

家政班紅薏仁創意料理成果發表

薏燕同慶



材 料：1.蝦子 10 隻

2.花枝漿 100g、魚漿 100g、薏仁 150g、全蛋 1 顆

3.青花菜、苜蓿芽、湯圓

4.辣椒、香菇

調味料：蔥末、薑末適量、酒、胡椒、鹽少許、糖、味精、水適量。

作 法：1.將薏仁泡 4 小時後煮熟，青花菜燙熟，湯圓炸熟備用。

2.材料①洗淨，去蝦頭，留蝦尾，去腸泥，泡薑片、酒備用。

3.將材料②配上調味料摔打調勻。

4.將作法 3 抹上作法 2，蝦身整形成燕子狀，辣椒、香菇裝飾放入蒸鍋
15 分鐘後起鍋。

5.苜蓿芽當巢，炸湯圓當蛋，青花菜裝飾。

作 者：員林家政班 潘忍

紅薏仁奶凍蛋糕



材 料：1.蛋糕約 1 公分高二片

2.蛋黃 10 顆

3.低筋麵粉 30g

4.糖 120g

5.牛奶 480cc

6.煮熟紅薏仁 170g

7.奶酒 4 大匙

8.吉利丁 8 片

9.烤熟碎核桃 20g

10.煮熟紅薏仁 200g

11.鏡面果膠 40g

作 法：1.蛋糕片舖入慕斯模底部。

2.材料 2.3.拌勻。

3.另將材料 4.5.6.放入果汁機中打細，用小火煮到糖化。

4.再慢慢倒入作法 2 的蛋糊中，邊倒邊攪。

5.用小火煮至濃稠，加入吉利丁拌勻。

- 6.隔冰水降溫，一邊攪拌至濃稠，加入奶酒。
- 7.加入材料 10 的紅薏仁 200g。
- 8.倒入模型內至一半高度，放入另一片蛋糕，灑上碎核桃。
- 9.再倒入另一半的紅薏仁奶凍。
- 10.冷藏 2 小時，再抹上鏡面果膠，再冷藏即可食用。

作 者：上楓家政班 汪玉玲

濃芹蜜蕙



材 料:薏仁 200g

雞蛋豆腐一塊

肉鬆 200g

餛飩皮(大)5 張

沙拉醬 100g

西洋芹 2 大片

調味料:鹽酌量

作 法: 1.將薏仁洗淨泡水 4 小時，煮熟放涼備用

2.將西洋芹切斷燙熟，豆腐切塊備用

3.將薏仁加入沙拉醬酌量鹽拌勻

4.將作法 2.3.肉鬆依序包入餛飩皮中捲起，入油鍋炸至金黃撈起即可

作 者：上楓家政班 王雯雅

金蕙滿堂



材 料：紅蕙仁 150g、絞肉 300g、蝦仁 150g、鴨掌 10 只、荸薺 6 粒
紅蘿蔔末、豆豉 20 顆、香菜各少許、水、太白粉各適量

調味料：鹽、鰹魚粉、胡椒粉、麻油各少許

作 法：1.紅蕙仁泡水 4 小時，蒸熟。

2.鴨掌入熱水中川燙煮熟，漂涼，擦乾。

3.蝦仁抽去腸泥，洗淨剁成泥狀，與絞肉、蕙仁、荸薺細末混合，加入調味料，拌至有粘性即為餡。

4.鴨掌前半部灑少許太白粉，餡作成圓球狀，黏在上面，鑲入 2 顆豆豉當眼球，紅蘿蔔末當魚鱗。

5.將鴨掌尾部，攤開成魚尾狀，排在圓盤上，入蒸鍋蒸 10 鐘至熟。

6.取出與金魚的身體排列好，太白粉水勾芡淋在上面，香菜當水草。

作 者：員林家政班 邱玉嬌