

姓 名：黃荷琇

服務單位：國立員林農工食品加工科

職稱：教師

活動名稱：認識米粉絲

1.介紹米粉絲知識實況照片



2. 介紹米粉絲知識實況照片



【米粉絲示範產品照片】

產品名稱：台式炒米粉

1. 米粉絲示範產品



2. 米粉絲產品特色說明:

- (1) 米粉絲泡水 5 分鐘後變軟即可加入拌炒，非常方便使用。
- (2) 調和米粉絲口感滑順、軟 Q、順口，不需刻意咀嚼，非常適合牙口不佳的長者及孩童食用。

【米粉絲料理產品配方製程說明】

產品名稱: 台式炒米粉 ◎本份量供 5 人使用，總熱量 Kcal/份

原 料 名 稱	百分比 (%)	重量 (公克)	製作方法與條件
米粉絲		250	1.香菇泡軟，瀝乾，切成絲。紅蔥頭切碎，高麗菜、胡蘿蔔切絲。 2.米粉絲泡水 4-5 分鐘，瀝乾備用。 3.起油鍋，爆香紅蔥頭、香菇，下豬肉絲炒熟。 4.下高麗菜、胡蘿蔔絲炒軟，加水 500CC 煮開，調味。 5.加入米粉絲，轉中小火，以筷子拌炒，直至醬汁收乾。 6.撒上胡椒粉、香油及油蔥酥拌一下，熄火蓋上蓋子燜 2 分鐘，即可享用。
水		500	
沙拉油		2T	
香菇		5 朵	
豬肉絲		150	
高麗菜		400	
胡蘿蔔		100	
紅蔥頭		3 粒	
油蔥酥		1T	
醬油		2T	
烏醋		1T	
香油		1T	
胡椒粉		1t	
鹽		2t	

【米粉絲料理現場示範教學活動照片】

1. 米粉絲料理現場示範教學活動



2. 米粉絲料理現場示範教學活動



【活動照片】

1.活動照片及與會者互動照片



2.活動照片及與會者互動照片

