

本土稻米的新起之秀

# 桃園新屋 新香米



文、圖／貓尼先生

## 民以食為天 呷飯皇帝大

「吃飯了嗎？」，是以往社會親朋們見面問候最常說的一句話，可見得「吃飯」和「吃飽」對早期以農立國的人民來說是一件攸關生存的大事。大家琅琅上口的臺語俗諺「呷飯皇帝大」，也呼應著吃飯是非常重要的事情，每一個人在吃飯的時候就跟皇帝一樣至高無上，不論天大地大的事情，在還沒吃飽前，什麼也不算數。時空更迭，全球國際化，飲食當然不例外，但稻米在臺灣飲食文化中依然占有不可磨滅的重要地位。

說到種植稻米，普遍來說最先想到的應為嘉南平原，或是好山好水的臺灣後山

花東地區。可曾發現，就在臺灣北部的桃園市也有稻米種植的蹤跡？例如桃園市的大溪、龍潭、平鎮、觀音、新屋、楊梅、大園、八德及蘆竹皆為產米區域，生產的稻米品質不輸中南部或者花東地區，其中，新屋區種植的桃園新屋米是國內外稻米評比大賽的常勝軍，到底它的獨特魅力為何？。

桃園新屋米又稱桃園 3 號，它的誕生是由行政院農業委員會於 90 年代初期，將臺灣本土稻米經由雜交及一系列的篩選培育後，交由桃園農業改良場於新屋區育成，經 10 多年的努力，終於在民國 93 年推出且通過命名審查，以其發源地新屋區及此

米種的特殊芋頭香氣為參考，將此水稻新品種取名為「新香米」。


新香米因為具有特殊的芋頭香氣，也有人將之稱為芋香米，在許多契作平台和各農業試驗所共同討論下，參考使用者經驗及各農改場實驗數據，根據 7 項指標 (Q 度、黏度、柔軟度、耐儲性、米粒大小、纖維含量、香氣) 的評比，在香氣這個項目中，可是打敗各式香米品種拿到滿分的米種，可見桃園 3 號的米香可是濃郁到了極點呢。

行政院農委會為了激勵農民提升稻米品質，增加優良產地知名度且鼓勵創建好米品牌，自民國 92 年開始舉辦「全國稻米品質競賽」，並從民國 96 年起，將其改制稱為「十大經典好米選拔」。

起初，桃園 3 號因極易受到氣候劇烈變動的影響而長成不易，以致未能發展順遂，在經過了 4、5 年改良種植技術後，逐漸找到栽種要領，先於民國 99 年十大經典好米選拔賽中以新秀獲得 3 個獎項，次年更一舉拿下 6 名獎項，鋒頭盡出。

桃園 3 號不僅在國內競賽中得到好成績，更在日本國際品米大賽特殊用途組 (咖哩飯組) 得到特別優秀賞，也在日本「米，食味鑑定士協會 (syukumikanteisi)」的國際性競賽中被鑒定為最適合做為搭配咖哩的米種，實在是臺灣之光。在國際雙重認

證下，令人好奇此米品種是否名副其實？

本期我們以新香米為主角，搭配日本咖哩達人所傳授的純正日式風味咖哩豬排，擦撞出咖哩飯的新風味。步驟稍多，但保證會嘗到令人意想不到的絕妙滋味喔。 



▲ 晶瑩剔透粒粒飽滿的新香米。



▲ 有獨特風味的桃園 3 號新香米。

## 月見咖哩豬排飯



### 材料

#### 咖哩醬

1. 去籽辣椒 2 條
2. 切片大蒜 10g
3. 奶油 20g
4. 糖 1 匙
5. 洋蔥 300g( 切絲 )
6. 紅蘿蔔 100g( 切片 )
7. 馬鈴薯 1 顆 ( 切塊 )
8. 市售咖哩塊半盒
9. 水 650ml

#### 日式豬排

1. 里肌肉 1 片 ( 約 120g )
2. 中筋麵粉 1 碗
3. 雞蛋 1 顆
4. 白吐司 2 片



▲ 製作月見咖哩豬排飯的材料。

### 作法 咖哩醬

1. 先加入兩大匙油，放入 2 條去籽辣椒後才開火，鍋身傾斜並稍微翻動，讓辣椒的味道滲入油中。
2. 再加入 10g 切片大蒜並均勻翻炒至大蒜微微變色。
3. 加入 300g 洋蔥絲，並以大火快炒 10 分鐘，待洋蔥由白色轉變為深咖啡色即可關火，加入 650ml 的水攪拌均勻。
4. 先將辣椒拿起備用，再把鍋內剩餘東西倒入果汁機中，再加入 100g 切片紅蘿蔔後蓋上蓋子一起攪打，直至沒有顆粒狀即完成。

**貼心小提醒：**請注意必須使其稍涼才可放入果汁機，否則蓋子會彈開危險喔！

5. 將打好的醬汁倒放回鍋內，加入切塊馬鈴薯後，蓋上鍋蓋使用小火燉煮 20 分鐘。
6. 先將馬鈴薯及辣椒拿出備用，醬汁使用濾網過濾。

**貼心小提醒：**一定要如此過濾才会有溫潤滑順如絲綢般的口感喔。

7. 將過濾完成的醬汁重新倒回鍋內，放涼後加入市售咖哩塊半盒，攪拌至融化後再加入奶油及砂糖。
8. 開小火將醬汁煮 3 分鐘等待奶油及砂糖均融化後放回馬鈴薯，咖哩醬汁的部分即完成。

### 日式豬排

1. 將吐司邊與白色的部分分離，各自稍微撕小塊。
2. 先將白色的部分放入果汁機攪打成細碎狀後取出，再放入吐司邊打成碎顆粒狀，取出混合備用。

**貼心小提醒：**只要呈現碎顆粒狀即可，過度攪打會破壞口感。

3. 切斷豬排邊緣及白色脂肪間的筋膜，如此在油炸的過程中才不會捲曲，破壞形狀。
4. 取保鮮膜覆蓋於豬排上，使用肉捶（桿麵棍或空紅酒瓶）敲打，破壞肉的組織後，再用手塑形回原本的狀態。豬排不要打太薄，以保持口感。
5. 先起油鍋，倒入適當的油量加熱，等豬排裹好粉之後需要立即下鍋，保持麵包酥脆度。



▲ 切斷豬排邊緣及白色脂肪間的筋膜。



6. 豬排的兩面皆灑上一些鹽及黑胡椒粉入味後將其過粉，即可進行後面的步驟。

7. 輕拍掉兩面多餘的麵粉後均勻的沾上蛋液，沾完蛋液可稍微將豬

排舉高讓多餘的汁液流下，此時請確認豬排的所有面均沾上蛋液，否則最後步驟的麵包碎無法全面覆蓋。

8. 將沾好蛋液的豬排，稍微取一些麵包碎輕壓在豬排身上，順便再將豬排塑形一下便可直接下鍋油炸。

9. 取一點點的麵包碎放入油鍋中，若馬上出現很多細泡泡表示油溫已到 160~180 的適宜溫度，便可將豬排立即下鍋。

10. 120g 重的豬排大約炸 4~5 分鐘是為較理想的時間，不需等待完全熟透，取出之後利用餘熱讓他悶熟是豬排熟成最理想的狀態。

11. 炸好的豬排取出瀝油，完成酥脆好吃的日式炸豬排。

### 煮飯

1. 將米使用乾淨的水以同一方向畫圓快速沖洗 2~3 次即可，因米在接觸到水的瞬間起便會快速的吸收水分，如果可以使用好水並快速的清洗完畢，米就可以在



▲ 將麵包碎片完整覆蓋豬排。

最短的時間內開始吸收好水煮出完美的米飯。

2. 將洗好的米完全瀝乾，加入包裝上建議的適合水量，浸泡 30 分鐘使米粒充分的吸收，如此煮出來米飯就會粒粒飽滿。

3. 使用一般各自習慣的煮飯器具烹調即可，等待完成時便可享受帶有濃厚芋頭香氣的美味米飯。

操作 < 煮飯 > 的步驟時，一將米從包裝袋中取出，便能聞到陣陣撲鼻而來淡淡的芋頭香味，直到完成煮飯時，這個特殊的香氣完全充斥在整間廚房之中，實在令人心神陶醉，恨不得立刻盛起白飯，吃上個兩碗。

在醬料與豬排的製作過程中，建議可拿捏一下時間同時進行煮飯的流程操作，待咖哩醬與豬排完成之時，米飯也能一起完成，讓最合適的彼此在最適合的時機相遇，就能成就一場美食盛宴。

不同於一般咖哩醬，製作過程雖然繁複，卻也有著到哪裡都沒吃過的獨特感受，搭配上有著芋頭香氣的桃園 3 號米，一入口會先嘗到咖哩的甜味及香氣，接著會發現有一絲絲奶油味竄出，咀嚼一下，又會發現米飯獨特的芋頭清香跟咖哩完美融合在一起，互不搶了彼此的風采，最後入喉就會感覺咖哩的辣味墊底，實在是很精彩的一份料理，推薦給大家。

## 芋香珍珠丸子



### 材料

- |                      |                                 |
|----------------------|---------------------------------|
| 1. 米 60g             | 6. 香油一匙                         |
| 2. 豬絞肉 (選擇肥一點的) 150g | 7. 薑泥一小匙                        |
| 3. 鹽巴 1.5g           | 8. 蒜泥一小匙                        |
| 4. 糖 3g              | 9. 白胡椒一小匙                       |
| 5. 紹興酒約 10ml         | 10. 荸薺 (切丁) 40g (如買不到荸薺可使用蓮藕替代) |

### 作法

1. 將米用 30 度溫開水浸泡 30 分鐘後瀝乾水分備用。
2. 薑與蒜頭磨成泥，荸薺切成碎丁狀。
3. 將豬絞肉用手順時鐘方向攪拌，攪拌到肉出現黏性即可。
4. 再加入紹興酒、香油、鹽巴、糖、薑泥、蒜泥、白胡椒粉攪拌均勻 (此時請注意調味料與絞肉之間攪拌均勻就好，不要過度攪拌，否則會失去口感)。
5. 最後放入荸薺丁攪拌均勻，並取一小球大約 20 克左右的份量，捏成球狀，然後均勻的裹上芋香米，就可以放入電鍋內蒸。
6. 外鍋一杯水的量，蒸約 20 分鐘左右，即完成。
7. 如果想讓珍珠丸的色彩看起來更豐富一些，可加上香菜葉及枸杞點綴。

優質的好米，透過簡單步驟，讓餐桌上的米飯料理變得更有豐富有趣，更能品嚐出米香，吃出食在家鄉的好味道。