

龍星每週菜單

豬肉來源:台灣

9/1	一	白米飯	打拋豬肉	沙茶三鮮	有機高麗菜	仙草凍珍珠豆漿	
9/2	二	五穀飯	香茅咖喱雞	蝦仁韭菜炒蛋	有機小白菜	海芽蛋花湯	蘋果
9/3	三	日式散壽司+香酥豬排+時節綠豆芽+年糕蛋花湯					
9/4	四	芋頭地瓜飯	醬油雞腿	綠竹筍炒肉絲	有機小白菜	紅藜玉米濃湯	香蕉
9/5	五	糙米飯	可樂豬腳	蔥香海草	有機青菜	冬瓜丸子湯	鮮奶



鮮享農YA - 農糧署

廣告

照片提供/農業部臺南區農業改良場

原來分兩種 /

綠豆大揭密

毛綠豆
(粉綠豆)



顆粒較小，略帶粉質無光澤

外觀

顆粒較大，外皮油亮有光澤

油綠豆



進口綠豆以印尼、澳洲為主
臺灣以臺南、嘉義為主產區

產地

進口綠豆以印尼、澳洲為主
臺灣以臺南、嘉義為主產區

種皮較薄，口感綿密豆香濃

口感

種皮較厚，口感較硬
久煮不易透爛，適合加工



綠豆湯



綠豆飯

適合料理



孵豆芽



綠豆糕