

## 天然薑黃入粽 抗氧化、降血脂

【記者賴香珊／名間報導】【2016-06-05/聯合報/B3版/南投新聞】

南投縣名間鄉豐滿農場曾研發「薑黃麵線」，近期更邀廚師楊志翔集思廣益，鎖定素食和養生族群，將天然薑黃放進粽子裡，研發推出獨特的「紅薑黃養生粽」和「薑黃黃金粽」。

豐滿農場業者謝瑞裕說，名間鄉是生薑主要產區，而八卦山紅土適合種薑，對同科不同種的薑黃而言，也是優質成長環境，因此投入栽培有機薑黃，也將薑黃融入料理，透過食療食育推廣，同步研發薑黃相關產品。

中興大學農藝博士的謝瑞裕，曾針對薑黃進行研究，他指出，薑黃色澤是天然黃色色素，有助於抗氧化、抗癌、降血糖血脂和保肝，但直接食用不見得人人都能接受，才多方製成薑黃麵線、薑黃糖等保健食品。

謝瑞裕今年則鎖定端午節食粽習俗，與廚師楊志翔合作研發養生粽，楊說，薑黃的天然金黃色澤和保健是最大賣點，但怎麼讓薑黃有機入粽顧健康，兼具創意玩色等元素，讓他們傷透腦筋，後來靈機一動，決定打成汁，保留原汁原味和養分。

楊志翔說，兩人討論後決定將糯米浸薑黃汁，充分吸潤其營養素，就能口口都吃到薑黃精華，內餡部分則捨棄傳統肥肉，使用薑黃、蓮子、紅薏仁和素火腿等食材，改走養生素食路線，降低吃肉粽易脹氣的可能性，有興趣可洽 049-2583688。