

贈閱

國內郵資已付  
屏東郵局173號  
許可證屏東誌字第017號  
雜誌交寄

# 高雄區農情月刊 第197期

發行機關：行政院農業委員會高雄區農業改良場  
 發行人：黃德昌 總編輯：楊文振 主編：吳倩芳  
 網址：<http://kdais.coa.gov.tw/view.php?catid=9>  
 為民服務單一窗口專線電話：(08) 7389026  
 地址：屏東縣長治鄉德和村德和路2-6號 Tel: (08)7389158  
 承印：利吉印刷有限公司 Tel: (08)7232993  
 行政院新聞局出版事業登記字號：臺省誌字第827號  
 中華郵政屏東誌字第017號執照登記為雜誌交寄  
 GPN：2008600227 工本費：5元



發芽米機能性成分高於白米10倍

能，只要按鍵設定功能，18小時後即可將糙米煮成發芽米飯，既新鮮味美又養生，值得技轉商品化，嘉惠廣大的消費大眾。

糙米經水浸泡，內部酵素會完全活化，而後長出0.05~0.1公分的芽體，發芽後的糙米具有10倍於白米的 $\gamma$ -胺基丁酸(GABA)、阿魏酸(ferulic acid)及六磷酸肌醇(IP6)等機能性成分；其中GABA是一種天然的鎮靜及抗恐慌元素；阿魏酸具有明顯的抗氧化、清除自由基、抗發炎、抗血小板凝集及降血脂等功能；IP-6則可以防止動脈硬化，也可減緩癌細胞生長，預防癌症發生，好處多多，因此，頗受消費者喜愛。

目前發芽米仍普遍靠手工製作，因發芽時間繁複冗長，發芽

## 玄米DIY 健康自己來

文·圖/陳昱初

糙米，日本人稱為玄米，發芽後立即煮成的發芽米飯，富含保健成分，是非常好的養生食品。為讓大眾能方便吃到新鮮安全的發芽米飯，本場精心研發自動烹煮發芽米飯的家用電子鍋，除具備電鍋基本功能

過程中需人工換水，影響民眾自行製作的意願。有鑑於此，本場領先建立完整發芽米製作模式，研發出小型發芽米電子鍋，以IC電路板自動調控，從糙米發芽到煮成發芽米飯一氣呵成，期望商品化後，提供消費者使用，以提高國人食米意願，並在日常飲食中，達到保健養生的效果。

本場研發的發芽米電子鍋外觀和市售家用電鍋近似，但性能更為優越，除具備煮飯基本功能外，也可製作發芽米；只要將糙米放到鍋內，就可自動進水、換水、通氣、溫控、催芽，待發芽完成後，只需要抽出小型換水馬達，就可直接烹煮成發芽米飯，其性能經反覆測試後，已達實用階段，並取得新型發明專利，歡迎相關業界技轉商品化。如需要進一步相關資訊，可直接與本場作物環境課(08-7746755)聯絡，技術人員將竭誠為各界服務。



發芽米電子鍋雛型機



以電子鍋煮成的發芽米飯



以發芽米飯製作飯糰美味養生