

土耳其米布丁

4 小布丁碗量

2026-05-07 Mars

INGREDIENT

大米 70g、牛奶 500ml+50ml、淡奶 50ml、白糖 20g

玉米淀粉 10g、炼乳 10g

PROCESS

- A 大米放沸水中煮 2min 后捞出；
- B 50ml 牛奶与淀粉搅拌均匀；
- C 锅内放入 500ml 牛奶、淡奶和 A 步骤煮好的大米，最小火煮约 20min，期间不停搅拌防止糊底，至大米无硬芯；
- D 用 B 步骤的淀粉牛奶勾芡，小火熬至粘稠；
- E 关火，拌入糖和炼乳，分装至容器中，微微冷却后在表面撒少量粗砂糖；
- F 烤箱预热 180°C 上火，烤盘加水放入 E 步骤的布丁碗，最上层烤至表皮焦化上色；
- G 晾凉放入冰箱冷藏保存即可。

TIPS

- C 步骤必须持续搅拌，且保持小火，否则容易糊底，全程约 5min。