



港式甜麵包



材料:a. 全麥粉 100 gm, 高筋粉 200gm b. 砂糖 45gm c. 鹽 3gm d. 奶粉 9gm e. 鮮酵母 15gm f. 蛋 1 隻
g. 清水 125gm h. 牛油(室溫)45gm



1 麵包皮的材料



2 水加入糖及鮮酵母中攪勻



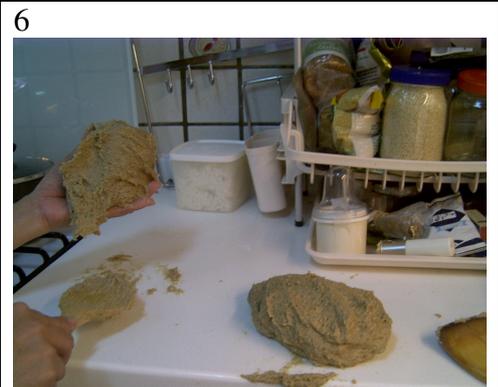
3 加粉攪勻



4 加入牛油



5 用手搓滑



6 一邊搓, 再撻約 20 分鐘



7



分成數份, 用濕毛巾蓋頂, 第一次發酵, 時間要視溫度而定

8



將餡料分成適合大小及形狀

9



攝氏 40 度發酵約 45 分鐘, 體積大了一陪

10



擠出空氣, 搓滑, 分成約 3 安士一份

11



每份包入餡料—今日用紅豆沙

12



焗盆中放入錫紙, 上面洒麵粉, 排上生麵包, 在頂掃蛋液(或鮮奶)用保鮮紙蓋面, 第二次發酵.

完成



將發好的麵包放入已經預熱的焗爐, 用 200 度焗 10 分鐘, 轉方向再焗 3 分鐘便成. 在掃蛋液時洒芝麻在頂, 增加美感, 營養及香味.

心得分享:

材料中不放砂糖可做方包或咸麵包.
豆沙料可買現成, 下次再示範豆沙之做法.

By Prakashini