

佳作編號：014 陳寶彩

主題：歐巴桑的自信

淡水，是一個山明水秀的”好所在”一年生產各式各樣的農產品不計其數，尤其在農會的輔導下如：芋頭、茭白筍、蘿蔔、地瓜等等皆是遠近馳名，每當盛產季節農會都會舉辦相關農業產業文化系列活動。

去年被本班推派參加農會舉辦的芋頭中西料理創意比賽：參加班員眾多競爭相當激烈因此次比賽內容強調養生及創意，所以賽前的準備也是絞盡腦汁，還好，平時對烘培就有興趣經過多次的試作，以本這比賽宗旨：健康、少油、少鹽、養生創意作出了”養生香烤芋泥”終於成功出爐。比賽時經過專業老師的評審，意外的獲得冠軍，實在是又驚又喜也非常感謝農會及評審老師的肯定，讓我這個六十多歲的歐巴桑能更有信心的繼續研發各式各樣的養生料理，並能和週遭的朋友分享。

年紀大了才能體會，擁有一切不一定擁有健康，擁有健康才能擁有一切，所以在享受美食的當下也要注重養生，才能健康老化。

