

指導員 陳美雲  
班 員 林祺宜

## 01 杏福飯包

### 設計概念

杏福飯包是一群農村特派員，為行銷在地農特產品而設計出產地飯包，倡導[食在地，享當季]的飲食概念，將大村特色食材（杏鮑菇、竹筍、鳳梨、金棗），由本地媽媽獨特拿手料理，信手拈來做出道地古早味，推廣真食物，鮮享在地、食在好吃，帶出大村特有飲食形態、文化習俗、食物安全及永續農業，營造吃出好家庭、好人情、好健康以及好環境。

除了使用當令新鮮時蔬，並以節氣養生概念作為飯包養生特色，更從一群家政媽媽對家人愛護心情出發，以家常媽媽味的飲食烹調手法，注入對在地食材之尊重與對食用者關愛，讓每一位購買的消費者每一口飯菜，都能吃得到濃厚家政農情味，更洋溢幸福好滋味。



### 食譜製作方法

#### ◆杏鮑菇雞肉捲

- 1 雞腿肉去骨，用醬油、酒、糖、蒜末醃漬。
- 2 將杏鮑菇切條狀，放至雞腿肉捲起，蒸煮即可。

#### ◆五彩繽紛

- 1 蘆筍、玉米筍、紅蘿蔔、杏鮑菇、香菇，川燙備用。
- 2 用薑絲、香油、鹽與上述時蔬拌勻即可。

#### ◆山中傳奇古早味

- 1 鳳梨、木耳切小塊，薑切絲備用。
- 2 薑絲爆香，放入木耳、鳳梨、糖與水，燜出甜香味。
- 3 最後加入少許烏醋，大火快炒至入味。

#### ◆枸杞蒜拌地瓜葉

- 1 枸杞泡水，蒜頭切片。
- 2 地瓜葉川燙好，加入枸杞、蒜片、鹽、香油拌勻即可。

#### ◆野菜玉子燒

- 1 造型切邊剩下的紅蘿蔔與地瓜葉的梗切碎末，加入醬油、味醂拌勻。
- 2 蛋與蔬菜碎末攪拌勻成蛋汁。
- 3 倒入平底鍋，待凝固，邊捲邊壓平，內捲成一條，重覆以上步驟，成條狀切片即可。

#### ◆金棗蜜南瓜

- 1 將南瓜切成片狀平鋪於盤中。
- 2 薑切片置於南瓜上，再將蜜金棗的湯汁均勻淋在南瓜上，入鍋蒸熟。