

<<健康美味素糕点>>

图书基本信息

书名：<<健康美味素糕点>>

13位ISBN编号：9787506488143

10位ISBN编号：7506488140

出版时间：2012-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：大爱电视台

页数：111

字数：83000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<健康美味素糕点>>

内容概要

《健康美味素糕点》是台湾大爱电视台《现代心素派》节目寻访全台湾汇总出来的糕点，将各种糕点用无负担的素食做出来，吃的美味，吃的健康。

<<健康美味素糕点>>

作者简介

本书是台湾大爱电视台《现代心素派》节目寻访全台湾汇总出来的糕点，将各种糕点用纯天然的素食素材做出来，吃的美味，吃的健康。

<<健康美味素糕点>>

书籍目录

Part-1健康美味 蒸的素糕点

香蕉红豆糕
红糖馒头
鲜奶馒头
南瓜馒头
香椿养生馒头
香芋糕
红糖糕
南瓜糕
燕麦糕
材料介绍
粉类
油脂类
糖类
酱料+馅料

Part-2简单好做 煮的素糕点

山药养生麻糬
鲜奶糕
QQ饴
雪花糕
福田糕
香草绿豆糕
长生糕
马蹄糕

Part-3代代流传 节庆类素糕点

抹茶芝麻发糕
福气彩头糕
花生咸糰
港式芋头糕
寿桃
桂花糯米糕
红豆糕
凤梨酥
乌仔饼
咖喱月饼
红龟粿
南枣核桃糕

Part-4口口香酥 烤炸类素糕点

米粉沙其玛
萝卜酥饼
黄金牛舌饼
甜蜜开口笑
千层酥饼

Part-5甜蜜滋味 素糖素西点

姜母糖

<<健康美味素糕点>>

芝麻糖
杏仁芝麻脆糖
花生糖
夏威夷软糖
薏米酥饼
咖啡小西饼
巧克力酥饼
布朗尼
苹果派

<<健康美味素糕点>>

章节摘录

版权页：插图： 甜蜜开口笑 一个个油炸的小面球，每个都有自然裂痕，像是咧嘴在笑，来自北方的传统点心，加入了有健康概念的南瓜，吃在嘴里，自然开心地笑了！

素糕点问&答 为什么我炸出来的开口笑，芝麻都焦了？

这道糕点所用的芝麻，是生的芝麻，而不是我们常撒在饭上或照烧肉上的熟白芝麻，在准备材料时，不要买错了，否则入锅油炸会很快就炸黑了。

另外在炸开口笑时，油温不可太高，只需保持在低温油，120~140 之间就可以了，让小面球在油锅中慢慢炸到熟、炸到有裂痕，若油温过高，容易外面焦了，里面却还夹生。

做法 1 先将低筋面粉、无盐奶油、鸡蛋、细白砂糖放入容器中。

2 用手拌匀且揉成面团。

再将面团等分成3份。

三色面团 3 取其中2份，分别加入草莓浓缩汁、哈密瓜浓缩汁，揉成面团。

4 揉好三色面团后先静置约15分钟，让面团发酵松弛。

5 再将三色面团分别等切小块。

(将三种馅料也等切小块。

) 6 取红色面皮，略压平，包入梅子馅，收圆。

7 取绿色面皮，略压平，包入哈密瓜馅，收圆。

8 取黄色面皮，略压平，包入菠萝馅，收圆。

9 烤盘上码放菠萝酥的模型，放入包好的菠萝酥，压平、整型。

10 移入已预热至160 的烤箱中。

烤约30分钟取出，将菠萝酥上下翻面，再烤约20分钟就可以了。

<<健康美味素糕点>>

编辑推荐

绿豆糕、南瓜糕、鲜奶馒头、凤梨酥、芝麻糖、布朗尼……各种蒸的、煮的、炸的素糕点，或者是节庆类素点心，素西点，加入了南瓜、薏米、花生、杏仁等食材，不但吃起来香甜筋道，而且还能养生哦!

<<健康美味素糕点>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>