

自製

流心奶黃月餅

迎中秋

寓意團圓

大公報記者 湯艾加(文、圖)

（九月二十一日）便是一年一度的中秋節，在這個合家團圓的節日，少不了食月餅慶祝。除了買製成品，若家中條件允許有焗爐，不妨自製月餅。一家人見證親手烘培的月餅熱辣辣新鮮出爐，或許能讓這個中秋節過得更有意義。今次，由恆香副廠長蕭師傅教大家製作近年受到追捧的流心奶黃月餅。

下周二

剛出爐的流心奶黃月餅。

蕭師傅包月餅餡料。

蘇式月餅

潮式月餅

京式月餅

涼果小店 傳統風味

簡飲擇食

簡嘉明 顧小店，也喜歡尋

近年人們愛光顧小店，也喜歡尋找具懷舊特色的美食。有些店鋪針對顧客喜好，裝潢得如上一世紀的辦館多，專售各式零食，生意不俗。然而，真正追求味道的消費者卻認為這只是包裝手法，並不一定是真正傳統風味。總想找貨真價實的老字號。傳統港式零食又稱「涼果」，因為多是醃製浸漬的瓜果，而且重視食療功效，如甜梅止嘔、甘草攪生津開胃。現在超市也有涼果發售，但多是預先包裝食品，款式選擇不多。想光顧真正地道的涼果店，筆者推介位於佐敦北海街的

「成昌號」——位處單幢大廈的地舖，店內都是貨架，環境狹窄，沒新穎的裝潢，卻充滿港式風情。貨品放在一個個大透明玻璃櫃中，按類別整齊排列，每個櫃上貼着橘色標籤，列出零食名稱與價格。看店的是一對年邁老夫婦，老闆娘說「成昌號」是第二代經營，過去數十年都賣涼果、零食，做街坊生意，雖位處舊區，卻積累了不少熟客一直光顧。筆者成長於便利店隨處可見的時代，卻也是該店的支持者。最愛那裏的蝦子花生，非常鬆脆，面層的蝦子皮鹹香惹味，吃後不會覺得異常口渴，也適合用來佐酒。喜歡甜食的，不妨試試芒果乾，因為一般從超市買到的，不是太硬就是太甜，而且果肉鋪滿糖粉，越吃越膩。「成昌號」的芒果乾雖沒預先包裝，質地卻十分乾爽，而且厚薄適中，味道清香，酸酸甜甜，生津醒胃。店內的涼果零食有近百款，檸檬、冬薑、八仙果等一應俱全，如有選擇困難，可從店門前的貨架上選購，因為能放於那裏的，都是人氣美食，包括不同口味的花生、話梅、蠶豆等。筆者前往拍照當天，就見到一名中年男士攬門路地買了門前貨架上的花生糖。一臉滄桑的他，在接過花生糖的一刻乍現笑容，也許這就是懷舊零食的魔力，能讓人頃刻重返孩提年代，再次感受幼年時容易滿足的快樂。

話梅與花生有多款口味。



小店售賣各式涼果零食。

月餅派系

話你知道

中國幅員廣闊，飲食上有極大的地域差異，「鹹甜黨」會在端午的糉子、正月十五的元宵湯圓等應節食品上，產生一番探討爭辯。但在中秋的月餅一項上，大部分人的共識都是甜食，除了蘇式月餅有鹹口味的鮮肉月餅，雲南的雲腿月餅也是鹹中帶甜的味道，還有以梅乾菜入餡的徽州特色「梅乾月餅」，梅乾菜被濃濃的豬油香沁潤，獨特難忘。此外，在外形上為了配合中秋團圓的概念，月餅大多也是以圓形為主。

月餅主要「派系」：

廣式月餅

主要流行於華南，在全中國範圍最為常見。特點是外層皮薄而鬆軟，餡料多是蓮蓉、豆沙，配以油香四溢的鹹蛋黃，內餡細滑而種類繁多。近年來流行的流心奶黃月餅、冰皮月餅等，很受年輕一族喜愛。

京式月餅

主要流行於華北地區，外形多呈球形或半球形，外層酥鬆但相對較為硬實。「自來紅」月餅餡料多為乾果和果仁輔以麻油甜麵，「自來白」月餅則多為豌豆、棗泥等細膩餡料。而最經典的五仁月餅，青紅絲必不可少。

蘇式月餅

主要流行於華東地區，外層為千層酥皮，形狀為飽滿的半球形。餡料分甜鹹兩種，甜可為豆沙百果，鹹可為蔥油鮮肉。

潮式月餅

主要流行於潮汕、閩南和台灣等閩語區。特點是外層的酥皮鬆化多層，餡料多為細滑的芋泥、豆沙、蓮蓉等。月餅呈現出的不同形式與口味，體現了民眾對於美食的喜好與探索，以及人們（主要為北方）在麵食和點心製作方面高超的技藝與創意。月餅主要在中秋時段出現，相較於其他食品來說，節日性明顯。然而，有人會把月餅放進冰箱，即使過了中秋，等到想吃的時候也不用擔心吃不到，但是要注意生產日期和保質期限。另一方面，因為月餅屬於高糖高油高脂肪的食品，食用需適量，可配以青茶或紅茶，緩解甜膩感，並提升月餅的口感。

奶黃餡

配料：砂糖110克、低筋麵粉40克、吉士粉40克、奶粉40克、煉奶50克、全蛋1隻、椰汁180克、花奶20克、牛油90克。

做法：1 低筋麵粉、吉士粉、奶粉先混合過篩，之後放入砂糖拌勻。

2 椰汁、花奶拌勻成椰奶，備用。

3 全蛋打拌，加入煉奶攪拌成蛋漿，再加入少許椰奶。

4 將剩餘的椰奶放入鍋，加入麵粉，中火煮至一直攪拌至滾起。

5 轉慢火，加入牛油攪拌至成麵糰。

6 取出放涼，用保鮮紙包好，放入雪櫃冷藏2小時。

曲奇餅皮

配料：砂糖60克、牛油130克、全蛋1隻、花奶25克、低筋麵粉250克、奶粉10克、吉士粉10克。

做法：1 低筋麵粉、吉士粉、奶粉、砂糖先混合過篩。

2 全蛋加花奶拌勻成蛋漿。

3 牛油加入過篩的麵粉攪勻，加蛋漿拌勻成餅皮。

4 用保鮮紙包好，放入雪櫃冷藏1小時直至質變硬。

流心餡

配料：砂糖17克、奶粉25克、吉士粉5克、全蛋1隻、煉奶70克、淡忌廉75克、牛油43克、椰奶100克。

做法：1 椰奶加入吉士粉、奶粉、砂糖混合過篩。

2 加入淡忌廉、煉奶、全蛋、牛油。

3 拌勻後，用小火加熱至糖全部融化。

4 將所有材料加入鍋中，全程以小火加熱熬煮，並需不斷攪拌約30分鐘成黏稠狀。

5 取出放涼，用保鮮紙包好放入雪櫃冷藏2小時至餡料質變硬。



製作月餅工具（左方）與已準備好的餅皮及餡料。



奶黃餡、流心餡、餅皮分別裹上保鮮紙，然後放入雪櫃冷藏。

月餅製作

通常餡料與餅皮是一比一分量，一般的流心奶黃月餅約80克，餅皮40克，流心奶黃餡40克，其中流心餡佔7克。

步驟

1 將每個月餅所需的適量餅皮和兩種餡料，各自搓成圓球狀。

2 先將球狀的奶黃餡放在手中輕壓成扁平狀，利用手指微握的動作讓它形成一個窩位，放入球狀流心餡。

3 以包湯圓的手法，將奶黃餡包裹流心餡，封口搓圓。



4 將球狀餅皮以同樣手法壓扁，形成半圓狀外皮，包裹搓圓的奶黃流心餡，封口搓圓。

5 月餅模具內撒上一層薄小麥粉，將完成的流心奶黃月餅放入模具，在桌上用陰力壓成月餅形狀，脫模。



烘焙

1 預熱焗爐至220度。

2 將成型的月餅放在牛油紙上，放入已預熱的焗爐。

3 焗5至8分鐘，取出放涼，表面掃一層薄蛋漿（全蛋+蛋黃+水，稀漿狀）。

4 蛋漿略乾後再放入焗爐焗2至3分鐘，出爐即成。