蔬菜食譜腦力大激盪

記高屏澎地區家政烹飪比賽品嚐會

高雄區農改場助理研究員兼本刊連絡員/邱永源

常食新鮮蔬菜有益人體健康，爲推展蔬菜美食及烹飪團體之交流並間接擴大市場消費，有利農產促銷，由高雄區農業改良場和財團法人農友社會福利基金會，合作主辦了「黃秋葵、茄子、葉用蘿蔔烹飪競賽品嚐會」，是一個成功的蔬菜食譜腦力激盪大會串。



烹飪競賽場

本次係由高屏地區農民、機關學校、婦女會、半畝園食堂、天心岩素食館等團體集體或個別報名，共有138位烹飪高手，加上約有300人以上參觀人潮，使這個原本一向平靜、專注試驗研究推廣之場所，突然擁簇著一片趕辦喜宴之熱潮，菜香瀰漫。



評審專注，莫遺珠

競賽高手，有服裝整齊之家商青年學生也有每日炒蒸煮炸烹長達半世紀之年長家庭主婦，各色各樣之烹飪衣帽，雖不盡奇豔麗，但也非常顯眼。

隨著參觀來賓及記者媒體攝影人員、評審員陸續湧至，各參賽者後援之團體人員也開始忙於協助支援，提水、洗菜、打雜，一幕歡愉融洽、分工合作之景象就猶



請替我留下美好之殊榮與回憶



多彩之黃秋葵佳餚

如假日休閒之大型野外餐宴之準備；也許「民以食爲天」，概美食引人垂涎與滿足口腹是人人之最愛與同好吧！

比賽主菜由主辦大會供應黃秋葵、茄子、葉用蘿蔔3樣蔬菜爲材料，其他佐料，尙需自備材料及盤皿，大會並提供每組單用爐具乙套，會後並作爲獎勵參賽者共襄盛舉之幸勞之贈品，中午之品嚐會由農友公司開發之黃秋葵，係一代交配品種「五福」、「南洋」，葉用蘿也由農友種苗公司提供拿手名菜，只見品嚐人士，個個開懷，讚不絕口，對於農友公司提供蔬菜的品種、質地、風味、口感等，有最佳之肯定與評價。

下午一時左右由具家政指導經驗的專家曾玉惠小姐率領評審小組，開始公平與謹愼之品鑑。比賽係採多項評分比例計算：色香味（40%）、創意（20%）、刀工及盤飾（10%）、衛生（10%）、服裝（10%）、場地整理（10%）等。評審工作由報到後隨即展開客觀公平之檢視評分。參賽者之手藝與靈感、創意，果然不同凡響，3種蔬菜無數之變化與組合，顯現了烹、煮、蒸、炸、燴等絕活佳肴，除了充分展現出烹飪藝術之美工創意，服飾及色香味俱全外，也顯現出參賽者細工專注，對「美食」鑽研創作的精神與苦心。

雖然得獎名額有限，難免有遺殊之憾，但是每道名菜都是參賽者用心創作，努力合作之成果，而且研、官、學、農、商界各團體也充分發揮了團隊合作，推廣農業技術、提升生活品質之精神，也同時感佩農友基金會爲推廣優良蔬菜品種；爲高屏地區之菜農們義務提供了一項有意義之促銷宣傳活動，效益宏大，堪稱讚許。

■比賽優勝者

黃秋葵

第一名：鳳山市農會（秋露竹影）

第二名：大寮鄉農會（葵香蝦）、仁武鄉農會（雙魚香葵）

第三名：高雄市農會B（雙味秋葵）、樹德家商D（松子秋葵）、鹽埔鄉農會B（豆酥黃秋葵）

茄子

第一名：仁武鄉農會（銀紙色茄絲）

第二名：仁武鄉農會（椒鹽茄餅）、鹽埔鄉農會C（蘭花茄子）

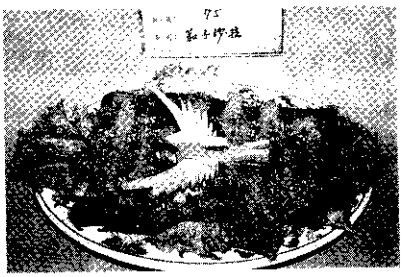
第三名：鹽埔鄉農會B（紅綠沙茄餅）、高市農會（雙蔬茄子）、樹德家商A（百花釀茄）

葉用蘿蔔

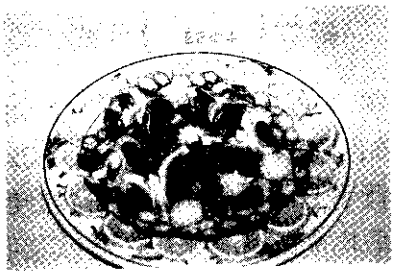
第一名：仁武鄉農會（芝麻蘿蔔捲）

第二名：天心岩素食館（柳葉石榴球）、鳳山市農會（金珠玉葉葵）

第三名：崁頂鄉農會（芝麻白玉）、麟洛鄉農會（綠芙海鮮羹）、仁武鄉農會（玉樹海棠）■



長茄配沙拉是絕配吧！



花卉蔬菜兩相宜