

美味DIY

芒果酥皮拿破崙

Mango Mille-feuille

酥皮製法：

材料：

油皮：
牛油…………… 100g
低筋麵粉…………… 40g

水皮：
低筋麵粉…………… 60g
油…………… 10g
水…………… 20-30g

做法：

- (1) 將油皮材料攪拌成粉糰，放進雪櫃一會兒備用。(注意別雪得太硬)
- (2) 將水皮材料攪拌成粉糰。
- (3) 壓薄牛油皮，包著水皮，摺疊成 3 份。
- (4) 將皮壓薄，摺疊成 4 份。
- (5) 重複步驟(4)。
- (6) 用叉在皮上打一些小孔，鋪平在焗盤內，15 分鐘後再放入已預熱 180 度的焗爐，焗約 25 分鐘至金黃色。

餡料：

材料：
吉士粉(即食)…………… 100g
牛奶…………… 350g
芒果(切片)…………… 適量

做法：

- (1) 將即食吉士粉加入牛奶一起攪拌成吉士醬，擺放於室溫中 15 分鐘以吸收水氣。
- (2) 切一層酥皮，鋪一層吉士醬，放一層芒果片，再鋪一層吉士醬。將以上步驟重複一次，頂層再放一層酥皮，撒上糖霜即成

鳴謝：本食譜由糖樓五十三提供

<http://www.rthk.org.hk/elearning/dessert/>

香港電台網上廣播站 e-Learning 網頁《美味 DIY》，聯同本港 15 間烹飪學校，在網上免費教大家製作約 40 款美味的食品。網上有食譜、整個製作過程的短片、還有導師的「一分鐘錦囊」，讓你在家中輕輕鬆鬆做出美味的食品。