



材料 12cm × 7.5cm 2个

<红豆沙面糊A>:

自制红豆沙	红豆沙粉	35g
	细砂糖	40g
	和三盆	15g
	水	90g
	蛋黄(生吃)	1个
	细砂糖	10g
	低筋面粉	5g
	大米粉	5g
	蛋白霜	※的45g

<※蛋白霜>:

[蛋清(生吃)	2个
	细砂糖	30g
	糖水栗子	25g
	小红豆	25g

<白豆沙面糊B>:

[白豆沙(市售)	145g
	蛋黄(生吃)	1个
	细砂糖	10g
	低筋面粉	5g
	大米粉	5g
	蛋白霜	※的剩余全部

<抹茶面糊B-1>:

[白豆沙面糊B	90g
	抹茶	1/2小勺
	水	1小勺

<黄色面糊B-2>:

[白豆沙面糊B	剩余全部
	色素(黄)	少许

准备工作

- 准备蒸笼和热水。
- 制作纸模(23 × 19cm × 2枚)。

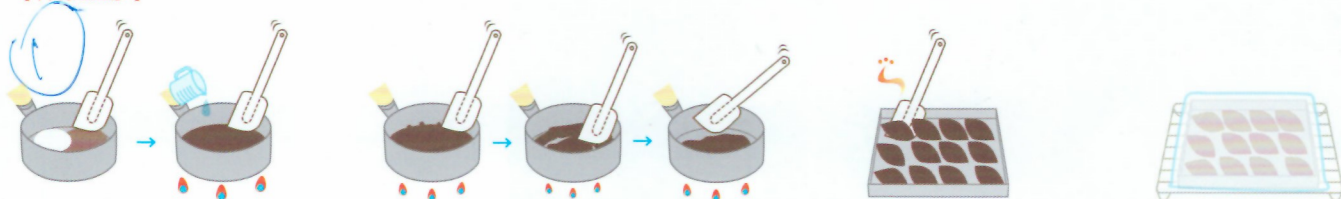
工具

- | | | |
|--------|-----------|---------|
| ● 大打蛋盆 | ● 中打蛋盆 | ● 小打蛋盆 |
| ● 软刮板 | ● 四角盆 | ● 手套 |
| ● 砧板 | ● 刀 | ● 打蛋器 |
| ● 粉筛 | ● 单柄锅(防粘) | ● 蒸锅+蒸笼 |
| ● 浮岛模具 | ● 竹签 | |

* memo *

* 红豆沙面糊A *

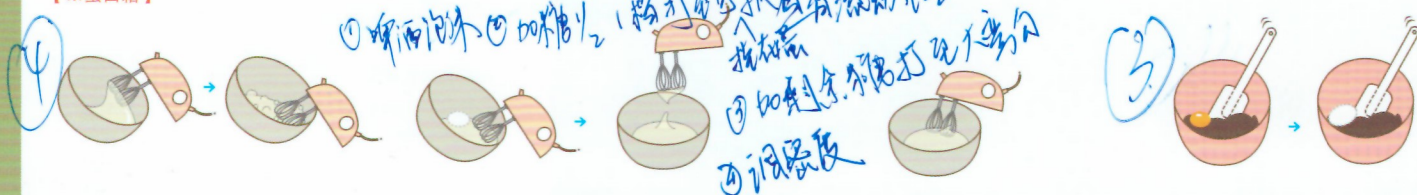
【自制红豆沙】



- 1 锅内放入红豆沙粉·细砂糖·和三盆·水后混合均匀，开中~大火加热。
- 2 沸腾后转小火继续加热并不停地搅拌直至将红豆沙集中起来后可以保持圆鼓鼓的山的样子。
- 3 将红豆沙分成小份盛入四角盆内。
- 4 盖上湿毛巾散热。

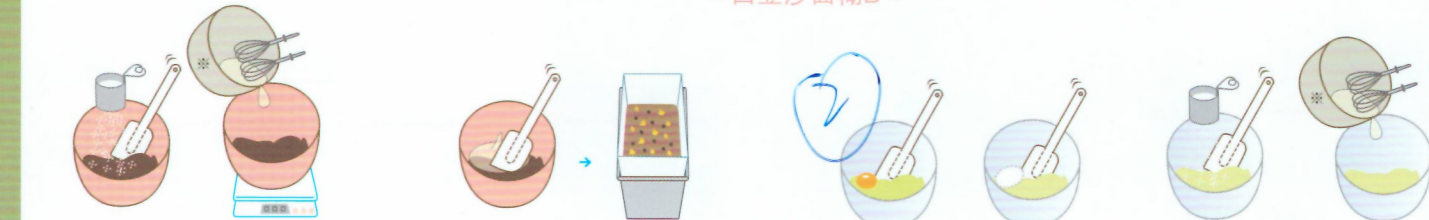
准备工作：○将低筋面粉·大米粉混合过筛一遍备用。○糖水栗子吸干水分后，切成1cm的小块备用。○将抹茶融化在水里备用。○制作纸模垫在模具内备用。

【※蛋白霜】



- 5 将2个蛋清打入小打蛋盆内，调筋后打发至蛋清可以挂在蛋爪上的程度。
- 6 加入全部的细砂糖后，打发至直立的尖角。
- 7 低速1分钟调整蛋白霜的密度。
- 8 将红豆沙放入中打蛋盆内，打散后加入蛋黄，搅拌均匀后加入细砂糖搅拌均匀。

* 白豆沙面糊B *



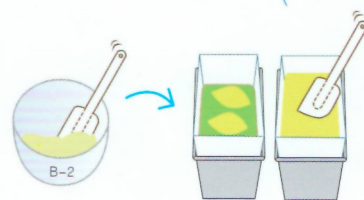
- 9 筛入低筋面粉·大米粉搅拌均匀后加入45g的蛋白霜。
- 10 搅拌至看不到蛋白霜后再继续搅拌20次后，均匀地装入2个模具内。放上糖水栗子·小红豆。
- 11 将白豆沙放入中打蛋盆内，打散后加入蛋黄，搅拌均匀后加入细砂糖搅拌均匀。
- 12 筛入低筋面粉·大米粉搅拌均匀后加入剩余的蛋白霜。

【抹茶面糊B-1】



- 13 取90g的白豆沙面糊在小打蛋盆内。
- 14 加入融化的抹茶搅拌均匀后，均匀地装入2个模具内，用软刮板（或小勺）将抹茶面糊铺平。

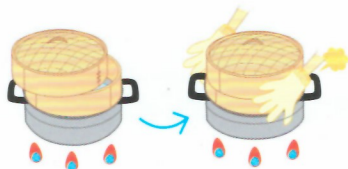
【黄色面糊B-2】



- 15 在剩余的白豆沙内加入黄色色素，搅拌均匀后均匀地装入2个模具内，用软刮板（或小勺）将黄色面糊铺平。
- 16 将模具放入蒸锅内。



- 17 将蒸锅的盖子打开一条缝，中火蒸20分钟后盖上盖子，继续中火蒸20分钟。完成后散热即可。



开盖 20min
加盖 20min
闷 5min