



即食樹豆應用食譜

甜品篇

文、圖/ 陳盈方

本場利用二級加工技術研發，推出新研發產品「即食秀樹豆」，本產品直接替消費者省略繁瑣的炊煮工作，可直接食用、烹煮或製成甜品，應用性多元廣泛，帶動原鄉作物樹豆產業增值。本次介紹即食樹豆之甜品食譜配方及作法2種，供消費者參考運用。

1 樹豆沙冰皮月餅

材料

1. 外皮：糯米粉50公克、在來米粉50公克、牛乳230公克、糖粉30公克、澄粉30公克、煉乳20公克、無鹽奶油30公克。
2. 蜜漬樹豆沙★340公克

★蜜漬樹豆沙餡料做法：

即食樹豆100公克加入熱水400毫升，可利用電鍋或電子鍋加熱，炊煮完成後燜15分鐘，加入砂糖或冰糖60公克，將糖與樹豆攪拌均勻再燜15分鐘。將蜜樹豆半成品倒入炒鍋當中，以小火拌炒至水分收乾，再加入12公克無鹽奶油拌勻即完成，製成率約55-60%。

作法

1. 無鹽奶油以隔水加熱法融解備用。
2. 將糯米粉、在來米粉、糖粉及澄粉等食材倒入容器中，混合均勻後過篩2次，加入牛乳、煉乳及無鹽奶油攪拌均勻，將容器蓋上保鮮膜並戳小洞便於透氣，炊蒸25分



應用蜜漬樹豆沙製作冰皮月餅

- 鐘後，可用筷子插入粉團評估，若無沾黏現象即可離火出鍋，接續將粉團搓揉均勻，冷卻後即為粉團外皮^{註1}，可進行餡料包覆。（^{註1}外皮甜度可依個人喜好調整，亦可用天然色素如紅麴、蔬菜粉、婀娜多等調整顏色）
3. 將25公克粉團外皮包入15公克蜜樹豆沙餡，利用模具塑型，脫模後放入4°C冷藏隔日食用，冷藏可使口感優化，建議3日內食用完畢。

2 樹豆芋頭西米露(單人份)

材料

- 即食樹豆20公克、蜜芋頭約400公克★、西谷米80公克、糖100公克，水約500毫升。

★蜜芋頭作法：將截切芋頭約400公克以水浸泡5分鐘，清洗乾淨後以電鍋蒸熟或沸水煮熟，第一次先將芋頭煮熟，之後將芋頭加入糖水(糖量約150公克)中，再蒸一次，蜜芋頭配料完成備用。

作法

1. 西谷米以沸水煮至半透明狀，撈起以冷開水冷卻備用。
2. 即食樹豆以熱水浸泡10分鐘，豆水比為1:3。
3. 將糖水煮開，加入已復水之即食樹豆、西谷米、蜜芋頭等食材，將食材拌勻糖水再次沸騰後，即可上桌享用。



樹豆芋頭西米露

若不方便取得即食樹豆，亦可將樹豆煮熟後，參考本方法製作甜品。