

8 月 12 日新北場

2025 米穀粉應用推廣訓練班



免炸咖哩起司米包



黑豆蕃茄米糰豆塔



香柚台茶 18 米蛋糕

地 點：中華穀類食品工業技術研究所
新北市八里區中山路三段 225 號
(育秀樓 3 樓米麵食教室)

主辦單位  農業部農糧署

執行單位  中華穀類食品工業技術研究所

免炸咖哩起司米包

材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
米湯種			1. 米湯種:將全部材料拌勻，冷卻備用。 2. 中種麵糰:將全部材料拌勻，放置常溫 90 分鐘。 3. 主麵糰的無鹽奶油除外，將其他材料加入與中種麵糰一起放入攪拌成糰。 4. 再加入米湯種及無鹽奶油攪拌至完成階段。 5. 發酵 50 分鐘，分割 18 等份。 6. 滾圓，鬆弛 15~20 分鐘。 7. 包入咖哩餡及乳酪絲，整形成橢圓形。 8. 沾蛋液及麵包粉。 9. 最後發酵 40 分鐘。 10. 以上火 210 ℃/下火 190℃，烤焙約 13~15 分鐘，表面金黃色即可。 ※蓬萊米粉用產銷履歷的製作※
蓬萊米粉	25	169	
熱水	29	196	
中種麵糰			
蓬萊米粉	26	176	
特高筋麵粉	11	74	
水	30	203	
速溶酵母	0.5	3	
主麵糰			
特高筋麵粉	38	257	
奶粉	4	27	
雞蛋	6	41	
鮮奶	7	47	
砂糖	8	54	
鹽	1.1	7	
速溶酵母	0.8	5	
無鹽奶油	10	68	
合計	196.4	1327	
咖哩餡			咖哩餡 1. 馬鈴薯丁加水煮熟備用。 2. 熱鍋加油，倒入洋蔥丁及絞肉炒熟。 3. 加入<一>料拌勻。 4. 再加入鹽、砂糖、蓬萊米粉及咖哩粉拌勻，煮至沸騰且濃稠，冷卻備用。 表面裝飾 雞蛋 1 個、麵包粉 90 公克
沙拉油	20	40	
洋蔥丁	100	200	
豬絞肉	150	300	
鹽	2	4	
砂糖	3.5	7	
蓬萊米粉	7	14	
咖哩粉	6.5	13	
馬鈴薯丁	30	60	
水	20	40	
合計	339	678	
乳酪絲		180	

黑豆蕃茄米糧豆塔

材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
蓬萊米粉	100	200	1. 蓬萊米粉、南瓜粉、黑糖粉、糖粉、鹽及無鹽奶油(切小丁)，加入攪拌成粉粒狀。 2. 倒入雞蛋拌勻成糰即可。 3. 擀平厚度約 0.5 公分，壓模成形。 4. 以上火 170℃/下火 140℃，烤焙約 20 分鐘，烤至金黃色且熟透。 5. 出爐冷卻，鋪上餡料。 6. 再回烤 7~10 分鐘即可。
南瓜粉	26	52	
黑糖粉	25	50	
糖粉	30	60	
鹽	1	2	
無鹽奶油	75	150	
雞蛋	25	50	
合計	282	564	
餡料			餡料 1. 南瓜子及夏威夷豆先烤熟備用。 2. 番茄乾切片備用。 3. 將無鹽奶油、砂糖、海藻糖、鹽、麥芽糖、蜂蜜及動物性鮮奶油放到鍋中，煮至焦糖醬。 4. 倒入黑豆粒、米香粒、南瓜子、夏威夷豆及番茄乾片拌勻即可。
無鹽奶油	20	60	
砂糖	12	36	
海藻糖	12	36	
鹽	0.7	2	
麥芽糖	17	51	
蜂蜜	13	39	
動物鮮奶油	27	81	
烘炒熟黑豆粒	35	100	
米香粒	10	30	
南瓜子	20	60	
夏威夷豆	100	300	
番茄乾	30	90	
合計	296.7	882	

香柚台茶 18 米蛋糕

[illegible]

8 月 15 日臺中場

2025 米穀粉應用推廣訓練班



韓國壓扁米可頌



橙香巧克力米瑪德蕾



草莓開心果米牛軋糖

地 點：中臺科技大學 烘焙餐飲多功能教室
(台中市北屯區廍子路 666 號)

主辦單位  農業部農糧署

執行單位  中華穀類食品工業技術研究所

韓國壓扁米可頌

NO	材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
米波蘭種				一、製作米波蘭種 材料 1 加入材料 2 中攪勻。室溫 25 度、發酵二小時。
1	米穀粉	100	88	
2	牛奶	143	126	
2	即溶酵母	11.4	10	
	合計	254.4	224	
主麵糰				二、製作主麵糰 1. 材料 3，全部放入攪拌缸，勾狀拌打器，慢速攪拌 4 分鐘。 2. 加入材料 4，慢速攪勻，中速攪拌 8 分鐘。
3	高筋麵粉	74.5	152	
3	細砂糖	16.7	34	三、發酵 1. 麵糰溫度 24 度、室溫 25 度、基礎發酵 60 分鐘。 2. 整形成一公分厚，冷凍 15 分鐘，冷藏 15 分鐘。
3	全蛋	11.8	24	
3	鹽	2.5	5	四、裹入油 1. 四折一、四折二、冷藏 20 分鐘。 2. 四折三、冷藏 20 分鐘
3	水	11.8	24	
3	波蘭種	100	204	五、整形 1. 擀成長 30CM * 寬 35 公分，正方形。 2. 切成底部 10 公分的三角形 6 個。捲起。
4	發酵奶油	11.8	24	
5	裹入油	58.8	120	六、裝飾 1. 材料 5 混合過篩成蛋水。 2. 捲好的米可頌，沾上蛋水、沾細砂糖。室溫 25 度最後發酵二小時。
	合計	287.9	587	
裝飾				七、烘焙 1. 烤箱預熱 200 / 170℃。 2. 可頌表面灑上細砂糖、蓋上烘焙紙，壓一個烤盤，入爐烘焙 10 分鐘，取掉上面的烤盤，爐溫改成 180 / 170℃ 續烤 15 分鐘。關掉爐溫，悶至酥脆。
6	全蛋		50	
6	水		10	
7	細砂糖		適量	

橙香巧克力米瑪德蕾

[illegible]

草莓開心果米牛軋糖

NO	材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
材料 A				前置作業 1. 明膠粉、冷開水，攪勻泡發。 2. 無水奶油融化備用。 3. 米穀粉用乾鍋炒香炒熟、放涼、與香草粉混合過篩，備用。 4. 夏威夷豆用全火 100 度，烤 40 分鐘，放涼。
1	85%水麥芽	120	360	
2	海藻糖	50	150	
3	鹽	1.7	5	
4	水	23.3	70	製作方法 1. 材料 A 混合在鍋中，煮到 132℃ 成糖漿。 2. 材料 B 打至乾性發泡 3. 煮好的糖漿分二次，沖入打發的蛋白中，快速打發一分鐘。 4. 材料 C 泡發，隔水加熱融化，加入做法三中，中速打發 1 分鐘。 5. 加入材料 D 的開心果醬，中速打發 1 分鐘。 6. 分二次加入融化的無水奶油，中速打發 1 分鐘。 7. 加入過篩好的熟香草米穀粉，拌勻。 8. 加入烤熟夏威夷豆拌勻。 9. 加入乾燥草莓拌勻。 10. 糖盤上鋪防沾布，放入煮好的糖糰，壓平，放涼。 11. 刀子抹上無水奶油，切成長 4 公分，寬 5 公分長條形，沾上糯米紙粉，包裝，完成。
材料 B				
5	蛋白	23.3	70	
材料 C				
6	明膠粉	3.3	10	
7	冷開水	10	30	
材料 D				
8	開心果醬	26.7	80	
9	無水奶油	50	150	
材料 E				
10	米穀粉	100	300	
11	香草粉	3.3	10	
材料 F				
12	夏威夷豆	100	300	
13	乾燥草莓	33.3	100	
	合計	544.9	1635	
裝飾				
14	糯米紙粉		50	

8 月 29 日臺南場

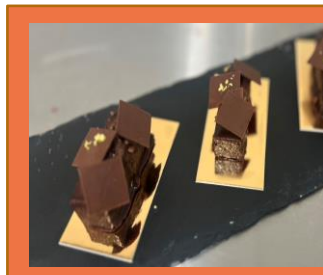
2025 米穀粉應用推廣訓練班



鳳梨椰子米蛋糕



阿薩姆蛋糕



濃情巧克力蛋糕



核桃雪球米餅乾

地 點：中華醫事科技大學 民生大樓 9 樓 K906 烘焙教室
(臺南市仁德區文華一街 89 號)

主辦單位  農業部農糧署

執行單位  中華穀類食品工業技術研究所

鳳梨椰子米蛋糕(示範)

材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
麵糊			麵糊製作 1. 奶油與糖粉稍打發。 2. 分次加入液蛋黃攪拌均勻，再杏仁粉與蓬萊米穀粉拌勻。 3. 最後加入蜜漬鳳梨丁及橙酒。 蜜漬鳳梨丁製作 將新鮮鳳梨切丁放入單柄煮鍋中，依序加入細砂糖、海藻糖、檸檬汁/皮及香草醬，煮至收竿即可熄火。
奶油	20.39	155	
糖粉	18.42	140	
蛋黃	7.50	57	
杏仁粉	21.05	160	
蓬萊米穀粉	3.29	25	
蜜漬鳳梨丁	26.32	200	
橙酒	3.03	23	
合計	100	760	
蜜漬鳳梨丁			椰子蛋白蛋糕 1. 蛋白與細砂糖稍打到起泡加入塔塔粉繼續攪打至蛋白取出呈現勾狀不滑落。 2. 加入杏仁粉、糖粉、蓬萊米穀粉及烘烤過椰子粉攪拌均勻。 3. 裝入擠花帶使用菊花形花嘴，備用。
鳳梨丁	73.39%	200	
細砂糖	11.01%	30	
海藻糖	7.34%	20	
檸檬汁	7.34%	20	
檸檬皮	0.73%	2	
香草醬	0.18%	0.5	
合計	100%	272.5	
椰子蛋白蛋糕			組合 1. 將圓型鋁模(直徑 5 公分/高 2 公分)中擠入蛋糕麵糊 30g/個。 2. 於上方擠一團椰子蛋白糕，立即進爐烘烤，上火 180℃/下火 160℃，烤 25 至 30 分鐘。(上色後 15 分蓋上火)
杏仁粉	16.56	54	
糖粉	6.44	21	
米穀粉	2.76	9	
烘焙椰子粉	16.56	54	
蛋白	43.87	143	
細砂糖	13.19	43	
塔塔粉	0.61	2	
合計	100	326	

阿薩姆蛋糕

材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
蛋白	22.96	90	1. 奶油加熱融化，保持溫熱備用。 2. 將杏仁粉、糖粉、蓬萊米穀粉與阿薩姆紅茶粉混合過篩。 3. 將蛋白加入乾粉中，用打蛋器拌至均勻無粉粒狀。 4. 加入蜂蜜，再加入融化奶油，充分混合均勻。 5. 裝模與烘烤：倒入模具約八分滿，烤箱預熱至 170℃，烘烤約 18 - 22 分鐘（依模具大小調整），表面金黃、竹籤插入無沾黏即可。
杏仁粉	25.51	100	
糖粉	21.68	85	
蓬萊米穀粉	4.59	18	
蜂蜜	3.06	12	
阿薩姆紅茶粉	0.51	2	
無鹽奶油	21.68	85	
合計	100	392	

濃情巧克力蛋糕

[illegible]

核桃雪球米餅乾

材料名稱	百分比(%)	重量(g)	製作方法
發酵奶油	30.43	70	1. 奶油室溫軟化後加入糖粉拌勻 2. 加入杏仁粉及蓬萊米穀粉拌勻成糰。 3. 將烤過切碎的核桃，均勻混合。 4. 整形：分割成小球狀（每顆 8g），整形後冷藏約 30 分鐘定型。 5. 烘烤：烤箱預熱 160℃，烘烤 15–18 分鐘，底部上色、表面略乾即可。 6. 冷卻與裝飾：完全冷卻後表面撒上防潮糖粉包裹一層，即完成雪球效果
糖粉	13.04	30	
杏仁粉	15.22	35	
蓬萊米穀粉	26.09	65	
烤過核桃	15.22	35	
防潮糖粉	-	適量	
合計	100	235	