

「2019全家料理王×非米不可」競賽
入圍總決賽隊伍一覽表

複賽編號	競賽隊伍	學校	參賽者	提案作品	作品特色	參賽隊伍特色
01	「戚」龍珠	國立北門高級農工職業學校	王郁婷 王嫚筠 王昱晴	「戚」龍珠-- 火龍果戚風米蛋糕捲	「戚」代表戚風蛋糕，「龍珠」是火龍果的別稱，以米穀粉製作的無麩質蛋糕為基底，並以火龍果汁將蛋糕染成粉紅色，再利用火龍果汁過濾後的果肉製作成果醬為餡料，與戚風蛋糕結合製作出獨特的蛋糕捲。富含纖維素、營養均衡、自然粉彩色的蛋糕，可在超商購買快速又方便，兼具健康美感的雙重饗宴。	
03	H H L	蘇澳海事	黃佳芳 林楷軒 黃杉億	米鴨塔塔	選用宜蘭三星稻鴨有機胚芽米、三星蔥、壯圍南瓜等在地食材，製作多層次口味及豐富營養成分之飯糰，適合外食族的需求，更兼具飽足、高營養價值及視覺饗宴，絕對成為新一代便利商店的飯糰霸主。	健康
06	一米驚人	台南市光華高中	陳苡睿 伍宥達 王惠蓉	燻雞米涼麵 佐胡麻芥末醬	以50%米穀粉的比例製作的米麵條，帶有淡淡米香，口感Q彈，無麩質、不易脹氣，再將麵條加入甜菜根、地瓜葉、南瓜原汁一起製作，保留蔬果本身的營養，還讓麵條帶有鮮艷的顏色！最後加入自製的燻雞及西瓜翠等配菜，佐以胡麻芥末醬，絕對是夏日用餐的好選擇。	曾參加第一屆全家料理王
08	叫我第一名	台東專科學校	李佳燕 陳均凌 賴奕璇	海陸米堡	以米飯及米穀粉做成西式麵包，臺東池上米和柴魚做成的飯糰，麵包與飯糰的組合呈現出的新興產品，適口性佳，風味特別，絕對成為新一代熱銷的創意美食。	其中一位參賽學生是去年非米不可競賽冠軍
10	同德部落	同德家商	劉澤學 黃健昇 林品諤	原始的家鄉味	使用高營養價值的紅米做為便當的基底，加入馬告及刺蔥等配菜，讓大家都可以品嚐到原住民平常吃的營養健康好滋味。	原住民
11	年輕人戰隊	成功工商	吳嘉誠 張嘉玲 李政翔	泰想遇見你	使用苗栗後龍生產的米，加入國產土雞肉和松阪豬做為主要食材，以炒時蔬、蝦醬玉子燒及茭白筍做為配菜，而醃料及醬汁則是使用泰式做法，讓一般民眾在便利商店就可以吃到以國產食材製成的泰式風味便當，健康美味的雙重滿足。	泰式
13	米戀台灣	新營高工	陳昱心 何秋蓉 涂汶吟	無麩質糕點- 豆漿米蛋糕捲餅	使用國產米穀粉、豆漿及豆腐來製作無麩質米蛋糕及米薄餅皮，搭配營養豐富的胡麻餡，從餅皮帶勁的口感，包裹柔軟的蛋糕體，最後吃到是綿密的內餡，擁有多層次的口感及風味，讓人吃下後齒留米香的滿足感，是一款充滿在地風味的無麩質糕點。	
18	為了與米相見	台中市明德高級中學	陳靖潔 林莉蓁 白正安	百米旅途x海陸雙拼	採用霧峰帶有芋頭香的香米，讓櫻花蝦蒸飯整體風味更加提升，配菜則選用竹山鎮的地瓜，搭配上香甜的蜂蜜，讓口感更有層次，並佐以竹山綠竹筍、新社杏鮑菇及雲林的紅蘿蔔、白菜和小黃瓜，以在地食材做出的海陸雙拼便當，營養又健康。	
20	食在必德	樹德家商	薛淳元 王柏皓 孫柏智	福香涼板	以米穀粉做為板條的主材料，並以臺灣本土甜菜根將板條粉漿進行染色，製作出繽紛亮麗的福香涼板，將以熱食居多的客家板條，以冷麵方式的創新吃法，顛覆大家想像。	
22	原鄉情	三民家商	陳瑋杉 蔡政廷 蔡志偉	馬告紅藜米泡芙	外皮使用米穀粉製成的閃電泡芙，較一般泡芙更有米香，外皮較為酥脆，再使用馬告香料製成卡士達內餡醬料，帶有淡淡的檸檬清香，配上紅藜米，口感多變，色彩繽紛，融合原民文化特色與風潮時尚，絕對是不容錯過的好滋味。	原住民風味，但參賽選手不是原住民

「2019全家料理王×非米不可」競賽
入圍總決賽隊伍一覽表

複賽編號	競賽隊伍	學校	參賽者	提案作品	作品特色	參賽隊伍特色
24	琉戀奇蹟	國立屏北高中	伍智遠 林詠慈 梁于庭	毛豆鴨肉鬆炒琉璃麵	以米穀粉為主要材料，分別加入四種顏色的蔬果糊揉製整形，小巧外型、繽紛色彩，串起對排灣族琉璃珠的記憶。搭配在地食材特製毛豆、鴨肉鬆，激盪出嶄新的滋味。融合中西式特色之外觀與口味，讓大家記住屏東的好味道。	其中以拯救剩食的概念，使用紅龍果皮及紅蘿蔔皮作為材料
26	炊金饌玉	開明高職	俞揚予 莊宗霖 陳竣崴	野味低GI，均衡飲食餐	均衡飲食餐的米飯以白米、糙米1:1的黃金比例調配，加入富含膳食纖維的綠竹筍、熱量低的小番茄、可抗氧化花椰菜，以低溫烹調的雞肉，口感更鮮嫩，兼具健康、吃的美味，這樣的餐點，最適合正在減肥、有健身習慣的外食族食用。	低GI