

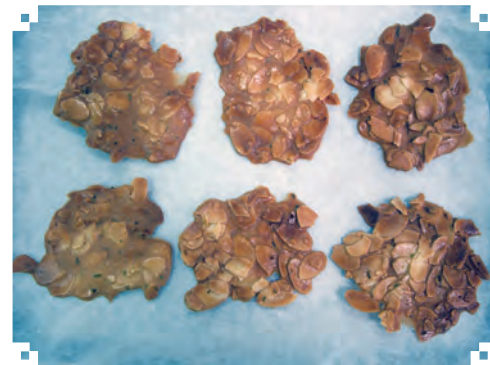
米蛋糕



米粉可以100%取代麵粉做出好吃的米蛋糕



台中秈17號膨脹度較佳有較高的厚度



米粉亦可100%取代麵粉作成餅乾，如杏仁薄片

文圖／許愛娜、尤虹美

最近政府大力推廣「每人每日多吃一口飯」，如此的話根據統計每人每年白米消費量可提升1公斤，每年白米總消費量可增加2、3萬公噸，可活化5,600公頃休耕地，其具有提振米食消費之意義。其實除了米飯外，將白米以食物調理機磨成粉末（米粉）亦可做出許多好吃的食品，例如最近較流行之西方食品像米蛋糕、米麵包或點心類之米蛋捲、米月餅等，但較特別的是米蛋糕可以米粉完全取代麵粉，不像米麵包只能部分取代，因而也讓蛋糕因米粉之加入增添嶄新的風味。

製作蛋糕利用的是低筋麵粉，任何之蛋糕食譜，皆可以米粉100%替換麵粉的角色。製作之關鍵首重蛋的打發，打蛋之器具要乾淨且無水氣，打蛋時糖分批加入，打發的程度要達到硬性發泡的程度，即打發生泡膨脹後之蛋液用器具沾取後上拉成條狀物，再180°倒轉，條狀物並不會落下。再倒入較大容器中，分批逐次加入米粉及油脂，攪拌均勻後，儘速放入烤盤送入烤箱，以180°C~200°C烘烤15-20分鐘，當然前述條件仍須視製作蛋糕量及烤箱功能而有所調整。

曾經以台梗9號、台中194號、台梗糯5號、台中秈10號與台中秈17號等五個不同品種的米粉進行米蛋糕製作，發現其中以高直鏈澱粉含量的台中秈17號膨脹度較佳，有較高的厚度，但口感不佳，較硬實，台中

秈10號之口感也類似，至於台梗糯5號的米蛋糕厚度較低，會帶有糯米飯的那種軟粘膩的口感，至於米飯食味較佳的台梗9號與台中194號所製作之米蛋糕，整體口感較細緻較有綿密感亦較好吃，與一般市售麵粉蛋糕較相似，不同之處是帶有輕微的米香。

由於米粉佔整個蛋糕材料總量的1/10~1/5，影響整個蛋糕烘焙結構並不大，但對於蛋糕的整體口感卻一如麵粉有決定性的影響，其改變了蛋糕的整體風味，讓蛋糕有米的風味與較紮實的口感。但若是講求如麵粉蛋糕的細緻綿密口感時，可利用較細的篩網，篩出較細的米粉，做出的蛋糕口感則會更為細緻與綿密。現在您也可以拿出您的蛋糕配方，試著將低筋麵粉換成米粉，做出特殊風味的米蛋糕。

將稻米應用在流行的西方食品製作中，已是社會的新趨勢，除了米蛋糕外，餅乾、月餅、蛋捲等亦可以米粉100%取代麵粉，另外如中筋麵粉製作的包子、饅頭、餃子、蔥油餅等中式點心，則可以高筋麵粉加入總量1/2的米粉加以製作，達到中筋麵粉的口感，部份相關產品市面上已有店家推廣販售。故如何順應社會風潮，做出好吃的米製或摻入米粉的食品，吸引消費者購買，是值得關切的課題，同時也可以另外一種方式，達到提振米食消費的殷切盼望。