



## 煤氣公司行善贈糰逾十萬隻 推「軟餐糰」應對人口老化

(2021年6月16日)適逢端午佳節，香港中華煤氣有限公司（煤氣公司）延續逾20年的贈糰傳統，再度將「愛心糰」分贈予有需要人士，藉此表達愛心和關懷，讓溫馨暖意傳遍社區。除了傳統以糯米入饌的糰外，煤氣公司與香港聖公會安老院舍外展專業服務試驗計劃（九龍中）攜手，合力首推「軟餐糰」食譜，將鹹蛋黃、瘦肉等美味食材打成糊狀，製作成軟餐糰子，以照顧吞嚥困難人士及長者的需要。

根據香港政府統計，香港正面對嚴重的人口老化問題，當中65歲及以上長者的人口推算在未來20年將增加約一倍。煤氣公司因應社會老齡化現象，不斷探索可改善長者生活質素的方案，因此推出「軟餐糰」食譜，同時在企業義工的協助下，安排培訓照顧者，希望他們學習製作「軟餐糰」後，再製作予有需要的親友享用，並且協助紓緩他們作為照顧者的壓力。

煤氣公司企業事務總監楊松坤先生表示：「煤氣公司於2000年首辦『萬糰同心為公益』活動，旨在扶助弱勢社群，讓有需要人士能同享應節美食，從中感受社會的關懷，而今年煤氣公司延續關愛傳統，在全港各區送贈逾100,000隻糰，累計共送出414萬隻愛心糰。」

楊先生補充：「面對人口老化問題，我們希望能從日常的起居飲食著手，提升吞嚥困難人士及長者的生活質素，而今次推出的『軟餐糰』食譜，所用的主要食材跟傳統糰子無異，而賣相更是別出心裁，以糰葉包裹著，讓受患者能與親友平等享美食之餘，共慶端午佳節。」

展望未來，煤氣公司將一如既往履行其企業社會責任，致力服務社群，並積極籌辦具創意的公益活動，回饋社會。

-完-

## 「軟餐糰」製作活動相片：

### 相片一



香港聖公會安老院舍外展專業服務  
試驗計劃（九龍中）

Towngas  
煤氣公司

### ·軟餐糰食譜·

(以下是一隻軟餐糰份量) **IDDSI Level 5**

<b>食材</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>白米（已浸水及隔水）</li> <li>瘦肉（已加入五香粉調味；已蒸熟）</li> <li>帶子（已蒸熟）</li> <li>去皮綠豆（已浸水及隔水）</li> <li>鹹蛋黃（已蒸熟）</li> <li>食物膠粉</li> <li>高湯</li> <li>菜油</li> </ul>
<b>工具</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>膠槌</li> <li>牛油紙</li> <li>蒸爐</li> <li>餡料模具</li> <li>棉繩</li> <li>量杯</li> <li>攪拌機</li> <li>包糰神器（煤氣公司提供）</li> </ul>
<b>步驟 1</b> <b>打糊</b>	<p><b>餡料（每種餡料須個別處理）</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>將食物膠粉*加入60毫升高湯攪拌一分鐘</li> <li>分別將餡料50克瘦肉、50克鹹蛋黃及50克帶子放入攪拌機各自攪拌三分鐘，確保打勻並沒有渣滓**</li> <li>將已打勻的餡料倒入模具並放至冰格冷藏至硬身</li> </ol> <p><b>糯米</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>將食物膠粉*加入150毫升高湯攪拌一分鐘</li> <li>將70克去皮綠豆與30克白米混合</li> <li>將綠豆及白米一同攪拌三分鐘，確保打勻並沒有渣滓</li> </ol>
<b>步驟 2</b> <b>倒模</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>在包糰神器內塗上菜油，並鋪上牛油紙</li> <li>將一半米糰倒進包糰神器內，再把已冷藏的餡料（15克瘦肉、5克鹹蛋黃及50克帶子）放於米糰中間，再倒入餘下的米糰</li> <li>將糰以90度蒸60分鐘</li> </ol>
<b>步驟 3</b> <b>包糰</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>將棉繩及膠槌放在包糰神器上</li> <li>軟餐糰成形後放涼再脫模，然後放入包糰神器</li> <li>包起膠槌及紮好棉繩</li> <li>可即食或放至冰格冷藏</li> </ol>
<b>步驟 4</b> <b>翻熱</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>將軟餐糰放在室溫下解凍</li> <li>以90度蒸15至30分鐘</li> </ol>

\*食物膠粉的使用比例為食材重量的5%，例如餡身材料為250克，則需要12.5克膠粉。但實際比例會因應不同配方而調節，建議參考膠粉包裝上的使用指示

\*\*攪拌一種餡料後須清洗攪拌機

**注意事項**

在家製作軟餐的話，請先諮詢專業人士意見，了解自製軟餐是否適合使用者食用

煤氣公司與香港聖公會安老院舍外展專業服務試驗計劃（九龍中）攜手，合力首推「軟餐糰」食譜，製作軟餐糰子。

### 相片二



煤氣烹飪中心經理黃倩霞女士教授包糰技巧，把「軟餐糰」變成傳統端午糰模樣，增加長者食慾。

### 相片三



參加者在煤氣義工陪同下親手製作「軟餐糰」向住在院舍的家人送上賀節食品，以表關懷。

### 相片四



疫情下，照顧者未能親身探望親人，但仍能透過視像與家人見面，並送上節日祝福。

「糉有您心」線上傳愛賀端午相片：

相片五至七



6月12日，煤氣溫馨義工隊與香港聖公會安老院舍外展專業服務試驗計劃(九龍中)攜手製作「糉」有您心—線上傳愛賀端午視像節目，向12間安老院舍、超過400位長者送上精彩節目，共賀佳節。

煤氣溫馨義工隊在社區派發 100,000 隻糰相片：

### 相片八至九



端午節期間，煤氣公司與超過 108 個地區團體，在全港派發逾 100,000 隻愛心糰，為社區添溫馨暖意。煤氣義工更走訪多區，向長者送贈愛心糰及佳節問候。

上述活動照片可於以下網址載。

<https://drive.google.com/drive/folders/1Y6JA60jJfaUt3r4dvW2Fh3cd5foObsKS?usp=sharing>