

# 临沂花卷培训机构

产品名称	临沂花卷培训机构
公司名称	城阳区薛书桥快餐店
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	阳区重庆北路93号（汽车北站往北200米）
联系电话	15863078762

## 产品详情

临沂花卷培训机构

先别划走请花十秒钟的时间联系我，保证绝不会让您失望！

花卷是一种古老的汉族面食，可以做成椒盐、麻酱、葱油等各种口味。花卷营养丰富，味道鲜美，做法简单。

花卷是和包子、馒头类似的面食。是一种古老的中国面食，经典很家常的主食，可以做成椒盐、麻酱、葱油等各种口味。营养丰富，味道鲜美，做法简单。将面制成薄片拌好作料后卷成半球状，蒸熟即可。

相传三国时期，蜀国丞相诸葛亮率兵攻打南蛮，七擒七纵蛮将孟获，使孟获终于臣服。诸葛亮班师回朝，途中必须经过泸水。

军队车马准备渡江时，突然狂风大作，浪击千尺，鬼哭狼嚎，大军无法渡江。此时诸葛亮召来孟获问明原因。原来，两军交战，阵亡将士无法返回故里与家人团聚，故在此江上兴风作浪，阻挠众将士回程。大军若要渡江，必须用49颗蛮军的人头祭江，方可风平浪静。

诸葛亮心想：两军交战死伤难免，岂能再杀49条人命？他想到这儿，遂生一计，即命厨子以米面为皮，内包黑牛白羊之肉，捏塑出49颗人头。然后，陈设香案，洒酒祭江。

从此，在民间就有了“馒头”一说，诸葛亮也被尊奉为面塑行的祖师爷。明代郎瑛在其笔记《七修类稿》中记载：“馒头本名蛮头，蛮地以人头祭神，诸葛之征孟获，命以面包肉为人头以祭，谓之‘蛮头’，今讹而为馒头也。”诸葛亮创始的馒头，毕竟里面加上了牛羊肉馅，工序复杂且花费较多。于是，后人便将做馅的工序省去，就成了馒头。而有馅的，则成为包子，捏有很多褶皱像花开一样的，就起名为“花卷”

## 紫薯花卷

【主料】：紫薯适量 面粉适量 酵母粉适量 [2]

【制作步骤】：

- 1.紫薯上锅蒸软，去皮后和面粉，适量酵母粉，糖合成面团
- 2.另活一个和紫薯泥饭团一样大小的白面团
- 3.醒发到膨胀到2倍大
- 4.两个面团各揉一下
- 5.杆成片，罗在一起，再杆一下，为了粘和，然后就卷成卷
- 6.醒20分钟，水开后蒸20分钟，闷10分钟

面粉营养物质：主要是淀粉，其次还有蛋白质、脂肪、维生素、矿物质等。

面粉营养分析：面粉富含蛋白质、碳水化合物、维生素和钙、铁、磷、钾、镁等矿物质，有养心益肾、健脾厚肠、除热止渴的功效。