

東方橄欖油-苦茶油

立冬已至，介紹個進補好物~苦茶油，它被譽為「東方橄欖油」，因含高量的油酸，而被認為比一般的冷壓初榨橄欖油更為特別，苦茶油不僅具有高安定性，適合多種烹飪方式，包括煎、煮、炒、炸等。

市面上的苦茶油品質良莠不齊，有些人可能會認為它有苦味、油耗味，甚至風味不佳，其實，關鍵在於使用優質的油茶籽原料，以及榨油後的處理，只要這些關鍵環節得宜，苦茶油可以擁有清香的味道，而不帶苦味~

現在本所提供技術資源

- (1)油茶籽採收及採後處理建議方法
- (2)三種不同風味特徵與食用建議方式之榨油製程
- (3)描述苦茶油風味特點的詞彙

幫助你更好理解苦茶油的品質和風味，讓你重新認識這個優質的食用油。更重要的是，不要錯過立冬進補好機會，選擇苦茶油為自己健康加分！

苦茶油

。立冬進補吃好油。



【苦茶籽】

立冬
Winter begins
國曆11月8日

三種特徵風味苦茶油製程技術

一點都不苦

