

本土作物的傳統與創意料理

甘藷

圖文：林妙娟



傳統篇－甘藷花生餅（圖左）

材料：甘藷泥300公克，細砂糖150公克，地瓜粉1/2杯，沙拉油2湯匙，花生粉1/2杯。

做法：

將所有材料混合揉勻，分成10個，每個用手壓成圓餅，入鍋中煎熟，趁熱沾裹花生粉即可



創意篇－甘藷漢堡（圖右）

材料：甘藷泥300公克，絞肉200公克，蛋1/2個，洋蔥1個，調味料（含太白粉2湯匙，麵粉2湯匙，胡椒粉1/2茶匙，鹽1/2茶匙，醬油1/2茶匙）

做法：

1. 絞肉加調味料，順同一方向拌至有點黏性，再加蛋、甘藷泥攪勻。
2. 分成數份壓扁入平底鍋中油煎至熟。
3. 吃時，夾入漢堡包或土司麵包中。

註：洋蔥亦可以青蔥、炸油蔥替代。

