



紫薯月饼

大家都开始做月饼了，我一直没能抽出空来，想想实在对不起在柜子里“躺”了一年的月饼模子。这个双休日，我蒸了紫薯，做了紫薯月饼。

配料：紫薯、自制豆沙馅、自制莲蓉馅、糕粉（炒熟的糯米粉）

制作方法：

- 1.将紫薯洗净刷干净，入锅蒸熟。
- 2.去紫薯皮，用个筛网，把紫薯用大勺子按压过筛（过筛后的紫薯非常细腻，口感好）。
- 3.取30克豆沙（或莲蓉），搓成圆球，表面滚一层薄薄的糕粉。
- 4.取20克过筛后的紫薯，搓圆按扁。
- 5.包入豆沙馅（或莲蓉馅），用虎口处慢慢把紫薯推上去，直到紫薯完全包住馅料。
- 6.搓圆。
- 7.月饼模子中撒点糕粉，摇一摇，然后把粉磕出，把做好的紫薯球小心放入月饼模子中。
- 8.扣在案板上，按压几下后，脱模。脱模后，如果月饼表面沾了比较多的糕粉，用羊毛刷子轻轻把这些浮粉扫去，即可食用。（月亮晶晶）

冰激凌月饼

去年，我在做月饼的时候，没敢尝试做冰激凌月饼，觉得难度太大。这次我做了以后才发现，原来比广式月饼、蛋黄酥简单多了。

配料：巧克力200克（有损耗）、冰激凌400克

制作方法：

- 1.将巧克力装入无水的碗中，把碗放进锅里，用60℃左右的热水融化巧克力。



- 2.准备50克左右的模子，清洗干净，擦干水分，用刷子将巧克力在模子内壁刷满，待冷却凝固后，再反复刷一层，再等巧克力凝固后（可入冰箱冷却凝固），倒入融化的冰激凌液体，高度不要超过口子，低于口子4毫米左右即可。放入冰箱冷冻室，待冰激凌完全凝固后，取出来。
- 3.倒上巧克力液体，盖满冰激凌表面。继续入冰箱冷冻室，直至巧克力完全凝固，即可取出来食用。（子瑜妈妈）

中秋月饼 自己做出来

中秋将近，月饼又成宠儿。虽然，现在外面售卖的月饼有不同口味，比如咖啡、海鲜、冰淇淋、绿茶，但自己做的手工月饼不加防腐剂，新鲜、放心，制作的过程也让人很开心、很有成就感。本版编辑搜集了几种手工制作月饼的方法，让我们来分享DIY月饼的乐趣吧！

红莲蓉馅

配料：莲子250克，细砂糖300克，花生油135克

制作方法：

- 1.将莲子洗净后，用清水泡软。
- 2.将泡软的莲子摘去莲心，加入没过莲子的清水，用高压锅炖半个小时至莲子软烂。
- 3.等炖好的莲子不烫手后，倒入食品料理机的搅拌杯里，搅打成泥状。
- 4.炒锅烧热，加入一大勺花生油和2大勺细砂糖。
- 5.翻炒片刻，使糖完全溶化。
- 6.当糖熬至焦红色的时候，倒入莲子泥，不断翻炒，使莲子泥与糖、油混合至吸收。倒入剩下的细砂糖，用中火加热并不断翻炒，至莲子泥沸腾转中小火。
- 7.持续用中小火翻炒，炒的过程中分多次加入花生油，每一次都翻炒至莲子泥将花生油完全吸收。
- 8.在翻炒过程中，随着水分不断挥发，莲子泥会逐渐变得稠厚。
- 9.当翻炒至比较干且比较硬的状态时，就可以关火了。馅儿冷却后，即可使用。（君之）



白芸豆馅

配料：大白芸豆250克，细砂糖250克，大豆油或玉米油85克，熟面粉20克

制作方法：

- 1.白芸豆洗净后，用清水浸泡过夜（白芸豆吸水能力很强，浸泡时多加水）。
- 2.浸泡到白芸豆完全胀发，表皮没有褶皱，可轻松地将白芸豆的外皮撕掉。
- 3.倒入锅里，加入没过白芸豆的清水，用高压锅炖半个小时。
- 4.炖好的白芸豆十分酥烂，达到“一碰即碎，一捏即溶”的程度。
- 5.将煮好的芸豆倒入锅里，加入细砂糖，开始翻炒，翻炒成芸豆泥。
- 6.一直用中小火翻炒，分次加入大豆油，每次都翻炒到油完全被豆泥吸收。随着水分的挥发，馅儿会越来越稠。当变成干且硬的状态时，加入熟面粉，翻炒均匀并关火，馅儿就炒好了。（君之）

如果我们想做更多口味、更多花样的馅儿，可以往白芸豆馅里加入粉类材料，比如，加入咖啡粉即是咖啡馅儿，加入咖啡粉和可可粉即是摩卡馅儿。有了白芸豆馅这个“秘密武器”，还发愁你的月饼馅儿不够“潮”不够新鲜吗？更多口味，就等着你自己来发掘。