

# 2014 米穀粉

## 多元化應用產品推廣手冊



主辦單位： 行政院農業委員會農糧署

執行單位：財團法人中華穀類食品工業技術研究所



## 麵包類



米培根麵包



米總匯披薩



乳酪米麵包



榛果麵包

## 蛋糕類



巧克力布朗尼



法式海綿蛋糕



米威風巧克力卷



米威風鹹蛋糕

## 中點類



六角酥



辣味米香餅



翡翠糕



米scone

## 西點類



奶油空心餅



草莓果泥慕斯



米卡拉棒



香脆堅果餅

## 餅乾類



# 稻米多元化應用於傳統米麵食推廣

盧訓 所長

稻米，是台灣地區人民之主食，在中國之歷史淵遠流長，並與炎黃子孫之生活息息相關。史記上記載：「禹令益予眾庶，稻可種卑溼」。因此稻米在中國已有三千年之栽種歷史。我國以農立國，春耕、夏耘、秋收、冬藏，所謂「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」，台灣人對稻米有份難以割捨之感情。

稻米在台灣，不論粳稻或秈稻，均以碾成白米供人食用為主，釀酒為副。傳統上，秈米可以製造發糕、碗糕、爆米花（爆米香）等製品，而糯米供製造各種點心（年糕、米糕、油飯、粽子等）。曾幾何時，西方速食入侵，舉凡漢堡、薯條、炸雞等，極端吸引年輕一代，國人因而趨之若鶩，傳統米食製品逐漸為人淡忘。

稻米品質為一極複雜之物理化學綜合性質，水分含量14%之精白米，其澱粉及蛋白質約占精白米粒乾燥成分之98.5%，其中約90%是由澱粉構成。因此，一般米飯或者米食製品之品質與米澱粉之理化性質，有密切的關係。澱粉顆粒主要是由直鏈澱粉與支鏈澱粉兩種多醣類組成，除了一些特殊之高直鏈澱粉（>30%）及糯性澱粉（直鏈<5%）外，一般稻之直鏈澱粉在20%以下，而秈稻則在20~30%之間。直鏈澱粉含量高者，如台農秈19號及台中在來1號，經蒸煮後其質地會變得硬實，所以不適合做飯食原料；而直鏈澱粉在20%以下者如台農67號、台9號等等，經蒸煮後，其口感有點黏又不會太黏，並有Q性，適合做米飯或壽司之原料；直鏈澱粉含量極低的糯性米種，蒸煮後柔軟黏性大，可以做油飯、粽子、年糕等。

職是之故，為能配合行政院農業委員會農糧署積極推廣稻米多元化加工利用，提出在地消費，提振國產米食等措施，期望國人增加米食消耗量，保持稻米產業之永續發展與固守台灣之飲食文化。為達此目標，除繼續活絡消費大眾多加飲用米飯產品及傳統米食製品外，本所與麵粉與烘焙加工業者積極開發創新健康又養生的米麵共食產品。由於稻米特性不同，除傳統以秈或糯稻之台灣傳統米食點心外，以粳稻為主，開發一系列產品，如米麵包、米蛋糕、米麵條、中式點心及米冰淇淋等，更以幸福點心伴手禮，做教學與推廣活動，以提供消費者多元選擇。

行政院農委會對於傳統米食加工之研究與推廣有近二十年之努力，本所繼往開來，以豐富的米麵食及烘焙推廣經驗，結合學術界、農業改良場所、農會家政班系統共同努力，將米食在品質提高、現代化生產及產品開發上做出貢獻。

本2014年米穀粉產品手冊是本所開發米麵食之專刊手冊，其內容包括有西式的米麵包、米披薩、米蛋糕、慕斯點心、米卡拉棒、香脆堅果餅及中式米麵食糕點點心類產品等共16項產品，期待為米食發展更上一層樓。

台灣居民以米食為主，傳統之米食文化必須發掘繼承並予發揚，將“稻米文化”完整傳授給後代子孫，應視為一種責任，勿讓下一代迷失於西方之速食文化－漢堡、薯條。因此，米食製品之開發及推廣，乃是維護及保存台灣飲食文化之研究與主事者所必須關注的事，且為符合時代潮流及國人對米食嗜好之變化，更應將“米食文化”與“食品科技”融合在一起，俾利傳承與創新相結合。



## 米培根麵包

米麵包製作使用大量米穀粉取代麵粉方式，配方中蓬萊米粉佔比為82%，大量使用，對應推廣有實質效益，米穀粉色澤較白，使用麥芽精提供產品色澤；蒸氣烤箱設備之使用，可將米麵包表皮酥脆特點更加提升，相得益彰。



### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量(g)
蓬萊米粉	82	588
活性麵筋粉	18	129
快發酵母	1.5	11
麥芽精	0.3	2
鹽	1.5	11
水	92	659
合計	195.3	1400
培根	—	10片
黑胡椒粒	—	適量

### 二、製作方法與條件：

- 1、將所有材料攪拌成糰。
- 2、基本發酵10分鐘。
- 3、分割滾圓，130g×10個。
- 4、中間發酵20分鐘。
- 5、整型包入培根及黑胡椒粒。
- 6、最後發酵35分鐘（38℃，RH 80%）。
- 7、烘烤230℃／230℃，約20分鐘，蒸氣8秒。



1 原料



2 將所有材料攪拌成糰



3 攪拌至薄膜狀



4 基本發酵



5 分割滾圓



6 整型包入培根及黑胡椒粒



7 整型成長條狀



8 剪成麥穗形



9 烘烤230℃／230℃，20分鐘



## 米總匯披薩

披薩麵糰使用大量之蓬萊米粉及添加適量麵筋粉為主體，使披薩餅皮產生良好的口感和產品脆度。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
蓬萊米粉	82	390
活性麵筋粉	18	56
快發酵母	1.5	7
砂糖	6	28
麥芽精	0.3	1
鹽	1.5	7
奶粉	2	9
奶油	6	28
水	92	438
合計	210	1000

### 二、製作方法與條件：

- 1、將所有材料攪拌成糰。
  - 2、基本發酵20分鐘。
  - 3、分割滾圓，250g×4個。
  - 4、中間發酵30分鐘。
  - 5、擀成25cm圓片狀，將邊捲起。
  - 6、鋪上餡料。
  - 7、烘烤230℃/230℃，約20分鐘。
- ※餡料：番茄醬、培根、洋菇、洋蔥、甜椒、拉絲乳酪適量。



1 配料



2 所有材料攪拌成糰



3 攪拌至薄膜狀



4 室溫發酵20分鐘



5 分割滾圓，250g×4個



6 擀成圓片狀



7 將邊捲起



8 鋪上餡料



9 烘烤230℃/230℃，20分鐘



## 乳酪米麵包

乳酪米麵包製作使用鮮果汁，及微鹹乳酪丁，使米穀粉麵包的內部組織呈現淡黃色及微黃乳酪的香氣。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量(g)
高筋麵粉	70	814
蘆粟米粉	30	349
酵母粉	2	23
鹽	1	12
奶粉	2	23
砂糖	5	58
奶油	5	58
蘋果		1顆
紅蘿蔔		1/2條
水	48	558
合計	163	1895

原料	百分比(%)	重量(g)
烘焙乳酪	20	233
表面裝飾：熟芝麻		300



### 二、製作方法與條件：

- 1、將蘋果、胡蘿蔔、水打成果汁備用。
- 2、除奶油外，將所有材料攪拌成糰，光滑，加入奶油後，繼續攪拌麵筋擴展。
- 3、基本發酵60分鐘，至產品體積2倍大。
- 4、分割麵糰150g×12個，滾圓，鬆弛。
- 5、將麵糰擀開包入乳酪丁，捲成橄欖型，表面刷蛋白水，沾芝麻，劃三刀。
- 6、最後發酵50分鐘2.5倍大。
- 7、烘焙220℃/180℃，烤約15~20分鐘。



1 原料



2 麵糰攪拌至光滑



3 油脂加入繼續攪拌至麵筋擴展



4 基本發酵至體積二倍大



5 分割麵糰150g/個



6 麵糰滾圓、鬆弛



7 將麵糰擀開包入乳酪丁



8 沾芝麻、表面劃三刀入爐最後發酵



9 乳酪米麵包



## 榛果麵包

榛實果醬夾心，使米穀粉麵包更有濃郁香氣，延續國人對花生麵包的喜愛。

### 一、配方：

【中種麵糰】		
原料	百分比(%)	重量(g)
蓬萊米粉	30	220
高筋麵粉	20	146
水	50	366
速溶酵母	1	7

【主麵糰】		
原料	百分比(%)	重量(g)
高筋粉	50	366
奶粉	4	29
鹽	1	7
砂糖	20	146
蛋	10	73
奶油	8	58
合計	194	1421

餡料	百分比(%)	重量(g)
榛子醬	適量	適量



### 二、製作方法與條件：

- 1、將中種麵糰拌勻後，發酵2-4小時。
- 2、加入主麵糰原料攪拌至麵糰光滑。
- 3、延續發酵30分鐘。
- 4、麵糰壓平滑，分成兩片，中央夾榛子醬，切條螺旋捲，整型後排列於烤盤中。
- 5、最後發酵40~50分鐘。
- 6、爐溫210℃/180℃，烤15分鐘。



1 中種麵糰攪拌均勻



2 基本發酵2-4小時



3 主麵糰原料攪拌至麵糰光滑



4 延續發酵30分鐘



5 麵糰壓平滑，分成兩片



6 中央夾榛子醬，切條螺旋捲



7 整型後排列於烤盤中



8 最後發酵40~50分鐘



9 爐溫210℃/180℃，烤15分鐘



## 巧克力布朗尼

配方使用各50%蓬萊米粉及低筋麵粉，其保水力強特點，符合巧克力布朗尼濃郁濕潤之特性。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量(g)
苦甜巧克力	160	480
奶油	115	345
全蛋	130	390
砂糖	120	360
低筋麵粉	50	150
蓬萊米粉	50	150
可可粉	20	60
核桃	100	300
合計	745	2235



### 二、製作方法與條件：

- 1、巧克力切碎備用，與奶油隔水加熱融化。
- 2、全蛋倒入攪拌缸中加入砂糖，攪拌至糖溶解。
- 3、加入過篩低筋麵粉、蓬萊米粉、可可粉，與上述材料拌合均勻。
- 4、加入切碎核桃。
- 5、麵糊倒入已鋪烤盤紙的小平烤盤。
- 6、烘焙溫度 160℃/185℃，約30分鐘。



1 原料



2 巧克力切碎備用



3 巧克力與奶油隔水加熱



4 過篩低粉、蓬萊米粉、可可粉



5 加入過篩粉料



6 材料攪拌均勻



7 加入切碎核桃



8 麵糊倒入小平烤盤中



9 烘烤160℃/185℃，30分鐘



## 法式海綿蛋糕

產品使用100%蓬萊米粉製作，製程使用法式海綿打法，分別將蛋白糖及蛋黃糖各別打發，再融合其他材料。增加蛋糕蓬鬆度及綿密紮實的蛋糕氣勢，使組織細緻柔軟。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
蛋黃	100	300
細砂糖(1)	20	60
蛋白	200	600
塔塔粉	0.5	2
細砂糖(2)	130	390
鹽	3	9
蓬萊米粉	100	300
沙拉油	35	105
奶水	35	105
香草水	-	-
合計	623.5	1870.5



### 二、製作方法與條件：

- 1、蛋黃糊：蛋黃、細砂糖(1)打發。
- 2、蛋白糊：蛋白、塔塔粉、細砂糖(2)、鹽打發。
- 3、將蛋黃糊及蛋白糊拌勻。
- 4、加入蓬萊米粉拌勻。
- 5、依序加入沙拉油、奶水、香草水拌勻。
- 6、表面灑上核桃。
- 7、裝模600g×3個。
- 8、烘烤180℃/180℃，約30分鐘。



1 打發蛋黃糊



2 打發蛋白糊



3 將蛋黃糊及蛋白糊拌勻



4 加入蓬萊米粉拌勻



5 依序加入沙拉油



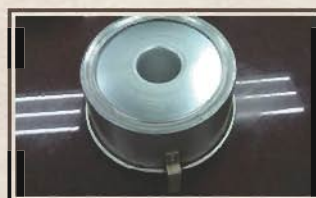
6 依序加入奶水、香草水拌勻



7 麵糊灑上核桃裝飾



8 烘烤180℃/180℃，30分鐘



9 出爐倒扣放涼



## 米威風巧克力卷

米蛋糕製作大多使用米穀粉取代麵粉方式，對應用推廣有實質效益。巧克力口味蛋糕向為國人喜愛，使用100%蓬萊米粉取代麵粉，其口感不變且可可粉的香氣更能呈現。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
蓬萊米粉	85	255
發粉	3	9
可可粉	15	45
蛋黃	100	300
奶水	40	120
沙拉油	50	150
細砂糖	30	90
食鹽	1	3
蛋白	200	600
細砂糖	120	360
塔塔粉	0.5	1.5
奶油霜	100	300
合 計	744.5	2233.5



### 二、製作方法與條件：

- 1、奶水、沙拉油、鹽、糖、可可粉微波加熱拌勻。
- 2、蛋黃加入拌勻。
- 3、蓬萊米粉、發粉過篩後，加入拌勻成麵糊。
- 4、蛋白加塔塔粉打發，砂糖分兩次加入，打發至乾性發泡。
- 5、將蛋黃糊與蛋白糊拌勻。
- 6、烘焙190℃/160℃，烤約30分鐘。
- 7、冷卻後用奶油霜捲成柱狀、切片、完成。



1 原料



2 蓬萊米粉、發粉體過篩



3 蛋黃、奶水、沙拉油、食鹽及可可粉攪拌均勻加熱



4 拌入過篩後之蓬萊米粉



5 打發蛋白分次加入麵糊



6 麵糊裝模、抹平



7 奶油霜夾心



8 蛋糕捲起



9 米威風巧克力卷



# 米戚風鹹蛋糕

鬆軟香甜蛋糕搭配表面鹹餡料，使100%蓬萊米粉蛋糕更能呈現質感特色。

## 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
蓬萊米粉	100	450
奶油	45	200
鹽	2	25
奶水	67	300
蛋黃	78	350
蛋白	155	700
細砂糖	100	450
塔塔粉	1	5
合計	548	2480

表面餡料(鹹)	百分比(%)	重量 (g)
火腿肉(培根)		100
香蔥(油蔥酥)		100
味精		5
肉鬆		100
鹽		3



## 二、製作方法與條件：

- 1、奶水、奶油、鹽拌勻，蛋黃加入拌勻。
- 2、低筋麵粉過篩加入拌成麵糊。
- 3、蛋白、塔塔粉、糖打發成蛋白糖。
- 4、蛋白糖與麵糊拌勻，製作60X40cm一盤。
- 5、表面灑鹹餡料。
- 6、烘焙溫度200℃/170℃，約30分鐘。
- 7、冷卻後以沙拉醬夾心。



1 準備烤盤，表面墊牛皮紙



2 奶水、奶油、鹽，蛋黃拌勻



3 蓬萊米粉過篩加入拌成麵糊



4 蛋白、塔塔粉、糖打發



5 蛋白糖與麵糊拌勻



6 製作60X40cm一盤



7 表面灑鹹餡料



8 烤溫200℃/170℃，30分鐘



9 冷卻後以沙拉醬夾心



## 六角酥

六角酥為六面金黃，包裹肉餡而得名，其特色為外皮酥鬆、層次分明，擀捲時皮薄餡多，口感較為酥鬆可口，添加米穀粉於該產品，可保有酥鬆特性，亦有增進產品的咀嚼口感。



### 一、配方：

【油皮】	原料	百分比(%)	重量 (g)
	豬油	40	80
	細砂糖	10	20
	水	45	90
	中筋麵粉	70	140
	蓬萊米粉	30	60
	合計	195	390

【油酥】	原料	百分比(%)	重量 (g)
	低筋麵粉	50	67
	蓬萊米粉	50	67
	豬油	50	66
	合計	150	200

### 二、製作方法與條件：

- 1、油皮及油酥：拌勻成糰，分割30個。
- 2、餡料：原料拌至黏性，冷藏備用 ※餡料：絞碎豬肉300g、鹽4g、細砂糖6g、味精2g、白胡椒粉2g、香麻油16g、醬油8g、蔥花60g、薑末20g、XO干貝醬20g。
- 3、皮：酥：餡=2：1：2（油皮12g、油酥6g、餡料12g）。
- 4、油皮包油酥，摺擀二次，擀成圓皮，包餡後整成長條型。
- 5、乾焙至表面金黃。



1 油皮及油酥拌勻成糰



2 油皮包油酥



3 摺擀二次



4 餡料拌至黏性，冷藏備用



5 包入內餡



6 整成長條型一



7 整成長條型二



8 整成長條型三



9 乾焙至表面金黃



## 辣味米香餅

簡易米餅作法，使米穀粉的多元化應用更廣泛，配方中使用蓬萊米粉和魚漿，使米香餅更酥脆、更有香味。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
蓬萊米粉	100	250
魚漿	30	175
水	100	250
七味粉	1	2.5
食鹽	1	2.5
合計	232	680

### 二、製作方法與條件：

- 1、將蓬萊米粉與水拌成糰。
- 2、加入七味粉及食鹽調味。
- 3、分割10g×30個，壓成扁圓（直徑約7-8cm）。
- 4、烘烤150℃／150℃，約15分鐘。
- 5、烘乾1天（乾燥箱溫度35℃）。
- 6、油溫200℃，炸至膨起即可。



1 原料



2 將所有材料攪拌均勻



3 拌勻成糰備用



4 均分30個



5 壓成扁圓，直徑約7-8cm



6 烘烤150℃／150℃，15分鐘



7 取出烘乾1日



8 烘乾完成



9 油溫200℃，炸至膨起



## 翡翠糕

配方使用熟蓬萊米粉搭配抹茶粉，使產品在呈色方面，更淡綠清香，口感有葡萄糖的清涼感及茶香特色。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量(g)
熟蓬萊米粉	70	210
熟麵粉	30	90
抹茶粉	3	9
葡萄糖粉	50	150
糖粉	40	120
蜂蜜	10	30
豬油	40	120
合計	232.7	729



### 二、製作方法與條件：

- 1、將熟蓬萊米粉、熟麵粉、抹茶粉、葡萄糖粉、糖粉篩勻。
  - 2、加入蜂蜜拌勻。
  - 3、加入豬油充分拌勻。
  - 4、上述材料篩勻。
  - 5、用模型壓擠成型，約30公克。
- ※備註：熟蓬萊米粉及熟麵粉製做：150℃／150℃烘烤30分鐘，冷卻後過篩即可使用。



1 原料



2 過篩熟蓬萊米粉、熟麵粉



3 依序加入其他材料拌勻



4 充分拌勻後



5 過篩備用



6 粉料填入模型



7 表面刮平整



8 印上花紋



9 取出即完成



# 米scone

外皮酥脆內鬆軟，口感介於麵包及餅乾之間，添加米穀粉及牛奶增加其鬆酥易咀嚼的口感。

## 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
高筋麵粉	70	350
蓬萊米粉	30	150
泡打粉	2	10
小蘇打粉	0.2	1
細砂糖	17	85
食鹽	0.3	1.5
奶油	40	200
動物鮮奶油	60	300
牛奶	15	75
葡萄乾	44	220
合計	278.8	1392.5



## 二、製作方法與條件：

- 1、將高筋麵粉、蓬萊米粉、泡打粉、小蘇打粉篩勻。
- 2、將切丁冷藏後的奶油和粉類攪拌成粉末狀。
- 3、加入細砂糖、食鹽、冷藏動物鮮奶油、牛奶攪拌成糰。
- 4、加入葡萄乾拌勻，冷藏60分鐘。
- 5、壓延成長方片，三摺二次。
- 6、分切成5cm×5cm，25個。
- 7、烘烤220℃/150℃，約15分鐘。



1 原料



2 將奶油和粉類拌勻



3 動物鮮奶油、牛奶冷藏備用



4 加入動物鮮奶油、牛奶



5 攪拌成糰



6 擀製成長方片



7 壓延成長方片，三摺二次



8 切割成5cm×5cm



9 烘烤220℃/150℃，15分鐘



## 奶油空心餅

奶油空心餅為市售常見的泡芙，外皮酥脆之特性，老少咸宜，其內餡可隨個人喜好調整，該產品使用在地食材-新鮮南瓜→蒸熟→攪成泥→拌入打發鮮奶油，可豐富餡料色澤外，無形中亦攝取多樣化營養素。



### 一、配方：

【餅皮】	原料	百分比(%)	重量 (g)
	水	125	163
	沙拉油	75	98
	食鹽	2	2.6
	米穀粉	蓬萊米粉	50
		高筋麵粉	50
	全蛋	180	234
	合計	482	627.6

【餡料】	原料	百分比(%)	重量 (g)
	布丁粉	100	100
	鮮奶	250	250
	動物性鮮奶油	350	350
	植物性鮮奶油	350	350
	南瓜泥	200	200
	合計	1250	1250

### 二、製作方法與條件：

麵糊：1、水、奶油、食鹽加熱煮沸，加入過篩麵粉及蓬萊米粉拌勻；2、分次加入蛋液，裝入擠花袋，均分20個；3、烘烤200℃/180℃，約30分鐘。

布丁餡：鮮奶、布丁粉攪拌均勻，打發鮮奶油與南瓜泥及布丁餡混合均勻，冷藏備用。



1 原料



2 麵粉及蓬萊米粉過篩



3 水、奶油、食鹽加熱煮沸



4 加入過篩麵粉及蓬萊米粉



5 麵糊攪拌均勻



6 分次加入蛋液



7 攪拌至濃稠狀



8 麵糊裝袋擠入烤盤



9 烘烤200℃/180℃，30分鐘



## 草莓果泥慕斯

草莓果泥富含天然色澤和水果香氣，以傳統布丁作法拌入草莓果泥和膠凍原料，使產品更具有布丁水果凍的特色，其製程簡易、方便，藉由甜品食用，無形當中攝取了水果及米穀粉之營養。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量 (g)
鮮奶	350	350
蓬萊米粉	30	30
砂糖	20	20
動物膠	6	6
草莓果泥	100	100
合計	510	510

### 二、製作方法與條件：

- 1、蓬萊米粉及砂糖加入鮮奶拌勻，煮至濃稠狀。
- 2、加入動物膠拌勻。
- 3、均勻拌入草莓果泥。
- 4、裝填於擠花袋。
- 5、擠至盛裝容器中，均分9個。
- 6、置冷藏，約60分鐘。
- 7、表面裝飾果泥即完成。



1 原料



2 砂糖及蓬萊米粉拌入鮮奶



3 加熱煮至濃稠



4 加入動物膠及草莓果泥



5 均勻拌合



6 裝填於擠花袋



7 平均擠至盛裝容器中



8 置冷藏，約60分鐘



9 表面裝飾果泥即完成



## 米卡拉棒

使用蓬萊米粉製作餅乾，口感較為酥脆，兼具美味和營養，配方中拌入咖哩和胡椒，使提起米穀粉鬆酥香脆的效果。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量(g)
高筋麵粉	70	193
蓬萊米粉	30	83
細砂糖	14	38
食鹽	0.5	1
安佳奶油	16	44
起司粉	4	11
奶粉	4	11
泡打粉	2	5
奶水	25	69
全蛋	15	41
水	22	60
黑胡椒粒	1	3
咖哩粉	0.8	2
合計	204.3	560



### 二、製作方法與條件：

- 1、所有材料拌勻成糰。
- 2、壓至光滑，厚約1cm。
- 3、分割成長條狀，長10cm×寬1.5cm。
- 4、烘烤200℃/150℃，約30分鐘。



1 原料



2 所有材料拌勻成糰



3 壓至光滑



4 厚度約1公分



5 移至桌面，擀成長方



6 分割成長條狀



7 約長10cm×寬1.5cm



8 烘烤200℃/150℃，30分鐘



9 表面金黃即可出爐



## 香脆堅果餅

蓬萊米粉搭配杏仁粉使產品油炸後，口感更酥脆，且符合油炸食品降低含油率，更增進健康訴求。米穀粉具有吸油率低之特點，使產品口感較為脆硬。

### 一、配方：

原料	百分比(%)	重量(g)
中筋麵粉	50	150
蓬萊米粉	50	150
細砂糖	30	90
板豆腐	40	120
蛋	20	80
杏仁粉	20	80
鹽	1	3
白胡椒粉	0.25	0.75
合計	199.25	597.75

### 二、製作方法與條件：

- 1、中筋麵粉及蓬萊米粉過篩。
- 2、依序加入其他材料拌成糰。
- 3、鬆弛30~60分鐘。
- 4、擀成薄麵皮，厚度約0.2cm。
- 5、切割成2cm×5cm小麵片。
- 6、油溫180℃，炸至金黃色。



1 所有材料拌成糰



2 鬆弛約60分鐘



3 擀成長方片



4 置桌面鬆弛



5 擀成薄麵皮



6 麵片對摺分切



7 切割成2cm×5cm小麵片



8 過篩多餘麵粉



9 油溫180℃，炸至金黃色



# 米



財團法人中華穀類食品工業技術研究所

本所地址：24941新北市八里區中山路三段223號

電話：(02)2610-1010、2610-5851

傳真：(02)2610-3351

網址：<http://cgprdi.org.tw>

E-mail：[cgprdi01@ms13.hinet.net](mailto:cgprdi01@ms13.hinet.net)