日,鸡公山酒业推出的鸡公山粮液超级醇柔四星和防伪四星在万众瞩目的光辉中隆重上市。据了解,鸡公山超级醇柔四星和防伪四星是鸡公山粮液原有四星解体的,无论在包装还是工艺,都得到了进一步升级,让广大消费者在喝鸡公山粮液四星时有一种全新体验。

为了感谢广大消费者对鸡公山酒业的厚爱,鸡公山酒业特推出畅饮鸡公山星级酒,千人游港澳活动。近日,记者在鸡公山酒业营销部了解到,鸡公山酒业新推出的超级醇柔四星和防伪四星内设有游港澳等大奖。每一批消费者中奖后,鸡公山酒业将联系旅行社,组织中奖的消费者进行4天3夜的豪华香港、澳门旅游。此次新品上市的负责人表示,四星新品的上市是有史以来最大力度的投资,消费者中奖的几率也将进一步增大,其目的是感谢广大的鸡公山酒消费者,同时新品上市赶在八月十五前夕,也是希望更多的消费者能赢得大奖,争取在节日期间到香港、澳门旅游一趟。

此外,鸡公山酒业官方微博和微信还推出发微博、微信,免费喝鸡公山粮液。凡活动期间用微博、微信转发新品上市活动信息的网友,将有机会领取鸡公山超级醇柔四星和防伪四星,从而率先体验鸡公山粮液新品带来的冲击力。

(易续震)

