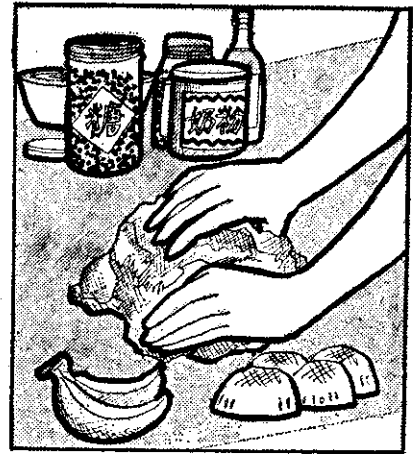


# 香蕉麵包 · 易做好吃！

台灣區麵食推廣會提供



目前日本香蕉市場，由於受到菲律賓香蕉及中南美的大量傾銷，香蕉輸日已深受影響。今後除應再積極拓展香蕉外銷市場外，同時也應發展國內市場。

香蕉營養豐富，風味芳香可口，除供餅銷外，仍可加工製成各式芬芳可口的香蕉麵包糕餅。

## 香蕉麵包

**材料用量(%)**：高筋麵粉一〇〇，水三三，三五，熟香蕉四〇，細沙糖六，塩二，油四，新鮮酵母四，奶粉四，改良劑〇·二。

**製作方法**：(1) 香蕉剝皮後攪爛。

(2) 水、糖、塩、香蕉放入缸內拌和均勻。

(3) 奶粉、改良劑放在麵粉中用手拌勻，倒一半至水內攪勻，酵母加入後再將另一半麵粉倒入，用中速將麵筋攪至擴展，攪拌後麵團溫度三〇度C。

(4) 發酵二十分鐘後分割整形。

(5) 最後發酵四〇~五〇分，進爐烘烤，爐溫四〇〇度F，烤二五~三〇分。

## 香蕉奶油蛋糕

**材料用量(克)**：低筋麵粉一、〇〇〇，細沙糖九五〇，油四〇〇，奶油三〇〇，全蛋七七〇，再製塩二〇，發粉一五，香蕉六〇〇，奶水二〇〇。

**製作程序**：採用糖油拌合法，使用漿狀拌打器。

(1) 將配方中所有的糖、塩、油倒入攪拌缸內，用中速攪拌至使糖油呈絨毛狀(打入空氣)。

(2) 將香蕉拌成泥漿後，加入拌合均勻。

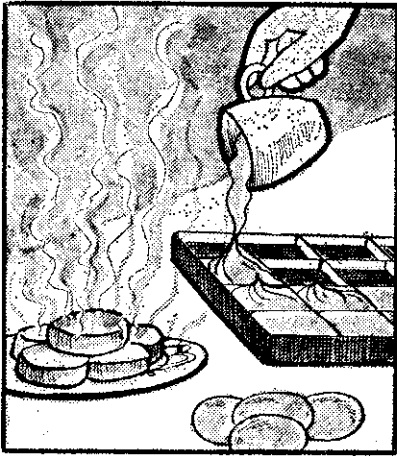
(3) 將蛋分二~三次加入，繼續用中速拌勻。

(4) 麵粉與發粉均勻混合後，過篩，和奶水分四次交替加入，改用慢速將上項材料攪拌至均勻、光滑即可。

(5) 裝盤使用小長方布丁烤盤，每個麵糊重量五〇〇公克。

(6) 烘焙溫度為三五〇度F，時間四五分。

(7) 出爐後表面可刷一層蛋水，以增加表面的光澤。



## 香蕉芝麻餅(油炸)

**材料用量(克)**：中筋麵粉一、〇〇〇，新鮮酵母五〇，細沙糖一八〇，再製塩一五。

全蛋八〇，奶水一二〇，香蕉七〇〇，油八〇。

### 製作程序

(1) 先將香蕉攪成泥漿後，加糖拌勻倒入攪拌缸內。

(2) 將配方中所有的材料(除油外)全部加入攪拌缸內。

用慢速混合拌勻後加入油脂，改中速攪拌至卷起階段。

(3) 將拌好的麵團分割成每個三五克~四〇克的小麵團，滾圓之後，搓成香蕉形狀，表面沾水再沾上白芝麻，然後送入最後發酵。

(4) 最後發酵時間三五分。

(5) 油炸溫度一八〇度C，時間三分鐘(每面一分半)。

(6) 冷卻後的芝麻餅，從側面剖開可加入不同的餡子。

