

香蕉的保存方法

** 適用對象：廠商或店家

當收到香蕉(15公斤/箱)後，取出香蕉果把時，應持於果軸部位，避免直接接觸果指，造成果指表面的擦傷或斷指，並以內襯袋妥善包覆香蕉以保持濕度，立即放置冷藏庫保鮮。因為，適當低溫(14-20℃)及溼度(80~85%)可維持香蕉鮮度，延長櫥架壽命。

** 適用對象：一般家庭

建議保存作法：

1. 室內貯放	香蕉購買後，應避免重壓及撞擊，並置於陰涼通風處，以延緩後熟速度，延長食用期間。
2. 熟蕉處置 	過熟或出現斑點(色級指數7)的香蕉，可以剪刀或水果刀自果梗處將果指分離，也可先將皮剝除，裝入保鮮盒或大小適中的容器，蓋好後移入冰箱的蔬果保鮮區冷藏，可再延長良好風味的食用期間2-3天，冷藏後食用口感更佳。
3. 冷凍貯藏 	剝皮後的過熟香蕉，也可整條或切成薄片，放入塑膠袋中，置入冰箱冷凍庫中備用。
4. 多元利用 	經過冷凍的香蕉，可用來打果汁、製冰砂，或作成鬆餅、蛋糕等料理。以香蕉為食材可製作：香蕉麵包、香蕉冰棒、香蕉蛋糕、香蕉蛋捲、香蕉牛奶、香蕉香菇湯、香蕉精力湯、香蕉優酪乳、香蕉巧克力、香蕉冰淇淋、香蕉脆片、香蕉乾、香蕉糕、香蕉果凍、香蕉糖、香蕉冰、香蕉沙拉、香蕉涼拌、巧克力芝麻蕉、甜蜜知蕉、香蕉泥、香烤香蕉、香蕉花炒肉絲...等等香蕉點心與料理。
5. 營養功能	香蕉維生素B6是蘋果的9.2倍，並富含膳食纖維、醣類、蛋白質等營養成分，可促進腸道蠕動，維持消化系統健康，易剝食又有飽足感，是輕食最佳選擇。

6. 色級變化



香蕉催熟以後的顏色轉變



色級指數7的香蕉(俗稱芝麻蕉)