

黑糖葛鬱金

古早原料新呈現，健康飲食無負擔。

葛鬱金的運用，最為人熟知的便是經攪打、水洗、日曬後，作為天然的古早味太白粉，因其入水後，使汁液變的濃稠，故常用於需勾芡的料理。因為外型非常近似於嫩薑，都有節帶鬚且表皮成米白色，而又稱為粉薑、粉薯。近年來，因大眾對食安的重視，讓葛鬱金太白粉這項傳統食材，再度被看見。料理中，將葛鬱金粉與黑糖粉一同和水蒸煮，口感Q彈似粉粿、涼糕，將其做為外皮，捲入清脆的水果及生菜，更增添口感，將這道帶有古早風味的葛鬱金點心，以現代的方式重新詮釋。





食材

黑糖粉	100 克
葛鬱金粉	200 克
有機芽菜	20 克
蘋果	1 顆
芭樂	1 顆

作法

- » 黑糖粉、葛鬱金粉加水拌勻，進蒸籠，蒸 15 分鐘。
- » 保鮮膜上抹油，放上蒸好的黑糖葛鬱金。
- » 用桿麵棍桿平。
- » 切長條包芽菜、包蘋果條、芭樂條，擺盤即可。

