



## 小紅熊 Redd's Nature Play Party

### 亞達伯拉象龜第一集: 象龜的貢獻

身形龐大既亞達伯拉象龜可以為小動物開僻新既路徑，覓食既時候又間接為佢地製造一個獨特的屋企，更加可以幫植物散播種子。

今日，我們一起試做一個象龜造型的菠蘿包！

材料 ( 份量: 12 個麵包 )

象龜菠蘿包麵糰	份量	象龜菠蘿包皮	份量
高筋麵粉	200 克	無鹽牛油(置室溫軟化)	18 克
白砂糖	30 克	植物油	28 克
鹽	2 克	白砂糖	45 克
酵母	4 克	奶粉	0.2 克
牛奶	20 克	梳打粉	1 克
雞蛋 (一隻蛋約 50 克, 有剩餘蛋漿可用作掃麵包用)	20 克	食用臭粉	1 克
		牛奶	10 克
水	60-80 毫升	雞蛋	少量
無鹽牛油	30 克	低筋麵粉	70 克

#### 象龜菠蘿包麵糰製法

1. 首先把麵粉，糖，鹽，酵母，牛奶及雞蛋混合，拌勻。
2. 慢慢把水加進麵糰。麵糰不可太濕，不黏著碗邊便可。
3. 將麵團放在灑有麵粉的枱上，大力搓麵團。麵糰剛開始時會比較黏，搓約五分鐘後會開始變幼滑。
4. 搓麵糰至五分鐘後，加入切好的室溫牛油。

5. 繼續搓這個麵糰，直至表面光滑並能拉出薄膜。
6. 放入塗有油的大碗，蓋上濕布並置於室溫發酵約 30 分鐘/麵糰脹大一倍。
7. 完成發酵後可將麵糰分成 12 等份。每份再分割為不同的身體部份。身體約 30 克，頭約 10 克，手腳為 4 克。
8. 把身體搓為圓形，頭及四肢搓為蝌蚪般的形狀。續把頭及手四肢放到身體不同位置。
9. 進行第二次發酵(室溫約 1-1.5 小時)。建議可將麵糰連同一杯暖水放進關掉的焗爐內發酵。



#### 象龜菠蘿包皮製法

1. 把牛油及植物油輕輕混合，盡量不要打入空氣。
2. 加入糖，奶粉，梳打粉，食用臭粉，牛奶及蛋，拌勻。
3. 最後加入麵粉，完全拌勻。
4. 用保鮮紙把麵糰包好，按扁，放入雪櫃冷凍 30-40 分鐘。
5. 以麵糰棍壓平至大約 3 至 4 毫米厚，用模具切割成圓形。(圓形大小可比菠蘿包麵糰略小)



### 合併菠蘿包及皮

1. 輕輕於已完成第二次發酵的象龜麵糰掃上蛋漿。
2. 把圓形的菠蘿包皮放在麵糰上，再次掃上蛋漿。
3. 放入已預熱 180 度的焗爐，焗約 12 分鐘，或待表面轉金黃色。
4. 出爐後放涼再以朱古力漿加上眼睛即成。

