



## 紅烏龍炒花生體驗

說明

紅烏龍為臺東地區之特色茶，其茶湯橙紅、滋味甘醇，除了適合飲用外，亦可將茶葉作為焙炒花生之材料，加紅烏龍茶葉炒過之花生不但可提升風味，其口感亦香脆可口，適合作為餐桌佳餚或休閒零嘴之用。



- 材料器具 | 花生 600 公克、精鹽 1 公斤、紅烏龍茶末、炒鍋、鍋鏟、卡式瓦斯爐、篩網、不鏽鋼盆、塑膠瓶
- 操作時間 | 60 分鐘
- 適合季節 | 全年

### 體驗流程



#### 一 材料製備：

將精鹽與紅烏龍茶末混和均勻備用。



▲ 紅烏龍炒花生用器具

#### 二 製作流程：

1. 開啟瓦斯爐將炒鍋加熱，將已混和之紅烏龍茶末與鹽置入炒鍋。
2. 待溫度提升後，再加入花生焙炒。
3. 花生焙炒過程中須持續翻炒 (圖 1)。
4. 翻炒約 20 分鐘後，以篩網將花生取出後置入不鏽鋼鋼盆降溫，待花生冷卻後裝瓶即完成 (圖 2)。



圖 1 | 以鹽及紅烏龍茶末焙炒花生



圖 2 | 紅烏龍炒花生



## 知識引導



### 一 為何使用鹽及紅烏龍茶末炒花生？

使用鹽拌炒花生，目的是利用鹽作媒介，使花生受熱均勻且易熟，避免因接觸鍋底而炒焦。其次，紅烏龍茶末具有特殊之香氣，加入拌炒後，增添花生之香氣及風味，口感具特色。

### 二 紅烏龍茶有甚麼特色？

紅烏龍為鹿野地區所推廣之特色茶，屬於發酵程度重，著重烘焙之烏龍茶，強調的是茶湯滋味的甘醇，茶湯水色為琥珀橙紅，茶質厚重具有熟果香，可生津止渴，在泡茶茶飲及飲料市場具有發展潛力。

### 三 花生的營養成分：

花生富含多種營養成分，如蛋白質、脂肪、礦物質、維生素 B 群等，花生外膜亦富含膳食纖維。建議花生宜適量食用，以免攝取過多熱量。

### 四 紅烏龍炒花生製作注意事項：

焙炒花生時須不斷翻炒，全程須以中火加熱，大火容易燒焦，影響花生之口感，翻炒時間約 20 分鐘即完成，過程中可帶手套以免燙傷。花生最好以乾燥的密封罐貯存在低溫、乾燥處，並在有效期限內儘速吃完，避免發霉或受到黃麴毒素污染。

## 體驗學習重點



1. 認識地方紅烏龍茶葉的特色與風味。
2. 注意焙炒的溫度及時間，避免因溫度過高炒焦。