

# 家禽製品家族

雞、鴨、鵝、火雞、駝鳥是常見的家禽，除了直接烹調食用之外，也會做成加工製品，成為餐桌上的美味佳餚。快來認識這些豐富的品項，你吃過哪些呢？

## 鵝

體型大，肉厚質嫩，汁多味美。

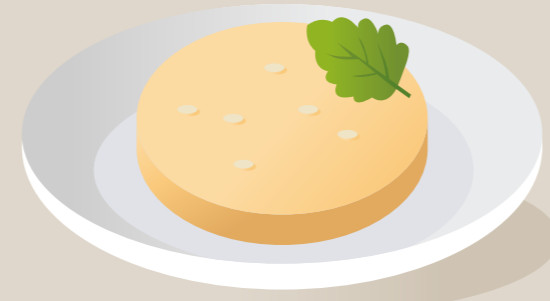
### 鵝油

取鵝身上的油脂，以小火低溫熬煮提煉出鵝油，也可再製成鵝油蔥酥。



### 鵝肝醬

法國著名美食，是以人工方式強迫餵食，使鵝肝臟變得肥碩碩大，一般做成慕司狀，風味濃郁。

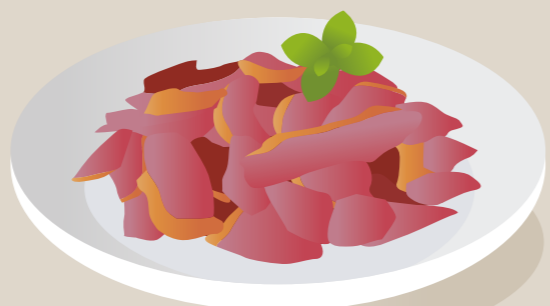


## 鴨

嘴巴長且扁平，肉質較紮實，味道也比較濃郁。

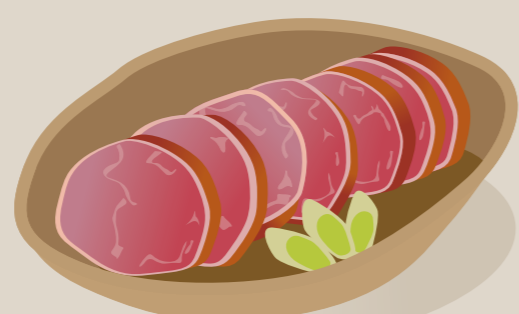
### 鴨賞

宜蘭名產，作法是將鴨隻以竹片撐開、醃漬、風乾，最後以炭火燻烤而成。過去視鴨為高級犒賞的禮物，因而有「鴨賞」之稱。



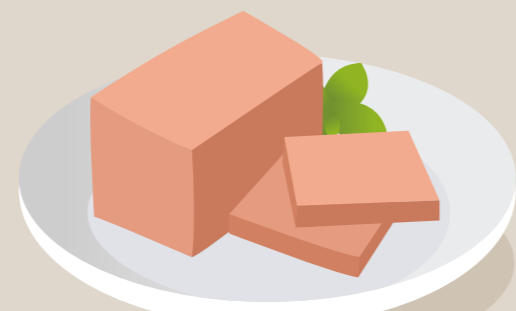
### 鴨肉捲

將去骨鴨腿肉捲起、燻烤完成，外表看起來很像火腿，可以切片食用。



### 鴨肝醬

與鵝肝醬做法類似，一般與香料、奶油、烈酒等炒香，再打成糊狀過篩而成，口感柔滑細嫩，可直接塗抹在麵包上。

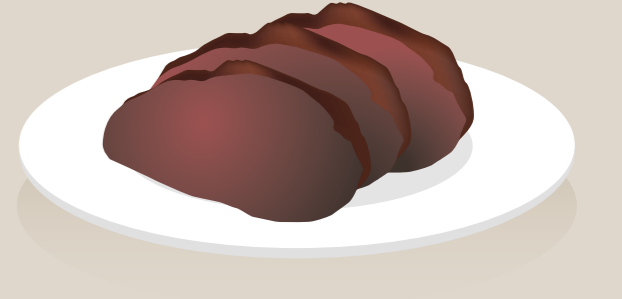


## 駝鳥

外型高大，口感鮮嫩多汁。

### 駝鳥乾

將肉調味醃漬後切片，入鍋熬煮到湯汁收乾，再取出烤乾即可，吃起來口感很像牛肉乾。



### 駝鳥精

取肉、筋、骨部位，製成滴或熬駝鳥精，前者不加水蒸煮，後者是加水熬煮再濃縮而成。



## 家禽

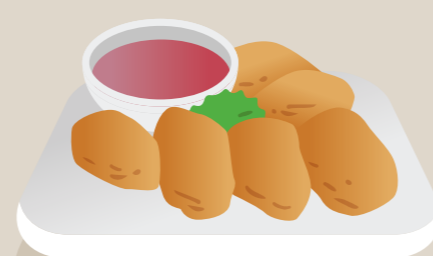


家禽類消費量比值=雞350：鴨30：鵝4：火雞1（駝鳥量少，不併入計算）

## 雞

頂上有雞冠，身形渾圓有肉，品種分為土雞、烏骨雞、肉雞、仿仔雞（半土雞）、蛋雞等。

### 雞塊



混合雞胸肉、雞皮、黏著劑，再裹上麵漿後，經油炸而成。

### 雞精

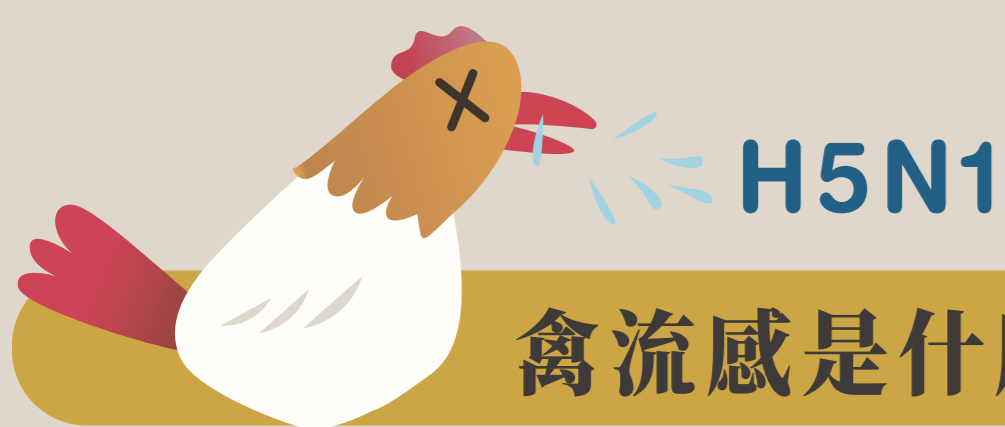


坊間常見雞精與滴雞精產品，主要經過蒸煮、脫油、過濾或濃縮等過程，萃取出機能性飲品。

### 雞肉鬆



將雞肉煮熟後，剝散纖維，再加以慢火焙炒、調味成蓬鬆香酥的口感。



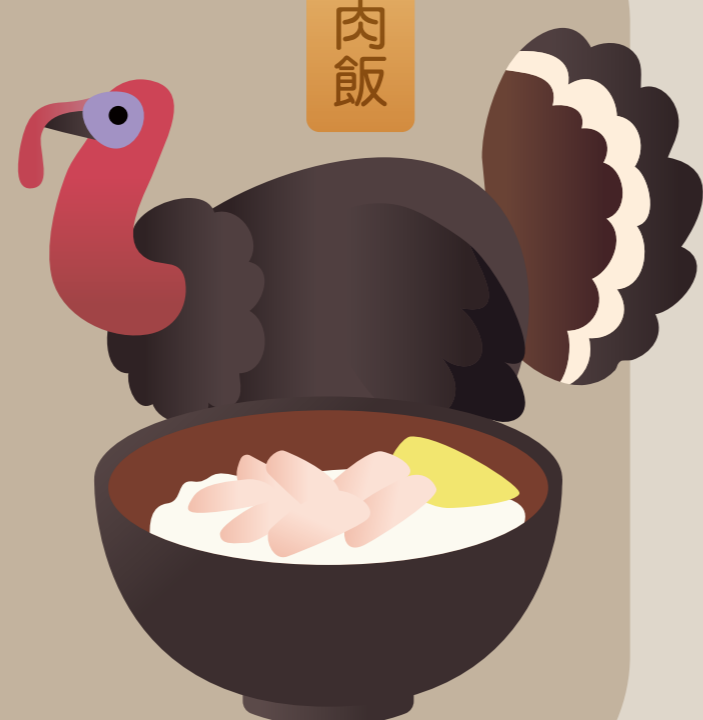
H5N1

## 禽流感是什麼？

禽流感是鳥類與家禽所得到的病毒性感冒，建議購買有認證標章的家禽，比較不用擔心吃到生病的動物。至於家禽類與其製品，只要遵守「充分加熱」原則，就可安心食用。

## 火雞肉飯是用雞肉做的嗎？

台灣早期只有「雞肉飯」。二戰結束後雞肉越來越貴，美軍就將大量火雞帶進嘉義，創造出「火雞肉飯」的源頭。如今，台灣強調「實名制」，若是雞肉飯，要用雞肉製作，火雞肉飯就得用火雞。



## 吃雞肉會影響青春期的時間嗎？



這與攝取高脂肪有關，特別是油炸食物，具有高熱量的特性，以及重複油炸造成油脂變質，若每周吃超過兩次，就容易引發體重過重和內分泌紊亂，導致性早熟。

