

# 3 做月饼

责任编辑：江盈盈  
2012年10月1日 星期一

中秋  
望明月时  
特刊

## 跟着巧妇自己做月饼吧

### 榴莲、南瓜、紫薯……想吃什么口味就做什么口味

本报记者 王萍/文 朱海伟/图

“市面上的月饼脂肪含量、糖分含量都很高，说不定还放了添加剂，孩子吃了不好，自己做的吃着更放心，口味选择也多，更重要的是比较特别，送给家里的老人、亲戚朋友都不错。”和大多数朝九晚五的上班族一样，只有在周末，小薇才有足够的时间给家人做一顿他们爱吃的饭菜。中秋节临近，小薇早早买来食材，准备亲手制作月饼给家人吃。

上个周末，小记来到小薇家里取经学习如何做月饼。因为家里没有烤箱，小薇选择制作不需要烤制的冰皮月饼。长假在家闲来无事的话，你也不妨跟着小薇的巧手试做一下哦。

A

#### 拌粉、上锅隔水蒸，再搅拌成团，月饼皮制作成功

首先要做的是月饼皮。根据个人口味，如果喜欢月饼皮有奶香味的，可先备好牛奶；如果不喜奶香味的，在拌制月饼皮时用清水即可。

先将糯米粉、粘米粉、小麦淀粉（澄面）根据1:1:0.6的比例用电子厨房秤称好倒入一口碗中。

再在另一口碗中将色拉油、清水（牛奶）、糖粉按1:8.3:2.3的比例混合好，倒入面粉碗中，边倒边搅拌。

这个时候，家里有搅拌机的话就更好了，既省时又省力。

搅拌均匀的粉浆，需要先静置半个小时，再上锅隔水蒸。

“如果水开了，粉浆开始凝固了，就可以搅拌了。”厨房内，小薇熟练地操作着，这已经是她今年第二次做月饼了。小薇说，根据摸索出来的经验，要趁热将粉浆搅拌成团，且粉团外层看上去比较光滑，就算成功了。

**巧妇指点：**和粉时加入相应原料，就有不同口味

如果要换口味，还需另外添加其他原料。紫色的月饼皮需要用紫薯汤来拌粉浆，抹茶和可可因能买到现成的粉，可以在粉浆搅拌成粉团后加入其中。这样一来，不仅口感独特，外表也更诱人。小薇备了抹茶、可可、紫薯这几种口味的月饼皮，颜色也就相应地呈现出绿色、棕色和紫色。

B

#### 加水、打浆，小火翻炒成团，馅料出锅

备好了月饼皮，做馅料可就要下点功夫了。根据家人的喜好，小薇准备了南瓜、豆沙、咸蛋黄、奶黄等几种馅料。其中，让小薇尤为自豪的是，她还准备了榴莲馅。一家人都喜欢吃榴莲，这种榴莲味的月饼，市面上是买不到的。

做月饼前一天，小薇特地去水果店挑了一个成熟的榴莲。

做馅料时，要把榴莲果肉分离出来，然后加水、糖粉等配料用搅拌机搅拌成浆。

在做南瓜、紫薯等馅料时，则要先把南瓜、紫薯煮熟了再打成浆。

打好的浆要倒入锅中用小火翻炒，炒前需倒少许色拉油热锅。

“这个时候，可不能发急。”小薇说，要等到锅里的馅料慢慢变浓稠了，甚至可以成团了，才可以出锅。

**巧妇指点：**翻炒时加入淀粉，可增加馅料的韧性

小薇介绍了一个经验，紫薯本身淀粉含量高，打好的浆很容易翻炒成团，是做馅料的最佳材料。其他的馅料如南瓜馅、榴莲馅，煮熟后较软，因此在翻炒时要加入淀粉，增加其韧性。

C

#### 包上馅，往月饼模具里一填一压就成形了

里、外材料都备齐后，就可以制作冰皮月饼了。忙到这里，亲手做月饼的乐趣也就看得见、摸得着了。

首先要称每个月饼的用材份量，月饼皮和馅的比例是1:1.5，也就是如果月饼皮是20g，则馅要30g。将月饼皮揉成团放在手心里压平，正中间放上馅料，然后包裹起来，月饼的雏形就出来了。再将这块雏形往月饼模具里一填一压，一个美味又美观的月饼呼之欲出。

**巧妇指点：**冰一下，口感更独特

冰皮月饼，顾名思义就是要冰一下才好吃。小薇说，做好的月饼，可以装盒放入冰箱的冷冻仓内冻上20分钟。这样，冰皮月饼将更是名副其实，冰凉的口感，绵软的表皮，味道醇厚的馅料，再加上是自己动手做的，小记吃到了最独特的月饼。



## 巧妇烘焙宝典：“君之”的手工烘焙坊

过中秋，有什么比送上一盒自己亲手制作的月饼更能表达心意呢？

像小薇这样自做月饼的巧妇并不少见。在这些巧妇圈中，还有一个共同的网络老师——君之。根据君之在博客中介绍的做法，什么点心都不在话下，真正是只有你想不到，没有君之做不到的。

其他还没把这位师傅领进门的巧妇们，不妨逛逛君之的博客，学个几招。而做月饼的所有食材，包括最后用来装月饼的礼盒，全部可以网购。在一些网店内，还附有各种月饼的做法。

**【冰皮月饼】**（参考分量：20个50g的月饼）

配料：糯米粉60克，粘米粉（大米粉）60克，小麦淀粉（澄面）35克，色拉油30克，牛奶250克，炼乳40克，糖粉60克，糕粉少量。

**【奶黄馅料】**（参考分量：2个鸡蛋）

配料：小麦淀粉（澄面）40克，吉士粉20克，牛奶90克，糖粉100克，黄油40克。



◀用电子厨房秤将各种面粉按比例称好，倒入碗中。



◀翻炒好的馅料放入碗中冷却备用。



◀套上一次性手套开始包馅。



◀包上馅的面团放入月饼模具中。



◀一填一压，月饼就成形了。



◀放入冰箱，冻上20分钟，口感更佳。



◀装入礼盒中，送给亲朋好友，也很体面。