

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以高雄漁會茄汁秋刀魚罐頭製作壽司研究之探討

作者：

蔡沛錡。私立樹德家商。餐飲管理科三年 20 班

指導老師：

毛德馨 老師

壹●前言

一、研究背景

對於壽司在台灣的影响，可是頗有知名度的，因為台灣人喜歡吃米食，認為吃米食才會有飽足感。然而，台灣人總是忙碌於工作，正餐時間總是草草結束一餐，這樣既是不好消化更是對身體產生傷害，容易造成腸胃不適，而壽司簡單便利，方便吃內餡又豐富，在忙碌時，也能好好享受用餐的時光，內餡更是營養豐富。

傳統壽司在一般的市場上都能隨處可見，簡單的白米飯中夾雜了一點食材，外層用了一片海苔覆蓋著，簡簡單單的米食料理，香Q又美味，選擇作為早餐、午餐、晚餐，都很方便，對於上班族，食用也很OK。

二、研究動機

現在的傳統壽司很普遍，任何地方都買的到，往往都只能吃到肉鬆、鮪魚等口味，內餡也是固定的幾樣食材，毫無變化性可言，所以本研究探討去改變壽司裡面固定原有的餡料，以不同食材去呈現，讓壽司多了另一個口味的變化，不再是傳統壽司單調的口味，而是呈現出另一種風味獨特、口感特別的壽司。

簡簡單單又好食用的壽司，可以更進一步的研究與探討，讓我們上班族又可以多一些口味作選擇，為自己的營養加分。

三、研究目的

為了讓「壽司」有不一樣風味的口感與味道，本組研究使用了高雄漁會特產的茄汁秋刀魚罐頭的茄汁秋刀魚肉去呈現，成為代替肉鬆、鮪魚的主要餡料，去了解以茄汁秋刀魚製作壽司在香氣、色澤以及喜愛程度的影響。

研究目的 1: 以茄汁秋刀魚製作壽司聞起來的「香氣」之影響。

研究目的 2: 以茄汁秋刀魚製作壽司看起來的「色澤」之影響。

研究目的 3: 以茄汁秋刀魚製作壽司嚐起來的「喜愛程度」之影響。

貳●正文

一、茄汁秋刀魚罐頭：

茄汁秋刀魚罐頭是由高雄區漁會研發出來的，自民國九十七年上市以來，一直深受社會大眾的肯定，消費者佳評如潮，尤其是過年的年節來到時，更是成為超熱門搶手貨的伴手禮。

茄汁秋刀魚罐頭是於民國九十六年度研發而成的，其食材都是嚴選一號秋刀魚，油脂豐富，並且都經過去肚的清潔處理，加上獨特的配方調味，吃來入味回甘，深受消費者喜愛，也印證了業者常說的「秋刀魚大尾才有油」的說法。

高雄漁會強調，未來將再研發更多口味之產品，以滿足消費者的需求。(高雄漁會網站)。

(一)茄汁秋刀魚營養價值：

秋刀魚肉含有高度優質蛋白質，易被人體消化、吸收與利用。富含 EPA 與 DHA 等高度不飽和脂肪酸、牛磺酸、維生素E 及維生素 B12，營養價值非凡。(高雄漁會網站)。

豐富的蛋白質可預防體重減輕、肌肉萎縮，容易疲勞、貧血等。倘若是嚴重缺乏蛋白質時，會出現營養不良性的水腫。

二、壽司：

在日本，壽司料理都是指用鹽漬可以久藏的魚類。大約在西元三世紀由中國沿海地方傳至日本，原先只是以鹽醃製的鹹魚，後來改為以米飯醃魚，製成後將魚與米飯一起食用，這即是現今壽司料理的前身。(鐘東明，1993)。

雖然壽司最早來自中國，但在千年的發展之後，卻成為日本文化的代表之一，在日本料理，壽司可算是半正式的餐點，不含在套餐的菜餚中，比較像中國北方的水餃或義大利的披薩，並有豐富的變化。除了最常運用到的醋飯和海苔外，海鮮及雞蛋、魚卵、生蔬菜甚至水果都是常見的食材。

以高雄漁會茄汁秋刀魚罐頭製作壽司研究之探討

表 2-1 壽司食譜綜合分析表

	書名	作者	出版社	外皮	內餡
1	日本料理	蔡新發	台視文化	海苔	小黃瓜. 香菇絲.
2	花式壽司捲	龍崎英子	楓書文化	海苔	山牛蒡. 醃野澤菜
3	壽司和丼飯	鍾東明	笛藤出版	豆皮	蝦鬆. 葫蘆乾...
4	創意壽司動手做	田所靜子	台灣東販	豆皮	葫蘆乾. 香菇.蓮藕
5	極上之味	黃宏輝	城邦文化	海苔	鮭魚. 小黃瓜.蛋. 肉鬆
6	新食感-創意壽司	無	東販出版	蟹黃卵	蟹黃. 小黃瓜 .萵苣
7	壽司的技法	小澤諭	笛藤出版	海苔	鮭魚. 芥末
8	小朋友最愛吃的 壽司飯糰	林瑛淑	躍昇文化	蛋皮.海苔	煙燻鮭魚片 蘆筍
9	忙碌時也能輕鬆 製作的基本和食	大庭英子	瑞昇文化	海苔絲	鮭魚
10	第一次作日本料理	鈴木登紀 子	東販出版	海苔	葫蘆乾. 香菇

以高雄漁會茄汁秋刀魚罐頭製作壽司研究之探討

綜上所述，在以上 10 種不同材料製作方法的壽司中，可以發現製作壽司所使用的外皮大多是採用海苔製作，少許配方中會使用豆皮，食譜上並沒有使用到秋刀魚肉，經由組員討論，並參照指導老師年資超過 10 年之專業中餐老師之意見，並參考書面的作法，且經過三次以上試做穩定實驗觀察之作品。

三、茄汁秋刀魚壽司製作材料與食譜

表 2-2 茄汁秋刀魚壽司製作材料與食譜

壽司名稱	調味料	材料	做法
茄汁秋刀魚壽司	壽司醋: 醋1/2杯 糖2T 鹽1t 蛋調味: 糖2T 鹽適量 酒1t	米3杯 蛋4顆 小黃瓜1條 茄汁秋刀魚1罐 豆支適量	<ol style="list-style-type: none"> 1. 煮飯，水與米的比例 1：1。煮熟後燜 10 分鐘拌入壽司醋 2. 海苔以小火稍微烤香。 3. 蛋調味，煎蛋從外側向內疊成 3 折至熟，再用竹簾將蛋塊壓成形，1 開 2，備用。 4. 小黃瓜 1 開 4，適量鹽醃。 5. 將一片海苔鋪在竹簾上，手沾少許油將壽司飯平鋪在海苔上，在飯上劃 4 條線溝放入餡料→<1.小黃瓜 2.茄汁秋刀魚肉 3.豆支 4.千層蛋捲>，手握前方之海苔，朝另一端蓋上，推整成圓形，並將兩端壓平 6. 切壽司時，刀刃抹上醋水，切一次抹一次，一捲切成 6~8 等分。

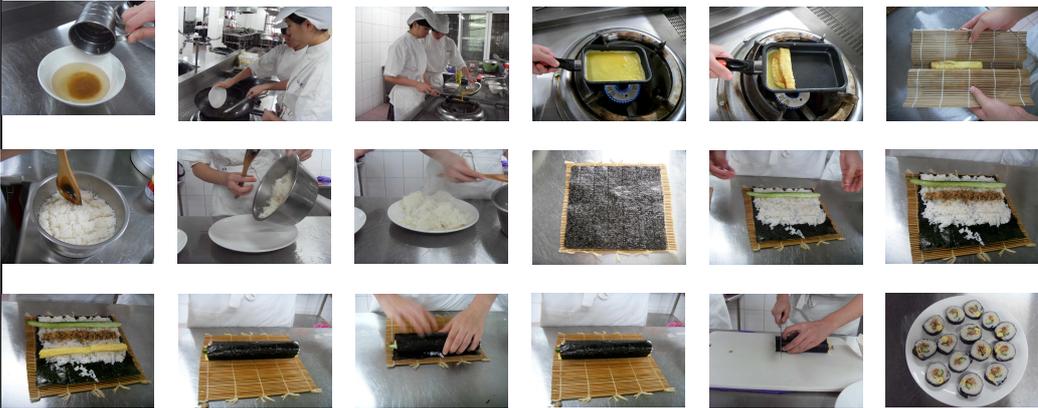
四、研究茄汁秋刀魚壽司所使用之器具設備

表 2-3 茄汁秋刀魚壽司所使用之器具設備

電鍋	塑膠匙	量杯	過濾網
			
刀子	叉子	湯匙	圓盤
			
湯碗	木匙	竹簾	紙巾
			
紅沾板	白沾板	扣碗	夾子
			

五、研究流程

表 2-4 茄汁秋刀魚壽司研究流程

準備階段100年9月~10月	
<ol style="list-style-type: none"> 1.收集相關資料及文獻 2.茄汁秋刀魚壽司試作 3.三位專業教師，試吃壽司確認壽司品質。 4.官能品評問卷的編製 	
茄汁秋刀魚壽司製作 實驗處理100年10月~11月	
	
抽樣試吃，填寫問卷 100年12月26日	
<ol style="list-style-type: none"> 1. 事先通知好學弟妹的導師或是任課老師。 2. 茄汁秋刀魚壽司製作完成後分割100份。 3. 到學弟妹班級進行抽樣試吃，填寫問卷。 	
資料分析及撰寫專題 100年12月26日~12月30日	
<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。 	

六、研究結果

一、研究分析

本研究針對茄汁秋刀魚壽司在「香氣」、「色澤」、「喜愛程度」之得分統計，以試吃結果進一步比較分析，問卷來源是本校全年級正規班餐管科 100 同學，可用問卷共計 94 人，6 人間卷為廢票，其統計結果分析如下：

表 2-5 年級試吃者對茄汁秋刀魚壽司的香氣、色澤、喜愛程度之比較統計表：

問卷題目	年級	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1.以茄汁秋刀魚製做壽司聞起來較香Q	一年級	0	0	3	11	5
	二年級	2	2	11	8	12
	三年級	0	7	13	11	9
2.以茄汁秋刀魚製做壽司看起來較鮮豔	一年級	0	1	8	6	4
	二年級	3	0	8	16	8
	三年級	0	0	8	16	16
3.以茄汁秋刀魚製做壽司看起來較引起食慾	一年級	0	1	4	9	5
	二年級	2	2	6	14	11
	三年級	0	2	10	15	13

表 2-6 性別試吃者對茄汁秋刀魚壽司的香氣、色澤、喜愛程度之比較統計表：

問卷題目	性別	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1.以茄汁秋刀魚製做壽司聞起來較香Q	男生	1	4	10	12	12
	女生	1	5	17	18	14
2.以茄汁秋刀魚製做壽司看起來較鮮豔	男生	1	9	18	10	1
	女生	2	0	15	20	18
3.以茄汁秋刀魚製做壽司看起來較引起食慾	男生	0	3	8	16	12
	女生	2	2	12	22	17

二、茄汁秋刀魚壽司結果分析：

(一)、我覺得茄汁秋刀魚壽司很特別

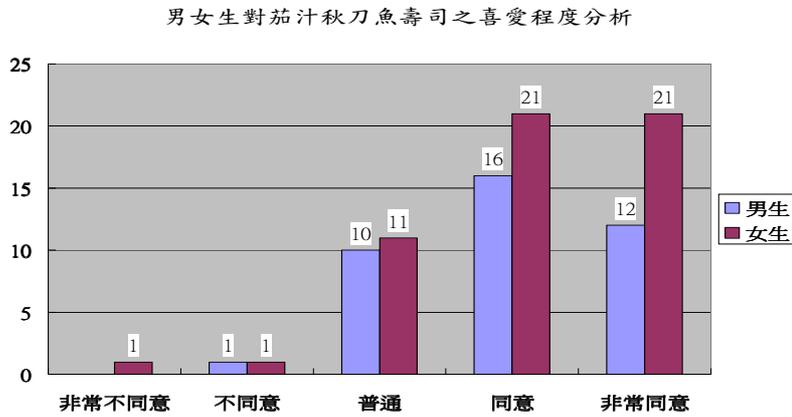


圖 2-1

在『我覺得茄汁秋刀魚壽司很特別』選項中，74%(70人)認為茄汁秋刀魚壽司很特別，22%(21人)認為普通，認為不同意的僅佔3%(3人)。

(二)、我覺得茄汁秋刀魚壽司很有特色

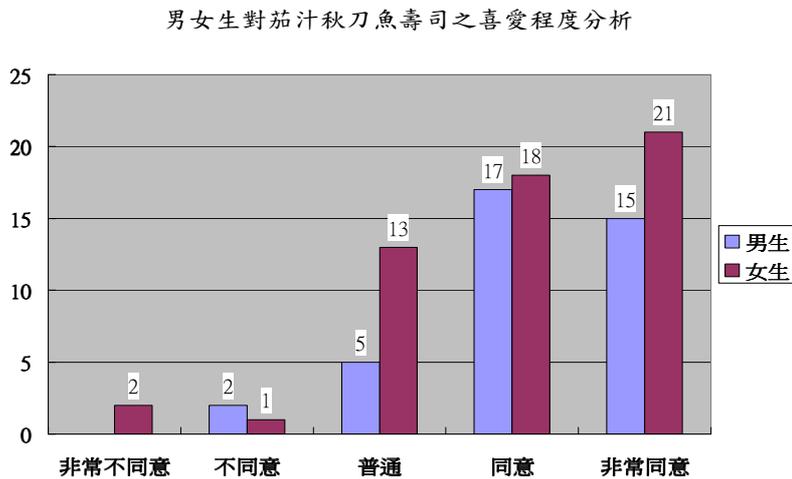


圖 2-2

在『我覺得茄汁秋刀魚壽司很有特色』選項中，76%(71人)認為茄汁秋刀魚壽司很有特色，19%(18人)認為普通，認為不同意的僅佔5%(5人)。

(三)、我覺得茄汁秋刀魚壽司別有一番風味

男女生對茄汁秋刀魚壽司之喜愛程度分析

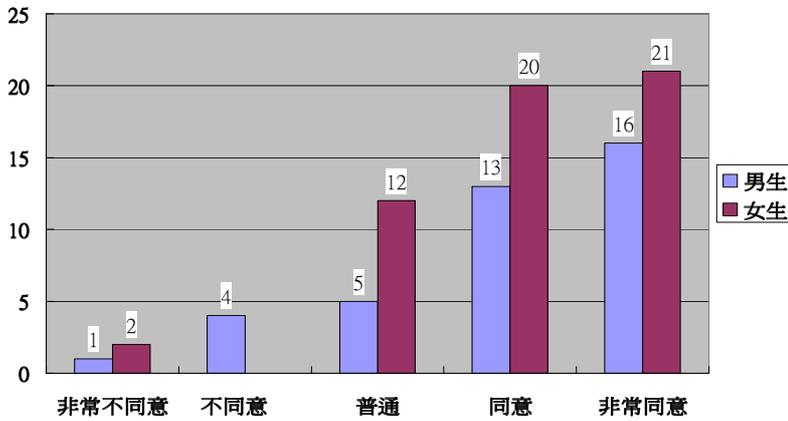


圖 2-3

在『我覺得茄汁秋刀魚壽司別有一番風味』選項中，74%(60人)認為茄汁秋刀魚壽司別有一番風味，18%(17人)認為普通，認為不同意的有7%(7人)。

參●結論

一、結論

根據研究方法與實驗結果，將茄汁秋刀魚壽司在「香氣」「色澤」「喜愛程度」之分析，綜合整理得到以下結論：

(一) 香氣

在香氣上，我們發現茄汁秋刀魚壽司聞起來很香，是因為它本身就有茄汁香氣，所以在聞起來的香氣都充滿自然而然的茄香，所以從調查中可以了解樹德家商餐飲管理科的男生女生都認為茄汁秋刀魚壽司比較香。

(二) 色澤

在色澤上，我們發現茄汁秋刀魚看起來很鮮豔，是因為茄汁秋刀魚本身帶有紅色的醬汁，讓整個壽司增添了淡淡醬汁的色彩，看起來十分的美味，所以從調查中可以了解樹德家商餐飲管理科的男生女生都認為茄汁秋刀魚壽司比較鮮豔。

(二) 喜愛程度

在喜愛程度上，我們發現樹德家商餐飲管理科不論是男生或是女生對於茄汁秋刀魚壽司很喜愛，由此可見餐飲管理科所調查的學生都非常喜歡茄汁秋都於壽司。

二、建議

(一)、本研究僅針對象為樹德家商之全年及餐飲科同學，不足以代表大眾，希望後續研究者可將研究層面擴大至一般大眾，藉以了解茄汁秋刀魚壽司之市場接受度及推廣可行性。

(二)、本研究的茄汁秋刀魚，為本土高雄漁會所製造的人氣商品，希望後續研究者能將茄汁秋刀魚融入其他食品中，做成美味的佳餚，例如：茄汁秋刀魚包子、茄汁秋刀魚水餃等等，探討其香氣、色澤，與一般大眾喜愛程度。

肆●引註資料

- 蔡新發 (1999)。日本料理。台北。台視文化
龍崎英子 (2007)。花式壽司捲。台北。楓書文化
鐘東明 (1993)。壽司和井飯。台北。笛藤出版
田所靜子 (1998)。創意壽司動手做。台北。台灣東販
黃宏輝 (2007)。極上之味。台北。城邦文化
無 (2004)。新食感－創意壽司。台北。東販出版
小澤諭 (2005)。壽司的技法。台北。笛藤出版
林瑛淑 (2006)。小朋友最愛吃的壽司飯糰。台北。躍昇文化
大庭英子 (2000)。忙碌時也能輕鬆製作的基本和食。台北。瑞昇文化
鈴木登紀子(1997)。第一次做日本料理。台北。東販出版