



# 明日廚神

手把手 教你土雞宴客菜

社團法人中華民國養雞協會◎著



# 目錄

序	3	鳳凰于飛	66
手冊源起	4	鳳飛回巢	68
土雞特色	5	御菜二品	70
多元品種	6	參賽隊伍介紹 - 大專組	72
食療佳品	6	八寶布袋雞	74
營養價值	7	桂香石榴雞	76
專業飼養管理	8	黑蒜山藥雞肉捲	79
土雞肉的特色	10	一品風味鹿野雞湯	82
營養滿分	11	蘿蔓五彩雞米鬆	84
各部位肉特色	12	香煎雞腿排佐野菇	86
土雞的品種你知道嗎？	13	粉紅知雞	88
<b>明日廚神 大顯身手</b>	21	步步糕升鍋巴雞	90
參賽隊伍介紹 - 高中組	22	鳳梅雞湯	92
烏骨擂茶叫化雞	24	錦繡乾坤燉鳳凰	94
椒麻肝雞翅桂圓米糕	26	荷葉飄香百菇飯	96
四物烏骨雞澄清湯佐雞豆花	28	鳳納金禧慶團圓	98
茶樹菇暖心雞湯	30	蒜味胡椒脆皮雞	100
黃金辣椒嫩雞胸	32	八寶雞腿捲	102
芋衣酒香嫩雞胸	34	波蘿咕咾雞	104
脆皮布袋雞	36	佛跳烏骨雞	106
五色三杯雞	38	黃金雪花西魯肉	108
菊花荔枝球	40	腐皮金棗雞肉捲	110
布袋雞鑲米糕	42	荷葉八寶布袋雞	112
蜂巢芋泥雞附綜合水果佐雙味醬	44	鳳梨雞雙拼	115
起家雞饗宴六小福	46	太極芙蓉羹	118
太極雙味拼	48	金穀鳳凰藏乾坤	120
蠔油扒鳳翼	50	瓊漿玉露雞豆花	122
錦繡剝皮辣椒雞捲	52	龍鳳翱翔振翅飛	124
鳳凰重生	54	<b>愛家料理 心意滿滿</b>	127
梅香時夜	56	刈菜蛤蜊雞湯	128
黃金雞捲	58	男子漢黑胡椒起司土雞腿蓋飯	130
松青補腎蟲草雞	60	菇味麻油雞佐鮮蔬燉飯	132
竹香流金鳳凰翅	62	MIT 好土雞哪裡買	134
春梅迎鳳轉五行	64		

## 序

土雞，是台灣特有的家禽，也是國人傳統飲食中最具特色的食材，無論祭祀、餐宴、冬令進補都少不了。「雞」音同「吉」，象徵大吉大利，也是過年家家戶戶圍爐必備料理；俗語云「呷雞起家」，即可看出土雞對國人的重要性。

四、五年級的同學，土雞是我們每個人成長過程中必備的美味回憶；六年級生則是白肉雞的香雞排、鹹酥雞和土雞的麻油雞一起建構的雙重回憶；七、八年級甚至更年輕的世代，真正知道土雞是什麼、土雞肉的美味代表的意義，已經所剩無幾。土雞，既然是國人的飲食文化特色，就不能被取代、不能無聲消弭，中華民國養雞協會有責任把土雞重新找回來、有義務讓國人更深一層認識土雞是什麼、土雞的好吃在哪裡！

本次蒐錄的土雞料理，都是本會辦理「110年度明日廚神土雞料理競賽」的得獎作品，也是餐旅專科年輕學子的心血結晶；從宴客菜或酒家菜發想，有傳統的全雞料理，也有創意滿點的經驗之作，每一道都值得您來嘗試手做看看！

土雞是本土的食材，百分之百國產，新鮮、健康又營養。動手做土雞，真的很簡單，誠摯邀請您用健康的土雞為家人做出美味的料理！

中華民國養雞協會理事長 **陳國村**  
中華民國 110 年 5 月 謹識

# 手冊源起

台灣土雞肉性甘溫，是國人傳統燉補、祭祀上不可或缺的主要食材；相較於牛肉、豬肉等肉品，台灣土雞「高蛋白、低脂質」的優點，絕對符合現代人重視健康的飲食概念。

近年來，由於國內外食人口增加及消費習慣的改變，加上民眾對土雞烹調方式不熟悉等原因，常常放棄選購土雞回家烹調，故無法品嚐到土雞真正的美味，實在甚為可惜。手冊中蒐錄以土雞料理之宴客菜、家常菜色為主，希望讓年輕學子的創意，手把手教您做出美味土雞料理！

# 土雞特色

「皮薄骨細」是選擇土雞的要領，好吃的土雞肉必須肌肉纖維細緻，皮肉滑嫩，具彈性而不鬆軟，味美肉甜；另外土雞飼養週齡足夠及有適度的運動，可增加雞肉的緊實性，這也是土雞好吃的重點之一。

「MIT」(Made In Taiwan) 是象徵台灣最佳品質的保證，而土雞不僅是本土雞種，更是百分之百國產的雞肉，台灣土雞的優質，正是另一種 MIT 的驕傲。餐旅專科的學子研發出的宴客菜，步驟簡單，讓消費者可以在家烹煮出節慶宴客、家常自用皆便利的台灣土雞料理。不同的菜色研發使用不同品種的土雞，能讓消費者認識台灣土雞有不同的品種、不同的肉質特性，且熟悉雞胸、雞腿、雞翅等部位肉可靈活入菜，藉由正確的烹調方式，便能煮出鮮美百變的好滋味。





## 多元品種

國人重視傳統祭祀與冬令燉補，土雞是容易取得又營養價值高的食材。台灣土雞肉質細緻，皮薄骨細，有彈性耐咀嚼卻不粗糙、味美鮮甜。此外，台灣各地飼養的雞種，也因飲食文化的差異而有所不同，如桃竹苗地區飼養以竹北仿雞、鬥雞與閩雞為主，花東地區則盛行飼養黑羽放山雞，而中南部普遍飼養紅羽土雞、黑羽土雞及珍珠雞；另外還有烏骨雞、文昌雞、古早雞等多元化雞種，亦別具風味。

## 食療佳品

台灣土雞肉性甘溫，不但溫中益氣、補精添髓、強筋健骨、活血調經，對虛勞、消瘦、水腫、病後虛弱、久病體虛、健康調理、產婦補養…等，食療效益都很顯著。

## 營養價值

依據台灣知名肉品加工專家，國立中興大學動物科學系劉登城教授的研究分析，以土雞中的紅羽土雞及黑羽土雞為例，並以進口白肉雞作為對照組，土雞的營養價值中，粗蛋白質的含量皆較進口白肉雞顯著，其中又以黑羽土雞的含量居三者之冠；而女性最重視的脂肪量，土雞亦明顯低於進口白肉雞，其中黑羽土雞的脂肪含量最低，因此黑羽土雞是較健康且富營養的品種。至於膠原蛋白含量，台灣土雞亦比進口白肉雞高，特別是紅羽土雞的含量又優於黑羽土雞，適合以冷滷式或是紅燒等烹調方式，保留其膠原蛋白的營養。建議愛美的女性以台灣土雞肉代替其他的肉類，是有實際的研究數據佐證的。

根據國立中興大學動物科學系劉登城教授的研究分析，由於台灣土雞的飼養時間較白肉雞長，其肌纖維較大，結締組織較高，因此台灣土雞的咬勁明顯高於進口白肉雞。而口感品評中，又以紅羽土雞具有最佳風味、質地及總接受度，且因其膠原蛋白含量居冠，因此適於燉煮、紅燒、冷滷式等低溫長時間的烹煮，而黑羽土雞肉質纖維較細，油脂較低，適合燒烤、快炒等料理方式。

# 專業飼養管理

台灣在民國 60 年以前是副業養雞，或自家後院養雞屠宰食用，土雞飼養天數至少需要 6 個月以上的時間，而現在土雞約 12 週即可上市，讓民眾誤以為是施打賀爾蒙所造成的快速生長。事實上，現在 MIT 台灣土雞的飼養，具備了許多嚴謹的飼養條件。

## 一、育種技術進步

土雞經過長期的選拔與精心育種，並由畜牧專家及學者針對如何提升雞隻的「生長速度」、「增重速度」、「抗病能力」…等的研究與改進後，使得雞隻生長效率提高，所以飼養天數也就縮短了！

## 二、營養均衡的飼料配方

以前養雞，都使用剩菜剩飯再拌一些米糠來餵食，或使用大豆粕、大麥、玉米粒等單一飼糧餵食，因營養不均衡，所以長的慢。現在雞隻飼養有各大飼料廠的「飼料配方營養師」為雞隻調製營養均衡的飼料來餵飼，雞隻不僅吃得好，還能長得快。

## 三、舒適的環控雞舍

以前的傳統雞舍都是”開放式”的，夏天時高溫炎熱，冬天時又冷又凍，雞隻容易受外界環境溫度影響生長，當然長得慢。現在的”密閉式”雞舍，有通風涼爽的負壓雞舍，也有冷氣房效果的水簾雞舍，不但可阻隔外界過熱、過冷的溫度，夏天還可將雞舍內的溫度控制在雞隻最舒適的 27~28°C，冬天又有密閉保溫的效果，可讓雞隻隨時舒適的生活，就可快樂採食，快速長大。





# 土雞肉的特色

國產的雞肉品種多元，飼養週齡短的白肉雞多以炸、烤、煎、炒方式烹調，飼養週齡長達 12 週以上的土雞多用於燉、煨、煮、燜。飼養週齡長達 12 週的足齡土雞，雞肉較有嚼勁且富含土雞肉特有香氣與甜味；根據肉品物理性的測量結果：咬斷土雞肉需要較大的力量，也說明了土雞肉較有嚼勁，這是因為土雞肉肌肉纖維強韌的緣故；將土雞肉的皮剝開觀察，也可以發現土雞的皮下脂肪較少，十分符合現代人健康飲食的需求。

若依飼養空間來分類，則可分為舍飼與放牧兩種。肉質優良的土雞，除了品種精選外，還有適度的運動，因此大部分人已將土雞與好吃的雞肉劃上等號。要選購土雞，外觀看有鉛（或黑）色腳脛、骨細皮薄、皮膚有光澤且緊繃、雞冠和肉髯大而分明，再認明屠宰衛生檢查合格標章，絕對是優質的台灣土雞。

# 營養滿分

就營養學角度來看，雞肉每 100 公克含蛋白質 23.3 克、脂質 1.2 克、鐵質 1.5 毫克、核黃素 0.09 毫克，並含有維生素 A、C、E。肉類中以雞肉脂肪含量較少且較易消化，又能提供高優質蛋白質。吃入較少的熱量，並補充到較高的營養素，對怕胖的現代人而言，台灣土雞肉的確是個好選擇！因此台灣土雞肉也常被冠以「健康白肉」的封號。

# 各部位肉特色

## 雞胸肉

含脂肪低，是很好的蛋白質來源，可搭配各式佐料及食材烹調。

## 雞廓骨

雞胸剔除之胸廓骨頭，是熬高湯的好材料。

## 雞肋肉

營養價值是雞肉中最佳的，高蛋白低脂肪，尤其適合肥胖、心血管疾病、消化系統疾病疾病後調養者食用。



## 雞翅肉

雞翅平均含脂肪量、蛋白質比雞腿多，味道甘美，適合煮湯、炸食燒烤。

## 雞腿肉

含脂肪量比雞胸肉多，吃起來口感好，Q彈有咬勁。

## 雞腳

富含蛋白質、鐵質，並且雞腳的脆骨及韌帶也具風味，適合滷味當零嘴，也可燉食進補。

# 土雞的品種 你知道嗎？

台灣的土雞，品種相當多元，包括紅羽土雞、烏骨雞、中興紅羽1982...等，飼養期從12週到24週不等，體型從3.5台斤到8台斤都有，肉質咬勁十足，雞肉香甜味濃是共同的特點。而且不同品種的土雞適合不同的料理方式，現在就讓我們一起來認識土雞的品種吧！



# 紅羽土雞

適合鹽水雞、醉雞、白斬雞、燻雞、麻油雞、燒酒雞、油雞等料理方式。  
選購時注意飼養週期是否足夠。

## 公雞

### 品種特徵

大而直立之紅色單冠，眼睛大而圓，黃褐色偏紅褐色羽毛，鉛色或黑色腳脛，喙尖為黑色，肉髯鮮紅、大而自然下垂呈渾圓狀。

### 生長性狀

毛雞體重約 5 至 5.5 台斤，上市週齡約為 13 至 14 週。



## 母雞

### 品種特徵

雞冠較公雞略小，為直立之鮮紅色單冠，眼睛大而圓，羽毛顏色多呈現淺褐色，鉛色或黑色腳脛，喙尖為黑色，肉髯鮮紅呈渾圓狀。

### 生長性狀

毛雞體重約 4 至 4.5 台斤，上市週齡約為 13 至 14 週。



# 黑羽土雞

適合麻油雞、燒酒雞、桶仔雞、藥膳雞等料理方式。選購時注意飼養週期是否足夠。

## 公雞

### 品種特徵

大而直立之鮮紅色單冠，眼睛渾圓有神，羽毛黑色並於頭、頸、背部有白色羽毛分布，尾羽長而翹直，鉛色或黑色腳脛，喙呈黑色，肉髯鮮紅、大而自然下垂呈渾圓狀。

### 生長性狀

毛雞體重約 3.5 至 4.0 台斤，上市週齡約為 15 至 16 週。性情活潑、好動、好奇，性成熟後之公雞喜愛打鬥。

## 母雞

### 品種特徵

雞冠比黑羽公雞略小，為直立之鮮紅色單冠，眼神渾圓有神，全身黑色羽毛，少數母雞頭頸部有白色羽毛分布，尾羽長而翹直，鉛色或黑色腳脛，喙呈黑色，肉髯呈鮮紅自然下垂呈渾圓狀。

### 生長性狀

毛雞體重約 3.5 至 4.0 台斤，上市週齡約為 15 至 16 週。性情活潑、好動、好奇。



# 鬥雞

鬥雞肉質鮮甜有咬勁；最適合白斬，品嚐肉質原味

## 公雞

### 品種特徵

豆冠型雞冠，羽毛為紅褐色金黃色交雜分布，直立挺拔之體型，肉髯小圓，眼大圓而突出，喙長而略彎曲，頸長背短，胸平寬深長，黃色腳脛。

### 生長性狀

毛雞重約 5 至 6 台斤，上市週齡約為 23 至 24 週。

## 母雞

### 品種特徵

豆冠型雞冠，羽毛為淺褐色或深褐色，直立挺拔之體型，肉髯小圓，眼大圓而突出，喙黃色，長而略彎曲，頸長背短，胸平寬深長，黃色腳脛。

### 生長性狀

毛雞體重約 4 至 5 台斤，上市週齡約為 23 至 24 週。



# 珍珠雞

珍珠雞肉質油脂多；最適合白斬，品嚐肉質原味。

選購時注意飼養週期是否足夠。

### 品種特徵

雞冠與肉髯呈鮮紅色小片狀，眼睛小而圓，體型渾圓，腳脛為黃色，頸部裸露沒有羽毛，故有「裸頸雞」之稱，淺褐色至紅褐色羽毛覆蓋頸部以外身軀。

### 生長性狀

毛雞重約 4 至 5 台斤，上市週齡約為 15 至 16 週。



# 烏骨雞

適合藥燉入味；選購時注意挑皮色較黑、毛孔粗大者。

## 品種來源

烏骨雞可分為白毛烏骨雞、黑毛烏骨雞、斑毛烏骨雞品種，統稱為絲羽烏骨雞(Sikie bantam)。絲羽烏骨雞為中國古老雞種之一，相傳從唐高宗至今已有一千三百餘年的歷史，並且至少有四百餘年之飼養歷史。

## 品種特徵

烏骨雞體型頭小、頸短、腳矮，總外貌具有「十全」特徵：絲羽、藍耳、鳳頭、毛腳、鬍子、五爪、玫瑰冠、烏骨、烏皮、烏肉。絲羽烏骨雞性情溫馴，不擅飛翔，適應性強且外型美觀，肉質鮮嫩，集觀賞、肉用、藥用於一身。

## 生長性狀

烏骨雞自中國引進後，多次與肉雞雜交使得體型大，致「十全」特徵已不完整，坊間常見之烏骨雞多為白色絲羽烏骨雞，公雞毛雞重約 4 至 5 台斤，母雞毛雞重約 3.5 至 4 台斤，上市週齡約為 13 至 14 週。



# 台畜十三號土雞

最適燉湯。選購須注意飼養週期是否足夠。

## 育種經過

行政院農業委員會畜產試驗所於民國七十四至七十五年間，由研究人員翻山越嶺自全省各山區放養集體型小，腳脛細與具單冠等特色之有色羽毛種土雞，經特性純化與選育而成。

## 品種來源

由行政院農業委員會畜產試驗所育成之畜試土雞台畜公十一號與畜試土雞台畜母十二號雜交育成。

## 品種特徵

鮮紅色單冠，具黃褐色羽毛，體健，體型較小，飼養至 16 週齡體重約 1.5 公斤，屠體脂肪率低，肉質鮮美，繁殖率佳，抗病力與耐熱性佳。



皮下脂肪堆積少，皮脆肉質鮮甜有咬勁

## 閹雞

飼養期長達半年以上，肉質鮮甜可口。最適合白斬，品嚐肉質原味。選購須注意飼養週期是否足夠。

### 品種特徵

黑羽土雞、竹北仿雞凡於 6 至 8 週齡間，經「去勢手術」後，繼續飼養不再呈現雄性特徵者，皆可稱閹雞。公雞再進入性成熟期後，因體內雄性荷爾蒙增加而喜愛打鬥至生長不佳，且打鬥受傷流血影響外觀，「閹雞」可減少飼養管理的不便，且因飼養期長而有較佳的肉質與風味。



# 明日廚神 大顯身手

土雞只適合白斬、煮雞湯嗎？

傳統迷思大破解!! 其實台灣土雞有不同品種，肉質特性及口感都不同，只要挑選適當再加上雞腿、雞胸等部位肉的運用，就可以烹調出令人驚豔的料理。

本次「明日廚神土雞料理廚藝競賽」以使用台灣本土生產「土雞」為主題，並結合台灣在地生產之農、漁、特產品，邀請全國相關餐飲科系學生與老師主動認識各種土雞，並依不同的雞肉特性，設計出可在餐廳或飯店上菜的「宴客菜」、「酒家菜」。

明日廚神們全心投入料理競賽，發揮團隊精神，展現廚藝技巧，開發創作出嶄新的台灣土雞料理，本次競賽脫穎而出之得獎作品，將完整呈現在大家眼前。

(每道菜份量為 6 人份。)

# 參賽隊伍介紹 - 高中組



## 一鳴雞人 - 桃園市私立光啟高級中學

我們是來自光啟中學餐飲管理科的選手，隊長是田庚鑫，隊員有吳昀龍與葉子玲。我們都是專精西餐類的料理較多，想用西餐的手法去呈現臺灣的土雞料理。平時就喜歡用台灣的食材去做料理，而台灣土雞厲害之處，就是不同種類的土雞都有著不一樣的風味和肉質，每種土雞都有其適合的烹調方式，這就是我們想要參賽的原因，除了是挑戰自己，更可以了解台灣的食材。



## 地方雞仔 - 新北市宏國德霖科技大學(五專部)

我們是來自宏國德霖科技大學(五專部)餐旅管理系的選手，隊長是洪以萱，隊員有王思宜與賴玟伶。我們嘗試各種雞肉料理，為了能夠讓手中看似平凡的土雞蛻變成勾引食慾的料理。團員談起各種雞的料理方法，眼裡總是炯炯跳動著，希望這次比賽能夠將食材發揮到淋漓盡致，也希望評審能夠親自品嚐我們這群熱愛雞肉料理的學生所作出來的菜餚。



## 赤羽三劍客 - 臺中市私立大明高級中學

我們是來自大明高中餐飲科的選手，隊長是王星儒，隊員有簡煜宸與呂晨凱。初次參與全國料理競賽的活動，前置做了相當多的調查，了解農特產品及台灣的土雞品種，希望透過競賽能研發更多的創意料理及口味，增加自己的能力，也希望透過交流，學到更多技術！



## 食在好神 - 桃園市私立永平工商高級中等學校

我們是來自永平工商餐飲科的選手，隊長是紀偉程，隊員有穆謙與廖雁翎。主要參賽的原因是由於現代人多半注重健康與營養，所以想製作既能讓大家喜歡又只需輕鬆簡單做的料理，也透過機會來挑戰與證明自己！



## 閃電機動小隊 - 臺北市私立開平餐飲職業學校

我們是來自開平餐飲學校餐飲科的選手，隊長是陳振華，隊員有張家豪與李玟搖。希望能夠用土雞來做出能夠讓大眾喜愛的菜餚，讓大家知道土雞的美味之外，也更了解各式各樣的土雞都有適合的烹調方法。



## 勝羽隊 - 臺中市私立大明高級中學

我們是來自大明高中餐飲管理系的選手，隊長是莊博勳，隊員有黃祈睿與柯怡秀。我們熱愛餐飲，隊名取為『勝羽隊』，象徵勝利的羽毛永遠都是屬於我們的。會參加這場比賽是因為想讓自己的廚藝更精進，也能更加深入地了解食材的特性運用，在更加了解自己的實力後，將錯誤都修改、精進，變成一名更優秀的廚師。



## 歲寒三友 - 新北市私立東海高中

我們是來自東海高中餐飲管理科的選手，隊長是張芸瑄，隊員有李奕璇與鄭閱慧。彼此對研究料理、精進廚藝都很有興趣，經常在一起練習不同的料理技巧，希望能透過參加此次比賽，將自己的創意應用到菜色的設計，以及烹調手法的創新。並運用以前所學習到課程知識，透過參賽過程中，增加對料理技能的了解。



## 雞不可失 - 嘉義縣私立協志高級工商職業學校

我們是來自協志工商餐飲管理科的選手，隊長是蘇建華，隊員有劉偉宜與李俊銘。我們特別將嘉義在地的土雞與農特產做結合，大部分的人們認為南部的宴客菜非常厲害，但這場比賽需要思考的是如何跳脫宴客菜傳統的樣式，同時又保留傳統味道的經典佳餚。如何將土雞與農特產結合發揮到淋漓盡致，藉由這場比賽，除了了解土雞肉質及烹煮方式外，更重要的是讓土雞與台灣農、漁、特產推廣到國際舞台。



# 烏骨搗茶 叫化雞

這道菜看起來像一個很大的菠蘿麵包，品嚐前要把它敲開，敲開的一瞬間四物搗茶的香氣竄出來，整個外殼還擁有保溫的作用，可以搭在一起品嚐。



**食 材** 土雞 1 隻 1200g、長糯米 150g、綠茶粉 15g、花生 50g、白芝麻 30g、黑芝麻 30g、南瓜籽 30g、鮮香菇 25g、綠竹筍 25g、栗子 25g、四物湯包 1 包。



**調味料** 鹽 10g。

## ✂ 料理步驟

1. 烏骨雞先川燙去除雜質。
2. 花生、白芝麻、黑芝麻、南瓜籽烤熟、綠茶粉磨碎後倒入 200c.c 的熱水成搗茶，再將搗茶茶湯跟糯米煮到半熟透。
3. 搗茶、糯米飯加入鮮香菇丁、筍丁、栗子丁塞進雞裡面。
4. 把雞和四物湯包一起燉煮 30 分鐘。
5. 把糯米飯搗爛、桿開包覆在雞的外面烤到脆。



土雞品種  
烏骨雞



一口就可以把所有東西吃掉而且還不用挑骨頭，再加上填入的桂圓米糕甜甜鹹鹹的味覺衝擊。選用的土雞品種是珍珠雞，珍珠雞的優勢就在於肉質紮實多汁。

# 椒麻肝 雞翅桂圓米糕

**食 材** 黑羽雞肝 100g、牛奶 300g、珍珠雞二節翅 6 支、桂圓 100g、圓糯米 100g、娃娃菜 30g、香菜 20g、龍眼乾 30g、枸杞 15g、香橙酒 10g、地瓜粉 100g、迷迭香少許、南瓜籽 30g、麵包粉 100g。

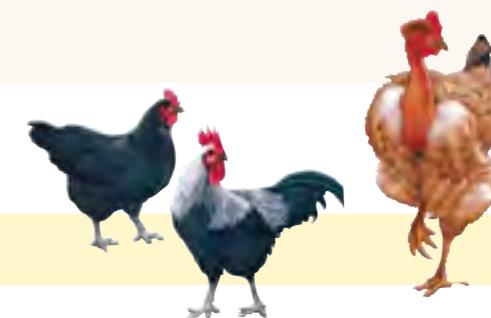
**調味料** 醬油膏 50ml、糖 30g、乾辣椒 5g、花椒 5g、白醋 10g。

## 料理步驟

1. 雞肝用牛奶、迷迭香浸泡 1 小時。
2. 水分濾乾之後，沾地瓜粉油炸。
3. 娃娃菜過水備用。
4. 乾辣椒、花椒煉油，加入醬油膏調味煮成椒麻醬，沿著鍋邊加入醋，再加入炸好的雞肝拌炒，再加入香菜。
5. 二節翅去骨。
6. 南瓜籽和麵包粉打碎。
7. 糯米泡水後加上桂圓入蒸爐。蒸好桂圓米糕，把米糕球填入雞翅，沾南瓜籽麵包粉下去油炸即可。



土雞品種  
黑羽土雞 & 珍珠雞



利用西式澄清湯的作法，看似清湯，但喝起來特別的濃郁，還可以喝到烏骨雞的膠質和它特有的味道，有別於其他的雞種不同的風味，四物中藥材燉煮 8 小時的高湯，打破一般傳統雞湯又油又膩的印象。

# 四物烏骨雞澄清湯佐雞豆花



**食 材** 鹿野土雞雞胸 450g、四物烏骨雞湯 1000g、雞皮 30g、蛋 3 顆、玉米粉 15g、香菜苗 10g、水 800c.c、牛奶 300g。

**調味料** 鹽適量。

## 料理步驟

1. 鹿野土雞雞胸加玉米粉、水，打成泥過濾，蒸 15 分鐘。
2. 鹿野土雞胸打成泥，放入四物烏骨雞高湯，加蛋白、冰塊，以小火加熱。
3. 煎雞皮，煎到酥脆金黃。
4. 牛奶加熱到 60°C，用均質機打出綿密的奶泡，加入雞湯上。



土雞品種  
烏骨雞 & 鹿野土雞

# 茶樹菇暖心雞湯



乾燥茶樹菇具有奶油餅乾的濃香，味道獨具一格，並且具有高蛋白，低脂肪，搭配鹿野土雞去煲湯蓋鍋燜蒸逼出雞汁精華，吃的養身又健康。

**食 材** 土雞 1 隻、紅棗 5-6 顆、茶樹菇 60g、乾燥杏鮑菇 40g、乾燥香菇 4-6 朵、薑 15g、洋蔥 1 顆、紅蘿蔔 1 根、西芹 1 根。

**調味料** 鹽巴 20g。

## 料理步驟

1. 取下雞骨架，加入洋蔥、紅蘿蔔、西芹，小火燉煮過濾出來的高湯。
2. 全雞川燙去雜質，放入湯盅。
3. 乾燥菇類加熱水泡開。
4. 配料加入雞高湯煮滾。
5. 加入鹽巴調味。
6. 將配料和雞高湯放入湯盅。
7. 放入蒸籠鍋蒸 1 小時即可。



土雞品種  
鹿野土雞

低溫烹調是新興的烹飪手法，使用低溫將雞肉的養分和肉汁鎖在裏頭，跳脫出以往大家對於雞胸乾柴的刻板印象，讓雞胸吃起來多汁Q彈，搭配道地的剝皮辣椒，使雞肉提升至另一種層次。



# 黃金辣椒嫩雞胸

**食 材** 土雞胸 1 付、剝皮辣椒 6 根、腐皮 2 片、甜椒 10g、菠菜 50g、蒜頭 5g、青江菜 6 株、小番茄 3 顆、馬告 5g。

**調味料** 豆腐乳 5g、香菇素蠔油 5g、紹興酒 10g、鹽 5g。

## 料理步驟

1. 胸肉橫剖，使用拍肉槌拍成厚度一致。
2. 將調好的醃料抹在雞胸上醃漬。
3. 蒜頭炒香菠菜。
4. 甜椒切條清炒。
5. 將炒好的菠菜、甜椒、攤平的剝皮辣椒用雞肉捲起來。
6. 泡入約 62°C 水溫慢慢熟成，約 40 分鐘。
7. 雞肉取出將水瀝乾。
8. 腐皮捲在雞肉外層，以油煎上色。



土雞品種  
文昌雞

# 芋衣酒香嫩雞胸



外表炸的金黃酥脆，內部綿密的芋頭，再加上微微的紹興酒香，加入高湯，味道完全滲入每一絲肉中，芋頭切絲做成盅，再盛裝菜餚，結合創新呈現方式又不失傳統味道。

**食 材** 土雞腿 1 支、芋頭 1 顆、甜椒 15g、蔥 10g、薑 5g、花椰菜 6 朵、蘆筍 7 根。

**調味料** 紹興酒 5g、米酒 5g、鹽巴 10g、胡椒 3g、香菇素蠔油 5g、香油 (少許)。

## 料理步驟

1. 蔬菜清洗、切丁。
2. 雞腿去骨切丁，用鹽、胡椒、米酒、太白粉醃漬。
3. 芋頭切絲塑型炸上色。
4. 芋頭丁炸上色。
5. 雞肉過油。
6. 薑、蔥白爆香。
7. 加入雞腿丁和些許雞高湯，鹽、胡椒、蠔油調味。
8. 放入芋頭丁、彩椒、蔥，擺盤。



土雞品種  
文昌雞



# 脆皮 布袋雞

全雞先塞油飯再放進蒸籠蒸熟，使用噴燈來代替油淋的動作，讓外皮金黃酥脆，裡面的肉鮮嫩多汁，讓雞的每個部位都有其獨特的口感及味道。

**食 材** 土雞 1 隻、白米 1 斤、薑 1 塊、香菇 3 朵、蝦米 1 大匙、紅蔥頭 2 顆、乾魷魚 1 隻、冬粉半包、蒜頭 3 顆、紅辣椒一條、青椒 1 條、甜椒 1 條。

**調味料** 麻油 2 小匙、醬油 1 大匙、胡椒 1 小匙、鹽巴 1 小匙、糖 2 小匙、蜂蜜水 240c.c。

## 料理步驟

1. 將米放入蒸籠，蒸 20 分鐘。
2. 將雞肚裡的骨頭、內臟清除。
3. 用蜂蜜水塗抹在雞的表皮上重複 2~3 次，風乾。
4. 黑胡椒粒和蒜頭末抹在雞肚裡。
5. 炒油飯，把麻油放入鍋中把薑、香菇、蝦米、紅蔥頭下去爆香，加入乾魷魚、下白米翻炒、放入醬油、胡椒、鹽、糖，翻炒至半熟。
6. 把油飯塞入雞肚後封口，把全雞放入蒸籠蒸 1 小時。
7. 冬粉下油鍋炸。
8. 甜椒、青椒、紅辣椒、花椰菜川燙。
9. 在雞皮上抹上一點蜂蜜水，再用噴槍烤至酥脆後擺盤。



土雞品種  
古早雞





# 五色 三杯雞

日式壽司的風格去詮釋這道五色三杯雞創意料理，而五色三杯雞裡面的醬汁則是利用畫盤的想法作為盤飾，跳脫傳統調理方式並融合日式風格的一套土雞創意料理。

**食 材** 土雞腿 3 支、九層塔 4 片、小黃瓜 1 條、紫山藥 1 條、白山藥 1 條、海苔 1 包、紅辣椒 1 條、薑 1 塊、蒜頭 4 顆、蛋 4 顆。

**調味料** 醬油 3 大匙、米酒 3 大匙、麻油 3 大匙、冰糖 2 大匙、太白粉 1 大匙、鹽巴 2 小匙、胡椒 1 小匙。

## 料理步驟

1. 雞腿去骨。
2. 潤鍋 3 次，將蛋打散加入太白粉水和鹽巴，煎蛋皮。
3. 炒三杯醬，蒜頭、薑、紅辣椒爆香，麻油、冰糖炒勻後加入米酒和醬油。
4. 用滾水把切好的小黃瓜燙 15 秒，再把切好的白山藥、紫山藥燙 1 分鐘。
5. 開始組裝，第一層鋪海苔，第二層鋪蛋皮，第三層鋪小黃瓜、紫山藥、白山藥捲起來。
6. 把捲好的海苔放在醃好的雞腿肉上面捲起來，沾一點太白粉增加黏性。
7. 把包好的雞捲用蒸籠蒸約 50 分鐘。
8. 炸九層塔約 5 秒。
9. 把蒸好的雞捲裹上麵粉、蛋液、麵包粉，下油鍋炸至金黃色，再將炸好的九層塔作裝飾。



土雞品種  
紅羽土雞



# 菊花荔枝球

使用直刀來完成這道菊花荔枝球，這道菊花荔枝球讓我們印象最深刻的部分是吃起來的口感，酸酸甜甜且吃起來也不會太硬或是太軟。



**食 材** 土雞胸肉 1 付、白花椰菜 1 株、綠花椰菜 1 株、青椒 1 條、甜椒 (紅黃) 1 條、芋頭 1 塊。

**調味料** A(鹽 ½ 小匙、胡椒 ½ 小匙、米酒 1 小匙、太白粉水 1 大匙、香油 1 小匙、金桔醬 1 大匙、番茄醬 1 小匙)；B(雞胸沾粉：麵粉 2 大匙、太白粉 1 大匙混合)；C(鹽 2 小匙、胡椒 1 小匙、米酒 1 小匙、糖 ½ 小匙、太白粉 1 大匙)。

## 料理步驟

1. 雞胸肉用調味料 C 醃漬。
2. 雞胸肉切成菱形花刀沾調味料 B，抓花刀的底端下油鍋炸約 30 秒後即可定型。
3. 把花椰菜切小朵後川燙。
4. 炸雀巢，把芋頭絲放入馬口碗，下油鍋炸至酥脆上色。
5. 青椒、甜椒下去炸約 5 秒。
6. 先用小火中油溫炸荔枝球 炸至金黃色即可撈起擺在雀巢上。
7. 在荔枝球上方淋上調味料 A。



土雞品種  
紅羽土雞



# 布袋雞鑲米糕



全雞以先炸再蒸的方式呈現出酥脆的外皮，鮮嫩多汁的肉，搭配上 Q 彈不黏牙紅麴米糕，並淋上酸甜的紅麴醬汁以增加整道菜的風味。

- 食 材** 土雞 1 隻、糯米 1 杯、乾香菇適量、老薑適量、紅蔥頭適量、蝦米適量、乾魷魚 100g、洋火腿丁 100g、荸薺適量。
- 調味料** 鹽 10g、糖 5g、胡椒 3g、醬油 30g、米酒 30g、紅麴醬 100g、番茄醬 3g、紹興酒 10g、香油 5g。

## 料理步驟

1. 全雞去骨、清除內臟、洗淨後備用。
2. 將糯米蒸熟。
3. 老薑下鍋爆香。
4. 加入火腿、蝦米、乾魷魚、乾香菇後及蒸好的糯米炒熟。
5. 炒料塞進全雞至微鼓，下鍋炸至上色撈起。
6. 入鍋蒸熟 80 分鐘。
7. 最後以燙熟的花椰菜和荸薺加以擺盤。



土雞品種  
台畜十三號土雞



# 蜂巢芋泥雞附 綜合水果佐雙味醬



新鮮土雞腿和芋頭作為整道菜的主體，雞腿肉用先炸後蒸的料理手法保留雞皮的酥脆口感，雞腿肉多汁加雞皮的爽脆搭配上芋泥自然甘甜，濃濃芋香帶出雞肉的微鹹味。

**食 材** 土雞腿 1 支、芋頭 1 顆、白油適量、澄粉適量、五香粉適量、雙味醬適量。

**調味料** A(美乃滋 230g、TABASCO 辣醬 30g、粗黑胡椒粒適量、酸黃瓜末 15g、蜂蜜 45g、初榨橄欖油 10g、義大利酒醋 5g)；B(黃芥末醬 10g、法國芥末仔醬 15g、梅林辣醬油 80g、檸檬汁 80g)。

## ✂ 料理步驟

1. 雞腿先炸上色後入鍋蒸。
2. 芋頭蒸熟壓成泥。
3. 芋泥加入澄粉、白油、五香粉、滾水混合均勻，並鑲在雞肉外表。
4. 下鍋炸出蜂巢感。
5. 調味料 A、B 混合成雙味醬，並淋上雙味醬。
6. 以當季水果加以擺盤。



土雞品種

台畜十三號土雞



# 起家雞饗宴六小福



土雞品種

台畜十三號土雞

以麻辣雞麵作為主餐，配餐香甜雞粥湯品、雞肉製炸物、酥脆小魚乾、糖醋炸雞翅腿、清蒸雞肉鑲鮮盒以及用紅棗、蔘鬚、枸杞浸泡的養生醉雞捲，這道起家(雞)饗宴六小福能嚐到全雞各部位口感。



**食 材** 土雞腿 2 支、雞胸 1.5 付、二節翅 8 支、雞蛋 10g、蒜頭 30g、蔥 40g、嫩薑 1 支、洋蔥半顆、香菜適量、荸薺 2 顆、乾干貝 2 顆、乾香菇 8 朵、白木耳 20g、甜豆仁 20g、紅蘿蔔 150g、腐皮 2 張、壽司海苔 5 片、鹹蛋黃 4 顆、紅棗 2 顆、枸杞 5g、蔘鬚 2 根、豬網油 200g、麵粉適量。



**調味料** 鹽、糖、麻辣醬適量、蠔油、芥末椒鹽粉、紹興酒、番茄醬。



## 料理步驟

1. 醉雞捲鑲鹹蛋黃：紅棗、蔘鬚泡水，加入紹興酒及水蒸熟，枸杞泡酒，蒸鹹蛋黃，雞腿去骨並包入鹹蛋黃後捲起蒸熟，紅棗、枸杞、蔘鬚加入紹興酒，放入雞捲入味。
2. 芥末椒鹽仿小魚乾：雞胸肉以調理機打成雞肉泥，腐皮上沾麵糊再依序放上海苔、雞肉泥，腐皮分 3 份後對折，修邊，切條下鍋炸，撒上芥末椒鹽粉。
3. 古早炸雞翅腿附糖醋汁：二節翅去掉小翅後去骨留一根骨頭，削掉多餘的肉後依序包上蔥、薑、蒜、雞腿肉敲成的雞肉泥、豬網油、麵粉、蛋液、麵包粉下鍋炸。
4. 麻辣上湯雞麵：雞胸、蒜頭、蔥白、薑、洋蔥、蛋白、香菜、荸薺剁碎混上湯醬放進擠花袋擠入滾水川燙雞麵，爆香麻辣醬、雞高湯後將麵放入其中。
5. 芙蓉附三色雞粥銀耳羹：蒸蛋(一顆蛋 + ¼ 杯水)，雞胸剁成雞茸加入半杯水混和均勻加入雞高湯與紅蘿蔔加蛋打成汁後炒乾，甜豆仁川燙，白木耳切丁，再加入蒸蛋上。
6. 干貝雞肉鑲鮮盒：干貝泡清酒蒸熟，乾香菇泡水調味，干貝放在香菇上包裹雞胸肉以調理機打成的雞肉泥入鍋蒸熟，淋上蠔油，雞高湯勾芡醬汁。

# 太極雙味拼



這一道太極雙味以太極的形式去做擺盤，讓這一道菜好看又好吃，更可以一次嚐到兩種不同口味的雞肉，特別的造型與口感，想必能夠成為店裡的特色菜。

**食 材** 土雞 1 隻、茶葉 15g、白米 10g、甘草 7g、蔥 30g、薑 20g。

**調味料** 泡雞水 ( 鹽 550g、蔥 30g、薑 20g、米酒 30g、水 3000g)；燻料 ( 紅糖 50、茶葉 15g、白米 10、甘草 7g)；蔥油醬 ( 蔥 30g、薑 10g、三奈粉 2g、鹽 5g、糖 2g)。

## 料理步驟

1. 將雞洗乾淨。
2. 準備一鍋熱水加入蔥、薑、米酒、鹽。
3. 燒水大滾後，抓著雞頭，將雞身浸入沸水中（雞腹充滿熱水）繞一圈，然後再提起，讓腹中水排出，重複三次，然後將全雞放入鍋中，雞頭壓在水底，泡 50 分鐘。
4. 全雞放涼切對半，一半用白斬，一半進行煙燻上色。
5. 剝塊擺太極。



土雞品種  
紅羽土雞

# 蠔油扒鳳翼



這一道菜是以蠔油扒雞翅為出發點，以鹹、鮮以及蠔油味為主，雞翅裡面塞的是蝦仁和透抽粒，讓這道菜吃起來的口感更加的豐富。

**食 材** 土雞翅 6 支、蝦仁 10g、透抽 15g、綠竹筍 10g、紅蘿蔔 10g、青江菜 1 根、冬瓜 3g、南瓜 3g、紫山藥 3g、薑 10g、蔥 10g、紅彩椒 5g、黃彩椒 5g。

**調味料** 內餡 ( 鹽 5g、糖 3g、胡椒 0.5g、米酒 2g、蠔油 5g、味精 3g)；醬汁 ( 糖 10g、蠔油 20g、胡椒 5g、紹興酒 15g、老抽 7g、水 30g)。

## ✂ 料理步驟

1. 雞翅去骨，再加入醬汁醃漬。
2. 海鮮粒、蔬菜粒川燙，再加入醬汁。
3. 將海鮮粒、蔬菜粒填入雞翅，用牙籤封口。
4. 雞翅抹醬油，用 160°C 油溫炸上色即可。
5. 薑片、蔥段爆香，下調味料，加水，下雞翅燒入味。
6. 湯汁收濃，淋雞翅上。
7. 青江菜、冬瓜、南瓜、紫山藥、紅彩椒、黃彩椒用小火燜燒 7 分鐘，最後擺盤。



土雞品種  
紅羽土雞

# 錦繡剝皮辣椒雞捲



這道菜的出發點是剝皮辣椒雞湯，希望能夠以另一種形式來讓它變成一道開胃菜、冷盤。以鹹、鮮、辣為主，在雞捲裡包入了剝皮辣椒、紅蘿蔔、白蘿蔔以及彩椒，並且在醃漬雞肉的時候也加入了剝皮辣椒汁，讓雞肉也能夠保有剝皮辣椒的鮮味。

 **食 材** 土雞腿 1 支、黃甜椒 30g、剝皮辣椒 40g、紅甜椒 30g、白蘿蔔 30g。

 **調味料** 雞肉醃料 ( 鹽 10g、糖 6g、米酒 20g、水 130g、剝皮辣椒汁 200g)；蔬菜醃料 ( 鹽 5g、糖 15g、剝皮辣椒汁 50g)。

## 料理步驟

1. 雞腿去骨加上雞肉醃料。
2. 蔬菜料切絲加上蔬菜醃料。
3. 鋪鋁箔紙，放雞肉和蔬菜絲料並捲緊。
4. 放入蒸籠大火蒸 20 分鐘後，再悶 10 分鐘。
5. 切雞捲擺盤。



土雞品種  
紅羽土雞



# 鳳凰 重生

主要架構以葫蘆為外形，其中最考驗刀工的地方在於全雞去骨的部分，在餡料的構思上是以烏骨雞包飯的感覺。取名為鳳凰重生原因是料理在出菜的時候會淋上紅燒醬，恰似一種浴火重生的感覺。

 **食 材** 土雞 1 隻、荸薺 6 顆、蔥 5 支、綠花椰菜 1 顆、糯米半斤、干貝 6 粒。

 **調味料** 鹽 2 小匙、胡椒 1 小匙、米酒 2 大匙 (去腥味)、香油 1 小匙、太白粉水 ¼ 杯、紅燒醬 (醬油 3 大匙、糖 2 小匙)。

## 料理步驟

1. 荸薺切小丁，蔥去頭尾切細。
2. 綠花椰菜切小朵。
3. 糯米半斤泡水。
4. 全雞去骨。
5. 將荸薺、蔥、糯米炒熟，放入去骨全雞內部，大火蒸約 1 個小時。
6. 淋上紅燒醬汁擺盤完成。

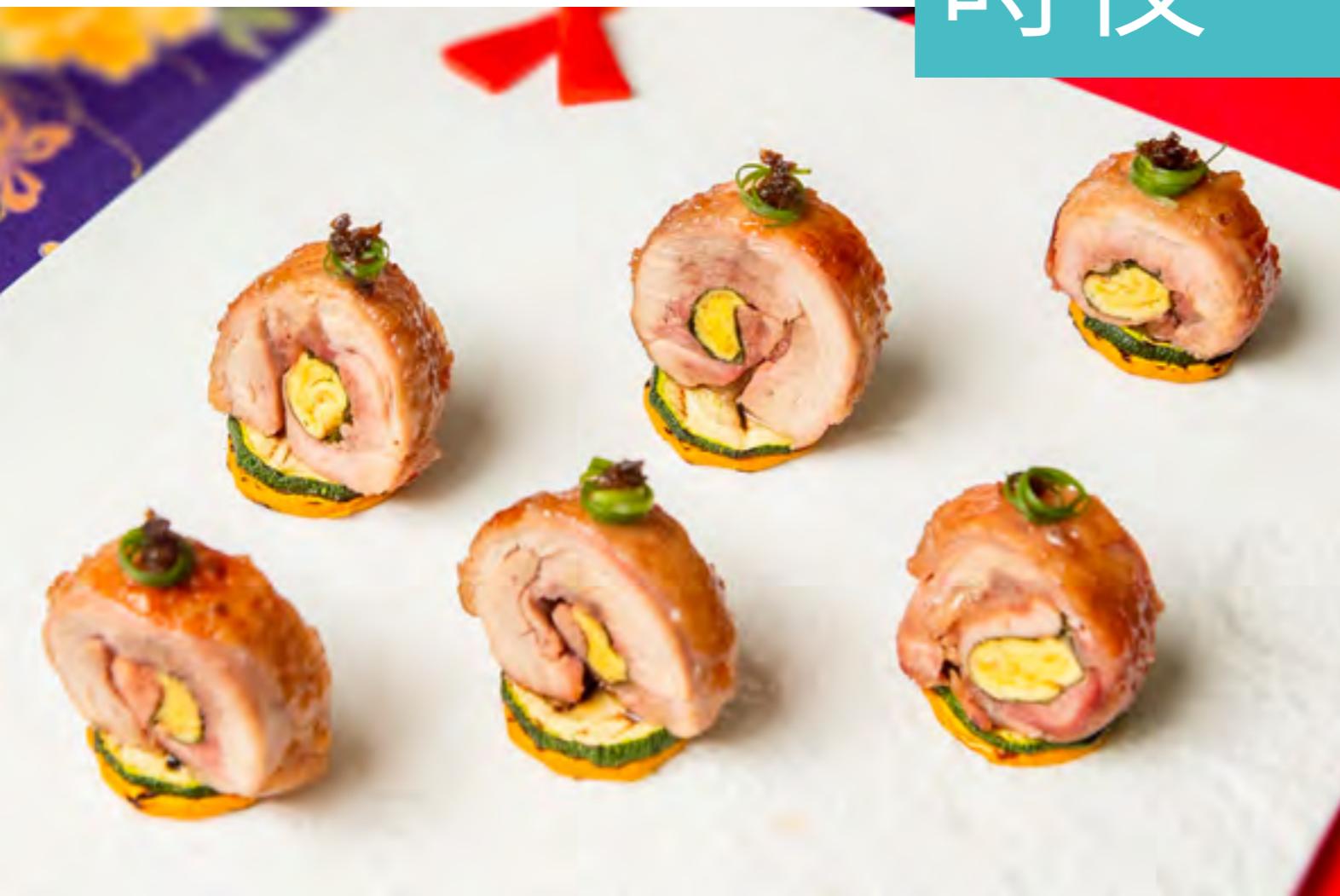


土雞品種  
台畜十三號土雞



梅香是因為使用了話梅做醬汁，而時夜則是出自莊子齊物論中雞的別名，整道菜品使用了雞蛋、菠菜、雞腿肉，菠菜蘊含多種礦物質與維生素是非常健康的食材，而雞蛋及雞肉富含大量的蛋白質，是一道適合當作健身餐的料理。

# 梅香 時夜



**食 材** 土雞腿 1 支、醃漬梅子 3 顆、蔥 1 根、紅甜椒 ½ 顆、菠菜、雞蛋 2 顆。

**調味料** 鹽 ½ 小匙、米酒 1 小匙、胡椒 ½ 小匙、梅子汁 4 小匙、香油 1 小匙、水 1 小匙。

## ✂ 料理步驟

1. 梅子去籽，切碎，將蔥切絲後泡水。
2. 紅甜椒切成等腰三角形及菠菜去梗。
3. 雞蛋打散，過濾並將蛋煎熟。
4. 雞腿去骨，加入梅子汁醃漬。
5. 依序將菠菜、蛋、雞腿捲起。
6. 放入蒸籠鍋蒸約 20 分鐘蒸至熟。
7. 用平底鍋煎至表面金黃。
8. 加入調味料做成的醬汁，煮到雞肉吸收醬汁。
9. 雞捲切片、擺盤。



土雞品種  
台畜十三號土雞



# 黃金雞捲

主要是以捲為主體，在雞捲內部捲入多種食材，讓雞捲在切開後可以以非常美觀的配色出現，在品嚐時，也可以一次吃到多種美味的食材，結合在一起食用，味道簡直讓人忍不住豎起大拇指。



**食 材** 土雞胸 1 付、乳酪絲 300g、火腿 3 片、美國蘆筍 2 根、紫萵苣、綠萵苣適量。

**調味料** 醃料 ( 鹽巴 ½ 小匙、胡椒 ¼ 小匙、米酒 1 小匙 )；醬料 ( 稀釋綠芥末 10g、黃芥末 10g )。

## 料理步驟

1. 先將食材清洗、切好備用。
2. 將萵苣泡冰塊水冰鎮，土雞胸泡 5.5% 的鹽水。
3. 將乳酪絲融化，並塗抹在火腿上。
4. 再將蘆筍包起 ( 收口處塗抹麵粉水 )。
5. 最後再將雞皮包在最外層 ( 收口處塗抹麵粉水 )，用小牙籤先將雞捲暫時定型。
6. 將雞捲按照順序沾裹麵粉、全蛋液、麵包粉。
7. 起油鍋，將油溫拉至中高油溫後放入雞捲，將雞捲炸至定型便撈起，去除牙籤。
8. 再以低油溫將雞捲炸至金黃並且熟透撈起。
9. 放置約 3 ~ 5 分鐘後，再將雞捲切割，擺盤，加入醬汁，盛盤。



土雞品種  
台畜十三號土雞



# 松青補腎蟲草雞



食材全方位顧及食用顧客的視覺效果、食用口感，同時補養人體的五臟六腑，滋養了陰陽氣血，組合成了一道可以滋補人體的養生料理。



**食 材** 土雞 1 隻、小米 200 g、龍眼乾 15g、松子 20 g、花生 40 g、白果 15 g、紅棗 15 g、蟲草花 10 g、枸杞 10 g、蓮子 30 g、人參鬚 10 g。



**調味料** 米酒 100g、鹽 10g、高湯適量。

## ✂ 料理步驟

1. 松子、花生、小米、紅棗、蟲草花、枸杞、蓮子、人參鬚泡水 30 分鐘以上備用。
2. 將烏骨雞腹內塞入白果、小米、龍眼乾。
3. 放入盅碗內，加入步驟 1 之材料後，清水加滿至蓋到雞身即可，放入蒸鍋蒸 80~90 分鐘後，打開再加入米酒蒸 5 分鐘即可。



土雞品種  
烏骨雞



# 竹香流金鳳凰翅

採用鹽焗料理手法，將台灣獨有風味的蒜頭和鹹蛋黃一起炒成金沙狀，拌入紅藜和烏魚子塞入雞翅，展現流金歲月珍惜現在美好時光的意象。以竹葉包裹讓雞翅可以添加令人食指大動的香氣。



**食 材** 土雞翅 6 支、紅藜麥 20g、鹹蛋黃 1 粒、烏魚子 30g、大蒜末 10g、粽葉 6 片、粽繩 6 條。

**調味料** 酒 5g、鹽 1g、白胡椒粉 1g、八角 5g、大紅袍花椒 15g、青花椒 15g、粗鹽 1500g。

## ✂ 料理步驟

1. 二節翅去骨，加入酒、鹽、白胡椒粉醃漬。
2. 烏魚子泡酒後去膜切丁，紅藜麥蒸熟後用蒜末及鹹蛋黃炒香備用。
3. 去骨二節翅塞入步驟 2 的材料，再用竹葉包成粽狀備用。
4. 鐵鍋先將粗鹽炒八角、花椒，炒香後，將步驟 3 埋入內。
5. 所有食材入烤箱 300°C，15 分鐘即可盛盤。



土雞品種  
紅羽土雞

## 春梅迎鳳轉五行



以生菜蝦鬆為原型，清爽可口、去油解膩的雞鬆料理。以五色蔬菜各切小丁拌炒入味後放入美生菜剪成的小碗，生鮮紫蘇葉增添香氣，組合成一道色香味俱全的養生清爽雞肉料理！



**食 材** 土雞胸 150g、脆梅肉 20g、荸薺 20g、紅蘿蔔 20g、玉米筍 20g、水蓮 20g、木耳 20g、紫蘇葉 4 片、美生菜 3 片。



**調味料** 醃料 ( 鹽 ¼ 大匙、白胡椒粉 ⅛ 大匙、酒 1 大匙、太白粉 ½ 大匙 )；調味 ( 鹽 ½ 大匙、糖 ¼ 大匙、白胡椒粉 ⅛ 大匙、脆梅汁 30g )。

**料理步驟**

1. 雞胸切成絞肉狀，加入醃料醃漬。
2. 脆梅、荸薺、紅蘿蔔、玉米筍、木耳切小丁，紫蘇葉切絲、美生菜修圓型狀洗淨後浸泡飲用水備用。
3. 雞胸肉丁過油炒熟後瀝油備用。
4. 再熱鍋加入荸薺、紅蘿蔔、玉米筍拌炒半熟後加入調味料、雞胸肉拌炒收汁後關火。
5. 盛盤後撒上脆梅碎、紫蘇葉絲即可。



土雞品種  
紅羽土雞



# 鳳凰于飛



鳳梨和雞肉結合在一起非常和諧與完美，看起來顏色鮮豔的鳳凰于飛這道全雞料理，在口味上用了嘉義在地的特產水果—鳳梨下去做成的醬汁，口味獨特酸甜可口，雞肉蒸熟後口感軟嫩，讓整個雞肉跟鳳梨做完美的結合。

 **食 材** 土雞 1 隻、鳳梨 400g、柳橙 50g、洋蔥 30g、雞高湯 100g、蔥 25g、薑 20g、蒜 10g、鳳梨乾 5g，番茄乾 5g。

 **調味料** 鹽 5g、胡椒 3g、米酒 20g、鳳梨醋 10g、番茄醬 10g、醬油 10g、白醋 15g、蜂蜜 5g。

## 料理步驟

1. 將雞腳取下，從雞胸對剖壓平，放入蔥、薑、蒜、酒醃漬 10 分鐘。
2. 蒸 25 分鐘熟後，放涼，抹上蜂蜜、醬油、醋，風乾。
3. 高溫淋油至上色即可，備用。
4. 鳳梨打成汁過濾，加入橙汁、鳳梨醋。
5. 一點油炒亮蕃茄醬之後，加入上面調好的鳳梨汁。
6. 一點油將洋蔥丁炒至焦糖化，再加入高湯煮出甜味。
7. 將鳳梨汁倒入高湯，放入全雞，燒至入味即可。



# 鳳飛回巢



以四川菜經典味道魚香下去做醬汁，將以往使用的豬絞肉改為雞絞肉，完整地體現出土雞肉也能完全提升醬汁的鮮味，整體上搭配偏向重口味，所以加了馬鈴薯當涼拌菜，以酸為主以消解魚香的辣鹹味。

**食 材** 土雞翅中段 6 支、蔥 15g、薑 15g、蒜 5g、辣椒 5g、米粉 10g；配菜 (馬鈴薯 120g、辣椒 10g、蒜頭 15g、香菜 10g)。

**調味料** 番茄醬 10g、辣豆瓣醬 30g、醬油 10g、烏醋 5g、高湯 60g、馬鈴薯 200g、香菜 10g、檸檬汁 15g、鹽 5g、糖 20g、黑胡椒 5g、魚露 5g。

## 料理步驟

1. 米粉高油溫炸至酥脆。
2. 雞翅去小根骨頭，留大根骨頭將肉往前翻成球狀。
3. 沾麵粉高油溫炸至定型 (5-6 分熟)。
4. 爆香蔥末、薑末、蒜末，加入辣豆瓣及番茄醬，炒至香氣出來加入水和少許的醬油，調味後放入雞翅燒至熟透即可。
5. 起鍋前，沿著鍋邊加上烏醋來做提味。
6. 配菜：將馬鈴薯切絲流水沖到沒澱粉撈起，再加鹽加入水，攪拌後灑在馬鈴薯上，再加入辣椒、蒜頭、檸檬汁、糖、黑胡椒、香油、魚露等。



# 御菜 二品

麻油雞珍珠丸子的想法是跳脫古早製作麻油雞飯的方式來結合珍珠丸子，這道菜做雙拼的原因是都是經典菜系的味道，一個是香氣十足，一個是口味濃厚，兩個一起吃不衝突。



乾燒雞捲 /  
麻油雞珍珠丸子

**食 材** 土雞胸 1 付、土雞翅小腿 6 支、土雞腿 1 支、蓬萊米 150g、黑糯米 50g、乾香菇 5g、老薑 40g、海苔 ½ 片。

**調味料** 乾燒雞捲 ( 辣豆瓣醬 25g、甜辣醬 25g、蕃茄醬 15g、甜酒釀 10g、醬油 15g)；麻油雞珍珠丸子 ( 麻油 30g、米酒 10g、鹽 10g、胡椒 10g)。

## 料理步驟

- 乾燒雞捲：
  - 雞腿去骨之後，加入鹽、胡椒醃漬。
  - 雞胸肉切條，先捲一層海苔再捲入雞腿內。
  - 蒸 20 分鐘熟後放涼，淋油備用。
  - 將蕃茄醬、辣豆瓣炒亮，加入醬油炒香。
  - 最後加入甜酒釀，燒到收汁即可。
- 麻油雞珍珠丸子：
  - 蓬萊米、黑糯米泡水，加麻油。
  - 雞胸去骨放入調理機打成泥，翅小腿去皮切小丁。
  - 麻油爆香老薑，香菇乾鍋炒香後再加入跟薑一起爆香。
  - 雞胸肉泥加入翅小腿丁加鹽打至起膠後，加入爆香料拌勻，拌一點麻油及雞高湯，即可捏丸。
  - 表面滾上蓬萊米及黑糯米蒸 25 分鐘。
  - 雞高湯芶芡淋上珍珠丸子即可。



# 參賽隊伍介紹 - 大專組



## 中餐廚藝隊 - 環球科技大學

我們是來自環球科技大學廚藝系的選手，隊長是葉家維，隊員有謝育珽與陳佑鴻。之前看到這項比賽時，覺得比賽很有挑戰性。在找資料時，了解了很多有關台菜的文化，運用土雞做為食材主體，製作可在餐廳或飯店上菜的宴客菜與酒家菜，這也讓我們可以運用自己最喜歡的興趣也就是「料理」來認識臺灣。



## 出奇制勝 - 僑光科技大學

我們是來自僑光科技大學餐飲管理系的選手，隊長是邱溥昱，隊員有林幸茹與林欣融。競賽是為了提升廚藝技能與團隊合作的精神，也希望獲得更好的成績能為將來的廚藝之路有所幫助。經驗是累積的，唯有不斷自我練習與挑戰，才能有所進步，相信只要有努力、肯學習的精神就一定能達成目標。這次組合的隊友們也都非常積極勤加練習，每個人對於職務分配與時間控制，都培養出良好的默契，我們深信唯有良好的組織團體才能做出最好的菜餚成品。



## 府城咕咕 - 南臺科技大學

我們是來自南臺科技大學餐旅管理系的選手，隊長是黃翊綾，隊員有蘇雅芳與張薰方，隊名使用了台南舊名「府城」，想以古早味為基礎，製作不同於一般的宴客菜及酒家菜，來展現府城之美。物產豐富的台灣有許多特色食材，藉由這個比賽，將台灣土雞與農產品結合，並且製作出有創意的特色料理。



## 珍繡美饌 - 景文科技大學

我們是來自景文科技大學餐飲管理系的選手，隊長是蔡宥詳，隊員有邱信智與劉泓勳。這次比賽主題是土雞料理，對一般的家庭都不陌生，但往往卻不知道土雞有這麼多的品種，因此我們想將在校所學到的知識結合專業，投入到這場比賽中，在了解各種土雞的烹調特性後進行選用，並加以研發創作出嶄新的菜餚，藉此推廣土雞給大家更加認識。



## 迷霧 - 東海大學

我們是來自東海大學餐旅管理系的選手，隊長是林昱祈，隊員有伍卓文與陳義洵。自從東海大學創立餐旅系以來，第一次帶著這個名字出去比賽，我們將用最大的努力來完成比賽，希望一步一步的讓更多人看見東海大學餐旅系的用心、實力與霸氣。



## 福氣啦 - 經國管理暨健康學院

我們是來自經國管理暨健康學院餐廚系的選手，隊長是黃嵩智，隊員有賴宣治與陳宏洋。決定要報名本次比賽就不斷在學校練習，期間遇到很多挫折，光是土雞的料理，就可以千變萬化，於是開始每天不間斷地想菜、練菜，最後憑藉著不放棄的毅力，研發出這三道菜，這點真的是很棒。快畢業了，應該要好好表現一下，所以我們真的很努力，不斷的鼓勵彼此，也謝謝養雞協會提供這麼棒的舞台，能更深入認識土雞的肉質不同，創作出不同的土雞料理。



## 鋒芒 - 弘光科技大學

我們是來自弘光科技大學餐旅管理系亞洲廚藝組的選手，隊長是翁堂凱、隊員有吳彥駒與王雅萱，由指導老師鄭錦慶老師帶領，志同道合想要參加這個比賽，再加上一致覺得這個比賽對台灣土雞有很大的幫助，既能提升自己的能力，也能幫助農民推廣國產土雞，實在是再好不過了。



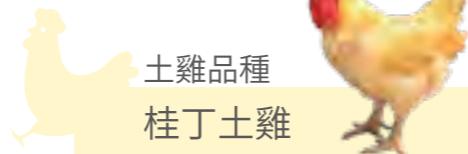
## 雞緣 - 宏國德霖科技大學

我們是來自宏國德霖科技大學廚藝系的選手，隊長是楊翔麟，隊員有戴志全與莊子逸。土雞，是台灣特有的家禽，也是國人傳統飲食中最具特色的食材，藉由本競賽提供一個展現廚藝的舞台，製作出優質飲食料理，透過創意發想，創作出具有在地生命力的特色料理，使用台灣特有土雞(山產)以及蝦(海產)，相互搭配的概念發想創新，打破分界，產生多元混合的創意美味，口感的創新變化在餐桌上表現，為推廣台灣土雞的特色。



# 八寶 布袋雞

傳統台菜中，有一道注重刀工的雞肉料理，就是將雞骨全部去除、塞入內餡後，再煮湯或蒸煮的布袋雞；最主要的特色是將蒸好後的雞汁加入雞骨高湯與太白粉水芶芡成汁，裡面富含雞骨的精華與八寶餡料的香味。



土雞品種

桂丁土雞



## 食 材

土雞 1 隻約 2000g；八寶內餡 ( 蝦米 20g、枸杞 15g、熟糯米 150g、蓮子 30g、綠竹筍 50g、金華火腿 50g、乾香菇 50g、熟花生 60g)；薑味麻油 ( 老薑 25g、麻油 50g)；芡汁 ( 雞骨高湯 100g、雞汁高湯 100g、太白粉水 15g)；裝飾 ( 青江菜 50g、枸杞 1g)；雞骨高湯 ( 蔥 100g、薑 50g、蒜苗 30g、洋蔥 1 顆、番茄 2 顆、紅蘿蔔 1 條、白蘿蔔 1 條、大頭菜 1 顆、金華火腿 150g、雞骨 1 公斤)。



## 調味料

鹽 2g、糖 2g、白胡椒粉 1g、薑味麻油 5g、太白粉 5g、米酒 10g。



## 料理步驟

1. 全雞洗淨，雞毛拔淨後備用。
2. 全雞從雞脖子開始去骨，雞骨架全去除後，成布袋雞，雞皮用針線縫合備用。
3. 蔥、蒜苗切段，薑、洋蔥、番茄、紅蘿蔔、白蘿蔔、大頭菜、金華火腿切塊，雞骨剝塊，一起熬煮 3 小時，過濾後放涼。
4. 蝦米、枸杞泡米酒備用。蓮子去芯煮熟後泡冷開水備用。綠竹筍切小丁，金華火腿切小丁，乾香菇泡軟後切丁備用。
5. 香菇丁、綠竹筍丁、金華火腿丁過水後泡冷開水；再將蝦米、蓮子、熟花生切小末。
6. 蝦米末、枸杞、熟糯米、蓮子末、綠竹筍丁、金華火腿丁、香菇丁、熟花生末，一起混合，再加入鹽、糖、白胡椒粉、薑味麻油，成八寶餡備用。
7. 八寶餡調味後，並炒熟再塞入雞肚子中，雞頭與雞翅綁起，雞身上灑太白粉，用 160°C 油溫炸至外表酥脆，再放入蒸籠內，蒸 50 分鐘。
8. 取出八寶雞放涼，將蒸出的雞汁高湯混合雞骨高湯煮滾後加入鹽、糖、白胡椒粉與太白粉水芶芡成雞汁風味芡汁。
9. 青江菜川燙後擺盤，放上八寶雞，淋上芡汁後灑上泡過米酒的枸杞，即完成。



改良傳統台菜中會使用到的福袋，將豆皮改成難度較高的越南春捲皮。運用淡水阿給原理，把雞腿肉打成泥，拌入石碇乾桂花和鶯歌脆梅，再鑲入阿給裡面，而因為顏色偏暗則搭配紅甜椒碎點綴色彩。



土雞品種  
桂丁土雞



# 桂香 石榴雞



## RECIPES 食 材

土雞腿肉 1 付 ( 約 200g)、越南春捲皮 6 張、桂花釀 1.2g、水蓮 6 條、紅蘿蔔 30g、劍竹筍 30g、珠蔥 20g、秀珍菇 30g、紅甜椒 20g、黃甜椒 20g；配菜 ( 土雞腿肉 1 付約 200g)、三角油豆腐 6 個、乾桂花 3g、脆梅絲 6g、紅甜椒 6g、蛋白 2 顆、太白粉 30g)；裝飾 ( 綠茶麵線 100g、紅心地瓜 20g)；醬汁 ( 雞高湯 300g、米酒 40g、胡椒粉 0.2g、糖 10g、蕃茄醬 50g、芝麻醬 20g、梅林醬油 20g、蠔油 20g、香油 5g、檸檬汁 5g)；雞骨高湯 ( 蔥 100g、薑 50g、蒜苗 30g、洋蔥 1 顆、番茄 2 顆、紅蘿蔔 1 條、白蘿蔔 1 條、大頭菜 1 顆、金華火腿 300g、雞骨 1 公斤)。

## 調味料

桂花石榴雞 ( 鹽 2g、胡椒 1g、糖 1g、烹大師 1g)；土雞腿肉醃料 ( 胡椒 1g、鹽 2g、米酒 30g、乾桂花 3g、油 10g、太白粉 40g)；配菜 ( 鹽 2g、胡椒 2g、糖 2g、烹大師 2g、米酒 5g)。

## ✂ 料理步驟

1. 蔥、蒜苗切段，薑、洋蔥、番茄、紅蘿蔔、白蘿蔔、大頭菜、金華火腿切塊，雞骨剝塊，一起熬煮高湯 3 小時後過濾備用。
2. 桂花石榴雞：
  - 水蓮取 6 條起水鍋放一點油，川燙泡冷飲水。
  - 紅蘿蔔、劍竹筍、珠蔥、秀珍菇、紅甜椒、黃甜椒切小丁，紅蘿蔔切圓片川燙。
  - 去骨雞腿肉去皮、斷筋，醃胡椒、鹽、米酒、乾桂花、油，切丁，裹太白粉，先低油溫泡開撈起，待油溫升高炸金黃熟透。
  - 炒蔬菜丁，熱鍋加一點油，下蔬菜丁加鹽、胡椒、糖、烹大師炒均勻，盛盤和雞腿肉丁拌合成內餡料。
  - 越南春捲皮沾水放在乾淨的布抹到軟化，放進小陶瓷碗，包入 30g 餡料和桂花釀，摺紋路，包起，綁上水蓮，把多餘的水蓮和皮剪掉。
3. 配菜：三角油豆腐，挖空修小。再將脆梅去籽、片薄切細絲；紅甜椒切細碎吸乾水分。雞腿肉斷筋切塊醃鹽、胡椒、糖、烹大師、米酒、蛋白、太白粉拌均勻，用打漿器打成泥，拌入乾桂花。先把雞肉泥 7g 塞入油豆腐裡，再放 1g 脆梅絲，再填滿雞肉泥約至 8g，抹點油將表面抹平，最後把紅甜椒碎沾黏在中間放置配菜盤，放入蒸籠鍋，小火悶蒸 8 分鐘。
4. 雞汁照燒醬：雞骨高湯、米酒、胡椒粉、糖、蕃茄醬、芝麻醬、梅林醬油、蠔油、香油、檸檬汁煮至濃稠狀。
5. 綠茶麵線捲 / 紅心地瓜片：起水鍋，水滾放入一捆麵線煮約 1 分鐘至軟熟，泡冷飲水備用。再把紅心地瓜削成 8 公分的薄片，泡白醋水。接著再起油鍋，油溫約 180°C，把紅心地瓜片擦乾，炸約 15 秒至微金黃脆。
6. 擺盤：先定位綠茶麵線，拿一雙木筷把麵線捲成一小捆，一捆 10g，靠近右邊擺 3 個，對面靠近左邊擺 3 個。在綠茶麵線捲右下方擺上油豆腐和左下方擺上紅蘿蔔圓片和福袋，在他們三個成品的中間斜著插入紅心地瓜片。最後在兩邊的下方，畫上醬汁。



# 黑蒜山藥 雞肉捲

這道料理的色彩五顏六色，相當豐富、多元、繽紛。不僅能出現在宴客菜中或是成為套餐，都可以呈現獨特的風格。



土雞品種  
桂丁土雞



## RECIPE 食 材

土雞胸肉連著棒棒腿 6 支、海苔 6 大片、菠菜 6 大片；紅麴雞肉泥 (雞胸肉 200g、紅麴粉 12g)；黑蒜山藥雞肉泥 (黑蒜 8g、山藥 80g、雞胸肉 70g)；盤飾 (花椰菜 6 朵、玉米筍 3 支、聖女小番茄 3 顆)；醬料 (雞高湯 150g、新鮮金棗醬 150g、君度橙酒 10g)；雞骨高湯 (蔥 100g、薑 50g、蒜苗 30g、洋蔥 1 顆、番茄 2 顆、紅蘿蔔 1 條、白蘿蔔 1 條、大頭菜 1 顆、金華火腿 300g、雞骨 1 公斤)。

## 調味料

雞肉捲 (鹽 4g、胡椒粉 3g、糖 2g、烹大師 1g)；紅麴雞肉泥 (鹽 2g、胡椒粉 2g、糖 2g、烹大師 1g)；黑蒜山藥雞肉泥 (鹽 2g、胡椒粉 2g、糖 3g、烹大師 1g)；盤飾 (香油 5g、鹽 1g、胡椒粉 1g、糖 1g、烹大師 1g)；醬料 (鹽 4g、胡椒粉 5g、糖 10g、烹大師 3g)。

## ✂ 料理步驟

1. 蔥、蒜苗切段，薑、洋蔥、番茄、紅蘿蔔、白蘿蔔、大頭菜、金華火腿切塊，雞骨剁塊，一起熬煮雞高湯 3 小時，過濾備用。
2. 黑蒜山藥雞肉捲：
  - (1) 雞胸肉連著棒棒腿，去皮，去除棒棒腿上一半的肉，修除連接骨的地方，泡 3% 鹽水 15 分鐘，取出調味，備用。
  - (2) 紅麴粉加雞胸肉打成泥，過篩，調味。山藥、黑蒜、雞胸肉打成泥，過篩，調味備用。燙菠菜，起鍋泡冷水，備用。
  - (3) 海苔修成 8cm\*10cm 的大小，備用。
  - (4) 以保鮮膜鋪底，菠菜捲起山藥黑蒜雞肉泥，以保鮮膜捲起加以定型，備用。
  - (5) 以保鮮膜鋪底，海苔抹上紅麴雞肉泥，放上剛剛的菠菜捲置中，捲起，以保鮮膜定型。
  - (6) 將調味好的雞胸肉連著小骨頭的肉剖開，以保鮮膜覆蓋，以肉槌輕敲拍平，放上捲好的海苔捲，將雞肉捲起，以保鮮膜加以捲起固定。
  - (7) 鋁箔紙完整貼著捲起，入小滾的水中，煮 14 分鐘泡 3 分鐘，起鍋，擦乾放涼，兩面煎上色，放涼，斜切，備用。
3. 盤飾：花椰菜修整齊，玉米筍對半切，花椰菜、玉米筍，燙熟，聖女小番茄去蒂，尖端切十字，入滾水，皮裂開後，起鍋泡冷水，把皮剝除，對半切，備用。花椰菜、玉米筍和聖女小番茄拌加入鹽、胡椒粉、糖調味，備用。
4. 醬料：雞高湯加入新鮮金棗醬煮滾至濃稠，調味，起鍋前加入君度橙酒，再濃縮醬汁。
5. 擺盤：雞肉捲對切擺在中間，花椰菜、玉米筍、番茄以雞肉捲為中心擺成一圈，最後再淋上醬汁。

# 一品風味 鹿野雞湯

以江浙菜的作法加入金華火腿、扁尖筍的鹹、日本大干貝的鮮、竹筍的脆、再搭配台灣高山種植娃娃菜的清甜。成品湯頭清香濃郁，絕對是一道高檔的食補湯品，更是餐廳或飯店不可或缺的一道好料理。



## 食 材

土雞 1 隻 (約 1800g)、娃娃菜 10 顆、大干貝 10 粒、金華火腿 70g、扁尖筍 40g、竹筍 50g。

## 調味料

米酒 15c.c、水 1850c.c。

## 料理步驟

1. 全雞由背部剖開川燙洗淨，放入燉盅 (砂鍋)。
2. 火腿川燙洗淨切片；干貝加酒水蒸製發脹；扁尖筍泡軟切絲；竹筍泡軟切小段；娃娃菜洗淨備用。
3. 將所有處理好的食材放入燉盅 (砂鍋)，入開水、米酒，以保鮮膜封口，旺火蒸約 70 分鐘，
4. 再放入娃娃菜蒸 10 分鐘即可 (因火腿、扁尖筍均有鹹、建議不再加任何調味料)



土雞品種  
鹿野土雞

# 蘿蔓五彩 雞米鬆

創意理念來自於生菜蝦鬆，選用低脂肪、高蛋白的雞胸肉，是因為雞肉本身組織較為細緻，也比較滑嫩，再加上紅黃椒、紫洋蔥、芹菜、豆薯共炒，其色彩繽紛、相當討喜。



## 食 材

土雞胸肉一片約 200g、紅甜椒 40g、黃甜椒 40g、紫洋蔥 20g、芹菜 40g、豆薯 40g、松子 40g、蘿蔓生菜葉 6 片。

## 調味料

米酒 15c.c、白胡椒粉 5g、鹽 10g、烹大師 5g、太白粉酌量、香油少許；  
漿料 ( 蛋白 1 粒、米酒、白胡椒粉、鹽、太白粉各酌量 )。

## 料理步驟

1. 雞胸肉切小粒上漿成雞米；紅黃甜椒、紫洋蔥、芹菜、豆薯均切小粒；松子炸熟；生菜泡冰水。
2. 雞米過油至熟，取出瀝乾。
3. 少許油炒香紫洋蔥後，再倒入所有食材，加調味料，快速翻炒均勻。
4. 盛入擦乾水分的生菜裡，上面撒上一些松子點綴即可。



土雞品種  
紅羽土雞

# 香煎雞腿排 佐野菇

雞腿醃漬時就已香氣入味，加上油煎更讓雞腿排香氣四溢，再沾上特調梅林醬汁更是別具一番風味。搭配國產菌類及青花菜，讓整道菜餚看起來色澤鮮艷，搭配得宜，油亮而不膩口且營養滿分。



## 食 材

土雞腿 1 支約 200g、鴻喜菇 30g、美白菇 30g、紅甜椒 20g、黃甜椒 20g、青花菜 6 小朵、香菜末 10g、蔥末 10g、蒜末 5g、紫洋蔥 10g。

## 調味料

梅林辣醬 30g、番茄醬 30g、白砂糖 10g、鹽少許、太白粉 10g、香油 10g、水 120c.c；五香醃料 ( 米酒 15c.c、醬油 15c.c、白砂糖 10g、五香粉少許、蔥 2 支、蒜仁 4 粒、八角 2 粒、桂皮 1 小片 )。

## 料理步驟

1. 將雞腿拍斷筋後，放入五香醃料醃 1 小時。
2. 所有菇類及青花菜洗淨後略炸，取出瀝乾、撒上胡椒鹽拌勻。
3. 雞腿瀝乾水分，兩面煎至金黃熟透。
4. 切塊擺盤，淋上特製梅林醬汁 ( 亦可將醬汁另外用小碟子裝 )。
5. 旁邊再以椒鹽百菇及青花菜點綴盤飾即可。



土雞品種  
紅羽土雞



# 粉紅知雞

這道菜是源自於蔥油淋雞及紅糟肉所帶來的靈感，我們想利用紅糟醬的特性，讓雞肉能夠有美麗且天然的色澤。紅糟入菜不僅是一種感官饗宴，更是特別的營養來源。將其芎芡淋在剝好的雞肉上時，除了讓雞肉更油亮，也增添食用時鮮嫩的口感。

## 食 材

土雞 1 隻 1200g、蔥 5 支、薑適量、蒜頭 10 顆；盤飾 ( 紅辣椒 1 根、大黃瓜半條 )。

## 調味料

紅糟醬 1 罐 270g、鹽適量、胡椒粉適量、米酒適量、醬油適量、香油適量。

## 料理步驟

1. 土雞洗淨，整隻泡鹽水 ( 濃度約 10%)1 天。
2. 隔天將泡好鹽水的雞取出後洗淨，調配紅糟醃醬，再醃 1 天。
3. 將醃好紅糟醬的雞，肚子內塞入蔥、薑、蒜頭，表面抹上紅糟醬。
4. 進蒸籠大火蒸 35 分鐘，再燜 10 分鐘取出。
5. 將雞汁倒至碗中備用，雞放涼後剝塊擺盤。
6. 雞汁加入 2 大匙紅糟醬，煮滾芎薄芡，淋在雞上。
7. 將蔥綠切絲、紅辣椒切絲泡冰水，捲起後瀝乾，放在雞上，大黃瓜切盤飾擺盤點綴即完成。

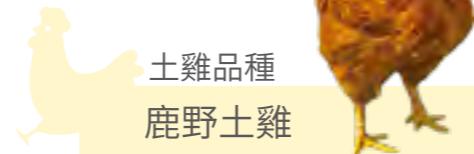


土雞品種  
鹿野土雞



# 步步糕升鍋巴雞

以冬至進補時吃的麻油雞飯為發想，進行創意改良，使用鹿野的土雞腿、麻油老店製作的黑麻油、養身的紅棗及枸杞以及溫熱滋補的薑進行製作。



土雞品種  
鹿野土雞

## 食 材

土雞腿 1 支、糯米 120g、乾香菇 3 朵、紅棗 3 顆、枸杞 5g、台式泡菜適量、薑適量；醃料（蔥 1 支、蒜頭 2 顆）。

## 調味料

鹽、胡椒粉、米酒、醬油、麻油、香油。

## 料理步驟

- 雞腿去骨，醃蔥段、薑片、蒜頭、米酒、鹽、胡椒粉、香油。再將糯米洗淨泡熱水，泡透後 5-10 分鐘瀝乾備用。乾香菇泡軟，切絲（香菇水留著備用）。
- 麻油米糕做法：
  - 鍋內倒入少許香油，放入薑片煸香，煸至邊緣微乾後，加入少許麻油。
  - 將香菇放入，煸香。香菇煸至微焦黃，加入紅棗與枸杞，稍微煸炒。
  - 加入糯米拌炒，加入米酒、醬油、鹽、胡椒粉調味，倒入步驟 1 留下來的香菇水（醃過米即可）。
  - 等待糯米吸附醬汁，並且收汁，即可盛至碗內。
  - 在碗中加入香菇水（醃過米即可），蓋保鮮膜（保鮮膜用竹籤戳洞）。
  - 入蒸籠，蒸 10 分鐘，燜 2 分鐘，出蒸籠，放涼。
- 鍋巴麻油雞做法：
  - 將雞腿肉上的蔥、薑、蒜去除，在肉的那一面撒上少許太白粉。
  - 將放涼的麻油飯鋪在肉上，並且壓緊實。
  - 平底鍋燒熱後放入香油，雞皮朝下煎，蓋鍋蓋，小火慢煎。
  - 雞皮煎至金黃後翻面煎麻油飯，小火慢煎，煎至形成脆口鍋巴。
- 將台式泡菜切絲，鋪底，煎好的鍋巴雞腿切好放在台式泡菜上。蔥綠絲點綴擺盤即完成。



# 鳳梅雞湯

使用古早雞、台南關廟的金鑽鳳梨、自釀的梅酒，與印象中油膩的雞湯不同，使用鳳梨熬出清爽酸甜的高湯，再加上梅酒，讓整碗湯喝起來清爽不油膩，適合當開胃湯，在夏天喝最適合不過。

## RECIPE 食 材

土雞半隻 750g、台南關廟金鑽鳳梨 300g、薑適量、梅子酒 100g、梅子 8 顆。

## 調味料

鹽少許、胡椒粉適量。

## 料理步驟

1. 雞肉剁塊，川燙去雜質及血水。
2. 鳳梨心及薑片放入水中熬煮 30 分鐘後，加入少許鹽跟胡椒粉調味。
3. 煮好的高湯撈除鳳梨心及薑片，放入雞肉、鳳梨、梅子與 50g 梅酒，熬煮 30 分鐘後，加入鹽及胡椒調味，起鍋前加入 50g 梅酒，開大火煮滾。



土雞品種  
古早雞

# 錦繡乾坤燉鳳凰



將內有乾坤的「布袋雞」結合了充滿鮮味的「魷魚螺肉蒜」使湯頭的鮮味更加提升，這不僅是將兩道菜融合在一起而已，更是將經典辦桌菜結合到酒家菜中，將兩大代表台菜的精神融入其中，進而創作出此菜餚。

## RECIPE 食 材

土雞 1 隻、豬五花 300g、龍鳳牌螺肉罐頭 2 罐、蒜苗 1 株、芹菜 50g、乾魷魚 1 尾、乾香菇 20g、紅蔥頭酥 15g、蒜頭 6 顆、蝦米 20g、蔥段 20g。

## 調味料

蔥薑水 ( 蔥 2 支、薑 20g、水 50g、紹興酒 50g、鹽 5g、胡椒粉 3g) ; 醬油 80g、紹興酒 50g、冰糖 20g、鹽 10g、味精 5g、白胡椒 10g、螺肉汁 2 罐、蠔油 20g、高湯 3,000c.c。

## 料理步驟

1. 全雞先去骨，醃入蔥薑水去腥。
2. 蒜苗、芹菜、乾魷魚 ( 泡水 )、乾香菇 ( 泡水 ) 切小丁。
3. 五花肉切成塊狀。
4. 將五花肉煸香，下步驟 2 配料炒香後加入高湯並調味。
5. 將炒好的材料塞入雞肚裡，用烤肉叉封口，並加入高湯至砂鍋中。
6. 放入蒸鍋中蒸 40 分鐘、再煮 20 分鐘。
7. 起鍋後用剪刀從雞胸剪破，放入蒜苗、芹菜即可。



土雞品種  
鹿野土雞



# 荷葉飄香百菇飯



荷葉糯米雞的起源來自於廣州的夜市，這道菜餚有著荷葉的清香，Q彈的米飯緊緊相依，代表著人與人之間密不可分的關係，而廣式臘腸、肝腸也代表著一家人團圓。



土雞品種  
珍珠雞

## 食 材

土雞腿 1 支、紅蔥頭酥 20g、薑 25g、芋頭 80g、乾香菇 50g、豬五花 150g、鴻喜菇 1 包、雪白菇 1 包、新鮮香菇 3 朵、西蘭花 30g、鹹蛋黃 3 顆、肝腸 1 條、臘腸 1 條、荷葉 1 張、長糯米 300 克。

## 調味料

1 號 ( 米酒 20g、醬油 30g、紹興酒 15g、鹽 5g、糖 10g、胡椒 5g、水 200c.c)；2 號 ( 麻油 30g、香油 20g、紅蔥頭油 15g、醬油 30c.c、蔭油膏 50g、米酒 40g、鹽 15g、糖 25g、味素 10g、高湯 300c.c)。

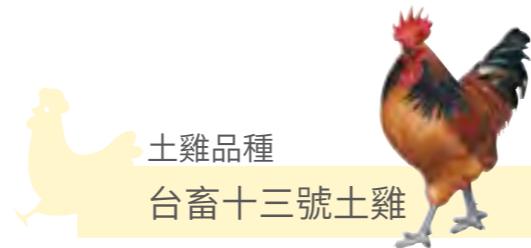
## 料理步驟

1. 糯米泡水 30 分鐘，入鍋中煮至黏稠，入蒸籠蒸 10 分鐘。
2. 肝腸及臘腸加入少許高粱酒和醬油，蒸 20 分鐘後取出切片。
3. 將菇類乾鍋煸炒出香味至軟化。
4. 雞腿去骨切小塊，再用調味料 (1 號) 醃漬備用。
5. 麻油和香油煸香薑片。
6. 五花肉炒香後下入其它材料炒香加入調味料 (2 號) 及薑片。
7. 蒸好的糯米和炒料拌勻，放入荷葉中。
8. 油飯上鋪上雞腿、肝腸、臘腸與鹹蛋黃，入蒸鍋蒸 20 分鐘。
9. 起鍋後點綴西蘭花即完成。

# 鳳納金禧慶團圓



雞翅包飯原本是中國雲南省的一種當地小吃，加以創新改良，把原本的炒飯換成芋泥。珍藏香菇盒一口咬下先感受到麵衣的酥脆，再吃到餡料的Q彈，最後再感受到海鮮所帶來大海的味道，兩者的搭配可以說是濃纖合度，在平凡中創造別樹一格的不平凡。



土雞品種

台畜十三號土雞

## 食 材

土雞翅 6 支、雞胸肉半付、芋頭 100g、鹹蛋黃 2 顆、新鮮香菇 6 朵、白油 10g、韭菜末 20g、九層塔末 20g、白蝦 6 尾、蛤蜊半斤。

## 調味料

1 號雞茸 ( 醬油 10g、鹽 5g、味精 5g、糖 5g、紹興酒 5g、白胡椒粉 5g、太白粉少許、香油少許 ) ; 2 號醃香菇醬汁 ( 水 100g、醬油 50g、紹興酒 20g、糖 10g、白胡椒粉 10g ) ; 3 號脆漿 ( 低筋麵粉 75g、太白粉 15g、水 75g、蛋黃 1 顆、泡打粉 5g、沙拉油 15g ) ; 4 號特製沾醬 ( 客家金桔醬 60g、粗黑胡椒粉 10g、橄欖油 5g、蕃茄醬 20g、蜂蜜 5g、檸檬汁 5g、蒜薺 5g ) ; 5 號 ( 糖 50g、鹽 3g、白油 20g ) ; 6 號 ( 醬油 30g、冰糖 20g、味霖 60g、米酒 60g、水 30c.c、白芝麻少許 ) 。

## 料理步驟

1. 珍藏香菇盒：
  - 香菇先泡入調味料 ( 2 號 ) 備用。
  - 雞肉剁成泥拌入調味料 ( 1 號 )、白油和韭菜末、九層塔末備用。
  - 蛤蜊入蒸籠蒸 8 分鐘，放涼取肉備用。
  - 香菇擦乾水分，灑太白粉放入一尾蝦和蛤蜊再鋪上肉餡。
  - 香菇表面拍上太白粉後沾上麵糊調味料 ( 3 號 ) 入鍋炸上色。
2. 黃金芋香釀鳳翼：
  - 雞翅去骨。
  - 芋頭切片入蒸鍋蒸 40 分鐘，趁熱加入調味料 ( 5 號 ) 搗成泥。
  - 鹹蛋黃一切四，搓成圓球狀，加入米酒提香入蒸鍋蒸 8 分鐘。
  - 取雞翅擦乾後，鑲入芋泥和鹹蛋黃結合，用竹籤封口。
  - 將雞翅下鍋煎至兩面金黃後，放入醬汁調味料 ( 6 號 ) 燒至入味。
  - 取鍋盛盤後點綴白芝麻。

# 蒜味胡椒脆皮雞



菜色靈感來自於廣東的脆皮燒雞，其製作形式在經過脆皮水和高溫烤爐的催化下，雞皮呈琥珀色，如同糖片般薄、脆。另一部分是希望透過採用本土食材，創作一個屬於新一代版本、神似傳統甕窯雞的土雞料理。

## RECIPE 食 材

土雞 1 隻

## 調味料

醃料 ( 白胡椒 15g、蒜頭 20g、黑胡椒 5g、蔥 15g、馬告 10g、鹽 15g、五香粉 5g、味精 3g、糖 10g)；脆皮水 ( 麥芽糖 40g、熱水 40g、白醋 50g、紅醋 50g、檸檬片 3 片 )。

## 料理步驟

1. 土雞腹部的脂肪取下，與適量蔥、薑、蒜煉成雞油備用。
2. 醃料充分搗碎、混合。
3. 用雞油塗抹雞表面，醃料填入腹腔與胸、腿內側放入冷藏，醃漬 6 小時。
4. 燒一鍋熱水，將雞川燙至雞皮顏色變色，並風乾 30 分鐘。
5. 以麥芽糖、熱水、白醋、紅醋、檸檬片 3 片調製脆皮水。
6. 將土雞表面刷上脆皮水，再次風乾 30 分鐘。
7. 烤箱預熱至 170°C，將土雞吊掛於烤箱內側，烘烤 40 分鐘。
8. 將油鍋加熱至 180°C，將脆皮雞淋上熱油，使其表皮更加油亮。
9. 將雞肉分切、擺盤即可。

土雞品種  
皇金土雞



# 八寶雞腿捲



以芭樂進行醃漬來呈現較清新爽口的感覺，再使用山茶花糖漿調製的醬汁來搭配，以羽毛的方式呈現，除了羽毛有飛翔及陽光的意涵，最主要是代表希望自己可以像一隻鳥飛行，自由且勵志。



土雞品種  
黑羽土雞

## 食 材

雞腿 1 支、紅椒 ¼ 支、黃椒 ¼ 支、洋蔥 ¼ 個、雞蛋 2 顆、蝦乾 1 大匙、胡蘿蔔半條、蛋餅皮 1 張、黑木耳 1 朵、荸薺 1 顆、紅棗 3 顆、芭樂半顆。

## 調味料

鹽 1 大匙、糖 1 大匙、胡椒粉 1 大匙、黑胡椒 ½ 小匙、蝦粉 1 大匙、醬油膏 2 大匙、芭樂汁 1 大匙、山茶花糖漿 1 大匙、豬油 ½ 大匙、雞湯 200g。

## 料理步驟

1. 紅椒、黃椒、洋蔥、黑木耳、胡蘿蔔、荸薺洗淨，切成約 0.3 公分細絲、洋蔥切片、紅棗洗淨泡水。
2. 雞腿洗淨去骨去皮，然後把雞腿部份進行改刀把雞腿修整至 1 公分厚度，然後用調味料鹽、糖、胡椒粉，進行調味備用。
3. 把雞皮部份用烘焙紙壓著，上面再用重物壓著，然後用 180°C 烤約 25 分鐘。
4. 燒熱滾水，把切好的蔬菜進行過水備用。
5. 燒熱平底鍋，把已打發好的蛋，煎成蛋皮，放涼備用。
6. 將雞腿修整出來的多餘部份以調理機打成雞蓉並且加入調味料（鹽、糖、胡椒粉、芭樂汁、雞蛋）。
7. 組裝：先放平雞腿肉、塗上雞蓉、鋪上蛋皮，放上蔬菜絲然後捲起用雞蓉封口，入鍋蒸 15 分鐘，取出放入冰水泡冷，最後用蛋餅皮捲起，燒熱平底鍋煎脆後切片備用。
8. 醬汁：燒熱鍋用雞骨頭熬製雞湯加入蔬菜，剩料煮 10 至 15 分鐘然後加入醬油膏、蝦粉、豬油收汁，最後加入山茶花糖漿及太白粉水勾芡。
9. 取出雞皮切成三角形把雞捲間隔擺放，再放上雞皮後淋上醬汁，成品就會如同羽毛一般。

# 波蘿咕咾雞



台灣一年四季都會生產香香甜甜的鳳梨，鳳梨又稱波蘿，酸酸甜甜又下飯的咕咾肉源於廣東，醃料沒有整理好會讓肉少一些許的味道，肉上漿卻沒有炸好會使外皮沒辦法酥脆可口，糖醋醬料沒有調好會使整體吃起來少了一點酸甜味，要達到完美好吃的地步必須全部食材共同搭配，才會讓整道料理吃起來更有滿足感。

## 食 材

土雞腿 1 支、鳳梨 1 顆、青椒 1 顆、甜椒 2 顆、洋蔥 1 顆、紫洋蔥 1 顆、雞蛋 1 顆。

## 調味料

鹽 1 大匙、胡椒 ½ 大匙、米酒 2 大匙、太白粉 ¾ 杯、番茄醬 1 勺、白糖 1 勺、白醋 1 勺、話梅 3 粒。

## 料理步驟

1. 青椒、甜椒切菱形片，洋蔥、紫洋蔥切方塊。
2. 鳳梨切開 ½，大部份的裡面果肉挖空，小份的去皮、果肉切塊備用。
3. 雞腿去骨去皮，加入鹽、胡椒、米酒、雞蛋、鳳梨塊進行醃漬。
4. 椒類和洋蔥過油備用。
5. 雞腿塊加入太白粉和油進行上漿，入油鍋中炸至金黃成咕咾肉備用。
6. 爆香洋蔥後加入椒類和糖醋醬炒滾，下咕咾肉翻炒上色，裝到大份的鳳梨裡出盤。



土雞品種  
黑羽土雞

# 佛跳牆

基本上佛跳牆裡面都是放魚翅、鮑魚等等，這次特別使用烏骨雞來做搭配，最後放上一點紹興酒來提升湯品的味道；雖然看似簡單，但是想要喝到湯品的鮮甜，可是有很多小細節及眉角需要注意。



## RECIPE 食 材

土雞 1 隻 (1300g)、烏蛋 4 顆、芋頭 20g、紅蔥頭 5g、蒜頭 10g、豬腳筋 40g、魚皮 30g、筍子 25g、乾干貝 5 顆、乾栗子 5 顆、蟲草花 1g、海參 20g。

## 調味料

鹽巴 15g、醬油 20g、胡椒 10g、香油 15g、紹興酒 5g。

## 料理步驟

1. 烏骨雞洗淨，剝大塊過水川燙並抹上醬油備用。
2. 乾干貝、乾栗子泡水備用。
3. 其餘食材炸至金黃，放入盅中。
4. 烏骨雞炸至表皮酥脆，放入盅中。
5. 泡發的干貝、栗子及蟲草花放入佛跳牆盅並加入高湯調味，大火蒸 80 分鐘即可。



土雞品種  
烏骨雞

# 黃金雪花西魯肉

把西魯肉的味道帶進雪花雞裡面，並用蛋皮鋪底來包住西魯肉，可以吃到 3 種不同風味的蛋香，而蛋白經過油淋之後，整個口感上吃起來很蓬鬆。



## 食 材

土雞胸肉 300g、雞蛋 4 顆、蛋白 130g、太白粉 10g、蔥段 10g、紅蘿蔔絲 10g、金針菇 20g、娃娃菜 20g、筍子 10g、乾香菇 1 朵、蒜頭 2 顆、蝦米 5g、魚皮 15g。

## 調味料

鹽巴 20g、糖 10g、醬油 15g、烏醋 15g、胡椒 15g、米酒 20g、香油 10g。

## 料理步驟

1. 雞胸肉切絲，醃醬油、胡椒、米酒和太白粉備用。
2. 其他食材切絲備用。
3. 蒜頭、蝦米爆香，加入其他食材，大火炒香調味備用。
4. 兩顆全蛋打勻並過濾加入太白粉水，煎 1 張蛋皮備用。
5. 蛋白打至乾性發泡，拌入太白粉備用。
6. 漏網塗抹沙拉油鋪上蛋皮，放上步驟 3，抹上步驟 5，以熱油淋至金黃即可。



土雞品種  
紅羽土雞

# 腐皮金棗雞肉捲

宜蘭以前有一道菜叫做棗餅，運用棗餅的概念進行改良，原本的豬肥肉改成雞肉慕斯，再將金棗包進去，整個口感還有風味上都完全不一樣，可以讓更多人知道宜蘭的古早味並發揚光大。



## RECIPE 食 材

雞胸肉 150g、腐皮 1 張、海苔 1 片、蔥末 10g、紅蘿蔔末 10g、花生 15g、蛋白 30g、香菜 5g、金棗 20g、火腿 30g。

## 調味料

鹽巴 10g、米酒 10g、胡椒 5g、麵粉 30g、水 10g。

## 料理步驟

1. 將雞胸肉切塊加入蛋白、米酒打成慕斯備用。
2. 將慕斯拌入蔥末、紅蘿蔔末和花生碎調味備用。
3. 腐皮鋪平抹上慕斯，再鋪上火腿，再一層慕斯，鋪上海苔，再一層慕斯，最後鋪上香菜和金棗碎捲起備用。
4. 以冷油開始慢火加熱炸至酥脆即可。



土雞品種  
紅羽土雞



# 荷葉八寶布袋雞

將古早味廣式荷葉糯米雞反轉，從傳統的飯包雞改由雞包飯，整體口感上呈現皮酥，肉嫩、餡入味，可說是色香味俱全，並擺出葫蘆點荷的意境來呈現此道菜的意象，全雞也有著團聚之意，希望在忙碌的生活中，也能和家人團聚。



黑羽土雞



## RECIP 食 材

土雞 1 隻、糯米 200g、乾香菇 4 朵、臘腸 1 條、桂竹筍 ½ 支、栗子 4 粒、蓮子 100g、薏仁 100g、鹹蛋黃 2 顆、花生 50g、紅蔥頭 100g、薑片 15g、蝦米 15g、青花菜 150g、綠花椰菜 200g、荷葉 1 張、紅蘿蔔 ½ 條、水蓮 200g。

## 調味料

花椒粉 15g、醬油 100g、五香粉 25g、米酒 100g、麻油 20g、米酒 100g、胡椒粉適量、鹽適量、糖適量、蠔油 100g、醬油 100g、高湯 220g、老抽 10g、紹興酒少許。

### ✂ 料理步驟

1. 黑羽土雞去骨醃調味料 1 個晚上。
2. 紅蔥頭切絲煉蔥油後備用。
3. 糯米泡水 1 天，入蒸籠蒸 15-20 分鐘備用。
4. 起鍋以麻油爆香薑片、臘腸丁、乾香菇丁、蝦米，下雞肉丁、鹹蛋黃丁、桂竹筍丁炒香後，下炸紅蔥絲、米酒、高湯、水。
5. 調味（醬油、蠔油、鹽糖胡椒）後下蓮子、薏仁煮至入味收汁後起鍋前下少許老抽、紹興酒提色提香。
6. 糯米蒸完，趁熱拌入紅蔥油及八寶料後備用，即可將雞肉的醃料拿出後塞入八寶飯，用鐵針封口並利用棉繩綁緊、塑型。
7. 入蒸籠蒸 60 分鐘後出鍋拆線、鐵針，放涼並抹上醬油下鍋油炸至表皮酥脆上色。
8. 將蒸雞留下的雞湯汁下鍋調味，芎芡淋上八寶雞出鍋擺盤。



## 鳳梨雞雙拼

使用當季鳳梨、豬板油、蔭鳳梨醬與主食材黑羽土雞的雞腿肉進行搭配並以雞捲的方式呈現，再利用茶燻的手法提升雞捲在色澤及香氣上的層次，再搭配鹹香的文昌汁及解膩爽口的季節泡菜，來呈現此道鳳梨燻雞捲。



黑羽土雞



### RECIPE 食 材

土雞腿 2 支、鳳梨 ½ 顆、豬板油 50g、蔥 15g、薑 15g；煙燻料 ( 麵粉 50g、糖 50g、紅茶葉 50g、花椒 25g、八角 2 粒 )；芋餃皮 ( 芋頭 75g、澄粉 40g、太白粉 3g、滾水 60g、氫粉 0.5g、鹽 2g、砂糖 10g、豬油 33g)；內餡 ( 鮮香菇 30g、洋蔥 20g、雪裡紅 20g、紅蘿蔔 20g、筊白筍 60g、雞腿肉 120g、蒜頭 15g、青蔥 15g)；文昌汁 ( 青花椒 15g、青蔥 30g、薑 30g)；泡菜 ( 高麗菜 ½ 顆、紅蘿蔔 ½ 條、小黃瓜 1 條、話梅 3 粒、鳳梨心 100g、夏景 2 朵、石竹 2 朵、小番茄 4 顆 )。

### 調味料

蔭鳳梨醬 50g、醬油 15g、鹽、糖、胡椒少許、米酒 50g；芋角調味料 ( 咖哩粉 ¼ 小匙、鹽 ¼ 小匙、糖 ½ 大匙、醬油 20c.c、黑胡椒粒 1 小匙、米酒 20c.c、太白粉 20g)；文昌汁 ( 鹽 ½ 小匙、糖 ½ 小匙、胡椒 ¼ 小匙、沙拉油 50c.c)；泡菜 ( 鹽 1 大匙、糖 60g、白醋 60c.c)。

### ✂ 料理步驟

1. 雞腿去骨、斷筋並醃入少許鹽、糖、胡椒、米酒及蔥段、薑片後備用。
2. 煎過的鳳梨條、炒過的豬板油、蔭鳳梨醬泥包入雞捲裡頭，入蒸籠蒸 20-25 分鐘出鍋，冷卻備用。
3. 鍋底鋪上錫箔紙並放上煙燻料，在燻架上抹油並放上蔥段、薑片，放上雞捲後蓋蓋子，開大火至冒煙後關火悶 3 分鐘出鍋，刷油備用。
4. 芋頭蒸熟後過篩，加入鹽、糖拌勻，將澄粉、太白粉拌勻，沖入熱水揉成團。加入芋泥裡揉成團。加入豬油揉勻。
5. 炸芋角：芋餃皮包入內餡成餃子狀，油溫約 175°C 炸至金黃上色，備用。
6. 泡菜：將高麗菜、紅蘿蔔切約 1.5-2 公分指甲片，小黃瓜切厚度約 0.1-0.2 公分的圓片，並加鹽脫水去青，洗去鹽水加入糖、醋醃入味後拌入小番茄片、鳳梨心指甲片即可裝盤。
7. 酸甜汁：新鮮鳳梨加芒果 1：1 打成泥狀調糖和檸檬汁混合即可。
8. 熱油沖入文昌料中、趁熱調味成文昌汁、備用。
9. 芋角隨盤緣擺放，上方插入酸甜汁，燻雞捲切片擺放中間，上方淋上文昌汁增添風味，旁邊附上少許泡菜即完成料理。



# 太極芙蓉羹

太極芙蓉羹的綠色使用菠菜，而黃色則使用雞肉末加上玉米醬，將兩者置入高湯，熬煮芉芡成羹湯，使用簡單樸實的材料做出滋味絕佳的功夫湯品。

## 食 材

土雞胸肉 1 付、雞蛋 4 顆、乾香菇 5 朵、桂竹筍 ½ 條、瑤柱 6 顆、菠菜 1.5 斤、蒜頭 4 顆、黃甜椒 ½ 顆、蛋白 2 顆。

## 調味料

高湯 1.5 公升、鹽 1 大匙、糖 1.5 大匙、胡椒 1 小匙、玉米醬 250g、米酒 50c.c、太白粉水適量。

## 料理步驟

1. 雞蛋及高湯打勻調味並過篩，加入香菇、桂竹筍、瑤柱，入蒸籠小火蒸 12-15 分鐘。
2. 將雞胸、蛋白用調理機打成雞蓉並調味，加入高湯打勻慢火煮熟，加入玉米醬、黃甜椒調味芉芡。
3. 菠菜汁加高湯並調味加熱芉芡即可。
4. 兩個不同顏色的羹湯分別裝入壺口杯，並慢慢倒在蒸蛋上形成太極的形狀（可用鋁箔紙摺成太極形狀輔助），點上紅蔥油即可。



土雞品種  
黑羽土雞

# 金穀鳳凰 藏乾坤



取名為金穀鳳凰藏乾坤，是因為金穀代表米飯、鳳凰代表全雞、藏乾坤代表餡料，肚子塞滿餡料期待大家來發現，去骨是為了讓客人好食用，也給點菜的貴客感受到高貴的感受。

## RECIPE 食 材

土雞 1 隻、鳳梨 150g、長糯米加圓糯米約 2 杯、乾香菇 4 朵、蝦米 30g、紅蔥頭 5 瓣、臘腸 1 條、肝腸 1 條。

## 調味料

醃料 ( 肉桂粉約 50g、醬油 90g、蜂蜜 60g、紹興酒 60g、白胡椒 20g)；餡料 ( 醬油適量、白胡椒適量)。

## 料理步驟

1. 將全雞去骨。
2. 熱鍋後倒入適量的油，將紅蔥頭炒金黃，下蝦米、香菇、肝腸、臘腸炒香，再加入糯米煮至全熟，加入鳳梨拌勻。
3. 餡料塞入醃好的去骨全雞裡至肚子微微凸起即可。
4. 全雞過油至金黃，以竹葉包起放入壓力鍋中蒸 1 個小時後取出擺盤。



土雞品種  
古早雞

# 瓊漿玉露 雞豆花



特色在於「形似豆花，吃雞不見雞」的妙趣。這道菜的另一個亮點在於高湯，澄清如水滋味濃厚，熬好的上湯帶點金黃，加上金華火腿有特殊香氣，提升湯頭的整體風味。

## 食 材

古早雞雞胸肉 50~75g、蛋白 2 顆、高湯、豆苗、枸杞、乾干貝、金華火腿。

## 調味料

鹽巴適量、太白粉 10~15g、沙拉油適量。

## 料理步驟

1. 湯底：古早雞剝大塊、川燙後洗淨雜質。
2. 將早雞放入鍋中加入乾干貝、金華火腿、水（淹過雞肉過多一點），密封好蒸 2 小時熬煮上湯。
3. 豆花：
  - 雞胸去筋膜，加一點水用果汁機攪成泥，加入鹽攪勻後加入蛋白和水攪勻過篩成雞蓉。
  - 雞蓉加入太白粉水調濃稠度，淺碟抹油倒入雞蓉後，進蒸籠蒸約 3 分鐘。
  - 上湯倒入碗中，雞豆花再放入湯中即成。



# 龍鳳翱翔 振翅飛



入口時會有出奇不意的驚喜，使人手指停不下來，白醋、洋蔥、荸薺喚起食慾，使人欲罷不能，雞肉油香做為調味料讓味道加深，3種美味互相提升了彼此之間的美味，略微的白醋酸味，引人入勝的清爽口感，使人回味無窮，口感Q彈、香氣四溢。

## 食 材

去骨三節土雞翅 6 支、蝦仁 200g、洋蔥 50g、荸薺 30g、飛魚卵 30g、小黃瓜 2 條、聖女番茄 6 顆。

## 調味料

醃漬雞翅 (鹽巴 5g、白胡椒 2-3g、醬油 2 大匙)；醃漬番茄 6 顆 (糖 100g、話梅 5 顆、白醋 100g)。

## 料理步驟

1. 製作餡料，蝦仁去腸泥後，刀面壓泥加鹽巴攪至有黏性，加入洋蔥碎、荸薺碎及飛魚卵攪拌均勻。
2. 三節翅先去骨，將餡料灌入微微鼓起，竹籤封口蒸約 12-15 分鐘，蒸完後再使用是高油溫炸入至金黃色。
3. 小黃瓜切薄片加鹽軟化，加入糖和白醋調味。
4. 聖女番茄在頭部輕劃十字刀，熱水燙過後冰鎮剝皮，糖水約各 100g 加話梅煮至糖溶化，放涼後加入聖女番茄。
5. 雞翅剖面切成兩半，再將小黃瓜及聖女番茄做為裝飾，盛盤。



土雞品種  
古早雞

# 愛家料理 心意滿滿



家，是所有人的歸屬，每個家庭都有家傳私房菜單，一道家常菜、是一個家的故事，而有媽媽味道的家常菜最為令人懷念。每個人都吃過媽媽親手煮的土雞，也能輕易為家人煮出一道充滿愛的家常土雞料理。

「愛家土雞料理線上廚藝競賽」以使用台灣在地生產「土雞」為主要食材，以「家」作主題，希望發掘食材易取得、步驟簡單易懂、烹飪時間短的土雞料理，激發一般民眾對土雞家常料理動手做的興趣，藉以鼓勵大眾在家料理土雞，分享媽媽味的療癒系好味道，凝聚家庭情感、感受家庭幸福溫暖。



# 刈菜蛤蜊雞湯

陳莉娟

屬補療法，可預防感冒治寒風咳嗽，還能加強免疫力，滋補元氣養顏美容，雞隻熬煮萃取液快速補充營養。使用纖維質多較結實刈菜熬煮的雞湯，再加入大人小孩都愛吃的蛤蜊，湯頭更有層次鮮甜美味。加入地瓜口感鬆軟綿密、古早味爽口香甜感。在寒冷的冬天喝一碗熱呼呼的刈菜蛤蜊雞湯，幸福滿滿，營養又好吃哦！

## 食 材

土雞半隻、刈菜半顆、地瓜 1 顆、蛤蜊半斤、薑片 5 片。

## 調味料

¾ 碗米酒、鹽 1 小匙、胡椒粉少許。

## 料理步驟

1. 土雞切塊，刈菜洗淨切滾刀塊，地瓜去皮切塊。
2. 煮一鍋水，水滾後放入刈菜川燙以減少苦味，再撈起瀝乾。
3. 刈菜川燙完，再燙雞肉；稍微燙熟一下撈起。
4. 另煮一鍋水，水滾後放入燙熟的土雞塊，加薑片、¾ 碗米酒，煮 10 分鐘，再加入地瓜煮 5 分鐘。
5. 最後加入刈菜和蛤蜊，再加 1 小匙鹽、少許胡椒粉調味，待蛤蜊開口即完成。

## 料理小叮嚀

燉湯期間請減少翻動次數或不翻動，以免地瓜熟化後散開，整鍋湯會變的濁濁髒髒的。



土雞品種  
紅羽土雞



# 男子漢黑胡椒 起司土雞腿蓋飯

許俊龍

整道菜的創意組合：四樓太陽蛋、三樓起司土雞腿排、二樓白飯、一樓黑胡椒醬汁，所有食材慢慢堆疊上去，外觀就像一座塔，太陽半熟蛋汁從最高處流下來，流過香嫩起司脆皮雞腿排、白飯以及黑胡椒醬汁，整道菜的融合，均衡營養份量足夠，超級美味，絕對可以成為居家必做的創意料理。

## 食 材

土雞腿排 1 塊、洋菇 30g、洋蔥、紫洋蔥 30g、蒜末 30g、玉米筍 20g、青花菜四小朵、青蔥 1 把、黃起司片 1 片、雞蛋 1 顆、白飯 1 碗。

## 調味料

萬家香香菇素蠔油 15c.c、黑胡椒粗粒 15g、梅林醬適量、紅標料理米酒適量、水 150c.c。

## 料理步驟

1. 洋菇切薄片。
2. 洋蔥、紫洋蔥切丁。
3. 玉米筍切薄片、青花菜切 4 到 5 小朵。
4. 切蔥花，備用。
5. 熱鍋到發煙點轉至微小火加一點油，將雞腿排皮朝下煎至金黃酥脆上色，再來翻面煎約一分鐘，起鍋將雞腿排放入烤箱設定 250 度烤五分鐘。(可用氣炸鍋)。
6. 殘留的雞油再加一點油，將洋菇、洋蔥、紫洋蔥、玉米筍、青花菜、蒜末，爆香快炒，再加入香菇素蠔油，拌炒至上色，加入黑胡椒粗粒；用適量米酒嗆鍋帶出香氣，加入適量梅林醬，最後加入水 150c.c 將醬汁煮至濃稠。
7. 雞腿排烤好，再放入起司片再烤 30 秒讓起司片融化；煎一顆太陽半熟蛋，將煮好黑胡椒醬汁呈盤，依序放入白飯、起司土雞腿排、太陽半熟蛋，最後放上蔥花裝飾。



# 菇味麻油雞 佐鮮蔬燉飯

詹雅涵

以前冬天期間母親就會煮麻油雞給孩提時的我們，如今成為母親也想將麻油雞的味道帶給孩子，經由改良小孩最愛的燉飯，加入香氣逼人的香菇入菜以及台灣土雞肉的Q彈嚼勁做為整道料理的主角，征服我們全家的胃，也拉近我們的親子關係，兒子還時常會問說：「媽媽什麼時候要再煮菇味麻油雞佐鮮蔬燉飯」，所以特別將這道料理跟大家介紹。

## 食 材

去骨土雞腿2支、乾香菇5朵、鮮香菇(大)3朵、薑絲適量、蔥1支、米1杯、高麗菜約1/4顆。

## 調味料

沙拉油1小匙、麻油3小匙(約1/3杯)、米酒2小匙、醬油2小匙、胡椒鹽(依個人口味調整適量)。

## 料理步驟

1. 乾香菇略沖洗後，用水泡開。
2. 去骨雞腿切適當入口塊狀。
3. 乾香菇與鮮香菇切絲備用。
4. 薑切絲，蔥切花及高麗菜洗淨切粗絲。
5. 沙拉油起油鍋，爆香薑絲待薑絲邊微捲，下乾香菇及鮮香菇續爆香，鮮香菇會出水炒到水略收，下雞塊，炒至雞塊上色。
6. 米洗好放入電鍋中加約0.8杯水量(喜歡飯較軟可以1杯水量)，倒上炒好雞塊、薑油等，上蓋滿高麗菜，放電子鍋一般煮飯模式，跳起後將飯拌開約再悶五分鐘。
7. 盛盤，撒蔥花及依口味適當的胡椒鹽即可食用。



土雞品種  
紅羽土雞



# MIT 好土雞哪裡買

## 淞品土雞專賣店

☎02-23365382、0932-390230

📍台北市萬華區三水街84號

◎鹽水雞、甘蔗雞、魯雞胗、魯雞腸、滴雞精

◎官網：<https://sonpin.tw/>

◎臉書：淞品土雞專賣店

◎門市：萬華門市、士林門市、新店門市、板橋門市、民生門市

## 山內雞肉

☎02-23050100

📍台北市中正區中華路二段307巷20-3號

◎山內雞肉飯、雞腿飯

◎臉書：山內雞肉

◎門市：南雞場夜市、古亭門市

## 水清肉品行

☎037-355046、0935-679261

📍苗栗市玉清里玉興西街115號

◎醉雞、茶雞、鹹水雞、生鮮鬥雞、珍珠雞、閩雞、烏骨雞、紅羽土雞、黑羽土雞

◎臉書：苗栗水清肉品行

◎門市：苗栗南苗市場米市街

## 123雞式燴社

☎04-22968508

📍台中市北屯區陳平路65巷123弄2號1樓

◎十全養生雞、仙草雞、百菇雞湯、燻雞、雞肉酥、滴雞精

◎官網：<http://123chickensoup.com/>

◎臉書：123雞式燴社

## 十一雞-國產土雞便當專賣店

☎02-27038808

📍台北市大安區大安路一段157巷12號

◎舒肥土雞胸肉飯、去骨土雞腿飯、燉雞湯、滴雞精

◎臉書：十一雞-國產土雞便當專賣店

◎門市：大安門市、雙連門市、民生門市

## 阿龍師土雞

☎02-29042666、0925-020168

📍新北市新莊區中正路508巷35弄89號

◎鹹水雞、甘蔗雞、烤鴨、生鮮雞鴨鵝肉

◎LINE ID搜尋：0925-020168

## 健康放走雞

☎037-432955、0910-493934

📍苗栗縣後龍鎮大山里下大山腳34-2號

◎生鮮珍珠雞、烏骨雞、黑羽土雞、珍珠蛋、滴雞精

◎臉書：標裕牧場-玉琴畜牧場

◎哪裡買：全國各大有機商店，如無毒的家、棉花田、Super Buy網路市集

## 雲嶺鮮雞

☎0800-665757

📍雲林縣土庫鎮後埔里19鄰雙人厝123號

◎香蔥土雞肉絲、剝皮辣椒雞腿湯、舒肥土雞胸肉、猴頭菇烏骨雞湯、油雞、雞肉貢丸、滴雞精

◎官網：<https://www.uneedchicken.com/>

◎臉書：雲嶺鮮雞

## 凱馨實業(股)公司

☎05-5347888

📍雲林縣斗六市引善路196號

◎桂丁土雞、香菇雞、蒜頭胡椒雞、人蔘烏骨雞、雞肉貢丸、烏骨雞精、帝雞精

◎官網：<http://www.gugugoo.com/>

◎臉書：台灣土雞王

◎哪裡買：家樂福、愛買、好市多、全聯

## 古咕谷台灣土雞創意料理專門店

☎02-23670522

📍台北市中正區和平西路一段28號

◎白金雞滷肉飯、松阪土雞柳飯、葡萄牙雞佐蒜味麵包、蔥油古早雞、滴雞精

◎臉書：古咕谷台灣土雞創意料理專門店

## 滿珍香牧場

☎035-966098

📍新竹縣竹東鎮杞林路133號

◎生鮮雞肉、閩雞、鹹水雞、燻雞、雞蛋

◎臉書：滿珍香牧場

◎門市：新竹竹東中央市場

## 品佳雞肉行

☎049-2991626、0911-928911

📍南投縣埔里鎮西門里中正一路13號

◎鹽水雞、燻雞、油雞、滴雞精

◎臉書：品佳雞肉行

◎LINE ID搜尋：hong92891

## 古德雞

☎07-3501146

📍高雄市左營區民族一路651號7樓

◎人蔘雞、十全烏骨雞、甘蔗燻雞、滴雞精

◎官網：<https://www.joo.com.tw/gooderone/>

◎臉書：古德雞

◎門市：漢神百貨

## 元進莊

☎05-7883803

📍雲林縣元長鄉龍岩村143-3號

◎蔥油雞、油雞腿、茶雞、雞肉鬆、紹興雞肉捲、滴雞精、清真驗證產品

◎官網：<https://www.yjfood.com/>

◎臉書：元進莊(HR)

◎哪裡買：全聯福利中心

## 元榆牧場

☎0800-880247、0963-817269

📍高雄市彌陀區中正南路23號

◎鹽水雞、燻雞、舒肥雞胸、剝皮辣椒雞、干貝百菇雞、老菜埔雞、滴雞精

◎官網：<https://www.yuanyuco.com/>

◎臉書：元榆牧場

◎門市：高雄美術館門市、高雄澄清門市、高雄文化門市、台南府連門市、台中第六市場門市、台北民生門市、台北東門門市

## 鄉庭畜牧場

☎03-8651315

📍花蓮縣壽豐鄉豐山村山邊路二段157巷36號

◎黑絨烏骨雞、鬥雞、黑羽土雞、滴雞精、有機雞蛋

◎官網：<http://www.8651315.com/>

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

明日廚神手把手教你土雞宴客菜 / 中華民國養雞協會著. --  
初版. -- 新北市 : 社團法人中華民國養雞協會, 民 110.06  
面 ; 公分  
ISBN 978-986-92588-1-4(平裝)

1. 肉類食譜 2. 雞

427.221

110009324

# 明日廚神

手把手 教你土雞宴客菜

輔導單位： 行政院農業委員會

出版單位： 社團法人中華民國養雞協會

地 址：235 新北市中和區景新街 338 號 9 樓

電 話：02-2948-1159

發行人：陳國村

總編輯：王建培

官方網站：<http://www.poultry.org.tw/>

製作單位：現代視覺管理顧問股份有限公司

I S B N：978-986-92588-1-4

出版日期：中華民國 110 年 6 月初版