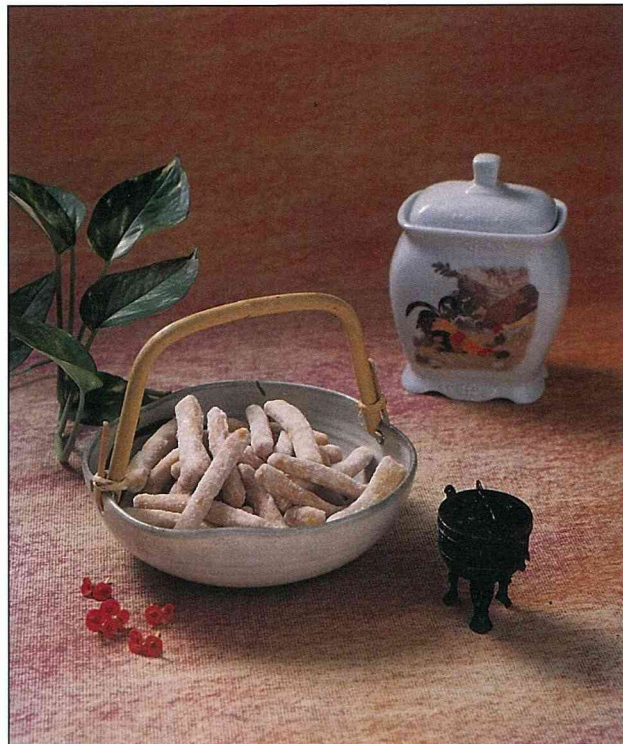


芋粿

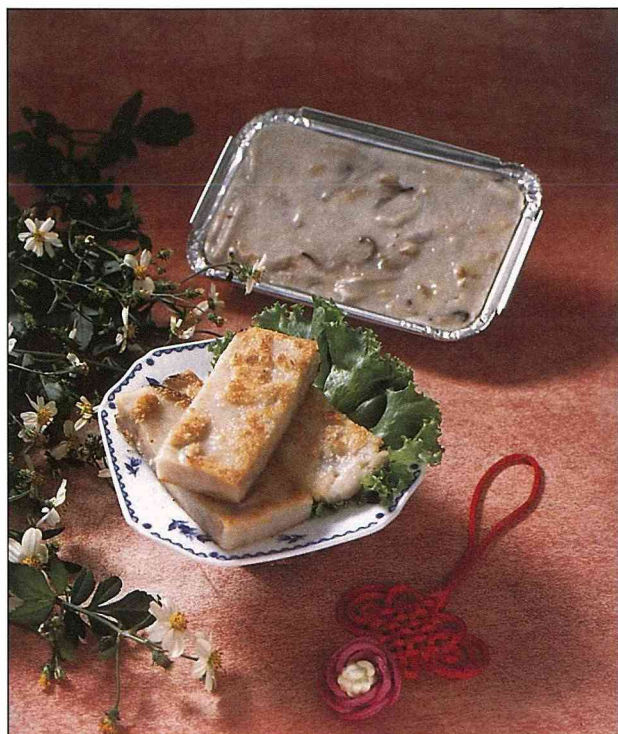
芋粿為年節米食類的米食製品，製法簡便，有香濃的芋頭香味，口味獨特，蒸熟後即可食用，亦可用油煎或油炸，米漿內除了芋頭外，可加入各種不同配料，製作不同口味之芋粿。本產品於83年1月6日下午2:30~2:35 在台灣電視公司「民以食為天」第一單元[米食天地]中播出。

(一) 芋頭漿糰	材料	%	重量	量杯	材料前處理
	在來米粉	100	300	0.5斤	1.所有材料混拌均勻成粉漿。
	細砂糖	9	27	2大	
	鹽	5	15	1大	
	味精	3	9	2小	
	香麻油	5	15	1大	
	胡椒粉	-	-	0.5小	
	水	260	780	3.5杯	
	芋頭簽	75	225	6兩	1.所有材料用沸水煮1~2分。 2.撈乾備用。
	紅蘿蔔絲	12	36	1兩	
	蝦米	12	36	1兩	
	香菇絲	3	9	3朵	
	合計	484	1452		
(二) 調製方法	1.將炒香的芋頭簽與粉漿拌勻。 2.用小火煮至稍微糊化。 3.裝入模型中用大火蒸熟。 4.冷卻切塊油煎食用。 5.本配料可製作1大盤芋粿。				



米寸棗

米寸棗為年節米食類的米食製品，製法簡便，是傳統的過年油炸小甜點，具有硬脆而香甜的特性，口味獨特，又耐貯存是配茶之最佳米食點心。本產品於83年1月13日下午2:30~2:35 在台灣電視公司「民以食為天」第一單元[米食天地]中播出。

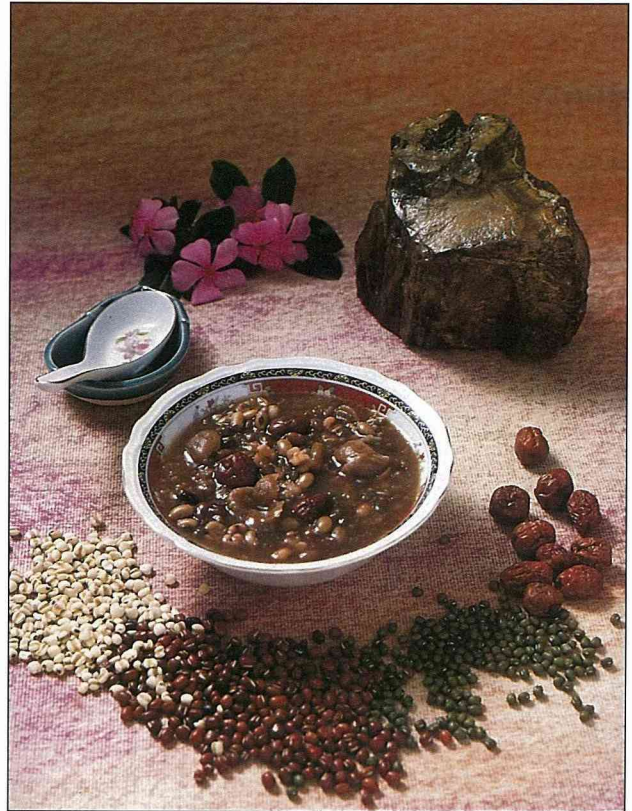


(一) 米糰	材料	%	重量	量杯	材料前處理
	在來米粉	10	30	2大	1.在來米粉與水拌成軟米糰。 2.麥芽糖與水煮沸，加入軟米糰煮熟。 3.稍冷後加入已混勻之糯米粉揉成糰。 4.鬆弛30分以上擀成薄片約0.5公分。 5.切成5公分之長條再切成0.5公分寬。 6.用170~180°C油炸至硬脆即可。
	水	8	24	1.5大	
	麥芽糖	36	108	3兩	
	水	50	150	4兩	
	糯米粉	80	240	6.4兩	
	中筋麵粉	10	30	2大	
	泡打粉	2	6	1小	
	合計	196	588		
(二) 糖漿	細砂糖	50	150	4兩	1.糖等混合煮至115°C。 2.糖粉不要加入。
	麥芽糖	6	18	1大	
	水	20	60	4大	
	糖粉	10	30	2大	
	合計	86	258		
(三) 調製方法	1.炸好冷卻之米果放入糖漿鍋內拌勻。 2.最後撒上糖粉再拌至乾散不黏手即可。 3.冷卻後包裝。 4.本配料可製作米寸棗1大盤。				

臘味蘿蔔糕

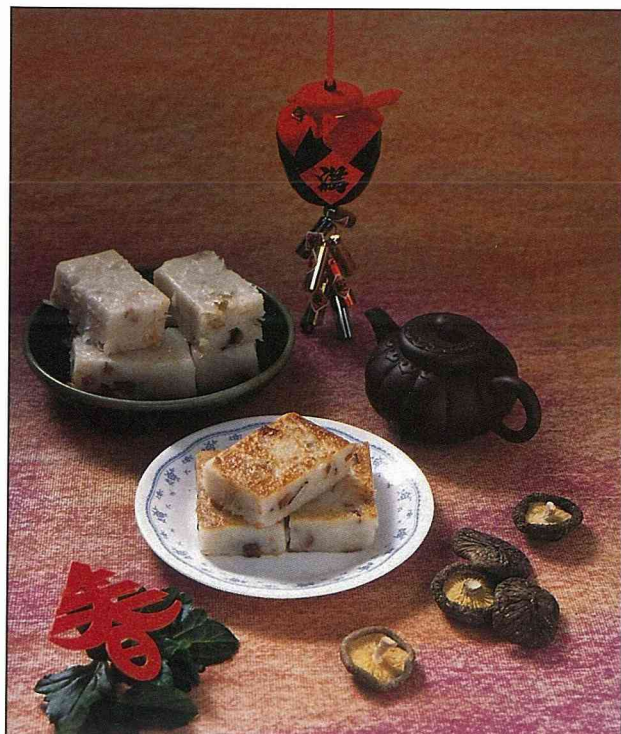
臘味蘿蔔糕為年節米食類的米食製品，製法簡便，有清淡的蘿蔔與臘味香，口味獨特，蒸熟後即可食用，亦可用油煎或油炸，米漿內除了蘿蔔外，可加入各種不同配料，製作不同口味之蘿蔔糕。本產品於 83年1月20日下午2:30~2:35 在台灣電視公司「民以食為天」第一單元〔米食天地〕中播出。

(一) 蘿蔔漿種	材料	%	重量	量杯	材料前處理
	在來米粉	100	300	0.5斤	1.所有材料混拌均勻成粉漿。
	細砂糖	9	27	2大	
	鹽	5	15	1大	
	味精	3	9	2小	
	香油	5	15	1大	
	胡椒粉	-	-	0.5小	
	水	260	780	3.5杯	
	白蘿蔔絲	150	450	12兩	1.所有材料用沸水煮1~2分。 2.撈乾備用。
	紅蘿蔔絲	12	36	1兩	
	蝦米	12	36	1兩	
	香菇絲	3	9	3朵	
	臘腸丁	12	36	1兩	
	臘肉丁	12	36	1兩	
	合計	583	1749		
(二) 調製方法	1.將滴乾的蘿蔔絲等與粉漿拌勻 2.用小火煮至稍微糊化。 3.裝入模型中用大火蒸熟。 4.冷卻切塊油煎食用。 5.本配料可製作1大盤臘味蘿蔔糕。				



臘八粥

臘八粥為年節米食類的米食製品，製法簡便，材料可任意選用，有香濃的穀物與研香味，口味獨特，為年前12月8日所食用，時值天寒，而臘八粥又色香味俱全營養豐富，可增進食慾滋補身體，又能消寒暖胃而使冬天生活增加情趣。本產品於 83年1月27日下午2:30~2:35 在台灣電視公司「民以食為天」第一單元〔米食天地〕中播出。



(一) 臘八粥	材料	%	重量	量杯	材料前處理
	紅豆	12	18	0.5兩	1.豆類先浸泡。 2.蓬來米、紅棗後浸泡。 3.桂圓用熱水洗乾淨。
	綠豆	12	18	0.5兩	
	薏仁	12	18	0.5兩	
	黃豆	12	18	0.5兩	
	花生	12	18	0.5兩	
	蓬來米	100	150	4兩	
	紅棗	12	18	0.5兩	
	桂圓	12	18	0.5兩	
	細砂糖	120	180	5兩	
	水	1500	2250	10杯	
	合計	1804	2706		
(二) 調製方法	1.水先用大火煮沸，加入豆類等，用大火煮沸再改用中或小火熬煮至豆爛。 2.再加入蓬來米、紅棗、桂圓等煮至米軟。 3.最後加入細砂糖再煮至糖溶化即可。 4.趁熱食用。 5.本配料可製作臘八粥1大鍋。				