

名間紫薯風味坊

# 紫想遇見泥

指導員 / 謝依恬

製作者 / 張蕙華、黃秀鳳



## 設計概念

「紫想遇見泥」與「山藥乳酪鹹塔」皆以名間鄉特產山藥為核心，展現地產地消與創新烘焙的完美融合。

「紫想遇見泥」以紫山藥結合糯米粉，呈現柔軟、Q 彈與綿密香甜的層次口感。

## 預備食材

米穀粉	50 公克
玉米澱粉	50 公克
白砂糖	50 公克
糯米粉	150 公克
牛奶	300 公克
葵花油	35 公克
椰子粉	50 公克
紅山藥	450 公克

## 料理步驟

1. 紅山藥削皮切片蒸熟壓泥，加入砂糖、牛奶與油攪拌均勻。
2. 糯米粉、米穀粉、玉米澱粉、糖及牛奶混合攪拌，再加油拌勻。
3. 將麵糊倒入蒸籠蒸約 20 分鐘。
4. 糯米皮擀平包入山藥泥後捲起，外層撒上椰子粉，也可撒上芝麻粉或花生粉。

## 營養標示

每一份量 30 公克  
本包裝含 1 份

	每份	每 100 公克
熱量	61.8 大卡	206.0 大卡
蛋白質	0.9 公克	3.1 公克
脂肪	2.0 公克	6.8 公克
飽和脂肪	1.1 公克	3.6 公克
反式脂肪	0.0 公克	0.0 公克
碳水化合物	9.9 公克	33.1 公克
糖	1.7 公克	5.5 公克
鈉	4.7 毫克	15.5 毫克

## 每日飲食指南

	每 100 公克	
熱量	61.8 大卡	全穀雜糧類 0.36 份
乳品類	0.03 份	豆魚蛋肉類 0 份
蔬菜類	0 份	水果類 0 份
油脂與堅果種子類	0.19 份	