

紫湯圓開運指南：好運「紫紫」來！

作物改良科 任珮君、楊采文 分機 253、254

湯圓因外型飽滿圓潤，有團圓及圓滿之意，常被用於節慶及祭祀活動。傳統湯圓為了增加節慶氣氛，常使用食用紅色6號來增添色彩。其實食材中有許多天然色素，運用它們進行染色，不僅天然而且健康。

Q 1：哪些食材可以用來作為天然色素？

A 1：

1. 紅色系：紅龍果、洛神花、甜菜根及紅麴等。
2. 紫色 / 或藍色系：紫色甘藷（‘桃園4號’）、紫米及藍莓等。
3. 綠色系：抹茶及綠色蔬菜等。
4. 黃色 / 或橙色系：黃色 / 或橘色甘藷（‘桃園3號’）、南瓜、胡蘿蔔及薑黃等。
5. 黑色系：黑芝麻及可可粉等。

Q 2：如何利用食材型天然色素製作湯圓？

A 2：以紫色甘藷為例

1. 甘藷洗淨、煮熟後，用湯匙壓成泥狀，接著加入適量糯米粉，搓揉成光滑且不黏手之糰狀。
 - （1）液態無法成糰：表示水量過多，需加點糯米粉。
 - （2）搓揉即崩裂：表示水量過少，需加點水。
 - （3）色澤與甘藷添加量有關：甘藷用量多，顏色深、質地柔軟，可視個人需求做調整。
2. 將米糰搓揉成自己喜歡的形狀。
3. 將甘藷湯圓倒入沸水當中，烹煮至水再次沸騰，且甘藷湯圓上浮至水面。之後可以搭配甜湯或薑湯一起食用！

Q 3：為什麼我們的紫甘藷湯圓顏色這麼紫？

1. 我們使用的可不是普通的紫甘藷，是本場最新育成高花青素品種‘桃園4號-紫晶’。它的總花青素含量是市售常見商業品種‘台農73號’的1.5-2.0倍，所以顏色特別深，且有較高的抗氧化能力。
2. 想要體驗這款高顏值且高人氣之紫甘藷嗎？歡迎洽詢新竹縣竹北農民直銷站（電話：03-5513127）。



▲圖 4. 新的一年「蛇」麼都有～



▲圖 1. 不要懷疑我們的桃園4號-紫晶’就這麼紫。



▲圖 2. 甘藷湯圓可以製作成小蛇的形狀。



▲圖 3. 放到沸水中進行「伺候」。



▲圖 5. 想要體驗這款高顏值且高人氣之紫甘藷在新竹縣竹北農民直銷站。