

## 爆浆巧克力餐包 ★ Chocolate-filled dinner rolls

柔软的面包裹着融化的巧克力，每一口都是惊喜

¥4

2 SERVINGS

🕒

2 HOURS 15 MINUTES

🔗

YOLOCITRUS

🥩

MEAT

🍬

SWEET



NO IMAGE  
AVAILABLE

- 1 1g 酵母  
100g 清水  
100g 高筋面粉  
波兰种(室温或者冷藏过夜)，取酵母，清水，高筋面粉，混合至无干粉，发酵到3倍大
- 2 150g 冰牛奶/豆奶  
50g 鸡蛋  
3g 耐高糖酵母  
40g 白砂糖  
300g 高筋面粉  
30g 奶粉  
18g 可可粉  
再取冰牛奶/豆奶，鸡蛋，耐高糖酵母，白砂糖，高筋面粉，奶粉，可可粉，倒入波兰种，揉面到厚膜
- 3 30g 黄油  
4g 盐  
加入黄油，盐，揉十几分钟到手套膜
- 4 50g 巧克力豆  
此时可加入巧克力豆（不融化的）揉半分钟
- 5 ---  
揉成团，盖上保鲜膜，放入微波炉，放一碗热水，35度发酵1小时
- 6 ---  
发好排气，分成16份，团圆，盖上保鲜膜醒发10分钟
- 7 ---  
压扁，擀薄，放入巧克力，包紧团圆
- 8 ---  
放入烤盘，35度，发酵40分钟
- 9 ---  
于175摄氏度烤25分钟，中途盖锡纸

Enjoy!

UPDATED ON 2025-12-22 · UPDATE RECIPES

VISITER COUNTS:



# 奶香鸡蛋软饼 ★ Creamy Breakfast Pancakes

奶呼呼松软的早餐饼

¥4

3-4 SERVINGS

🕒

2 HOURS

✉

XIAOHONGSHU

✏

SWEET



- 1 360 g 中筋面粉  
1个鸡蛋  
15 g 奶粉  
15 g 糖  
准备中筋面粉，鸡蛋，奶粉，糖，一起加进厨师机的搅拌碗中。
- 2 140 g 温水(不要太热)  
4 g 酵母  
取温水(不要太热)，加入酵母，用筷子搅拌均匀，一起加入厨师机。
- 3 ---  
所有食材混合，用厨师机搅拌，揉成光滑的面团，放置30分钟预备，或者待面团发为原来两倍大小。
- 4 ---  
取出面团，按压搓揉排气，然后均匀分成8份。
- 5 ---  
每份压揉至小球，然后按压，用擀面杖擀成小圆饼，有2-3硬币厚度。
- 6 ---  
从取出面团到擀成小球，直至入锅，大约一共最多20分钟，要不然容易发过。
- 7 ---  
选用厚底不粘锅，不锈钢锅容易传热快，易糊。
- 8 ---  
中小火将锅加热，饼子入锅保持形状，随时翻面，饼子表壳发脆，边缘按压有弹回，两面有金黄色，表示饼子好了。
- 9 ---  
饼子最初入锅时，可小火加盖闷30秒，再开盖中小火，可以快速使得一面金黄，然后再来翻面，加快烹饪进程。
- 10 ---  
出锅后放凉即可食用，放置。

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language | ▾

VISITER COUNTS:



## 浓香原味鸡汤 ★ Original Chicken Soup

真正原味的鸡汤

¥4



4 SERVINGS

20 MINUTES



YOUTUBE



MEAT



UMAMI



- 1 1把干香菇 取干香菇洗净，热水泡开备用，剪成小条，保留蘑菇水。
- 2 半只鸡 鸡或者鸡腿肉。鸡腿肉可去骨(骨头单独大火煮开10分钟，去浮沫)。  
几根鸡腿肉
- 3 --- 少油，或者不放油。鸡皮朝下，小火煎鸡肉，煎至金黄，大约5分钟。
- 4 --- 开中火，加香菇，炒出香气。
- 5 5-7薄片姜 加姜，翻炒至鸡肉变色。
- 6 半根玉米 大火加蘑菇水、鸡骨汤(如果用鸡腿肉剔骨)，玉米，加水没过食材煮开，不要放太多水。
- 7 --- 炖煮十分钟后，加入盐，搅拌均匀即可食用。

Enjoy!



## 泡泡葱花鸡蛋饼 ★ Scallion Pancakes with Bubbles

外酥内软的葱花鸡蛋饼，表面有可爱的泡泡

¥4

4 SERVINGS



1 HOUR 30 MINUTES



YOLOCITRUS



MEAT



SWEET

NO IMAGE  
AVAILABLE

- 1 500g 中筋面粉  
5g 盐  
随意 温水  
5g 酵母  
准备中筋面粉，盐，温水加酵母（最后水量为450g）
- 2 ---  
把所有材料放在一起搅拌均匀，密封发酵至2倍大
- 3 一些 葱花  
一些 油  
剪葱花，锅中放油，戴手套，手套上抹油
- 4 ---  
用两只筷子挑起面团搅一搅，或者直接用手揪一团面团  
(无需排气)
- 5 ---  
放到锅里，轻轻按压，压薄一点，好熟
- 6 ---  
烙至两面金黄，轻轻按压回弹就熟了

Enjoy!

UPDATED ON 2026-01-07 · UPDATE RECIPES

VISITER COUNTS:



## 皮蛋瘦肉粥 ★ Century Egg and Pork Congee

美味快速的主食粥

¥4

2 SERVINGS

🕒

10 MINUTES



YOUTUBE



MEAT



1 1杯大米

提前把大米放在冷冻层，用低温破坏大米内部的纤维，熬出来的粥更细腻绵软。

2 2/3 锅水

在锅中放入冷冻大米，水，开大火烧开后转中火煮制大米软烂，中间不时搅拌以免黏锅。

3 1/4 磅 猪肉碎  
拇指大小 生姜  
1根 小葱水

准备好猪肉碎，可以用生姜小葱水提前腌制。

4 2 个 皮蛋

捣碎皮蛋切碎。

5 ---

开大火，把猪肉碎放入粥中煮熟。

6 ---

放入皮蛋碎，再煮5分钟后加盐(加足量要不然不够咸)，搅拌均匀。

7 一把 青葱碎

撒青葱碎，完成^\_^

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language ▾

VISITER COUNTS:

# 日式轻乳酪蛋糕★ Japanese Light Cheesecake

轻盈绵密的日式乳酪蛋糕，入口即化

¥4

①

6 SERVINGS

3 HOURS 30 MINUTES

YOLOCITRUS

MEAT

SWEET



- 1** 3个鸡蛋  
60g 牛奶/豆奶  
160g 奶油奶酪(cream cheese)  
35g 无盐黄油  
25g 低筋面粉  
40g 白糖
- 2** --- 分离蛋黄和蛋白。将蛋清放回冰箱冷藏。
- 3** --- 烤盘不宜太深。使用烘焙纸，松散地贴在烤盘侧面，且纸要裁得比烤盘高，因为蛋糕会膨胀。
- 4** 60g 牛奶/豆奶  
160g 奶油奶酪(cream cheese)  
35g 无盐黄油
- 5** 25g 低筋面粉
- 6** --- 烧一锅水至开始冒泡后转小火。锅上放个盆，将牛奶/豆奶、奶油奶酪(cream cheese)和无盐黄油放入，一边搅拌（搅拌棒），一边用小火慢慢融化至顺滑，然后关火。
- 7** 40g 白糖
- 8** --- 用余热完成下面操作：加入蛋黄，搅拌约一分钟。快速筛入低筋面粉，搅拌均匀。动作迅速，避免蛋黄被煮熟。
- 9** --- 打发蛋白：将蛋清从冰箱取出，加入少许白醋/柠檬水。
- 10** --- 使用打蛋器（例如从4档开始），起泡后分几次加入白糖。糖全部加入后，将速度降低（例如降至3档），以制作出细腻的蛋白霜。打发程度：需打发至湿性发泡（soft peaks）状态（例如总共用时6分钟）。
- 11** --- 将蛋白霜分三次加入蛋黄糊中，翻拌法搅拌，轻轻混合。由于蛋黄糊和蛋白霜的浓稠度一致，因此很容易混合。
- 12** --- 将面糊慢慢倒入蛋糕烤盘，无需震动烤盘排气，只需抹平表面，气泡会在低温烘烤中自行排出。
- 13** --- 余热烤箱，同时将步骤2剩下的水继续加热后倒入底部烤盘（托住蛋糕烤盘的）。
- 14** --- 将蛋糕糊放入烤箱，以120°C (250°F)烘烤60分钟。
- 15** --- 60分钟后，蛋糕高度约增加一倍，此时蛋糕已熟。打开烤箱顶部的加热元件（broiler）给蛋糕上色，使表面均匀光滑不裂开。
- 16** --- 拿出蛋糕。当烤盘不烫时取出蛋糕。刚出炉时，由于芝士和黄油仍是液体，蛋糕会非常柔软且晃动。
- 17** --- 冷却后放入冰箱，冷藏2到3小时，或隔夜。待芝士和黄油凝固后，口感更佳。

Enjoy!



# 手工饺子皮 ★ Handmade Dumpling Wrappers

自制饺子皮，筋道有嚼劲

¥4

50-70 DUMPLINGS

🕒

2 HOURS

✉

YOLOCITRUS



- 1 500g 中筋面粉      准备中筋面粉，盐，室温水。  
1.1g 盐  
240-250g 室温水
- 2 ---      将所有材料混合在盆里，搅拌成絮状
- 3 ---      将面粉揉成团，面团是中等偏硬的质感，像耳垂一样，  
盖上保鲜膜静置20分钟
- 4 ---      将面团揉光，盖上保鲜膜静置1个小时以上
- 5 ---      在桌面上撒上面粉，面团取出放在桌面上，不要有任何  
多余的动作!以免起筋后揉不开
- 6 ---      面团中间取个洞，然后拿起来撑开转圈，捏出一个圈圈
- 7 ---      找个地方扯开，得到一根长条面团，用手分成四份，取  
出一份，其他的放回盆里，用手搓成大拇指粗细的长条
- 8 ---      切7-9g剂子。切一个，转一下，立起来，再切。
- 9 ---      切完撒面粉，让每个剂子都均匀沾上面粉
- 10 ---      拿出一个，手掌沿着道口向下压扁，擀皮

Enjoy!

UPDATED ON 2025-12-22 · UPDATE RECIPES

Select Language ▾

VISITER COUNTS:



## 番茄鸡蛋蘑菇烩汤 ★ Tomato, Egg and Mushroom Soup

可口酸甜热汤

¥4



3 SERVINGS

20 MINUTES



YOUTUBE



SWEET



SOUR



UMAMI



- 1 3-4 个 西红柿  
7-10 个 蘑菇  
一小把 香菜  
2 根 小葱  
将西红柿、蘑菇切块。香菜、小葱切段。葱段要细。
- 2 1 壶 开水  
3 个 鸡蛋  
烧开水，打匀鸡蛋成蛋花。
- 3 少许 油  
锅热，放油，翻炒西红柿块，直到大部分软烂。
- 4 ---  
放入香菇一起翻炒到断生。
- 5 ---  
加入开水，煮开。
- 6 ---  
锅中放水，大火烧开。
- 7 ---  
勾芡，下入蛋花，慢慢绕圈淋入。
- 8 少许 白胡椒粉和盐  
等待蛋花熟后，撒入白胡椒粉和盐，搅拌均匀。
- 9 ---  
最后撒上香菜葱花碎即可出锅啦！
- 10 ---  
备注：可自行实验多种配菜来增加风味与营养。

Enjoy!



## 红烧牛肉 ★ Braised Beef

浓郁红烧牛肉

¥4

3-4 SERVINGS

3 HOURS



YOUTUBE



MEAT



SPICY



SALTY



- 1 1-2 磅 牛肉 将牛肉冷水清洗，用刀顺着纹路切成块。
- 2 1 锅 热水 用热水焯肉块，漂去浮沫，不要用凉水冲洗，直接捞出备用。
- 3 2-4 条 干辣椒 取干辣椒，剪开取出辣椒籽，然后冷水浸泡30分钟，滤掉液体。
- 4 1 小把 青花椒 开小火，锅中加入适量油，干辣椒和青花椒，煸炒4-5分钟出香味。
- 5 1/2 个 洋葱 放入洋葱小碎块，炒至透明以后，加入焯好的牛肉一起翻炒。可适当再加油，大火炒。
- 6 1碗 开水  
3-4 片 生姜  
1块 桂皮  
1-2 个 八角  
1勺 生抽  
1-1.5 勺 豆瓣酱  
1勺 盐 翻炒至牛肉有些许焦黄后，加入开水，没过食材即可，加入生姜，桂皮，八角，生抽，豆瓣酱，盐，一起煮开。
- 7 --- 转至小慢炖锅，用High炖煮，1.5-2个小时即可食用。

Enjoy!



# 华夫饼 ★ No Soda Waffle

无泡打粉华夫饼(早餐机版)



- 1 2个鸡蛋  
15-30 g 糖

准备鸡蛋，蛋黄蛋清分离，蛋清加入糖(自己适量添加)，用手持搅拌器/打蛋器打5-7分钟，打发蛋白直到泡沫立体不倒，放置一边备用。

- 2 120 g 低筋面粉  
140 g 牛奶

准备低筋面粉，中筋也可，与剩余蛋黄放一起，加入牛奶。

- 3 30 g 黄油

取黄油，小碗微波炉加热化开，跟面粉鸡蛋牛奶混在一起，搅拌均匀，再加入打发的蛋白，Z字形翻拌均匀，避免过度消泡。

- 4 ---

取饼机，以1000w为例，3/4-1杯为一个饼的量，以上组合可以出2杯左右，饼机烹饪大约5分钟左右即可。

- 5 ---

出锅后放凉即可食用，放置。

- 6 ---

也可冻入冰柜，之后取出烤箱10分钟即可。

Enjoy!



# 鸡蛋薄饼 ★ Egg Pancake

薄薄香香的鸡蛋水饼



- 1 20 g 中筋面粉  
70 g 水

准备中筋面粉，加入水搅拌均匀。

- 2 0.5 g 十三香  
0.5 g 盐  
1根 葱花  
2个 鸡蛋

再加入十三香，盐，葱花，鸡蛋，搅拌均匀。

- 3 适量油

热锅放油，倒入面糊，摇晃平整，全程开小火，看情况，翻面即熟，叠起取出食用。

Enjoy!



## 烤箱羊排 ★ Ovencooked Lamb Chop

香嫩烤箱羊排

¥4

2 SERVINGS



3 HOURS 30 MINUTES



XIACHUFANG



MEAT



SPICY



UMAMI



- 1 4块羊排  
半个洋葱  
8瓣大蒜  
准备带骨羊排，切好洗净备用。取洋葱切成小碎块，大蒜切片。
- 2 小半勺盐  
小半勺白砂糖  
少许生抽  
少许老抽  
小半勺白胡椒粉  
少许蚝油  
把羊排，洋葱块，蒜片，盐，白砂糖，生抽，老抽，白胡椒粉，蚝油，搅拌均匀后密封，搁置冰箱至少两小时以上，建议半天左右。
- 3 一层食用油  
适量孜然粉  
适量辣椒粉  
取烤盘铺锡纸(有土豆胡萝卜可放置板底)，然后铺上已经腌制好的羊排洋葱。羊排表面要刷食用油，撒孜然粉，撒辣椒粉，随后再盖一层锡纸在羊排上面。
- 4 ---  
烤箱预热200C/400F，烤30分钟，去掉上层锡纸，再烤制15-20分钟，倒掉多余的水。羊排翻面，再涂油，撒孜然粉和辣椒粉，再烤制15-20分钟。
- 5 ---  
如果羊排骨头容易焦，可以在去除上层锡纸后，给骨头专门包一层锡纸。
- 6 ---  
可以根据羊排成色，适量调整烤制时间，出锅即可食用。

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language ▾

VISITER COUNTS:



) PASTRY )

## 可可瑞士卷 ★ Cocoa Swiss Roll

柔软的可可蛋糕卷，内馅是香浓的可可奶油

¥4

6 SERVINGS



1 HOUR 30 MINUTES

YOLOCITRUS

MEAT

SWEET

NO IMAGE  
AVAILABLE

- 1 3个 鸡蛋黄  
12g 砂糖  
30g 植物油  
15g 可可粉  
38g 低筋面粉  
蛋黄糊：鸡蛋黄，砂糖，植物油，可可粉，低筋面粉
- 2 3个 鸡蛋清  
30g 砂糖  
蛋白霜：鸡蛋清，砂糖
- 3 112g 淡奶油  
11g 砂糖  
2-3g 可可粉  
蛋糕馅（奶油）：淡奶油，砂糖，可可粉
- 4 3个 鸡蛋黄  
12g 砂糖  
30g 植物油  
鸡蛋黄和砂糖搅匀，加入植物油
- 5 15g 可可粉  
52g 温水  
可可粉用温水化开调匀后加入步骤1的蛋黄糊
- 6 38g 低筋面粉  
筛入低筋面粉，Z字搅拌均匀，避免起筋
- 7 30g 砂糖  
预热烤箱350F，蛋白加入柠檬汁或者白醋后打发，分三次加入砂糖，打至湿性发泡
- 8 ---  
分三次翻拌加入蛋白糊到蛋黄糊，从15cm处倒入烤盘（垫烘焙纸），震三下
- 9 ---  
放入烤箱350F，18分钟
- 10 ---  
晾凉至温热，倒扣撕脱烘焙纸，卷起定形30分钟，定形期间准备蛋糕馅
- 11 112g 淡奶油  
11g 砂糖  
2-3g 可可粉  
淡奶油加砂糖和可可粉，先搅拌一会儿防止可可粉打发中飞溅，打发奶油
- 12 ---  
打开蛋糕卷，抹上奶油，卷起冷藏定形即可

Enjoy!

UPDATED ON 2026-01-07 · UPDATE RECIPES

VISITER COUNTS:



## 可乐鸡翅 ★ Cola Chicken Wings

香甜嫩滑鸡翅

¥4

3 SERVINGS



10 MINUTES



YOUTUBE



MEAT



SWEET



1 1 磅 鸡翅

将鸡翅焯水后盛出

2 5-7 片 生姜

准备生姜

3 少许 油

锅热加油，放入鸡翅与生姜一起翻炒

4 1 根 青葱

加入青葱白根部分，继续翻炒，直到鸡翅表面金黄

5 少许 酱油  
少许 盐

加酱油翻炒均匀，加盐

6 1 小罐 可乐

加入可乐，煮至收汁

7 ---

关火，放入剩余青葱翻炒后完成^\_^

Enjoy!

UPDATED ON 2025-08-01 · UPDATE RECIPES

Select Language ▾

VISITER COUNTS:



## 辣椒炒肉 ★ Stir-fried Pork with Peppers

香辣下饭的经典湘菜

¥4

🕒

🔗

👤

🔥

2 SERVINGS

30 MINUTES

YOLOCITRUS

MEAT

SPICY



- 1 200-300g 梅花肉  
100g 五花肉

食材准备：梅花肉逆着纹理切成薄片（跟生长方向反的）。也可加入五花肉增香。

- 2 1g 盐  
12g 生抽  
300g 辣椒  
50g 大蒜

腌制梅花肉：用盐，生抽，抓至黏手起胶；辣椒切滚刀块；大蒜切成片

- 3 ---

食材重量仅供参考，具体可凭感觉行事

- 4 300g 辣椒  
3g 盐

喷一点油，放入辣椒翻炒，少翻动，撒入盐后继续翻炒至辣椒表面产生一点虎皮，偏软的状态，盛出备用

- 5 100g 五花肉  
50g 大蒜  
200-300g 梅花肉

喷一点油，放入五花肉，煸至带点焦边。放入大蒜片，炒香后放入梅花肉翻炒至没有水汽，油亮亮的。没有五花肉就直接放梅花肉炒到油亮后加入蒜片

- 6 ---

(因为用的不粘锅，抽油烟机也不给力，全程用中火。如果有大火更佳。再有大火的情况下，炒到五花肉有焦边后下入蒜片炒香，然后加入辣椒和梅花肉翻炒)

- 7 少许 生抽  
少许 盐

沿着锅边淋入生抽和盐，翻炒均匀后起锅装盘

Enjoy!