

佳作編號：017 呂岳璇

主題：黃金湯圓

材料份量：糯米粉2斤、小波羅蜜果肉及種子適量、茼蒿、排骨各1斤、香菜、韭菜、芹菜、香菇、蝦米、紅蔥頭適量。

作法：黃金湯圓：糯米粉加適量的小波羅蜜果汁揉成麵糰再搓成湯圓；高湯：豬大骨湯與小波羅蜜種子及川燙好的排骨。1. 加油爆香紅蔥末(倒出備用) 2. 蝦米下鍋拌炒，接著放香菇、韭菜及芹菜 3. 將湯圓放入滾水鍋煮。4. 加入高湯煨煮，放泡蝦米及香菇水，鹽適量。5. 當湯圓浮起時，撈起放入一起煨煮。6. 加茼蒿。7. 放入煉好的紅蔥油。8. 關火，灑白胡椒粉及香菜。

小波羅蜜屬桑科(Moraceae)果樹，當果實成熟時，帶有相似榴槿的氣味，可能會讓消費者無法接受而不敢食用。但其果肉含豐富營養，經巧思加工成湯圓，降低鮮果的濃烈氣味，轉成一股淡淡的甜美芳香，讓更多人能夠接受並且喜愛，吃起來Q彈有嚼勁，咬下同時散發出小波羅蜜獨特的香味，多層風味不油膩，連平常不吃湯圓的朋友，都忍不住想要嚐試，進而上癮。其種子，經煮熟後，口感近似菱角，鬆軟可口，也增加湯頭的自然鮮甜，別有一番風味，同時也增加小波羅蜜種子的可利用性。小波羅蜜的生產，不僅能滿足愛好特殊風味的消費者，也利於現代小家庭的消費，因此，小



波羅蜜被認為是有潛力的台灣新興熱帶果樹之一。