

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以三種不同豆腐與傳統豆腐製作臭豆腐之研究

作者：

陶玉婷。私立樹德家商。高三 21 班

黃奕柔。私立樹德家商。高三 21 班

楊元勝。私立樹德家商。高三 21 班

指導老師：

陳怡靜 老師

壹● 前言

說到台灣美食的小吃，很難不讓人想到「撲鼻生奇臭，入口發異香」的經典小吃—臭豆腐。曾經在九十四年台北十大夜市小吃票選中得前三名，傳聞說臭豆腐越臭越好吃？吃了之後卻會終身難忘，是甚麼原因？

本研究以臭豆腐為主題，因為它臭到讓人不敢靠近，但它的風味又很獨特，不去試吃看看又覺得很可惜。

發現到每一家店都是用傳統板豆腐下去炸，因此本研究將傳統板豆腐改為「油豆腐、百頁豆腐、凍豆腐」，並比較其中「口感、喜愛程度、購買意願」之差異。

貳● 正文

一、臭豆腐

清朝康熙年間，一個名叫王致和的人，在北京前門外延壽街開了一家豆腐坊。大熱的天，眼看著豆腐就要變餿。急得汗珠直滾。當汗珠流到嘴裡，一股鹹絲絲的味兒，忽然使他想到了鹽。他端出鹽罐，往所有的豆腐上撒了一些鹽，為了減除餿味，還撒上一些花椒粉之類，然後把它們放入廚房。過了幾天，店堂裡飄逸著一股異樣的氣味。他一下子想到發霉的豆腐，他隨手拿起一塊，放到嘴裡品嚐後，立刻呼喚老婆孩子，把全部的豆腐搬出店外擺攤叫賣。

二、豆腐介紹

- (一) 傳統板豆腐：一般稱為板豆腐，在裝模時皆用一版一版的木板成型。板豆腐呈豆花形態舀入模中成形時須用紗布包裹，其最大的特徵紗布包裹而形成的紋路就會產生。
- (二) 油豆腐：將豆腐以油炸加工的方式來增味的豆腐。因為經過油炸的關係，所以油豆腐在烹煮上較能保持完整的形狀，且油炸時帶出了黃豆的芳香和酥酥的口感。
- (三) 凍豆腐：由新鮮豆腐冷凍而成，所含的營養物質並沒有因冷凍過程而流失含有豐富的不飽和脂肪酸，有防止動脈硬化的效果。
- (四) 百頁豆腐：在製作的過程中，多了蒸的手續，使豆腐的組織較一般豆腐綿密紮實。多利用於素食料理及滷味料理，它可以保持形狀完好，其內部多孔隙易吸收滷汁而入味。
- (五) 嫩豆腐：嫩豆腐在倒入模型後用石頭壓乾，質地較板豆腐來得軟嫩，吃起來會較滑順，顏色也有些偏黃，適合用在煎、煮，口感滑嫩又不易在料理變形。
- (六) 蛋豆腐：由 100%純蛋製成，不含黃豆成份。其組織完整沒有被破壞，口感細緻滑嫩，色澤上較亮、清透，蛋香味較重。

三、臭豆腐食譜及分析

本組收集臭豆腐相關食譜整理如下：

以三種不同豆腐與傳統豆腐製作臭豆腐之研究





	書名	作者	出版社	豆腐
1	路篇排隊美食臭豆腐	江麗珠	楊桃文化	臭豆腐 6 小塊
2	阿基師偷呷步 2	三立電視台	台視文化	臭豆腐 2 塊
3	豆腐料理	林美慧	台視文化	臭豆腐 4 塊
4	蒸的清爽	程安琪、陳盈舟	旗林文化	豆腐 2 塊
5	豆製品	梁淑嫻	躍昇文化	臭豆腐 2 塊
6	陳鴻上菜	陳鴻	韜略文化	豆腐 1 盒
7	台灣風味小吃	李梅仙	躍昇文化	傳統豆腐 1 盒
8	新手食譜	梁瓊白	膳書房文化	臭豆腐 4 片
9	新手料理：中華素食館	蔡坤展	積木文化	臭豆腐 600 克

在以上 9 種不同製作方法的臭豆腐中，發現製做臭豆腐所使用的豆腐大多是採用板豆腐製作，考量研究者之操作方便，小組成員參照本校三位資深餐飲科老師之意見決定實驗之食譜。

四、臭豆腐製作方法

臭豆腐名稱	主材料	材料	做法
傳統臭豆腐	傳統板豆腐	臭豆腐 4 塊 醬油 1/2 大匙 辣椒醬 1 大匙 蒜末 1 大匙	將臭豆腐用熱油油炸至金黃色起鍋切塊，淋上醬油及辣椒醬，蒜末可依個人喜好食用。
自製臭豆腐	百頁豆腐 凍豆腐 油豆腐		

五、製作臭豆腐使用之器具、設備

鐵鍋	漏杓	菜刀	砧板
			

六、研究流程

本研究的研究流程分為準備、試做、實驗、施測、統計資料五階段。茲以下表簡要敘述實施過程：

準備階段 99 年 10 月～100 年 01 月
1. 收集相關資料及文獻。
2. 臭豆腐試作。
3. 官能品評問卷的編制。
傳統臭豆腐及自製臭豆腐製作 實驗處理 100 年 1 月～3 月

抽樣試吃，填寫問卷
<ol style="list-style-type: none"> 1. 研究對象本研究以蓮池潭路人隨機一百位為研究對象，採立意抽樣，從中抽出男女各五十位為本研究實驗對象。 2. 問卷發出 100 份，回收 100 份。
資料分析
<ol style="list-style-type: none"> 1. 以 Excel 製作統計分析圖表進行問卷資料分析。 2. 以 Word 文書處理書寫專題內容。

七、結果分析表

(一) 四種不同的豆腐製作臭豆腐的口感之百分比差異統計表

問卷題目	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意	合計
我覺得傳統豆腐的口感最好	8%	7%	32%	38%	15%	100%
我覺得百頁豆腐的口感最好	15%	37%	31%	13%	4%	100%
我覺得凍豆腐的口感最好	4%	24%	44%	24%	4%	100%
我覺得油豆腐的口感最好	5%	32%	42%	14%	7%	100%

(二) 四種不同的豆腐製作臭豆腐的喜愛程度之百分比差異統計表

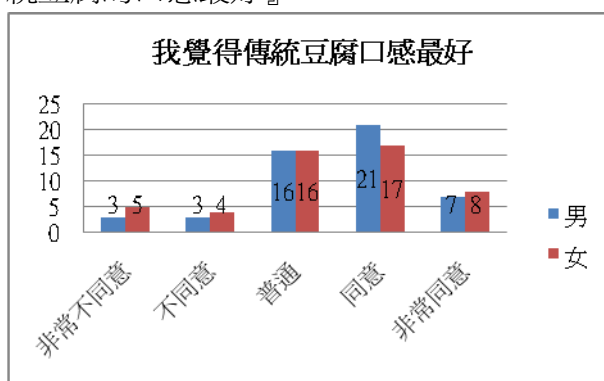
問卷題目	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意	合計
我喜歡炸傳統豆腐	4%	11%	33%	37%	15%	100%
我喜歡炸百頁豆腐	12%	45%	21%	20%	2%	100%
我喜歡炸凍豆腐	4%	25%	35%	30%	6%	100%
我喜歡炸油豆腐	10%	26%	41%	18%	5%	100%

(三) 四種不同的豆腐製作臭豆腐的購買意願之百分比差異統計表

問卷題目	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意	合計
我願意花錢去買炸傳統豆腐	10%	11%	31%	36%	12%	100%
我願意花錢去買炸百頁豆腐	12%	41%	26%	18%	3%	100%
我願意花錢去買炸凍豆腐	9%	22%	36%	27%	6%	100%
我願意花錢去買炸油豆腐	10%	26%	37%	21%	6%	100%

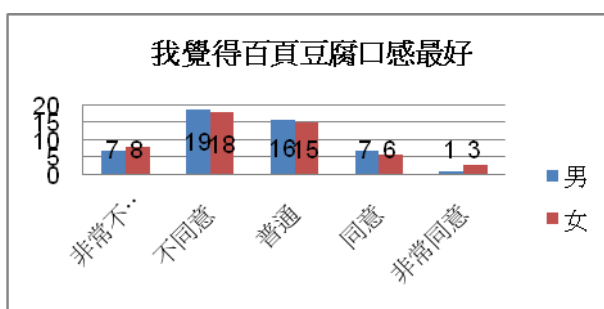
八、四種不同的豆腐製作臭豆腐的口感之人數差異統計表

(一) 在『我覺得傳統豆腐的口感最好』



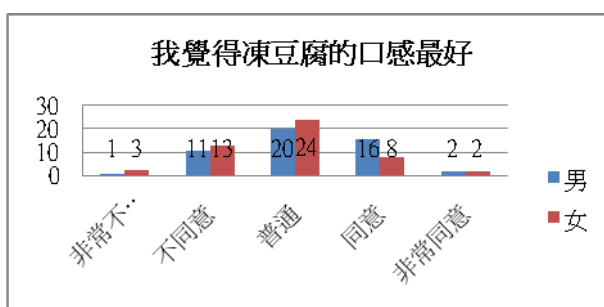
在『我覺得傳統豆腐的口感最好』的選項中，有 15% 的人表示不同意，有 53% 的人表示同意，另外有 32% 的人表示無意見。

(二) 在『我覺得百頁豆腐的口感最好』



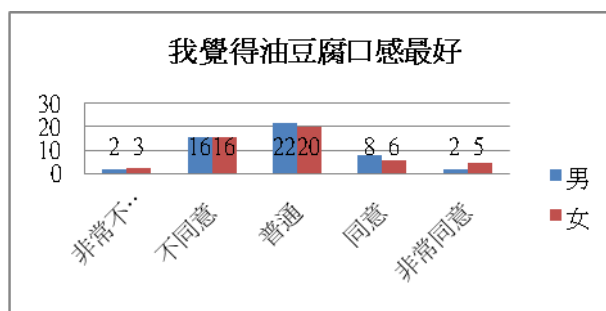
在『我覺得百頁豆腐的口感最好』的選項中，有 52% 的人表示不同意，有 17% 的人表示同意，有 31% 的人表示無意見。

(三) 在『我覺得凍豆腐的口感最好』



在『我覺得凍豆腐的口感最好』的選項中，有 28% 的人表示不同意，有 28% 的人表示同意，另外有 44% 的人表示無意見。

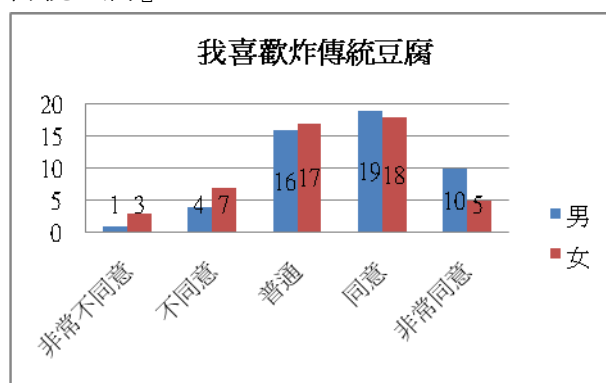
(四) 在『我覺得油豆腐的口感最好』



在『我覺得油豆腐的口感最好』的選項中，有 37% 的人表示不同意，有 21% 的人表示同意，有 42% 的人表示無意見。

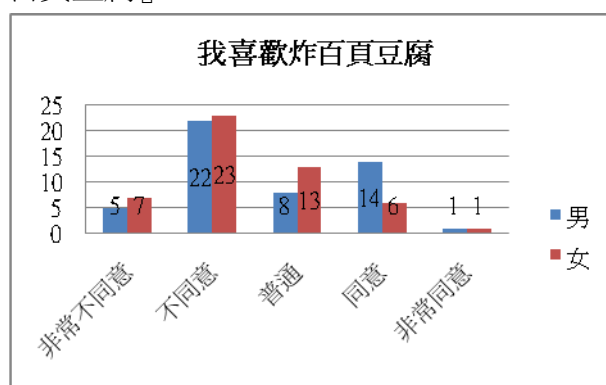
九、四種不同的豆腐製作臭豆腐的喜愛程度之人數差異統計表

(一) 在『我喜歡炸傳統豆腐』



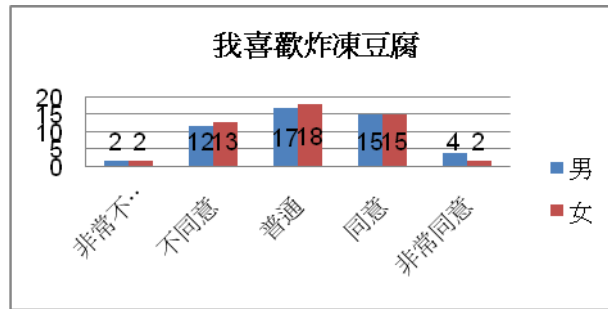
在『我喜歡炸傳統豆腐』的選項中，有 15% 的人表示不同意，有 52% 的人表示同意，有 33% 的人表示無意見。

(二) 在『我喜歡炸百頁豆腐』



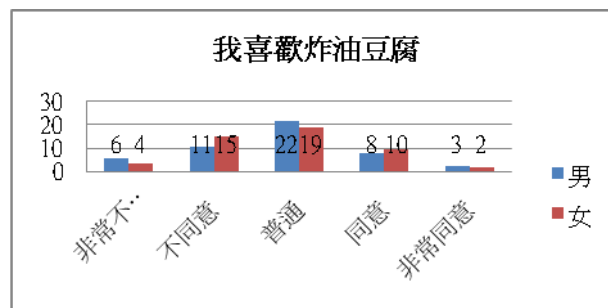
在『我喜歡炸百頁豆腐』的選項中，有 57% 的人表示不同意，有 22% 的人表示同意，有 21% 的人表示無意見。

(三) 在『我喜歡炸凍豆腐』



在『我喜歡炸凍豆腐』的選項中，有 29% 的人表示不同意，有 36% 的人表示同意，有 35% 的人表示無意見。

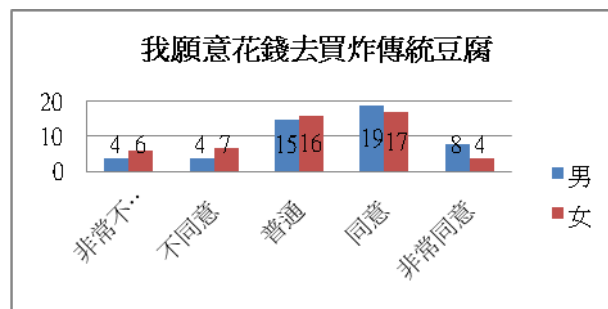
(四) 在『我喜歡炸油豆腐』



在『我喜歡炸油豆腐』的選項中，有 36% 的人表示不同意，有 23% 的人表示同意，有 41% 的人表示無意見。

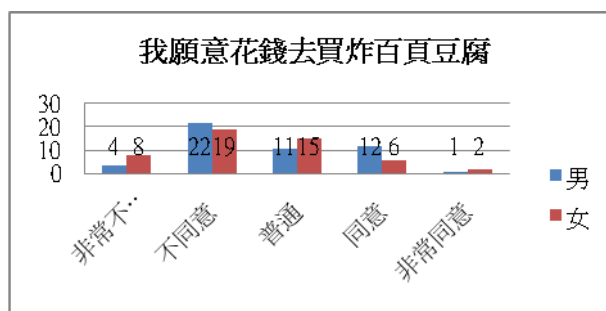
十、四種不同的豆腐製作臭豆腐的購買意願之人數差異統計表

(一) 在『我願意花錢去買炸傳統豆腐』



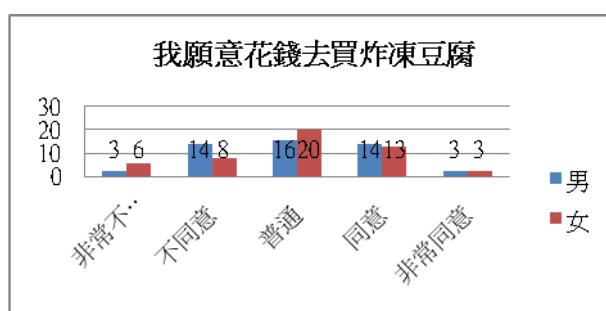
在『我願意花錢去買炸傳統豆腐』的選項中，有 21% 的人表示不同意，有 48% 的人表示同意，有 31% 的人表示無意見。

(二) 在『我願意花錢去買炸百頁豆腐』



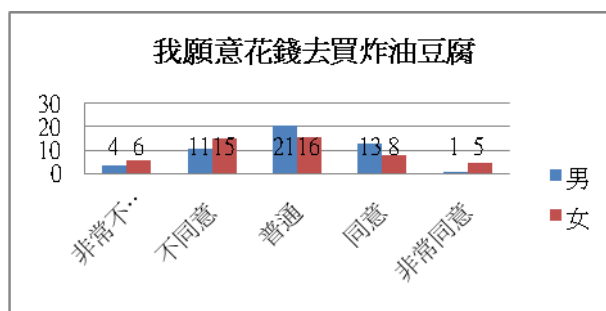
在『我願意花錢去買炸百頁豆腐』的選項中，有 53% 的人表示不同意，有 21% 的人表示同意，有 26% 的人表示無意見。

(三) 在『我願意花錢去買炸凍豆腐』



在『我願意花錢去買炸凍豆腐』的選項中，有 31% 的人表示不同意，有 33% 的人表示同意，有 36% 的人表示無意見。

(四) 在『我願意花錢去買炸油豆腐』



在『我願意花錢去買炸油豆腐』的選項中，有 36% 的人表示不同意，有 27% 的人表示同意，有 37% 的人表示無意見。

參● 結論與建議

- 一、使用四種不同豆腐製作臭豆腐在『口感』上，傳統豆腐優於百頁豆腐優於油豆腐優於凍豆腐。
- 二、比較四種不同的豆腐在『購買意願』上的差異傳統豆腐優於百頁豆腐優於油豆腐優於凍豆腐。

三、比較四種不同的豆腐在『喜愛程度』上的差異傳統豆腐優於百頁豆腐優於油豆腐優於凍豆腐。

四、根據以上的統計結果，可以發現傳統豆腐製作的臭豆腐讓大眾比較被接受，而百頁豆腐製作的臭豆腐讓大眾比較不被為接受，這就是為甚麼市面上的臭豆腐大多都是使用傳統豆腐製作而成。

肆● 引註資料

大都會文化編輯部(2007):路邊攤排隊美食 DIY。台灣。大都會文化事業有限公司。

朱振藩(1999):美食家菜單。台灣。時報出版

江麗珠(2007):名師交妳蒸、煮、烤、炸「臭豆腐」，原來小本創業非難事。台北市。楊桃文化。

江麗珠(2007):路邊排隊美食臭豆腐。台北市。楊桃文化。

何瑞元(1984):老外與臭豆腐。台北市。皇冠。

吳忠清(2008):小吃排行榜系列。台北市。台視文化。

李梅先(1998):台灣風味小吃。台灣。躍昇文化。

季薈(1995):百變豆腐食譜。台北市。龍吟。

林光譯(1990):下酒小菜。台北市。尖端。

林美慧(2002):豆腐料理。台北市。臺視文化。

邱寶鈞(2007):百變健康素豆腐。台灣。雅書堂文化。

非凡電視台製作(2004):六小吃排行榜。台北市。台視文化公司。

威廉·夏利夫;肯柳昭子著徐薇唐譯(2005):豆腐之書。台北市。柿子文化。

梁淑嫻(1999):豆製品。台北。躍昇文化。

梁瓊白(1997):新手食譜。台灣。膳書房文化。

連愛卿(1996):台灣地方小吃。其他地區。唐代。

連愛卿(1996):台灣地方美食。其他地區。唐代。

連愛卿(1996):台灣美味。台灣。唐代。

連愛卿(2004):致富小吃沾醬大破解。台灣。楊桃文化。

郭明輝(2001):臭豆腐做佳餚。台北市。鼎鑑文化。

郭明輝(2001):臭豆腐做佳餚。臺北縣新店市。鼎鑑文化。

陳琮仁(2009):簡易拿手菜：蛋豆腐料理。台灣。桂氏。

陳鴻(1997):陳鴻上菜。台灣。韜略文化。

程安琪、陳盈舟(2007):蒸的清爽。台灣。旗林文化。

楊淑燕(2007):夜市流行小吃。台灣。三藝文化。

葉文龍(2004):風尚下酒菜。台北市。臺視文化。

蔡坤展(2003):新手料理:中華素食館。台灣。積木文化

鄭衍基(2006):阿基師偷呷步 2。台灣。台視文化