

2014年7月18日 星期五

编辑: 诸晓红
组版: 车时超
校对: 朱君

炎热的夏季, 开胃可口的甜品可以让人忘却暑气和疲劳。不管是流露小资范的水果椰汁西米露, 还有从宁波名点猪油汤团中演变出的时尚版竹炭榴莲汤团, 这些甜点或有熟悉的味道, 或有流行的口感, 以酸甜清凉的口感挑逗着人们的味蕾。

记者 孙美星

给夏日增加一抹清凉甜味

榴莲汤团

时尚版宁波汤团更清凉

猪油汤团是宁波最富盛名的一道甜点了, 清凉的夏日, 如果你觉得热腾腾甜腻腻的猪油汤团太甜腻, 可以尝试做一做改良版的榴莲汤团。

“榴莲汤团是我们推出的一道适合夏天品尝的点心, 糯米粉里加入了有清热解暑功效的竹炭, 用的是超细研磨、杀菌处理过的食用竹炭粉, 馅料里加入了新鲜榴莲, 特别适合夏天品尝, 冷着吃热着吃都可以。”缸鸭狗研发总监、中国烹饪大师林军介绍, 品尝榴莲汤团最好再配上一小碟酱瓜和黄豆粉, 汤团在黄豆粉里打个滚再品尝, 这种独特的吃法使得汤团更加鲜香, 吃过一个汤团再来一小片咸咸脆脆的酱瓜, 解腻又爽口。

榴莲汤团做法:

材料: 糯米粉、竹炭粉、榴莲茸、糖粉、猪板油、糖桂花

做法:

1. 将新鲜榴莲果肉放进粉碎机内, 打至细腻, 润滑茸浆;
2. 猪板油去掉异物, 清洗干净, 扒去猪板油上膜和筋, 绞成泥;
3. 猪板油泥和糖粉搅拌均匀, 加入榴莲茸浆, 搅拌均匀, 即可做成榴莲馅, 放入冰箱冷冻;
4. 水磨糯米粉与竹炭粉倒入搅拌机中, 加水搅拌均匀、揉透;
5. 将拌好的汤圆粉坯捏成酒盅型, 放入冷冻后的榴莲馅, 馅心居中搓圆, 汤圆表皮光滑, 一碗榴莲汤圆即可完成。



椰汁西米露

三捞三煮才能得到超Q的口感

随着甜品屋的流行, 椰汁西米露这道甜点在宁波吃货中流行开来。其中椰汁或椰奶有清凉消暑、生津止渴的功能, 养生还美容。

白领胡女士就一直在家琢磨怎么自制这道美味甜品, 特别是怎么煮出味道最好最Q的西米, 她有不少心得。

“西米特别会吸水, 很不好煮, 很容易煮糊掉, 或是夹生。”胡女士煮西米的诀窍是三捞三煮: 水烧开后, 把西米下锅, 在煮的过程中要不断地搅拌, 否则西米很容易在底部结块, 第一次煮西米几分钟后会发现原来通体雪白的西米外面一圈开始变得透明起来, 当西米中间的白点占西米粒的一半左右, 把西米捞起来, 放自来水里冲淋降温。然后锅里换上新水, 烧开后下锅二次煮, 这次煮到西米里的白点只有一小点后, 再次捞起冲淋, 然后换水第三次煮。

“第三次煮西米到白点消失以后马上关火, 盖上锅盖, 利用锅内余温焖一会, 再捞起, 这次要用冷开水冲淋, 然后捞起来备用。”胡女士说, 冷却后的西米, 可以加少量水放入冰箱冷藏, 出去玩的时候把冷却好的西米、椰汁和水果丁都带上, 吃的时候依据个人口味添加在一

起就可以了。要注意的是, 刚煮出来的小西米冷藏后要立即食用, 过夜会因为吸水过多变得不Q弹, 最好吃多少煮多少。

而对于水果的搭配, 胡女士说尝试了很多种水果, 感觉芒果最好, 木瓜、猕猴桃、西瓜、桂圆也不错, 搭配的时候最好切成小丁。

椰汁西米露做法:

材料: 西米、椰奶(或椰汁、椰子粉)、水果丁(芒果或根据个人喜好选择)

做法: 1. 西米用水煮至全透明后, 捞起用凉开水和隔筛把西米冲洗一下, 再隔干多余水分, 然后放凉备用;

2. 西米中加入椰汁或椰奶, 根据个人口味加入少量炼乳或白糖;

3. 把水果切成小丁放入, 可选择芒果、西瓜、猕猴桃等。做好的西米露冰镇后食用口感更佳。



和大师学做夏日甜点

进入夏季, 宁波不少酒店里也推出了各色甜点, 记者请中国烹饪大师钱再推荐了两道饭店里热销的甜点, 快和大师一起学着做吧。

★杏仁豆腐

材料: 1. 吉利丁片(鱼胶片) 5克、水 50毫升、细砂糖 40克、杏仁霜 10克、牛奶 160毫升、杏仁露 3毫升

2. 糖水: 水 300毫升, 细砂糖 60克

3. 碎冰适量, 新鲜水果适量

制作过程:

1. 鱼胶片泡冰水至变软, 取出, 挤干水分备用;
2. 制作糖水: 水煮滚, 倒入细砂糖, 用中火煮至糖溶化, 放凉备用;
3. 将水 50 毫升放于锅中煮滚, 依次加入细砂糖、杏仁霜、牛奶充分搅拌均匀, 趁热加入泡软的鱼胶片拌溶, 再加入杏仁露拌匀, 放入模型盛器中, 待凉后, 放入冰箱冷藏至凝固;
4. 将杏仁豆腐从模型中取出, 切成菱形形状;
5. 碗中铺入一层碎冰, 再放入杏仁豆腐块, 加入选好的新鲜水果丁, 淋上糖水即可。

★椰汁红豆糕

材料: 红豆 80克、大菜(琼脂) 10克、滚水 750毫升、砂糖 250克、粟粉 80克、清水 120毫升、椰汁 160毫升、淡奶 60毫升

制作过程:

1. 红豆洗净后放入碗中, 用水浸泡 3-4 小时, 倒去水, 放入锅中, 加入冷水, 大火煮滚, 中火煲至熟软(用手指轻捏, 红豆会碎掉即可), 隔水备用;
2. 大菜(琼脂)剪碎浸软后, 放 750 毫升的滚水内煮约 5 分钟, 加入糖再煮溶, 加入椰汁和淡奶拌匀, 熄火;
3. 粟粉用 120 毫升清水搅拌, 慢慢拌入糖水中, 开火, 搅拌煮至浓稠, 最后加入熟红豆拌匀;
4. 把加工好的材料倒入盛器中待凉, 放冰箱内冷藏至凝固, 取出切成块, 便成清嫩爽口的椰汁红豆糕。



宁波第二百货商店官方微博

“暑期嘉年华”夏季 2014 SHOPPING FESTIVAL
TIME: 7月18日-7月20日(周五-周日)
SALE...秒杀! 抢购进行时...

实折实扣 实在实惠 劲折出清 一价到底
夏令系列商品 3折 4折 5折
红黑商品 蓝黑商品 黄黑商品

·夏季送爽 幸运转盘++ (人人有奖)

活动期间, 累计购物满300元, 均可参加幸运大转盘活动一次; 有机会赢取夏日清凉品; (奖品有饮用水、雪糕、啤酒、空调被、四件套/单件商品满额限参加一次)

·会员礼遇 / 关注微信 / 扫码有礼

活动期间, 二百贵宾会员(金卡), 凭接收“二百购物节”短信群发内容, 或关注“二百”微信并转发“夏季购物节”至朋友圈, 即可获赠“冰露饮用水”一瓶(每个账号限领一次);

刷卡联动
“兴业”有礼

活动期间, 刷兴业银行信用卡消费单笔满288元送罗列罗巧克力随身装1份或绿色档物份; 满2888元送汇丽雅毛巾礼盒(含银送50份; 黄金珠宝、收藏品、香烟除外);

海娃娃/禾雪儿童羽绒服
反季特卖 64元起

有机国药 清补养生 中华老字号“寿仙谷”进驻三百
凡一买仁购买寿仙谷药业产品满2000元, 赠价值165元铁皮枫斗颗粒礼盒一盒。

百网: www.nb200.com 百淘宝店: nb200.taobao.com 本次活动个别商品除外 如有刊误, 以现场明示为准。

百惠享俱乐