

指導員 陳美雀
班 員 李秀言

03 家の味飯包

設計概念

名間鄉地處八卦山脈，屬紅色土壤，含豐富礦物質，所栽培的農作物特別清爽甘甜，如鳳梨、山藥、薑及紅龍果等遠近馳名，茶葉產量約佔全台40%居全國之冠。

另外在濁水溪畔第一產米處 - 本鄉濁水村所產的「濁水米」，Q彈可口，營養豐富，尤其是上游無工業污染，消費者可安心食用。本會所出品的台梗9號「歪嘴雞米」品質一流，深受消費者喜愛。

以本鄉特產入菜，濁水米為主食，鳳梨滷肉與山藥咖哩雞肉為主菜，搭配嫩醋薑提味，運用當季各色蔬菜，紅茶滷製豆干，增加口感層次。鳳梨酸甜解膩又有另人懷念家鄉味，充滿家的感覺；吃在嘴裡感受到滿滿幸福滋味。



食譜製作方法

◆嫩醋薑

嫩薑洗淨，鹽漬使水分滲出掠乾，放入糯米醋浸泡約一星期即可食用。

◆鳳梨滷肉

鳳梨先以微糖熬煮備用，三層肉川燙後加入調味料約滷30分，再和熬好之鳳梨混和滷10分鐘。

◆山藥咖哩雞肉

- ①雞胸肉、山藥切塊備用。
- ②洋蔥爆香加入山藥、紅蘿蔔燜煮再放入雞胸肉、小黃瓜、咖哩煮熟即可。

◆紅茶豆干

豆干切塊川燙約10分鐘，加入油、醬油、糖、紅茶包及滷包，小火熬煮約40分。