

伊娜谷香糯米特色甜點開發

文圖 / 鄧執庸、蘇致柔

南投縣仁愛鄉親愛村的伊娜谷香糯米為當地特色好米，其產量珍稀且具馥郁香氣，口感 Q 彈並帶有自然的甜味，適合製作各種甜食。為增加多元利用價值，本場針對香糯米特色甜點進行開發，完成伊娜谷香糯米米布丁與米冰淇淋食譜，可展現香糯米自然的香氣與甜味。

◎香糯米米布丁食譜 (6 人份)

• 材料：

伊娜谷香糯米熟飯 300 公克、牛奶 600 公克、砂糖 45 公克、鹽少許

• 作法：

1. 將牛奶、砂糖及鹽倒入鍋中攪拌均勻，並以中火加熱。
2. 將香糯米熟飯倒入鍋中持續加熱，過程中持續攪拌，以避免沾黏鍋底。
3. 煮至沸騰冒泡後轉小火續煮 10-15 分鐘，使質地濃稠但米粒仍完整。
4. 溫熱吃與降溫冷藏吃皆可，亦可放上穀物、堅果及水果。

◎伊娜谷香糯米冰淇淋食譜 (6 人份)

• 材料：

伊娜谷香糯米熟飯 300 公克、牛奶 600 公克、鮮奶油 300 公克、砂糖 90 公克、鹽少許

• 作法：

1. 將所有材料放入食物調理機打成濃稠泥狀，越細緻成品會越綿密（若喜歡冰淇淋保留一點 Q 彈米的口感，可不打得那麼細，可依個人口感斟酌調整）。
2. 放入容器冷凍 1 小時再拿出以湯匙攪拌均勻（此步驟反覆 2-3 次，口感會更加細緻）。
3. 再放入冷凍至少 8 小時或隔夜即可。



▲ 本場針對香糯米米布丁與米冰淇淋的不同配方進行開發



▲ 本場舉辦的伊娜谷香糯米講習會中提供米布丁及米冰淇淋讓與會農友品嚐