

# 芝麻花卷

[份量：二人]

## 材料：

麵粉	150 克
快速酵母	1 茶匙
糖	30 克
暖水	60 毫升
牛奶	2 湯匙
炒香白芝麻	1 茶匙
菜油	1 茶匙
牛油紙(8 厘米 x 6 厘米)	6 張
*火腿茸、蔥花	適量 (隨意)

## 製法：

1. 預備蒸籠。
2. 麵粉、酵母及糖一同篩入粉盆，並在中央開一小穴，倒進暖水及牛奶，攪拌成一軟粉糰。
3. 在桌面上灑少許麵粉，揉搓粉糰 3 分鐘，直至軟滑。
4. 把粉糰輾壓成長方形 (約 20 厘米 x 30 厘米)。
5. 掃上菜油，然後從較長的一端開始捲起\*，將長方形粉糰塊捲成長條狀，再切為 12 份。
6. 取出其中兩份，把它們上下重疊擺放，然後用木筷子在中央大力按壓。

7. 捏着花卷兩端，各向後反轉，直至兩端接合，然後把花卷放在牛油紙上（接口的一面向下）。
8. 在花卷上灑上炒香白芝麻。
9. 將花卷擱在一旁約 20 分鐘，待其發酵。
10. 放入蒸籠，用猛火蒸 10 分鐘。

*\*可於捲麪糰前（步驟 5）在粉糰塊上灑上蔥花及火腿茸，令花卷更為美味。*