



食譜製作／台中區農業改良場  
攝影／曾文田

### ■人工採梅

本省梅子採收的方法仍相當原始，品質優良的果實多用手採。一般多以竹竿敲擊方式，收集落果。



# 梅子風情

**梅**為我國原產之果樹，梅花為我們的國花，目前為本省山坡地重要的果樹。年產量數千公噸，絕大部份是加工製成梅干外銷日本。

梅富含養分，蛋白質為草莓、柑桔二倍以上，鈣、磷、鐵等元素亦較其他水果高出甚多，尤其是蘋果酸、枸橼酸、酒石酸等有機酸含量極高，為一種優良的水果。早在三千多年前之「神農本草經」已有載明梅之功效。近年來已發現梅具有增進食慾、預防食物腐敗、消除腹脹、強力殺菌解毒、恢復疲勞等食療效

果，為現代人之最佳健康食品。但國人不是很喜歡用梅果，因市面上之梅果加工品皆太酸、太鹹，不符國人食用習慣，台中區農業改良場特別研製幾道符合國人口味的梅子加工方法，有興趣的人都可以在家DIY。

### 梅汁嫩薑

【材料】嫩薑半斤、梅汁1杯、鹽1茶匙。

#### 【做法】

1. 嫩薑洗淨晾乾。
2. 加入鹽拌勻，醃4小時後將鹽水倒掉，薑撈起放入梅汁中泡1星期即可。

### 梅果凍

【材料】膠粉5公克、砂糖150公克、水7杯、梅汁 $\frac{1}{2}$ 杯、紫蘇梅10粒

#### 【做法】

1. 取2大匙砂糖與膠粉拌勻。
2. 紫蘇梅去子壓成泥後加入梅汁。
3. 膠粉及7碗水放入鍋中拌勻，以中火煮滾(要一面攪拌)。
4. 加入剩餘的糖煮溶，最後倒入梅汁拌勻即可熄火。
5. 倒入容器內待涼入冰箱即可。



### ■健康食品

梅子為生理鹼性食品，尤其是蘋果酸、枸橼酸、酒石酸等有機酸含量很高，可以開脾健胃，多食有益。

### ■青梅上市

本省果梅產期為3月下旬至5月上旬。梅子不適合鮮食，多作為加工原料，製成梅胚外銷日本。



## 梅子雞

【材料】雞肉1斤、梅子15粒、薑8片。

【調味料】醬油1大匙、糖 $\frac{1}{2}$ 大匙、酒1大匙、鹽 $\frac{1}{2}$ 茶匙、水1杯。

### 【做法】

1. 雞肉洗淨剁塊。
2. 起油鍋爆香薑片後，放入梅子、雞塊同炒香，加入調味料燜煮至汁將收即可。

## 梅子肉

【材料】絞肉 $\frac{1}{2}$ 公斤、蛋1個、豆皮3張、梅子15粒。

【調味料】鹽 $\frac{1}{2}$ 茶匙、五香粉 $\frac{1}{4}$ 茶匙、味精 $\frac{1}{4}$ 茶匙、香油1茶匙、太白粉2大匙。

### 【做法】

1. 絞肉加蛋、梅肉及調味料拌勻

並拌至有粘彈性。

2. 豆皮鋪平用少許水拍濕，將肉鋪於上，捲起呈筒狀，粘合處沾上麵糊。

3. 炸油燒熱，將肉捲炸至金黃撈起，稍涼切段即可。

## 酸梅子蒸排骨

【材料】小排肉400公克、酸梅10粒、蒜頭10瓣、豆瓣醬1大匙。

【調味料】鹽 $\frac{1}{2}$ 茶匙、胡椒粉 $\frac{1}{2}$ 茶匙、碎冰糖1大匙、醬油 $\frac{1}{2}$ 大匙、太白粉1大匙。

### 【做法】

1. 蒜頭、梅肉分別剁成茸狀。
2. 起油鍋，依序放入蒜頭、梅肉、豆瓣醬炒香盛起。
3. 將小排肉、醬、調味料拌勻，入蒸鍋蒸30分，淋上麻油即可。



### ■梅子入菜

台南縣楠西鄉的梅嶺，每年冬天以梅林賞花吸引遊客，而梅子加工食品如脆梅、紫蘇梅、梅露等，終年不斷；風味獨特的梅子雞，可能比梅花更能讓老饕著迷。

## ◎神奇の自然抗菌，蔬果保鮮新方法◎

### (一). 活鮮寶 (WASAURO) 系列產品：

使用食用天然素材為原料，有效抑制乙烯對植物催熟作用，並能有效抑制各種菌類，延長食物保存期限。

1. 活鮮寶粉劑
2. 活鮮寶保鮮內貼劑
3. 活鮮寶保鮮外貼劑
4. 活鮮寶-R, 冷藏保鮮劑
5. 活鮮寶保鮮葉蘭。



### (二). 白金保鮮系列產品：

白金光子纖維能穩定放射出3~13μ波長，可使新鮮素材中水份共振而活性化，可防止素材的乾枯、變色以保持新鮮。

1. 料理鐵人(白金不織布)
2. 強力保鮮片(布)
3. 白金殺菌抹布
4. 100%白金不織布
5. 氣泡保鮮布
6. 白金PE袋(蔬菜保鮮袋)
7. 白金不織布PE保鮮袋
8. 鮮魚/鮮肉白金保鮮片
9. 鮮魚/鮮肉吸濕保鮮片
10. 鮮魚/鮮肉保鮮袋(布包狀)
11. 花卉保鮮專用不織布

## 宏泰農業股份有限公司

台北市內湖區金龍路13巷20號1F  
電話：(02)7917176 傳真：(02)7948640