



كِيكة الجزر في مُحَضَّر الطعام

100 • [www.100.com](#)

我就是我，是颜色不一样的烟火。



□□□□□□□□ □□□□□
□□□

□□□□□□□□ 20

□□□□□ □□
□□□□□ 50

12-10

Ingredients

Method

□ □ □ □ □ □

- 400 ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ်
 - 1 ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ် ဗိုလ်ချုပ်

Visit capilano.com.au to learn how to swap honey for sugar in your recipes.

Share your creations with us! Simply tag **#honeylovers** & **@capilanohone** on Instagram or Facebook and you could be featured on our page!



- 270 克 麵粉 (約 3/4 杯)
- 300 克 麵粉 雞蛋 麵粉 (約 2 杯)
- 2 克 鹽
- 2 克 香草精
- 2 克 純蜜
- 125毫升 水 (約 ½ 杯)
- 70 克 雞蛋 麵粉 (約 1 杯)
- 2 克
- 2 克 鹽

材料

- 250 克 麵粉
- 50 克 鹽
- 1 克 香草精
- 1 克 純蜜
- 1 克 鹽

Method

3. 在麵粉中加入 30 克 雞蛋。慢慢加入水直到麵粉完全吸收。加入 20 克 雞蛋直到麵糊變濃稠。
4. (可選) 在麵糊中加入香草精。
5. 在麵糊中加入鹽。
6. 在熱水上蒸 5-4 分鐘直到麵糊變濃稠。
7. 在熱水上蒸 5-4 分鐘直到麵糊變濃稠。
8. 在熱水上蒸 5-4 分鐘直到麵糊變濃稠。
9. 在熱水上蒸 5-4 分鐘直到麵糊變濃稠。

Used in this recipe



純蜜

純蜜是我們最常見的蜜種，它有濃郁的香氣和鮮美的味道。純蜜是 Capilano Pure. 的主要成分，它含有豐富的營養成分，如維生素 C、礦物質和多酚。純蜜還含有豐富的酶，如過氧化物酶，這有助於提高免疫力。

純蜜的益處

純蜜有許多益處。它含有豐富的營養成分，如維生素 C、礦物質和多酚。純蜜還含有豐富的酶，如過氧化物酶，這有助於提高免疫力。純蜜還有助於改善消化系統，因為它含有豐富的酶，如過氧化物酶，這有助於提高免疫力。

Visit capilano.com.au to learn how to swap honey for sugar in your recipes.

Share your creations with us! Simply tag #honeylovers & @capilano on Instagram or Facebook and you could be featured on our page!