小饼如嚼月 汇食寄深情

国家二级面点师　顾佳梅

月饼，又称丰收饼、团圆饼等，是中国传统糕点之一，中秋节节日食俗，象征团圆和睦。传统月饼按产地、销量和特色分，主要有广式月饼、京式月饼、苏式月饼和潮式月饼四大派别。非传统月饼外形上追求新颖独特，口感上不断创新，例如冰皮月饼、冰激凌月饼等。本期就让我们一起做几款适合中秋佳节食用的面点，享受“小饼如嚼月，中有酥和饴”的美好“食”光吧。

鲜肉月饼

用料（可做 12 个）

水油面：中筋粉 160 克、猪油 55 克、糖粉 16 克、温水 64 克。

干油酥：低筋粉 115 克、猪油 54 克。

鲜肉榨菜馅心：猪肉（160 克）、榨菜（50 克）、熟白芝麻、葱姜末、料酒、老抽、黑胡椒粉、盐、糖等适量。

规格：胚重 35 克、馅重 20 克。

烤箱温度和时间：200 度，30 分钟。

做法

步骤 1：水油面中所有材料混合均匀揉光滑，盖保鲜膜松弛 20 分钟，分成 12 份；

步骤 2：干油酥材料混合均匀成团，分成 12 份；

步骤 3：将干油酥包入水油面，捏紧；

步骤 4：擀长约 15 厘米，呈牛舌状，再自上而下卷起来，松弛 15 分钟；

步骤 5：第二次擀开约 15 厘米长度，再次卷起，松弛 15 分钟；

步骤 6：正中间食指按下，两头靠向中间手掌按扁，擀成圆皮，包馅，收口朝下，放入烤盘，略按扁；

步骤 7：放入烤箱 200 度，30 分钟，出炉。

广式月饼

用料（可做 12 个 50 克月饼）

饼皮：中筋面粉 100 克、转化糖浆 70 克、花生油 25 克、枧水 2 克。

馅心：莲蓉、五仁等依喜好。

刷饼面蛋黄水：1 个蛋黄加 25 克清水。

防粘粉：玉米淀粉适量。

规格：胚重 15 克、馅重 35 克。

烤箱温度和时间：200 度，20 分钟。

做法

步骤 1：花生油、转化糖浆、枧水用手动打蛋器搅拌均匀，倒入中筋面粉拌匀成团，包上保鲜膜松弛 2 小时；

步骤 2：饼皮 15 克一份，馅心 35 克一份搓圆，共分成 12 份；

步骤 3：饼皮在手中捏扁，放上馅心，用虎口把饼皮往上推，直到收口，搓圆，即成月饼胚；

步骤 4：将月饼胚在玉米淀粉中滚一下，放入月饼模具压制成型；

步骤 5：将成型的月饼胚放入烤盘，表面喷微量清水，入烤箱烤 5 分钟，取出，迅速薄薄刷上一层蛋黄水，再放入烤箱，烤 15 分钟左右，出炉；

步骤 6：刚出炉的月饼，皮干硬，待冷却后，室温密封保存。2 天后，即会回油变软。

冰皮月饼

用料（可做 12 个 50 克冰皮月饼）

饼皮：糯米粉 40 克、小麦淀粉 30 克、粘米粉 30 克、牛奶 180 克、糖粉 50 克、玉米油 20 克、适量炒熟玉米淀粉做防粘用糕粉。

馅心：奶黄、椰蓉等依喜好。

做法

步骤 1：碗里倒入糖粉、牛奶、玉米油搅拌均匀，再加入糯米粉、小麦淀粉、粘米粉搅拌均匀，静置 20 分钟；

步骤 2：盖上保鲜膜放入水开的蒸锅大火蒸 25 分钟；

步骤 3：蒸熟的面糊用硅胶刮刀搅拌顺滑，晾凉后放入冰箱冷藏一小时；

步骤 4：冷藏后的冰皮面团和馅料分别分成 25 克一个，手上沾少许糕粉，将冰皮面团放在手心压扁，包入馅心，收口捏紧；

步骤 5：月饼模具内撒些糕粉，将包好的冰皮面团放入模具，压制成型，放冰箱冷藏数小时后，即可食用。

蛋黄酥饼

用料（可做 12 个）

水油面：中筋粉 140 克、猪油 40 克、糖 20 克、温水 70 克。

干油酥：低筋粉 120 克、猪油 60 克。

馅心：生咸蛋黄 12 个，豆沙适量。

装饰：纯蛋黄 1 个、芝麻适量。

规格：胚重 35 克、馅重 20 克。

烤箱温度和时间：180 度，25 分钟。

做法

步骤 1：馅心制作，取生咸蛋黄放在铺了油纸的烤盘上，喷高度白酒。烤箱 180 度烤 8 分钟，晾凉后包上豆沙，单份重量 20 克一个；

步骤 2：同“鲜肉月饼”步骤 1–5；

步骤 3：正中间食指按下，两头靠向中间手掌按扁，擀成圆皮，包咸蛋黄豆沙馅心，收口朝下，刷蛋黄液，点缀芝麻；

步骤 4：放入烤箱 180 度，25 分钟，出炉。

蛋黄莲蓉桃山皮月饼

用料

饼皮：各种口味桃山皮。

馅心：莲蓉馅、烤熟的咸蛋黄（做法见“蛋黄酥饼”）。

做法

步骤 1：每个按皮 20 克，馅 30 克，逐个包好，放入月饼模具压制成型；

步骤 2：烤箱 160 度，烤 10 分钟后取出；

步骤 3：等待 1 天后回油即可食用。