

吉野・山吹

練り切り



材料

2种・各4个

☆红豆沙内馅:

红豆沙粉	25g
细砂糖	20g
和三盆	10g
水	80g

白豆沙内馅:

白豆沙粉	65g
细砂糖	85g
和三盆	25g
水	230g

练切面团:

剩下的白豆沙	220g
糯米粉	5g
细砂糖	10g
水	10g

练切面团	80g
粉色色素	适量

练切面团	80g
------	-----

抹茶粉	1/4小勺
-----	-------

练切面团	剩余全部
黄色色素	适量

准备

- 所有食材放回常温备用。

准备工具

- 平底锅
- 软刮板
- 量杯
- 耐热容器
- 四角盆
- 刮片
- 电子秤
- 网筛
- 三角棒
- 竹签
- 纱布

* memo *

* 红豆沙 *



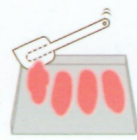
1 将食材加入锅中，搅拌均匀后加入水，搅拌均匀。



2 开中火加热，不停地搅拌。



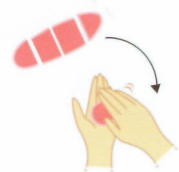
3 将豆沙加热搅拌至哑光且呈现小山状。



4 将煮完的红豆沙分成小块，放置在四角盆内散热。



5 表面盖上湿布保湿。

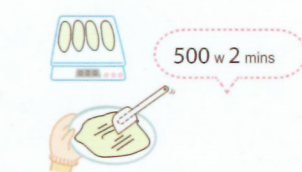


6 散热后搓成圆形，继续用湿布保湿。

* 白豆沙 *



7 将食材加入锅中，搅拌均匀后加入水，搅拌均匀。将豆沙加热搅拌至哑光且呈现小山状。



8 称量出4个10g豆沙面团搓圆。剩余的部分，放入耐热容器铺平后微波炉加热500w，2分钟。

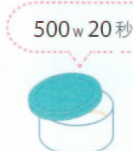


9 加热完毕后翻动一下再次加热500w，2分钟。将豆沙面团倒入四角盆散热备用。

* 练切面团 *



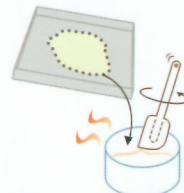
10 将糯米粉和细砂糖在耐热容器内搅拌均匀，加入水搅拌均匀。



11 松松地盖上保鲜膜，微波炉加热500w，20秒。



12 加热完毕后取出搅拌一下，继续加热500w，40s直到求肥呈现微微透明。



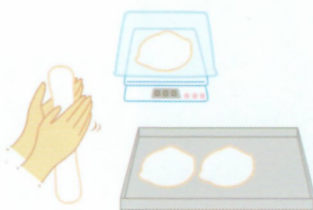
13 将之前做完的白豆沙面团与求肥趁热混合均匀。



14 取出搓成长条状，再揪成小块，通过纱布揉搓至完全均匀。



15 将做好的练切面团称量出两个80g，剩余的保留备用。



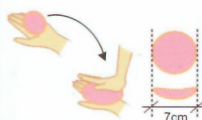
16 在其中一个80g练切面团上加上少许粉色色素，揉匀后分成4等分，盖上保鲜膜防止干燥。另一个80g的练切面团加入1/4小勺抹茶粉，揉匀后分成4等分，盖上保鲜膜防止干燥。



17 将剩余的练切面团加入适量黄色色素揉匀后分成4等分，每个面团上切出1g搓成5mm大小的圆球，盖上保鲜膜防止干燥。

* 塑形 *

< 吉野 >



18 将步骤16的粉色练切面团放置手掌，铺开成7cm直径的圆形，放上8的白豆沙内馅，包裹起来。



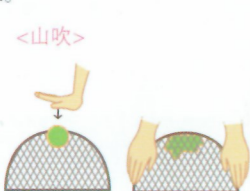
19 收口捏紧后在表面轻轻按压一下，用三角棒做出5边形的印记。



20 用手指在边缘处轻轻按压出凹槽，再用三角棒在每个花瓣边缘处刻出印记。



21 最后用三角棒尖角处刻出一个凹槽，放上搓圆的黄色小球。



22 将16的面团用网筛按压成肉松状。



23 在红豆沙内馅外松松地覆盖上22的物质，最后将黄色的练切面团按压成比较短的肉松状。



24 在表面做出约6处装饰。