

美不胜收的紫薯菊花酥, 看一眼就喜欢了, 入口即化清爽不油腻



春天了, 室外还未春意盎然, 而屏幕上已是“满园春色”。五颜六色的各式糕点甜品扑面而来, 我也赶一下这个潮流吧! 想做春天粉色的桃花、樱花, 却发现红曲粉用完了, 还好我有紫薯粉, 就用它做紫

色的花酥吧。

因为这酥皮点心的总重量比较大, 如果做成5瓣、6瓣花, 就显得过于单薄了, 所以我把它做成12瓣花。这么一看, 无论从形状还是颜色, 都和菊花极为相似, 因此我把它起名“菊花酥”。

配方是极好的, 是我这几年在多次使用的基础上不断调整出的, 水油皮很软乎, 不要上来就傻卖力气揉面出膜, 静置20来分钟再揉, 非常轻松出“手套膜”了。

面团软乎, 包酥就很容易, 经过多次擀压、卷卷, 即使到最后一个也不会过于干皮。

所有的注意事项全都在过程中提到了, 长话短说, 一起来做吧!

---【菊花酥】---

【水油皮】中筋面粉115克, 紫薯粉5克, 猪油30克, 清水63克, 蜂蜜10克, 盐1克

【油酥】低筋面粉120克, 猪油60克

【馅料】红豆沙210克(35克*6个), 黄油20克

【数量】6个(每个总重量103克, 可减半更小巧)

【烘烤】中层, 先上下火160度烤15分钟, 再加盖锡纸, 180/160, 烤10分钟

【制作】

1. 水油皮和油酥材料分别称重; 中筋面粉和紫薯粉混合过筛, 紫薯粉的用量多少决定成品的颜色深浅; 油酥中的低筋面粉可用中筋面粉代替; 猪油用室温状态的;

2. 分别将各自的材料混合;

3. 揉成圆即可, 用保鲜膜覆盖, 防水份

蒸发; 从这一步起, 所用的材料都要全程覆盖保鲜膜, 以下步骤不再赘述了;

4. 水油皮饧半小时再揉几下, 能轻松撑出有弹性的薄膜, 这一步不是必须的, 但揉出膜会使成品分层更好;

5. 水油皮和油酥各自分成6等份, 揉圆; 水油皮约在38克, 油酥约在30克, 这个做出来的菊花酥比较大, 也可根据喜好做得更小些;

6. 取一个水油皮, 拍扁, 放油酥;

7. 四周向中间聚拢, 捏严;

8. 封口朝下码放; 其它5个依次完成; 松弛10分钟;

9. 封口朝上, 按扁, 从中间分别向上、向下轻轻擀开, 不要来回擀, 尽量一次擀够长度和厚度;

10. 由上向下卷成卷; 其它5个依次完成, 松弛10分钟;

11. 面卷封口朝下, 按扁, 从中间分别向上、向下擀, 可一手拎着面片, 一手擀, 尽量一次擀到头, 翻面, 封口朝上, 再次从中间向上、向下擀, 长度约在35公分长;

12. 从上向下卷成卷;

13. 几个面卷依次处理, 松弛10分钟;

14. 松弛面卷时将馅料准备好; 炒馅这一步需要在揉面前完成, 为了保持画面的一致性, 放在这里了; 我用的水豆沙, 含水量较大, 烤时容易炸裂, 所以500克水豆沙我放了20克黄油炒了炒, 挥发掉多余的水分, 豆沙能捏成团而不散即可;

15. 每个豆沙馅料35克;

16. 将面卷两端向上捏, 从侧面看就是U形, 按扁, 擀成边缘稍薄一点儿的圆皮;

17. 豆沙馅料放上面, 四周面皮向中间聚拢, 捏严, 多出来的小面揪捏薄贴在底部;

18. 6个生坯全部完成;

19. 光面朝上, 用手掌轻轻按扁; 如果生坯小, 用刮板压扁压平, 像我这个稍大一些, 用擀面杖轻轻擀几下; 分成等份, 用利刀划开, 中心处不划断;

20. 每块边缘两角对捏成花瓣状, 每片花瓣上再用刀划两刀;

21. 码放在烤盘里, 生坯中心处抹鸡蛋液, 撒白芝麻;

22. 送入预热好的烤箱中层, 先上下火160度烤15分钟, 再加盖锡纸, 转上火180度, 下火160度, 烤10分钟; 根据饼坯大小和烤箱实际情况调整温度和时间;

23. 出炉后先不要移动, 晾到温热时再移到晾架上, 彻底凉后可密封保存, 7日内食用完。

【小提示】

1. 花瓣数量可随意, 换不同的果蔬粉就有不同的颜色; 馅料也可随意更换;

2. 每个酥饼重量约在100克, 如果嫌大, 可将3种材料全部减半使用;

3. 每完成一个大操作, 都要饧10-15分钟再进行下一步, 面皮松弛后延展性好, 更易擀开、擀薄而不破;

4. 为保持色彩清新无烤痕, 在烤10分钟左右时密切观察饼皮颜色, 及时加盖锡纸, 防止上色。

煎鱼炖鱼不破皮的妙招, 学会了不再失手, 红烧鱼又香又漂亮

家里囤货, 吃喝不愁。这不, 春节前的阿拉斯海产礼盒还没吃完, 今儿把这条漂漂亮亮的红鱼端上桌, 继续享受这来自深海的美味。

红鱼, 还真漂亮, 虽然是冰冻的, 却那诱人的红色依然散发着迷人的光泽。想象一下它在清澈的阿拉斯海水中灵动的身姿, 就知道它的肉有多鲜美了。

我是北方人, 极爱红烧的食物。我老头儿是南方人, 上次的红鱼用他家那边的方法清蒸着吃了。这次要用我这边的方法炖着吃。

以不变应万变, 这是我做饭的一个原则, 即再生疏的食材, 采用我最拿手的方法就对了。可能不是最好的方法, 但起码在口味上不会“翻车”。

炖鱼的方法和调料也全是家常的, 煎鱼不破皮的妙招也在下面的制作过程中详细分享了。

长话短说, 上菜!

---【红烧阿拉斯加红鱼】---

【材料】阿拉斯加红鱼1条, 葱1段, 姜1块, 大蒜1把, 干红辣椒1个, 八角1颗, 花椒1撮, 料酒20克, 酱油30克, 盐2克, 油30克, 热水1碗

【制作】

1. 红鱼提前从冷冻室取出, 室温下解冻; 如果着急吃, 可不剪开袋子一起浸泡在凉水中;

2. 红鱼有一层细小的鱼鳞, 刮不刮掉都可以; 去掉鱼鳃、内脏及鱼腹上的黑膜, 冲洗干净, 用厨房纸巾里外擦掉多余的水; 这是入锅不溅油的重要一步;

3. 葱姜蒜等调料准备好; 调料品种及数量不限这些, 可根据个人口味调整, 吃不了辣的可不放干红辣椒;

4. 不粘锅中火加热, 锅热后倒油, 油量比炒一盘菜略多一点, 油温6、7成热时, 拎着鱼尾巴在锅里蘸一下, 使鱼身粘一层油, 再顺势入锅, 不要晃锅, 也不要翻动鱼身,

此时鱼皮是湿凉的, 很容易被粘掉皮; 中火加热1分钟左右时, 用铲子轻轻撬起鱼身, 使鱼身和锅之间有一定的空隙, 就这样一点点用铲子撬起来, 直到全部鱼身都能轻松脱离锅底; 热油会一点点将鱼皮煎焦, 待定型后就不会粘锅了;

5. 翻身, 煎另一面, 同时将葱姜蒜等调料入锅; 看上去煎过的鱼皮, 一点儿都没破;

6. 待底面的鱼皮也定型了, 淋入料酒、酱油、盐, 倒一大碗热水;

7. 盖上盖子, 小火焖炖15分钟, 中途可用勺子舀汤浇在鱼身上, 更易入味; 待汤汁浓稠, 收汁, 出锅。

【小提示】

1. 红鱼的肉质紧实, 但入口又很嫩, 所以稍微炖一炖就很入味, 多留一些汤汁, 味道浓香, 拌饭吃也很赞;

2. 除了红烧, 清蒸、油煎、烧烤等方法都可以尝试一下。



6-119 绝对新鲜美味专业寿司料理

各類壽司拼盤
海鮮烏冬面
日式鷄套餐
鰻魚飯套餐
牛肉刀削麵
生魚片
招牌龍卷
珍珠奶茶
咖啡, 冷(熱)飲
地址: 15108 Frederick Road, Rockville, MD 20850

稻壽司 Inari Sushi

每晩6:30後 特價
營業時間: 9:30am - 8:30 pm

電話: 301-315-8818

Gift Certificate
凡購買禮品卷\$100以上有10%優惠
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