



米發糕製作體驗



說明

發糕為傳統新春為求好兆頭而製作之米食糕點，本活動以米穀粉為材料製作發糕，有效簡化流程，縮短體驗流程時間，適合三五好友一起操作，共享歡樂的下午茶時光。

- 材料器具 | 發糕粉 (池上米預拌粉 - 鴻運米發糕) 200 公克、水 150 毫升、蒸籠、攪拌棒、馬芬杯 (140 毫升)、圓鋁箔烤模、鋼盆
- 操作時間 | 60 分鐘 (含材料準備)
- 適合季節 | 全年

體驗流程

一 材料製備：

1. 將蒸籠預熱備用。
2. 準備約 10 個馬芬杯，將其放置於圓鋁箔烤膜上，可幫助蒸發糕時固定形狀。

二 體驗流程：

1. 取發糕粉及水倒入鋼盆中，將麵糊攪拌均勻，如欲調整顏色，可於攪拌時一併加入 (圖 1)，並將均勻麵糊裝入擠花袋中，擠花袋可用塑膠袋替代。
2. 於擠花袋底部前端剪一開口，將麵糊擠入馬芬杯 (圖 2)。
3. 放入蒸籠以大火蒸 12-14 分鐘即完成 (圖 3)。



圖 1 | 將水與發糕粉攪拌均勻



圖 2 | 將麵糊擠入馬芬杯



圖 3 | 米發糕 (左為黑糖口味、中為原味、右為紅麴口味)



知識引導



一 發糕簡介：

發糕(另寫作「發粿」)諧音為發財、高升，是臺灣新春、祭祀時會製作之米食糕點。為呼應新春象徵吉利的紅色，傳統會使用酒麴將發糕染成紅色，或在發糕點上紅點討吉利。發糕上的裂痕則稱為「笑」，代表著「發財」、「開運」的寓意，發糕外型膨發得越大、裂痕越深，代表著新的一年運勢越佳。

二 發糕膨發的原理：

發糕粉主要由米、發粉、低筋麵粉、糖組成，將其和水攪拌後可得麵糊。麵糊之黏稠度及炊蒸時的火力大小為影響發糕膨發程度的主要原因。其中發粉在蒸煮過程中會釋放氣體，導致發糕外型產生裂口，而水及麵粉的比例則會影響麵糊之黏稠度，若太稀或太稠導致發糕膨發效果不佳。另外相較於中、小火，以大火蒸時因產生高壓，使麵糊中的發粉產生之氣泡較大，故其膨發程度較佳。

三 發糕食用及保存方式：

發糕蒸完後可直接食用，於常溫下約可保存 2 日。發糕若放至隔夜，因水分蒸散可能導致口感較硬不易入口，蒸 3-5 分鐘，可補充水分；或將發糕切片以平底鍋煎至雙面焦脆即可。以塑膠袋密封置於冷凍庫則可保存數週，食用前取出解凍並加熱即可。

體驗學習重點



1. 認識臺灣新年常用發糕製作方法及其象徵之意涵。
2. 了解發糕膨發原理及影響其膨發之因素。
3. 發糕可使用紅麴、黑糖等材料，將其染成各式各樣的顏色，增添趣味。