

立農國小

濃是為了你

雲朵甜心蛋：

蛋白霜與蛋黃餅結合，看起來像似雲朵的蛋白霜，吃起來香甜的蛋黃餅，美觀的外表，彷彿進入童話的世界當中，在親子共作的過程中也能拉近彼此的情感。

蘑菇漢堡：

用蘑菇製作的迷你漢堡，可依個人喜好搭配，一口一個小漢堡，像似每個孩子不同的個性。製作的過程中，亦能激發出孩子的創造力。

雲朵甜心蛋

品名	數量	費用
雞蛋	12顆	
白糖	200公克	50元
麵粉	600公克	60元
奶油	100公克	50元
牛奶	350ml	50元

成本總計210元

蘑菇小漢堡

品名	數量	費用
洋菇(大)	600公克	
牛絞肉	300公克	100元
小蕃茄	15顆	50元
起司片	3片	60元
洋蔥/美生菜	半顆	70元
鹽巴/胡椒/黃芥末/番茄醬	20公克	
酸黃瓜醬	30公克	
奶油	50公克	

成本總計280元

烹調方法

1. 蛋黃及蛋白分離，將蛋白加少許糖後，打發成霜。
2. 麵粉加入蛋黃、糖及少許牛奶拌勻(蛋黃糊)。
3. 平底鍋預熱加入奶油，將蛋白霜下鍋平鋪，在中心挖洞將蛋黃糊放入。
4. 鍋邊加入一點水，蓋上鍋蓋，小火約3分鐘即完成。

烹調方法

1. 洋菇洗淨後去除蒂頭(蒂頭備用)，洋菇頭用餐巾紙擦乾。
2. 洋蔥及蒂頭切碎，小番茄及美生菜切成適當大小。
3. 牛絞肉加入鹽、胡椒、加入碎洋蔥及蒂頭，攪拌均勻後壓成肉餅狀，並將肉餅依洋菇頭大小進行裁切。
4. 平底鍋預熱並加入奶油，放入洋菇頭香煎作為漢堡上下層，中間層夾入漢堡肉、起司片、小蕃茄等配料後，用牙籤串起後即完成。

承辦單位：臺北市大安區古亭國民小學

協辦單位：臺北市私立育達高級中等學校 臺北市北投區清江國民小學

臺北市士林區士林國民小學

贊助單位：NEOFLAM 耐用富林股份有限公司 第一餐盒股份有限公司





蛋心甜朵雲



蘑菇小漢堡



育達商
136003

雲朵甜心蛋



蘑菇小漢堡

