



# 家鄉茶果

文 / 圖：文慧老師

記得小時候，媽媽常常在家裏做小吃，茶果是我最喜歡的一種。以櫻葉包裹着糯米粉團，粉團中包裹着甜甜的花生芝麻作餡料，也有用菜圃、五花肉、元貝、冬菇和蝦米等餡料，有甜有鹹，各有特色。在家中可以和小朋友一起製作，讓小朋友知道更多的傳統小吃。

## 一、材料

- 糯米粉：一包 (600 克)
- 水：250ml
- 櫻葉：20 片
- 油：一小碗

### 甜餡料：

- 花生：50 克
- 芝麻：20 克
- 白糖：60 克

### 鹹餡料：

- 五花肉：200 克
- 冬菇：4 朵
- 元貝：10 粒
- 菜圃：50 克
- 蝦米：20 克
- 鹽：少許
- 胡椒粉：少許
- 香乾：2 片





## 二、準備甜餡料

1. 分別把花生及芝麻以細火炒 5-7 分鐘，炒至金黃色及帶香味。
2. 把炒香的花生放涼後，放入膠袋中封好，以玻璃瓶壓成至花生碎。
3. 把花生碎、芝麻和白糖混和，備用。

## 三、準備鹹餡料

1. 把五花肉以少許鹽、胡椒粉來醃製 20 分鐘。
2. 冬菇、元貝和蝦米浸水三小時。
3. 把五花肉、冬菇、元貝、蝦米及菜圃切粒。
4. 爆香乾，放入已切粒的材料，加入少許調味，炒至熟透，放涼備用。

## 四、最後製作

1. 糰葉洗淨後，加少許油，以大火煮 10 分鐘，備用。
2. 把一包糯米粉放至大盆中，逐步放入 250ml 的水，搓至粉團不黏手。
3. 把粉團分割成 15 等份。
4. 取一份粉團，壓平，放入餡料。
5. 取一塊糰葉，掃上油後包入粉團，以大火蒸 20 分鐘，完成。

(作者：教育局中學一級教師)