



荳胡麻江米条

秋

以小麦粉、鸡蛋和牛奶为底加入大量的荳胡麻（苏子）而油炸成的点心



原料（1份的量）

小麦粉	600g
荳胡麻（苏子）	120g
盐	少许
烘焙粉	1小匙(4g)
白糖	180g
两个鸡蛋和牛奶	250cc
食用油	适量

烹调方法

1. 把小麦粉、烘焙粉、白糖、盐在大钵中搅匀，筛约两次。
2. 加入干煎好的荳胡麻和打好的鸡蛋与牛奶，快速搅拌。
3. 分成3~4等份，用擀面棒擀成约1~2厘米的厚度，放入冰箱（冷冻）10~15分钟。
4. 从冰箱中取出后再擀成5毫米的厚度，切成宽3厘米、直径5毫米的棒状。
5. 用130度的油慢慢炸。

烹调要点

- 慢慢倒入鸡蛋和牛奶并搅拌，直到成固状。
- 油炸前放入冰箱冷冻一下。
- 擀面团时，切开面团后无需再沾面粉。
- 油温不要超过130度。
- 少量地慢慢地炸，以维持油温。