



## 賀年美點 D.I.Y.



軟滑可口的糯米糍，香甜美味的紅豆糕。今年 1 月 1 日行山活動中，各位行山友在休息時候，嚐到了李玉枝及江美心校友親手自製的美點，大家讚不絕口的同時，更紛紛向她們請教，希望在今年春節能自己動手做出美點，與家人一起分享。

兩位強社學姊經常將美味食物送給大家分享，如在合唱團練習課及聚會活動時，大家都讚嘆不已，請她們開班傳授，可惜場地問題，未能安排。

現詢眾要求，她們寫下食譜與校友們分享。希望大家與家人一起動手，過一個溫馨愉快的春節。

### 糯米糍

#### 材料

糯米粉：1 斤      白砂糖：10 安士      水：16 安士（兩杯）  
椰絲：4 兩      椰汁：14 安士  
餡料（豆沙或麻蓉）：10 - 12 兩  
8 吋糕盆一個（可到超市購買錫盆）      BBQ 膠手套一對

#### 做法

\* 製作過程可用人手攪拌或用攪拌機處理

- (1) 白砂糖及水用攪拌機攪勻
- (2) 將一半糯米粉慢慢加入(1)，然後加入椰汁繼續攪，再將餘下的糯米粉慢慢加入，直至所有材料混合（如攪拌機容量細，可以分兩次做，但最後要將兩份粉漿混合攪勻）
- (3) 將粉漿倒入糕盆，蒸約 45 分鐘至熟透（可用一筷子插入粉團測試，粉漿不黏，就表示熟透），取出熟粉攤涼
- (4) 穿上膠手套，取熟粉團分成小粒，搓成圓餅形放入餡料然後包裹、收口、搓圓，最後沾上椰絲。



## 紅豆糕

### 材料

紅豆：半斤      粘米粉：8 兩      冰糖：10 兩      水：8 杯半（1 杯 = 8 安士）  
8 吋糕盆一個

### 做法

\* 可用真空煲煲焿紅豆，因水份蒸發較少，需調減水量

- (1) 粘米粉用 1 杯半水開成粉漿，拌勻至沒有粉粒
- (2) 約用 7-8 杯水煮熟紅豆，冰糖待紅豆接近煮好時才加入煮溶，最後取紅豆連水 8 飯碗份量，剩餘作其他用途
- (3) 將熟紅豆湯(2)分次慢慢倒入(1)，邊加邊攪至完全混合直至糊狀
- (4) 倒入糕盆隔水蒸 1 小時至熟透（糕會稍微升起，亦可用筷子插入糕內視察）
- (5) 攤凍後放雪櫃



## 蘿蔔糕

### 材料

白蘿蔔：2 斤半      粘米粉：8 兩      腊味、蝦米：適量      薑米：1 湯匙（隨個人喜好）

### 調味

糖：2 茶匙      鹽：2 茶匙      雞粉：1 茶匙      胡椒粉：隨個人喜好

8 吋糕盆一個

### 做法

- (1) 蘿蔔刨絲，蘿蔔水分開
- (2) 將粘米粉加入蘿蔔水開成粉漿備用
- (3) 腊腸、腊肉、蝦米，爆香備用
- (4) 薑米起鑊（中火），放蘿蔔絲煮至半熟，加入(3)及調味，撈勻後熄火
- (5) 最後將(2)分次倒入(4)，邊加入邊攪勻至呈現糊狀
- (6) 將(5)倒入糕盆，隔水蒸約 45 分鐘



## 椰汁年糕

### 材料

糯米粉：1 斤      澄麵粉：6 兩      白砂糖：1 斤      水：2 杯（1 杯 = 8 安士）  
生油：6-8 湯匙      椰漿：8 安士      椰油：5 滴（適合喜歡濃椰子味人士）

8 吋糕盆一個

### 做法

- \* 製作過程可用人手攪拌或用攪拌機處理
- (1) 糯米粉、澄麵粉、白砂糖、水、椰漿一併攪勻
- (2) 加入生油及椰油
- (3) 搓成軟滑粉漿糊後，放入糕盆
- (4) 隔水蒸約 1 小時 30 分鐘



## 馬蹄糕

### 材料

馬蹄粉：1 碗(飯碗)      馬蹄：6-8 兩      冰糖：6-8 兩      水：6 碗（飯碗）

\*馬蹄及冰糖多少可視乎個人喜吃馬蹄和甜食而作調節

約直徑 10 吋糕盆一個

### 做法

- (1) 馬蹄去皮洗淨切碎
- (2) 用二碗水將馬蹄粉攪勻
- (3) 將糕盆塗上薄生油
- (4) 將四碗水加入冰糖後煮沸至冰糖全部融化
- (5) 上述事項備妥後，一邊將煮沸的冰糖水攪動，一邊將攪勻的馬蹄粉粉漿慢慢倒入
- (6) 不停攪動粉漿至成糊狀，再倒入馬蹄碎再攪勻
- (7) 將糊狀馬蹄糕倒入糕盆，隔水蒸約 10-15 分鐘即成馬蹄糕