



甜年糕

作法：

1. 將二砂糖與水攪拌融合
 2. 糖水加入糯米粉中攪拌
 3. 加入沙拉油攪拌
 4. 倒入容器中，靜置 15 分鐘
 5. 大火蒸 60 分鐘，熟成即可
- ※容器鋪玻璃紙，方便脫模

材料：

- 糯米粉 450 公克
- 二砂糖 405 公克
- 水 360 公克
- 沙拉油 45 公克

茯苓糕

作法：

1. 將所有粉類材料混合加水拌勻
 2. 過篩兩次
 3. 加入綿白糖拌勻
 4. 將粉料放入小蒸籠，約佔一半
 5. 紅豆沙搓長條圓圈狀，放入小蒸籠
 6. 將粉，放入小蒸籠蓋滿
 7. 大火蒸 40 分鐘，熟成即可
- ※小蒸籠鋪蒸籠紙，方便脫模

材料：

茯苓粉 200 公克

蓬萊米粉 150 公克

糯米粉 100 公克

綿白糖 85 公克

水 200 公克

紅豆沙 300 公克

肚臍餅

作法：

1. 將兩種餡料混合攪拌
2. 製作水油皮
3. 內餡分割與滾圓
4. 水油皮的分割與滾圓
5. 包餡、整形成肚臍狀
6. 進烤箱，上下火 180 度 C，烤
20 分鐘，即完成

※內餡每個 38 公克

※餅皮每個 38 公克

※水油皮做法，請參考影片 1-7

材料(餡料)：

地瓜餡 380 公克

豆沙餡 380 公克

材料(餅皮)：

水 200 公克

豬油 140 公克

細砂糖 20 公克

中筋麵粉 400 公克

龍眼紅豆麻糬

作法：

1. 將糯米粉與水、糖拌勻
 2. 加沙拉油，拌勻
 3. 大火蒸 25 分鐘(每 10 分鐘拿出來攪拌一下)
 4. 將蒸好麻糬拿出，進行搗麻糬
 5. 蜜紅豆放入龍眼肉中，再將紅豆沙包在龍眼肉外面，完成內餡
 6. 包餡，沾玉米粉，即可食用
- ※紅豆沙的做法，請參考影片 2-10

材料(餅皮)：

糯米粉 300 公克
細砂糖 150 公克
水 350 公克
沙拉油 20 公克

材料(餡料)：

新鮮龍眼肉 20 顆
蜜紅豆 50 公克
紅豆沙 500 公克

材料(塗佈料)：

玉米粉 150 公克



綠豆椪

作法：

1. 製作水油皮，並進行分割
2. 製作油酥，並進行分割
3. 包酥(小包酥)
4. 開酥桿摺
5. 包餡心(綠豆沙包肉燥)，滾圓
6. 包餡
7. 進烤箱，上下火 180 度 C，烤
25 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 300 公克
豬油 120 公克
水 150 公克
細砂糖 30 公克

材料(油酥)：

低筋麵粉 200 公克
豬油 100 公克

材料(餡料)：

綠豆沙 1300 公克
肉燥 xxx 公克

*肉燥可自行決定用
量，或不使用

紅龜粿

作法：

1. 水煮滾，倒入糯米粉中拌勻
 2. 加入沙拉油、糖、紅色素，揉成糰
 3. 分割粉糰
 4. 包餡
 5. 壓模
 6. 脫模，放在粽葉上面
 7. 中火蒸 20 分鐘，熟成即可
- ※蒸的時間，以水滾產生蒸氣開始起算

材料(餅皮):

糯米粉 300 公克
沙拉油 25 公克
砂糖 25 公克
水 150 公克
紅色素 6 號

亦可用紅麴粉取代紅色素

材料(餡料)：

紅豆沙餡 250 公克

材料：

粽葉 數片
沙拉油 塗抹餅模與粽葉用

胡椒餅

作法：

1. 五花肉加入所有調味料，攪拌
2. 製作油酥
3. 製作發麵皮
4. 包酥(大包酥)
5. 開酥捲摺
6. 餅皮切割
7. 包餡
8. 沾蛋液、抹芝麻
9. 進烤箱，上下火 200 度，烤 18 分鐘，即完成

材料(餡料)：

- 五花肉切丁 500 公克
- 青蔥切細段 600 公克
- 鹽 8 公克
- 黑胡椒粉 20 公克
- 糖 20 公克
- 醬油 20 公克
- 香油 20 公克
- 味精 12 公克

材料(水油皮)：

- 中筋麵粉 600 公克
- 泡打粉 10 公克
- 酵母粉 12 公克
- 砂糖 78 公克
- 水 350 公克

材料(油酥)：

- 低筋麵粉 200 公克
- 豬油 100 公克

材料(塗佈料)：

- 生白芝麻 100 公克
- 蛋液 180 公克

紅龍蛋

作法：

1. 榨取紅龍果汁
2. 糖、吉利 T 攪拌，倒入熱水中
煮至溶解
3. 關火，倒入紅龍果汁拌勻
4. 將果汁降溫後，倒入蛋殼中
5. 將芒果蛋黃放入蛋殼中，再倒
果汁至滿
6. 冷藏 10 分鐘，成型即可食用

材料：

- 紅龍果肉 250 公克
 - 糖 15 公克
 - 水 250 公克
 - 吉利 T 15 公克
 - 芒果肉，做成球形 20 個
 - 殺菌過的蛋殼 20 個
- (殺菌方式請參考影片 3-10)



芝麻喜餅

作法：

1. 製作水油皮，揉成糰
2. 所有餡料入盆攪拌，揉成糰，冷藏
3. 包餡、整型、沾芝麻
4. 進烤箱，上火 180 度、下火 200 度，
烤 12 分鐘
5. 取出翻面，相同溫度，再烤 12 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 100 公克
豬油 39 公克
水 45 公克
糖粉 20 公克

材料(餡料)：

冬瓜長條切丁 188 公克
肥豬肉 100 公克
砂糖 100 公克
熟麵粉 75 公克
水 50 公克
奶油 38 公克
麥芽糖 38 公克
花生粉 25 公克
奶粉 25 公克
葡萄乾 25 公克
椰子粉 13 公克
油蔥酥 13 公克
熟白芝麻 13 公克
鹽巴 2~3 公克

鳳梨酥

作法：

1. 糖粉、奶油拌勻，不打發
2. 加蛋攪拌，不打發
3. 加入所有粉料，攪拌揉成糰
4. 餅皮分割、餡料分割(各約 20 克)
5. 包餡、收口、滾圓
6. 壓模
7. 進烤箱，上下火 220 度，先烤 10 分鐘，取出翻面，再烤 5 分鐘，即熟可食用

材料(餅皮):

奶粉 80 公克
糖粉 150 公克
蛋 130 公克
低筋麵粉 650 公克
奶油 455 公克
鹽巴 5 公克

材料(餡料):

鳳梨膏餡 1000 公克

※鳳梨膏餡作法，請參考教學影片 4-8

歸寧米糕

作法：

1. 糯米泡水 8 小時後，水瀝乾，蒸 25 分鐘，表面噴水，再蒸 20 分鐘，米即熟。
2. 桂圓洗淨、剝開
3. 米放入盆中，加入所有材料攪拌
4. 入模
5. 大火蒸 20 分鐘後，取出
6. 壓一下，讓米糕緊實，冷卻後即可食用

材料：

圓糯米 1000 公克
二砂糖 400 公克
桂圓 200 公克
糯米粉 100 公克
高粱酒 20 公克

智慧米糕

作法：

1. 糯米泡水 8 小時
2. 海苔放入水中吸水拌勻
3. 糯米粉與在來米粉放入盆中拌勻
4. 將海苔與水倒入盆中，與粉拌勻成粉漿
5. 加入所有調味料
6. 加入吸飽水的圓糯米，拌勻
7. 入模
8. 大火蒸 35~40 分鐘至熟即可

材料：

- 圓糯米 1200 公克
- 水 1000 公克
- 在來米粉 200 公克
- 糯米粉 400 公克
- 海苔 15 公克
- 鹽巴 10 公克
- 味精 10 公克
- 胡椒粉 5 公克



發糕

作法：

1. 先熬黑糖，做成黑糖水
2. 低筋麵粉、在來米粉、泡打粉混合拌勻
3. 將黑糖水加入至粉中拌勻
4. 倒入容器中至九分滿
5. 大火蒸 25 分鐘，即可

※蒸好，以筷子插入發糕，抽出來沒有米漿液體，即為全熟

材料：

低筋麵粉 200 公克
在來米粉 200 公克
黑糖 300 公克
水 300 公克
泡打粉 20 公克

太陽餅

作法：

1. 製作水油皮
2. 製作油酥
3. 所有內餡材料拌勻成糰
4. 水油皮分割、油酥分割(各約 20 克、13 公克)
5. 進行小包酥
6. 開酥、桿摺
7. 包餡、收口、滾圓
8. 壓扁、抹蛋液
9. 進烤箱，上火 160 度、下火 180 度，烤 18 至 20 分鐘

材料(水油皮):

中筋麵粉 300 公克
豬油 110 公克
糖粉 40 公克
水 150 公克

材料(油酥):

低筋麵粉 260 公克
豬油 130 公克

材料(餡料):

糖粉 250 公克
麥芽糖 60 公克
奶水 20 公克
奶油 40 公克
熟麵粉 80 公克

方塊酥

作法：

1. 製作油酥、水油皮
2. 進行大包酥，醒 10 分鐘
3. 桿開後，三摺，醒 10 分鐘
4. 第二次桿摺，三摺，醒 10 分鐘
5. 桿開至 0.3 公分的厚度
6. 抹蛋液、芝麻、穿洞
7. 分切 3 公分 x 6 公分大小
8. 芝麻面朝下，進烤箱，上下火 180 度，烤 10 分鐘
9. 翻面，上下火 180 度，再烤 10 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 200 公克
水 120 公克
豬油 15 公克
糖 20 公克
泡打粉 3 公克
鹽巴 2 公克

材料(油酥)：

低筋麵粉 400 公克
二砂糖 200 公克
豬油 220 公克

材料(塗佈料)：

水 180 公克
蛋 90 公克
芝麻 50 公克

艾草酥餅

作法：

1. 製作油酥、水油皮
2. 進行大包酥，醒 10 分鐘
3. 桿開後，三摺，醒 10 分鐘
4. 第二次桿摺，三摺，醒 10 分鐘
5. 桿開至 0.3 公分的厚度
6. 抹蛋液、芝麻、穿洞
7. 分切 3 公分 x 6 公分大小
8. 芝麻面朝下，進烤箱，上下火 180 度，烤 10 分鐘
9. 翻面，上下火 180 度，再烤 10 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 200 公克
水 100 公克
奶油 60 公克
砂糖 14 公克
泡打粉 3 公克

材料(油酥)：

低筋麵粉 200 公克
砂糖 60 公克
奶油 110 公克
艾草粉 10 公克

材料(塗佈料)：

水 180 公克
蛋 90 公克
芝麻 50 公克



牛舌餅

作法：

1. 製作水油皮
2. 製作油酥
3. 製作餡料
4. 餡料分割、滾圓
5. 水油皮與油酥的分割
6. 包酥
7. 開酥與捲摺
8. 桿開、包餡
9. 桿成牛舌狀
10. 進烤箱，上下火 200 度，烤 4 分鐘
11. 取出，翻面，上下火 200 度，烤 10 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 400 公克
豬油 120 公克
糖 40 公克
水 200 公克

材料(油酥)：

低筋麵粉 240 公克
豬油 120 公克

材料(內餡)：

麥芽糖 150 公克
糖粉 150 公克
烤過的中筋麵粉 180 公克
水 75 公克

客家糍粑

作法：

1. 糯米粉、糖、水加入拌勻
2. 加沙拉油拌一下
3. 大火蒸 10 分鐘後，攪拌一下
4. 大火再蒸 10 分鐘，再攪拌
5. 用桿麵棍打鬆至 Q 彈
6. 分小塊、沾粉

材料(糍粑)：

糯米粉 300 公克
水 240 公克
糖 105 公克
沙拉油 30 公克

材料(沾料)：

花生粉
玉米粉
椰子粉

艾草粿

作法：

1. 水煮滾，倒入糯米粉中拌勻
2. 加入艾草粉、糖、油，揉成團
3. 香菇爆香、加入蘿蔔絲乾炒香、下豬肉拌炒、下醬油及其它調味料
4. 粉團的切割與滾圓
5. 包餡，放在粽葉上面
6. 放入蒸籠，中火蒸 15 至 20 分鐘
7. 蒸好，表面可抹些香油

材料(皮)：

糯米粉 600 公克
熱水 300 公克
糖 120 公克
艾草粉 12 公克
沙拉油 48 公克

材料(內餡)：

豬絞肉 300 公克
白蘿蔔絲乾 100 公克
香菇切絲 40 公克
醬油 10 公克
胡椒粉 5 公克
五香粉 3 公克
油蔥酥 10 公克
鹽巴 5 公克
糖 20 公克
香油 20 公克

毛豆羊羹

作法：

1. 毛豆放入果汁機，取毛豆渣
2. 毛豆渣與白豆沙拌勻
3. 用水煮洋菜、加糖、加毛豆沙
4. 入模
5. 冷藏至凝固

材料：

毛豆煮熟去皮去膜 一杯
白豆沙 600 公克
洋菜條 10 公克
糖 半杯
水 3 杯



冰沙餅

作法：

1. 製作水油皮
2. 製作油酥
3. 餡料分割、滾圓
4. 水油皮與油酥的分割
5. 小包酥
6. 開酥與捲摺
7. 桿開、包餡
8. 進烤箱，上火 180 度，下火 200 度，
烤 6 分鐘
9. 取出，翻面，上火 180 度，下火 200
度，烤 12 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 400 公克
豬油 120 公克
細紗糖 30 公克
水 200 公克

材料(油酥)：

低筋麵粉 300 公克
豬油 150 公克

材料(內餡)：

白豆沙 1200 公克

黑糖糕

作法：

1. 先熬黑糖水，備用
2. 把麵粉、樹薯粉、泡打粉放入盆中拌勻
3. 黑糖水倒入粉中拌勻
4. 過篩
5. 入模
6. 大火蒸 25 分鐘
7. 灑芝麻

材料：

低筋麵粉 300 公克
樹薯粉 162 公克
黑糖 300 公克
水 360 公克
泡打粉 18 公克
白芝麻 30 公克

花蓮薯

作法：

1. 地瓜蒸熟搗爛，與白豆沙拌勻
2. 加入玉米粉、小蘇打粉拌勻成糰
3. 分割、滾圓成棗子形
4. 粉團的切割與滾圓
5. 刷蛋液
6. 進烤箱，上下火 200 度，烤 10 分鐘

材料：

玉米粉 100 公克
白豆沙餡 300 公克
熟地瓜 300 公克
小蘇打粉 2 公克
蛋液 適量(塗佈料)

地瓜香蕉煎餅

作法：

1. 地瓜蒸熟後，拌入糯米粉、糖、鹽，揉成團
2. 香蕉切片
3. 包入香蕉，整成圓扁外形
4. 小火慢煎，兩面上色
5. 進烤箱，上下火 160 度，烤 7 分鐘

※加入粿粹，更容易揉成糰

材料：

蒸熟地瓜 420 公克
糯米粉 170 公克
糖 20 公克
鹽巴 少許
香蕉 1 條(內餡)



台灣傳統糕餅文化與製作、創新

鳳片龜

作法：

1. 製作糖清
2. 糖清倒入熟糯米粉中攪拌，靜置 5 分鐘
3. 揉成糰
4. 入模、脫模
5. 蓋上紅標，添喜氣

材料：

熟糯米粉 600 公克
細紗糖 720 公克
水 480 公克
食用色素 少許

奶油酥餅

作法：

1. 製作油酥
2. 製作水油皮
3. 製作內餡，做完冷藏幫助凝固
4. 小包酥
5. 開酥、桿摺
6. 包餡、滾圓、醒 20 分鐘
7. 壓平、桿開
8. 進烤箱，上下火 160 度，烤 25 分鐘

材料(水油皮):

中筋麵粉 600 公克
奶油 180 公克
糖 42 公克
水 300 公克
泡打粉 3 公克

材料(油酥):

低筋麵粉 600 公克
奶油 300 公克

材料(內餡):

糖粉 500 公克
麥芽糖 150 公克
奶油 150 公克
奶水 130 公克
熟麵粉 150 公克

芋頭酥

作法：

1. 製作水油皮
2. 製作油酥
3. 大包酥
4. 開酥捲摺
5. 餅皮與內餡的分割
6. 包餡
7. 進烤箱，上火 180 度、下火 200 度，
烤 12 分鐘

材料(水油皮)：

中筋麵粉 300 公克
豬油 110 公克
糖 30 公克
水 150 公克

材料(油酥)：

低筋麵粉 260 公克
酥油 130 公克

材料(餡料)：

芋頭餡 1200 公克

芋頭餡做法，請參考影片
8-8

芭樂冰皮月餅

作法：

1. 將皮的材料拌揉成糰，備用
2. 將餡的材料拌揉成團，備用
3. 內餡分割
4. 餅皮分割
5. 包餡
6. 入模、脫模

材料（餡料）：

芭樂餡 250 公克
綠豆沙 250 公克
蜜餞 30 公克

材料（皮）：

鳳片粉 100 公克
糖清 200 公克
奶油 30 公克

※芭樂餡做法，請參考影片
8-9



台灣傳統糕餅文化與製作、創新

伍仁月餅

作法：

1. 把所有內餡拌在一起(液體最後加)
2. 製作餅皮，成糰後靜置 30 分鐘
3. 餅皮分割、內餡分割
4. 包餡
5. 入模、脫模
6. 進烤箱，上火 220 度、下火 180 度，
烤 10 分鐘
7. 取出，塗蛋液，上火 220 度、下火
180 度，再烤 5 至 8 分鐘

材料(餅皮):

低筋麵粉 125 公克
轉化糖漿 88 公克
花生油 38 公克
鹼水 5 公克

材料(內餡):

冬瓜條切丁 150 公克
瓜子仁 60 公克
松子 60 公克
熟白芝麻 60 公克
肥豬肉丁 50 公克
核桃碎 60 公克
杏仁角 60 公克
桔餅丁 60 公克
葡萄乾 60 公克
香麻油 30 公克
糕粉 40 公克
高粱酒 40 公克
冷開水 30 公克
鹽巴 5 公克

老婆餅

作法：

1. 製作油酥
2. 製作水油皮
3. 製作內餡
4. 水油皮的分割、油酥的分割
5. 內餡分割
6. 包酥、兩次桿擗
7. 開酥、包餡
8. 壓扁、塗蛋液、插洞
9. 進烤箱，上火 200 度、下火 180 度，
烤 25 分鐘

材料(水油皮):

中筋麵粉 300 公克
豬油 100 公克
糖 50 公克
水 150 公克

材料(油酥):

低筋麵粉 200 公克
豬油 100 公克

材料(內餡):

熟糯米粉 360 公克
糖粉 300 公克
水 240 公克
酥油 300 公克

鳳梨餅

作法：

1. 所有餅皮材料拌揉成糰
2. 包餡
3. 入模、脫模
4. 進烤箱，上火 220 度、下火 180 度，
烤 5 分鐘
5. 取出，刷蛋液，進烤箱，相同溫度，
烤 10 分鐘

材料(餅皮)：

低筋麵粉 500 公克
轉化糖漿 360 公克
奶油 150 公克
奶粉 40 公克
蛋黃 60 公克
鹽巴 5 公克
鹼水 5 公克
小蘇打粉 3 公克

材料(餡料)：

鳳梨餡 1800 公克

鳳梨餡做法，請參考影片
9-8

抹茶芒果酥

作法：

1. 將皮的材料拌揉成糰，備用
2. 內餡分割
3. 餅皮分割
4. 包餡
5. 入模
6. 進烤箱，上下火 220 度，烤 10 分鐘
7. 取出，翻面，再進烤箱，上下火 220 度，烤 6 分鐘
8. 脫模

材料（皮）：

低筋麵粉 325 公克
糖粉 75 公克
抹茶粉 40 公克
雞蛋 65 公克
安佳奶油 230 公克
鹽巴 3 公克

材料（內餡）：

芒果餡 500 公克

※芒果餡做法，請參考影片 9-9



客家九層糕

作法：

1. 在來米粉、蓬萊米粉倒入盆中，加水拌勻，做成米漿
2. 將米漿分成兩份
3. 一份加入白砂糖與鹽巴，拌勻
4. 一份加入黑糖與鹽巴，拌勻
5. 分層入模去蒸，先倒一層後，中火蒸 3 分鐘
6. 再倒第二層，再蒸 3 分鐘，以此類推完成九層

材料：

在來米粉 300 公克
蓬萊米粉 60 公克
水 550 公克
白砂糖 150 公克
鹽 2 公克
黑糖 150 公克
鹽 2 公克

芋蔥粿

作法：

1. 所有餡料，入鍋炒好，備用
2. 所有粿的材料，入鍋煮成米漿
3. 在粽葉上面先鋪米漿，再鋪餡料
4. 中火，蒸 20 分鐘

材料(粿):

芋頭切絲 420 公克
水 2040 公克
再來米粉 600 公克
油蔥酥 15 公克
鹽巴 12 公克
糖 16 公克
味精 12 公克
胡椒粉 6 公克
香油 24 公克

材料(餡):

絞肉 200 公克
蘿蔔乾粹 200 公克
香菇絲 40 公克
蝦米 20 公克
油蔥酥 10 公克
鹽巴 5 公克
味精 5 公克
糖 20 公克
胡椒粉 5 公克
香油 20 公克

繼光餅

作法：

1. 將粉料材料倒入盆中，拌勻
2. 再加水、奶水、奶油，拌揉成糰
3. 分割、滾圓
4. 桿平，中間打個洞
5. 沾芝麻，靜置 20 分鐘
6. 進烤箱，上火 180 度、下火 160 度、
烤 15 分鐘

材料：

中筋麵粉 300 公克
奶水 75 公克
水 75 公克
酵母粉 5 公克
鹽巴 3 公克
奶油 15 公克
白芝麻 (塗佈料)

五色碗粿

作法：

1. 製作原味米漿，再來米粉 100 克與水 100 克拌勻，加入調味料
2. 製作綠色米漿，再來米粉 100 克與水 100 克拌勻，加入抹茶粉
3. 製作紅色米漿，再來米粉 100 克與水 100 克拌勻，加入紅麴粉
4. 製作黑色米漿，再來米粉 100 克與黑糖汁拌勻
5. 製作橘色米漿，再來米粉 100 克與蘿蔔汁拌勻
6. 五個米漿，分別在各自的容器加入熱水約 300CC，讓它們糊化
7. 準備適當的容器，第一層倒入第一種顏色的米漿，蒸 3 至 5 分鐘
8. 第二層再倒入第二種顏色的米漿，再蒸 3 至 5 分鐘，以此類推，完成五色碗粿

材料:

在來米粉(分五份) 500 公克
蘿蔔汁 100 公克
黑糖汁 100 公克
水(分三份) 300 公克
紅麴粉 10 公克
抹茶粉 10 公克
糖、鹽、味精、胡椒粉(調味用，酌量)



牛肉酥

作法：

1. 將燉好的匈牙利牛肉所有材料切丁，再放回牛肉高湯中，整個拿去冷凍備用
2. 製作油酥
3. 製作水油皮
4. 製作餡料(白豆沙與抹茶粉拌揉成糰)
5. 油酥與水油皮的切割與滾圓
6. 包酥、桿摺
7. 餡料包入牛肉
8. 開酥、包餡
9. 壓扁、塗蛋液(蛋液中請加紅椒粉)
10. 進烤箱，上火 180 度、下火 200 度，烤 20 分鐘

材料(水油皮):

中筋麵粉 400 公克
豬油 120 公克
砂糖 20 公克
紅椒粉 4 公克
水 210 公克

材料(油酥):

低筋麵粉 300 公克
豬油 150 公克
紅椒粉 3 公克

材料(內餡):

白豆沙 1200 公克
抹茶粉 30 公克
匈牙利燉牛肉 120 公克

材料(塗佈料):

蛋黃
紅椒粉

※匈牙利燉牛肉做法，請參考影片 11-4

牛汶水

作法：

1. 將糯米粉、水、沙拉油拌揉成糰
2. 分割，搓成湯圓狀，再壓扁
3. 水煮滾後，將粉糰放入鍋中煮熟透，就撈出備用
4. 再煮新水，水滾倒入黑糖、花生仁，做成甜湯
5. 將甜湯倒入牛汶水中，即可食用

材料(牛汶水):

糯米粉 250 公克
水 175 公克
沙拉油 17 公克

材料(甜湯):

黑糖 300 公克
花生仁 300 公克
水 1500 公克

李鹹糕

作法：

1. 將所有粉料倒入盆中，拌勻
2. 加入糕仔糖，拌勻
3. 過篩兩次
4. 加入蜜餞、油蔥酥，拌勻
5. 壓模、脫模

材料：

- 熟蓬萊米粉 200 公克
- 熟糯米粉 200 公克
- 熟綠豆粉 200 公克
- 蜜餞 200 公克
- 油蔥酥 少許
- 糕仔糖 600 公克

堅果糕

作法：

1. 將所有粉料倒入盆中，拌勻
2. 加入糕仔糖，拌勻
3. 過篩兩次
4. 加入堅果，拌勻
5. 壓模、脫模

材料:

- 熟蓬萊米粉 50 公克
- 鳳片粉 50 公克
- 熟綠豆粉 50 公克
- 各類堅果敲碎 50 公克
- 糕仔糖 150 公克