

福果

馅料：

芦笋/西葫芦
红萝卜
蘑菇
木耳
马蹄/沙葛



调味料：

500克料
15克蚝油
5克鸡粉
5克盐
15克糖
少许麻油
白胡椒粉



香菜梗或者韭菜
(开水烫一下
捞出放入冰水
里浸泡一下，
用来绑福袋)



水晶皮：

土豆淀粉
澄粉：各76克
水：114克



另外准备多一份土豆淀粉：76克
再煮滚500克的大滚水

制作过程：

1. 把76克的土豆淀粉和澄粉用114克凉水充分混合均匀
2. 用擀面杖均匀均速的搅拌面浆，慢慢倒入滚水，直到粉浆突然凝固即可，尽快加入剩下的土豆淀粉
3. 用按压方式揉匀，再用澄粉做手粉继续揉到不粘手
4. 擀成比饺子皮略大的皮，包入馅料，用香菜梗绑紧
5. 水开后放入福袋蒸5分钟至皮透明即可



大家不一定要包成福袋的形状，
也可以包成饺子，方便，不影响
口感。

