

香橙苏芙蕾

苏芙蕾是一种源自法国的烹饪方法。这种特殊的厨艺方法，主要材料包括蛋黄及不同配料拌入经打匀后的蛋白，经烘焙质轻而蓬松。据说，这种烹饪方法在中世纪便出现了，厨师们特地运用了蛋白变化出这种虚无的美食，并用尽心思让它送到客人面前。舒芙蕾不仅可以做甜食，还可以做成前菜或主菜，如奶酪舒芙蕾、鹅肝酱舒芙蕾等。烤好的舒芙蕾要分秒必争地品尝，否则会很快“漏气”，一般在20到30分钟之后会完全塌陷。

本期德国美诺Miele将向您介绍香橙苏芙蕾的做法，与Miele一起度过甜蜜的下午茶时光吧！

香橙苏芙蕾

材料（2人份）

牛奶 113g，低筋面粉 7g，玉米粉 7g，黄油 7g，橘子酒 10g，橙汁 A 15g，蛋黄 35g，蛋白 53g，细白砂糖 30g，橙皮 1/4 颗，手指饼干 2-3 根，橙汁 B 40g。

准备

- 1、将模具内涂上一层黄油再裹上一层细白砂糖备用。
- 2、烤箱预热 200°C。

制作方法

- 1、将牛奶倒入小锅中，加入过筛低筋粉、玉米粉拌匀，煮约 2 分钟后离火。
- 2、依序拌入黄油，橘子酒，橙汁 A，最后放入蛋黄。
- 3、用打蛋器将蛋白打至起泡，分 2-3 次加入白砂糖打至中性发泡。
- 4、将打发的蛋白糖分 3 次拌入 2 中。
- 5、将手指饼干浸入橙汁 B 中一秒后拿出。



美诺中国 Miele China

上海总公司 Shanghai Head Office

上海市静安区石门一路82号
No. 82 Shi Men Yi Road
Jing An District
Shanghai 200040, PRC.

Tel: +86 21 6157 3500
Fax: +86 21 6157 3511
Email: mielehouse@cn.miele.com

www.miele.cn

北京分公司 Beijing Branch Office

北京市朝阳区光华路1号嘉里中心南塔3楼
3F South Tower, Kerry Center
No. 1 Guang Hua Road, Chao Yang District
Beijing 100020, PRC.

Tel: +86 10 5783 2688
Fax: +86 10 5783 2600
Email: bjvip lounge@cn.miele.com

广州分公司 Guangzhou Branch Office

广州市天河区天河路385号太古汇一座2105室
Suite 2105, TaiKoo Hui Tower 1
385 Tianhe Road, Tianhe District
Guangzhou 510620, PRC.

Tel: +86 20 3868 2666
Fax: +86 20 3868 2900
Email: gzvip lounge@cn.miele.com

6、将苏芙蕾酱挤入模具中至半满，加入 5 小片手指饼干，再将剩余的苏芙蕾酱挤入抹平，用手指将杯沿清理干净。

7、入烤箱用 200°C 烤约 15 分钟。

8、拿出后即刻享用。



Miele 烤箱的底部加热

Miele 烤箱的底部发热元件产生热量烘烤食物，用于对食物底部的着色和使其酥脆，特别适合制作布丁、果馅派等食物。



美诺中国 Miele China

上海总公司 Shanghai Head Office

上海市静安区石门一路82号
No. 82 Shi Men Yi Road
Jing An District
Shanghai 200040, PRC.

Tel: +86 21 6157 3500
Fax: +86 21 6157 3511
Email: mielehouse@cn.miele.com

www.miele.cn

北京分公司 Beijing Branch Office

北京市朝阳区光华路1号嘉里中心南塔3楼
3F South Tower, Kerry Center
No. 1 Guang Hua Road, Chao Yang District
Beijing 100020, PRC.

Tel: +86 10 5783 2688
Fax: +86 10 5783 2600
Email: bjviplounge@cn.miele.com

广州分公司 Guangzhou Branch Office

广州市天河区天河路385号太古汇一座2105室
Suite 2105, TaiKoo Hui Tower 1
385 Tianhe Road, Tianhe District
Guangzhou 510620, PRC.

Tel: +86 20 3868 2666
Fax: +86 20 3868 2900
Email: gzviplounge@cn.miele.com