

这才是煎饼最好吃的做法，外脆里嫩，烧烤味十足，好吃到不停嘴

煎饼卷大葱，原本是山东的特色小吃，其实东北人也非常喜欢这种吃法，煎饼抹上酱料，卷上一些新鲜小菜和大葱，当饭吃，那叫一个香，菜都省了。东北人喜欢它也不奇怪，好多东北人来自山东。今天给大家推荐一种煎饼的新吃法，这才是煎饼最好吃的做法，外脆里嫩，烧烤味十足，真是吃了还想吃，好吃到停不下来。

最近一直表现很好，早起遛弯，顺便逛早市，今天碰到来自平山的煎饼，平山煎饼在我们这边很有名，甜滋滋柔软劲道，6元一斤，每次碰到都买，今天卖家带货多，高声叫卖，买一斤送半斤，买的人真不少，我也没错过，拎一袋回来，到家上称一称600g，买的永远没有卖的精哈！知足吧，比平时还多100g呢！

今天我们换种吃法，买煎饼的时候顺便买了一把韭菜，加两个鸡蛋，把煎饼包上韭菜鸡蛋馅，再抹上烧烤酱，烤箱一烤，外脆里嫩，咬一口直掉渣，比韭菜盒子好吃易做，不用发面也不用揉面，表皮金黄酥脆里层筋道，内馅鲜香味美，看着就流口水，比煎饼卷大葱好吃多啦！接下来就一起看看具体做法吧！

【烤煎饼韭菜馅饼】所需食材：煎饼3

张；韭菜1把；鸡蛋2个；油适量；盐适量；料酒适量；胡椒粉适量；蚝油适量；鲜鸡汁适量；冠利烧烤酱适量。

做法及步骤：

准备食材，平山煎饼薄厚适中，很适合烧烤。这种烧烤味道的烤煎饼最好现吃现烤，口感酥脆。韭菜在淡盐水浸泡10分钟，再反复清洗干净，准备两个大一点的鸡蛋。

取大一点的容器，打入鸡蛋，加点料酒去腥，搅拌均匀。炒锅加入适量多一点的油，拌馅时不用另加油了。油开倒入蛋液，迅速用筷子搅拌，越碎越好，然后取出备用。

洗净的韭菜控净水分，切碎，加点食用油拌一拌，锁住水分，再加盐就不会出水了。

取大盆，将所有食材加入盆中，加入盐、胡椒粉、蚝油拌匀、鲜鸡汁拌匀。

取一张煎饼铺开，在三分之二处对折，放上韭菜鸡蛋馅，大点馅才好吃。

先把煎饼横折过来，然后两边对折，最后第三面折回来，确保不漏汤汁。

烤盘铺上锡纸，码入包好煎饼馅饼，最后刷上一层烧烤酱，这款烧烤酱不辣，番茄的味道特别浓郁，小朋友最喜欢的味道。

烤箱上火170度，上火160度，中层烤20



分钟，不能独立控温的烤箱，设置上下火160度即可。烤箱不同，温度和时间都有差异，请根据自己的烤箱设置。

时间到出炉，切开看看，香酥脆的外皮，加上味道鲜美的韭菜鸡蛋馅，看着都流口水，好吃到停不下来。

黑全麦毛线球面包，又暄又软还低糖，早餐零食吃它太满足了



前段时间很流行一款毛线球面包，我也跟风做了。我加了一块黑全麦老面，风味独特，还包裹了自制的凤梨馅，吃起来真带劲。因为馅料是自制的，面团中也没有那么多糖，所以老妈都很喜欢。

随便找了个天使蛋糕模具，弄了个圆环状的，这样烘烤的时间能减少些。

毛线球的制作不难，只要把面团揉好并发酵好，制作手法跟毛毛虫的差不多，只是要把那小条切得细细的，烤完后才有毛线球的纹路。

---【黑全麦老面毛线球凤梨面包】---

【材料】黑全麦老面100克，高筋面粉(吐司粉)200克，高活性干酵母2克，盐3克，

白糖15克，鸡蛋55克，牛奶90克，黄油25克，自制凤梨馅适量，表面刷蛋液少许

【数量】8寸天使蛋糕模*1个

【烘烤】中下层，上下火190/195度，20分钟

【制作】

1. 材料大合影：黑全麦老面提前从冰箱冷冻室取出解冻；

2. 除黄油外的所有材料全部入揉面桶中，可将黑全麦老面剪成小块利于与其它材料快速融合；揉到面团柔软光滑，能撑出粗膜时加入软化的黄油；面粉的吸水性和牛奶的浓稠度不一样，可预留20克牛奶，根据面团状态酌情添加；

3. 低速将黄油全部搅打进面团，转高速搅打，面团柔软细致且不粘盆壁，揪一块能撑出透明有弹性的薄膜；因为黑全麦用量占到总面团的1/3，所以无需追求手套膜；

4. 面团收圆放盆里，蒙保鲜膜在温暖湿润处基础发酵；如用发酵箱可温度28，湿度75；如用烤箱，可喷水增加湿度；

5. 面团发至2倍大，手指蘸面粉在面团顶部戳个洞，不塌陷不回缩，发酵成功；

6. 面团倒在案板上，轻轻拍打排气，称重分成6等份，分别揉圆，扣盆或者蒙膜松弛15分钟左右，手指按面团，指坑不回弹即为松弛到位；如果加弹说明松弛不够；

7. 取松弛好的面团按扁，擀成牛舌状，用刮板在1/2处切割出均匀细小条，完整面

皮顶端涂抹凤梨馅，也可用其它馅料如红豆沙、肉松等代替；

8. 从上向下卷起，尾端一定要压在下面；

9. 将面卷生坯依次处理，码放在模具中；面卷的宽度要提前设计好，以防码放时挤压变形；放温暖湿润处二次发酵；如用发酵箱，温度38，湿度80；如果用烤箱，不高于38度，喷适量水增加湿度；

10. 发至将近2倍大时，表面刷一层鸡蛋液；烤箱预热195度；

11. 送入预热好的烤箱中下层，上下火190/195度，20分钟；

12. 这是即将出炉的面包，膨胀力非常棒；出炉后轻震几下，脱模，凉后食用。

【小提示】

1. 没有天使蛋糕模具，用普通的戚风蛋糕模具或者中空蛋糕模具均可，两种都没有，用其它模具也可，这个配方适用有模具和无模具的，造型可以多变，馅料多变，加不加馅料均可，按自己的喜欢来；

2. 老面即中式面点中的面引子，酵头，即从完全发酵后的面团中分割一小块供下次使用；第二天使用可放冰箱冷藏，隔多天使用可放冰箱冷冻保存；这块黑全麦老面是100%黑全麦发酵而成的；除增加营养外，还增加了独特的口味；

3. 烘烤的温度和时间根据烤箱的实际情况及模具材质来调整。

6-119 **绝对新鲜美味专业寿司料理**

各类寿司拼盘
海鲜乌冬面
日式鸡套餐
鳗鱼饭套餐
牛肉刀削麵
生鱼片
招牌龍卷
珍珠奶茶
咖啡、冷(热)飲

地址: 15108 Frederick Road, Rockville, MD 20850

稻寿司 Inari Sushi

电话: 301-315-8818

每晚6:30後 特價

营业时间: 9:30am - 8:30 pm

请扫码入稻寿司群

Gift Certificate

凡购买礼品卷\$100以上有10%优惠

10% off on purchases above \$100

6-101 **Great American Buffet**

Large Variety of American Cuisine Elegant and Upscale

美味经典 丰富特色 品味繁多 贵宾赞许 环境优雅 绝佳选择

5902 RICHMOND HWY
ALEXANDRIA, VA 22303
703-329-1555

经典丰富美国大型连锁自助餐厅

百种正宗美式佳肴 烧烤 牛排 海鲜

丰富健康沙拉吧
精美甜点

8365 SUDLEY ROAD
MANASSAS, VA 20109
703-369-6791

生日聚会 大型团体
周末丰富多彩的早餐

COUPON
15% off

65岁老人额外10%off

新店隆重开业

周一至周四 11 AM - 9 PM
周五 11 AM - 10 PM
周六 9 AM - 10 PM 节假日照常营业
周日 9 AM - 9 PM (圣诞节除外)