

喝剩的南瓜豆浆做6个面包,不光漂亮,还特软乎,早餐有着落了

最近做的面包比较多,老用一种造型多没意思,所以不时地换个花样,立马儿有新意了。

今儿咱做个樱花造型的小面包。

颜色发黄有两个原因,一是用的南瓜豆浆揉的面,二是夕阳西下时拍照,太阳偶尔调皮地躲在云彩后面“逗你玩”,这就使得成品照片有的偏“红火”,有的偏“冷清”。

因为进烤箱前,花瓣面团没有刷蛋液,所以烤出来没有那层亮光,但是趁热刷了黄油液,所以整体的色泽和色调是柔和的。其实,我还是很喜欢这种“自带滤镜”的静谧。

长话短说,一起做吧!

---【南瓜豆浆面包】---

【材料】吐司粉250克,干酵母2.5克,细砂糖15克,盐2克,奶粉20克,南瓜豆浆200克左右,黄油20克,芝士粉少许,表面刷蛋液少许,表面刷黄油液10克

【数量】6个

【烘烤】中层,上下火180度,20分钟

【制作】

1. 材料准备好;
2. 除黄油外的所有材料倒入揉面桶;面粉的吸水率和南瓜豆浆的稀稠度不同,酌情增减豆浆用量;加了奶粉和南瓜豆浆会影响出膜效果,所以面团揉滋润即可;
3. 加入软化的黄油,先低速搅打使黄油

完全融入面团,再转高速搅打;

4. 面团光滑柔软,能撑出透明有弹性的薄膜,边缘略有锯齿状不影响使用;

5. 面团收圆,放发酵盒里,温暖湿润处基础发酵;

6. 发至2倍大时,手指蘸面粉在面团顶部戳洞,不塌陷不回缩;

7. 称重分成6等份,分别揉圆;

8. 每个面团拍扁,分成6份,尽量均匀;

9. 分别揉圆;

10. 放烤盘里,摆成花朵形,面团相互间留少许膨胀的空间;二次发酵30分钟,我用的烤箱“发酵”程序,温度35,喷少许水增加湿度;

11. 面团发至近2倍大时,中间面球刷少许鸡蛋液,撒适量芝士粉,5个花瓣撒或不撒可随意;

12. 花瓣面团胀鼓鼓,可用剪刀剪开小豁口,也可用勺子柄蘸少许蛋液切开小豁口,这样烤出来的面团就呈现出花瓣状;如果用刀要注意别把烤垫割坏;

13. 送入预热好的烤箱中层,上下火180度,20分钟左右,根据烤箱的实际情况调整温度或者时间;

14. 出炉后趁热在5个花瓣上刷少许黄油融液,此时面包非常软,稍不小心就会把花瓣面团碰下来,所以待面包冷却后再从烤



盘里取出;

15. 面包可直接吃,也可做成汉堡坯;

16. 还可涂抹打发好的奶油或者果酱什么的,百搭。

【小提示】

1. 想要面包吃着更柔软,可将50克高

筋面粉换成低筋面粉;

2. 南瓜豆浆可换成牛奶、原味豆浆或者其它液体,用量根据稀稠度和面粉的吸水率调整;

3. 这个配方百搭,可做多种造型小面包或450克吐司。

过年啦,自制玉米脆片能量棒,咬一口酥脆掉渣儿,早餐零食全有了



过年了,入手了不少好吃的,其中就有香甜玉米片,每天早餐放牛奶或者酸奶里,嘎嘣脆,有营养、有乐趣。

人一闲着,就想着找事。挺好吃的玉米脆片,我老想着把它鼓捣出更好吃的东西来。思来想去,我就把这个“玉米脆片能量棒”鼓捣出来了。

除了打开袋子时抓了几把吃,剩下的都让我做成了能量棒。一共做了两盘。第一盘的鸡蛋放得多了一点,口感有点儿湿;第二盘调整了一下食材的比例,嘿,做出来的“能量棒”真是超级赞!连我老妈都说我太能琢磨了!

早餐吃或者当零食吃这款“玉米脆片能量棒”,不但能补充能量,强壮机体,连心情都美美的。

---【玉米脆片能量棒】---

【材料】香甜玉米片200克左右,香蕉1根,鸡蛋半个,蔓越莓干1把,生南瓜籽1把

【制作】

1. 材料准备好;香蕉和鸡蛋用小的就可以;
2. 香蕉扒皮、分段、入盆;
3. 用刮刀或勺子压成香蕉泥,倒入鸡蛋;鸡蛋不要多放,以玉米片表面

裹有薄薄一层就可以;另外,玉米片量大,蛋液稍多一点;

4. 充分搅拌均匀;

5. 倒入玉米脆片;

6. 少量多次地加入玉米脆片,使玉米片都能裹上薄薄一层香蕉蛋液;

7. 模具里铺油纸,将香蕉鸡蛋玉米片倒入模具,不要用力压,自然的铺撒就可以,让玉米片之间有空间,利于空气流动、散热和挥发水汽;表面撒蔓越莓干、南瓜籽;

8. 入预热好的烤箱中层,150度1小时左右;根据食材的薄厚、干湿程度及烤箱的实际温度调整时间;

9. 表面颜色略深、有硬度,内部不是特别软,出炉,稍晾凉趁温乎劲切块切条,能轻松切出漂亮的形状,如果完全凉后再切,易被切碎。

【小提示】

1. 香蕉泥起到粘合的作用,鸡蛋液无需太多,有一点儿就可以;不要让玉米脆片完全浸泡泡软,入模具后也不要压实,就松松地倒进去即可,否则会导致多余的水汽散发不出来,还延长了加热时间;

2. 做好的脆片能量棒放盒中密封存放,尽量食用完。

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



请扫码入稻寿司群

电话:301-315-8818

每晚6:30後 特價

营业时间:9:30am -8:30 pm







Gift Certificate

凡购买礼品卷\$100以上有10%优惠

10% off on purchases above \$100






6-100 **鲜美可口地道的专业粤菜师傅主理**

欢迎光临

特色菜系: 本店靠近泰森角购物中心,5分钟车程

贵妃鸡
北京鸭
XO生翅蚌
香脆鱼片
金沙龙虾
特色黑椒牛柳
金条鱼球

莲花园

Lotus Garden

电话:703-255-9888
传真:703-255-5188

地址:224 Maple Ave. West, Vienna, VA 22180

大华府唯一的正宗兰州拉面

陕西刀削面美味正宗






