

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：以各式醬汁搭配改良式方餃之研究

作者：

劉清儀。私立樹德家商。高三 20 班

林雅婷。私立樹德家商。高三 20 班

林淑媚。私立樹德家商。高三 20 班

指導老師：

楊又齡老師

壹●前言

一、研究背景

義大利麵的由來，其實眾說紛紜，最為廣為流傳的就是源自中國。相傳義大利探險家馬可波羅在中國住 17 年後，於西元 1292 年將麵食帶回義大利。另一種說法是，中世紀時期統治西西里的阿拉伯人已經開始吃義大利麵了。還有據說西元一世紀時羅馬人就吃義大利麵！而那時希臘人吃一種像千層麵的麵食。無論哪個故事屬實，總之，義大利麵肯定是個古老的食物，而且流傳至今還廣受歡迎呢！而我們所研究的主題——方餃就是從義大利麵演變而來的。

Ravioli 在義大利不同地區還有其他別稱，好比說在皮蒙特稱為小小羊，在艾米利亞-羅馬涅地區則稱為小帽子。Ravioli 麵皮材料主要是麵粉、雞蛋和水，有時也會加入番茄汁或菠菜汁增添顏色。內餡材料一般為火腿、羅勒葉、牛柳和帕馬森乾酪，有時也會使用雞肉、檸檬皮和蛋黃。Ravioli 內餡最重要的是蔬菜的比例要比其他的高。

現在方餃到處都有，若想找到特定食譜的起源，就要從餡料下手。無論如何，方餃現在大多佐鼠尾草奶醬或淡味茄醬，偶爾也佐「醃然醬」一些許煮麵水澆上少量紅酒。（雅各·甘迺迪，2011）

二、研究動機

醬汁在我們飲食中是不可或缺的東西，而這次學校給我們的主題是餃子。既然是餃子，那麼大家就會聯想到，我們吃餃子通常會沾醬油。但我們並沒有要做中式餃子的研究，而是要異於常人的來研究國外的餃子——義大利方餃。

因為製作義大利方餃的地方靠近法國，所以他非常注重排場。也因為是在義大利的北邊畜牧業較發達。所以食物中含有較多的乳酪、風乾火腿、奶油、肉類等。因為北方為大都會薈萃之地，飲食較講究，口味雖然清淡，不過奶油卻放的很多。

並不是亞洲國家才有吃餃子的習慣，西方國家的義大利也是有餃子的。雖然兩種餃子的做法大致相同，但外型、烹調方式和搭配醬汁卻不盡然完全相同。

亞洲餃子大都呈元寶形狀，而醬汁只是單調的醬油混合香油。而義式方餃形狀雖然大部分是四方形的，但各個鄉鎮卻有自己奇特的形狀，烹調方法更是豐富多樣。

最重要的是醬汁可說是千奇百怪啊！因為他可以隨著人們的喜好而有所改變。但主要的醬汁還是以義大利麵的紅醬、白醬、青醬為主。

我們以義式方餃的方餃來做為這次的主題，是因為他跟我們台灣的餃子不一樣。他的形狀是方方正正的，而裡面還有湯湯水水的醬汁，不像我們是屬於用沾醬的。不一定每個人都會喜歡這樣的味道和烹調方法。

還有我曾經，聽有人說過義式方餃不錯吃，但真正到當地去吃時，才發現這道料理的奶油放的相當的重。前幾口嘗起來還不錯，但吃到最後才發現它太過於油膩，而會讓人食不下嚥，所以本組才想說要來做各個國家都可以接受的口味！

還有我們為何想用改良式方餃，是因為義式方餃的內餡蔬菜較多，但台灣人比較喜歡吃肉。所以本組想用台灣最普遍的豬肉高麗菜來當我們改良式方餃的內餡。

所以本組想用義式方餃的「型」來搭配世界各地，適合當地人口味的醬汁或使用屬於各個國家特有的醬汁，來做出大家都喜愛的美味餐點。

三、研究目的

經過討論後，我們想用最簡單的方法，就是把各國當地的醬汁融入方餃中。這樣大部分的人都會因為是自己所熟悉的味道，而比較容易試著嘗試看看。

世界上有各式各樣的美味醬汁，讓我們很難抉擇要選出拿哪幾種醬汁來比較。最後經過小組討論，我們決定用亞洲各地特有的醬汁來跟原本的淡味茄汁醬比一比。說不定我們最後還可以創造出全新的口味來搭配方餃。

最後我們決定用「台式紅燒」「日式味噌」「客家桔醬」還有當地的「義式淡味茄汁醬」來做我們研究的醬汁！

用義式淡味茄汁醬和台灣紅燒、日本味噌、客家桔醬來比較。料理後以上哪種醬汁最香、烹煮後的色澤變化，跟最後入口的味道。加以整理出四種醬汁搭配方餃的優缺點！

- (一) 探討以上四種醬汁搭配改良式方餃的香氣哪一個最香
- (二) 探討以上四種醬汁搭配改良式方餃的色澤哪一個最美

(三) 探討以上四種醬汁搭配改良式方餃的味道哪一個最棒

貳●正文

一、文獻探討

(一)餃子的歷史

餃子源於古代的角色。早在三國時期，魏張揖所著的「廣雅」一書中，就有提到這種食品。但那時的餃子煮熟以後，不是撈出來單獨吃，而是和湯一起盛在碗裡混著吃，到了唐代，餃子已經變得和現在的餃子幾乎一樣，而且是撈出來放在盤子裡單個吃。

據考証：它是由南北朝至唐朝時期的「偃月形餛飩」，和南宋時的「燥肉雙下角子」發展而來的，距今已有一千四百我年的歷史了。清朝有關史料記載說：「元旦子時，盛饌同離，如食扁食，名角子，取其更歲交子之義」。

(二)餃子的故事

相傳東漢年間，「醫聖」張仲景曾任長沙太守，後辭官回河南老家，正好趕上冬至這一天，他看見老百姓饑寒交迫，兩隻耳朵凍傷，病死的人很多，所以等他一回到家，登門求醫的人接踵而來，全是鄉裡有錢人，張仲景從早忙到晚，可是心中仍記掛著那些凍傷耳朵的窮鄉親們；到了冬至那一天，他就把家中的工作交給弟子們，自己到一塊空地上搭起醫棚，給窮人捨藥治療凍傷，藥方的名字叫做「祛寒嬌耳湯」。

做法是先把羊肉、辣椒和一些祛寒的藥材放在鍋裡熬煮，等煮熟後，將羊肉及藥材撈起切碎，用麵皮包成耳朵樣子的「嬌耳」，再下鍋煮熟，來乞藥的人們，每人都給一大碗湯，兩雙嬌耳，大家吃了祛寒嬌耳湯後，只覺得渾身溫暖，兩耳發熱。就把鄉親們的耳朵治好了。

張仲景捨「祛寒嬌耳湯」的事一直在民間流傳著。爲了紀念他爲人們治病，所以每到冬至這一天，人們都要包嬌耳吃。「嬌耳」又稱「餃兒」，也就是現在我們所吃的餃子。

(三)方餃

義式方餃(Ravioli)就是包餡的義大利式麵，普通是長方形或正方形的。聽說

中世紀以後，約 13、14 世紀時，在北義大利面臨第勒尼海的利古里亞省所發明的。因為接近阿爾卑斯山麓酪農出產乳製品豐富，所以奶油被充分利用在各種料理上，如千層麵、三角帽麵餃及方餃等。

(四)方餃的由來

麵餃類原本是中世紀王公貴族的御膳料理，後來慢慢流入平民百姓家中，變成家常菜色；時至今日，它依舊地位特殊，尤其是每逢節慶或紀念日，義大利不分南北都會端出這道菜餚來。沒有哪樣東西能像方餃這樣所向披靡，擄獲所有人的味蕾。

這款由夾這餡料的兩張方麵皮黏合而成的餃子廣受大家喜歡。也有一說，方餃是一千一百多年阿拉伯人入侵西西里島的遺緒：土耳其小餃子。熱那亞地區的人也認為他們的家鄉是方餃的原鄉，而且認定方餃 (ravioli) 一字源自 rabilole(當地方言一指「沒啥用的東西」)，指的是餓得發昏的窮水手用殘羹剩菜湊合出來的一頓麵食。

他也很可能源自中世紀的一道菜餚，「rabbioal」(從拉丁文 rapa 演變而來，意思是指「根莖類蔬菜」):蕪菁葉包利科塔乳酪蔬菜餡的菜捲。最可信的說法是，ravioli 一字純粹來自義大利文 avvolgere，意思是「包覆」。(雅各·甘迺迪，2011)

(五)醬汁

義大利麵食好吃與否，除了麵團本身是一大重點外，搭配的醬料更是關鍵之一。粗細、厚薄不一的麵糰，加入義大利麵醬汁和不同的食材後，不僅兼具便利，更有著畫龍點睛的效果。以多種辛香料、調味料和食材烹煮而成的義大利麵醬汁，在搭配了不同麵條和不同烹調手法後，就成了餐桌上最精采的美味。(吳庭宇，2011)

本組使用四種醬汁為：

- 1、義式淡味茄汁醬
- 2、台式紅燒
- 3、客家桔醬
- 4、日式味噌

種類	材料
義式茄醬	蕃茄醬/糊/罐頭，糖 鹽 新鮮番茄
台式紅燒	水 醬油 糖 太白粉 香油
客家桔醬	金橘 細砂糖 糖 鹽 酒 果糖 蜂蜜

日式味噌	味噌 鹽
------	------

(表 1、四種醬汁的材料)

二、研究方法

(一)研究步驟

本組將醬汁與改良方餃分兩階段，第一階段將醬汁完成，第二階段再將改良式方餃川燙至 9 分熟，即可沾食。將之過程記錄拍照記錄，並以小組品評試吃的方式來進行評分，在外觀及口感部分得分高分者為本專題之成品。



(圖 1、四種醬汁搭配改良式方餃)

(二)問卷調查對象

以樹德家商 3 年 20 班 30 位學生為研究對象，進行產品品評，共發放 30 份問卷，來調查消費者對於各種醬汁口味的喜愛度，在產品的香氣、色澤、味道上做比較。

1、本研究以感官品評方法填寫問卷，以眼看、鼻聞、口嘗(品評每一個樣品須漱口)，依以下所列數字寫下對該樣品之感官特性的接受程度。評分標準則以李克特五點量表衡量醬汁香氣、醬汁色澤、醬汁味道、整體喜愛程度：1 代表非常不喜歡 2 代表不喜歡 3 代表普通 4 代表喜歡 5 代表非常喜歡。

2、我們以樹德家商餐飲科 3 年 20 班為對象，男生和女生共 30 人，收回了 30 份有效問卷。

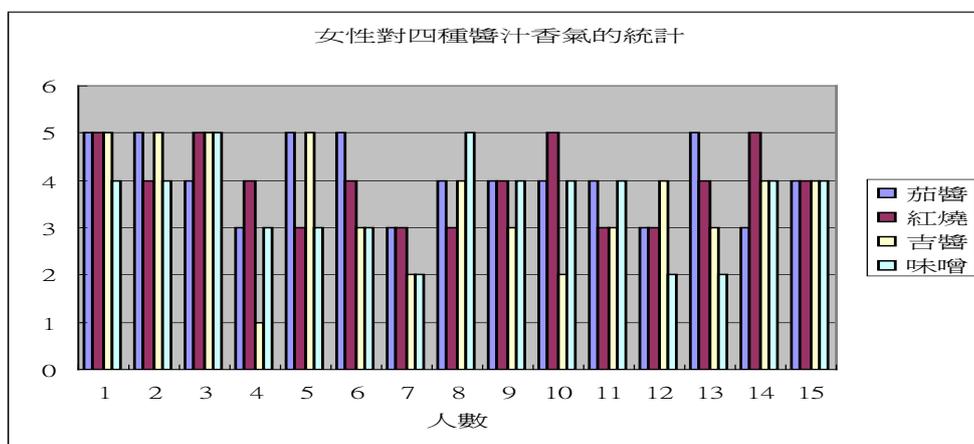
3、使用 Excel 作出統計分析圖表。

參●結論

本小組經過討論而選出四種醬汁搭配方餃，再經由問卷統計出結果。並比較出義式淡味茄汁、台式紅燒、客家桔醬、日式味噌哪一種醬汁最香、色澤最漂亮、味道最好、最受人們喜愛！

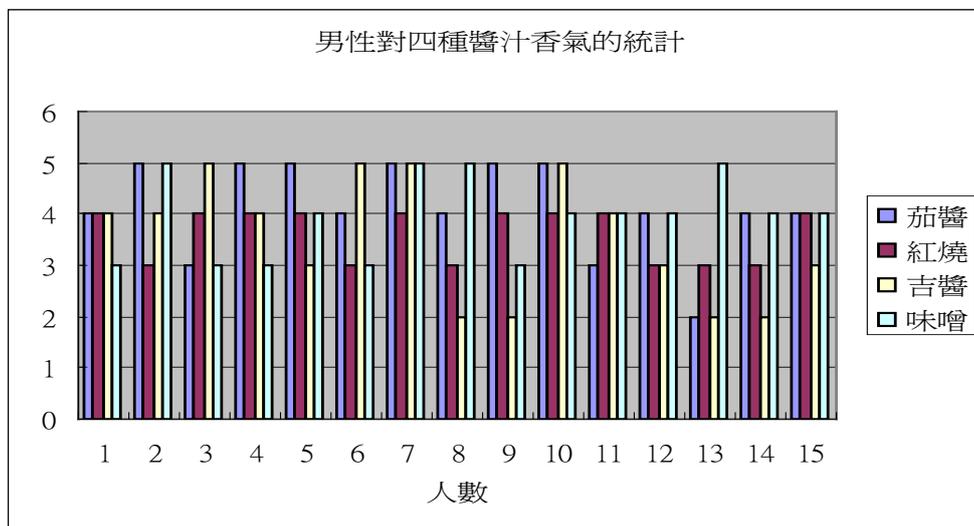
我們將回收之 30 份有效問卷，使用 Excel 作出統計分析圖表，得到的結果。

- 一、由下表可知茄汁醬的香氣比較受大部份女性喜歡
分數加總 茄汁：61、紅燒：59、吉醬：53、味噌：53



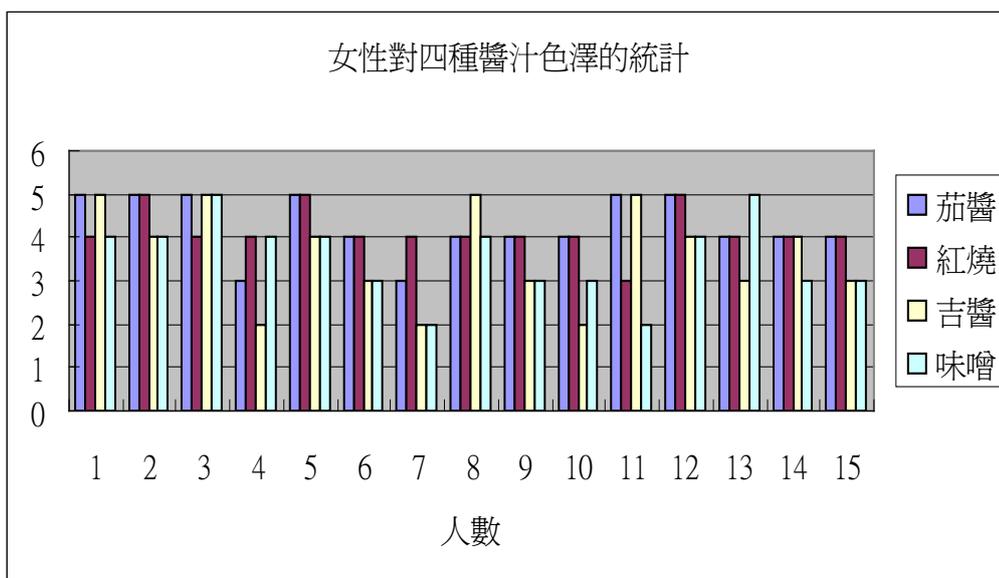
(表二、女性對四種醬汁香氣比較)

- 二、由下表可知茄汁醬的香氣比較受大部份男性喜歡
分數加總 茄汁：62、紅燒：54、吉醬：53、味噌：57



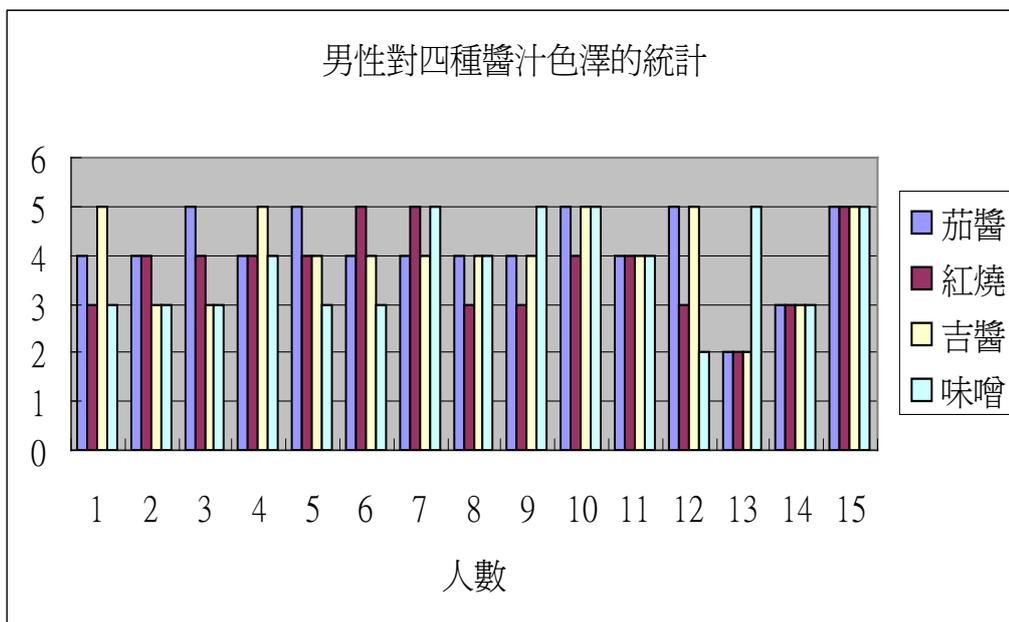
(表三、男性對四種醬汁得比較)

三、由下表可知茄汁醬、紅燒醬的色澤比較受大部份女性喜歡
分數加總 茄汁：62、紅燒：62、吉醬：53、味噌：53



(表四、女性對四種醬汁色澤的比較)

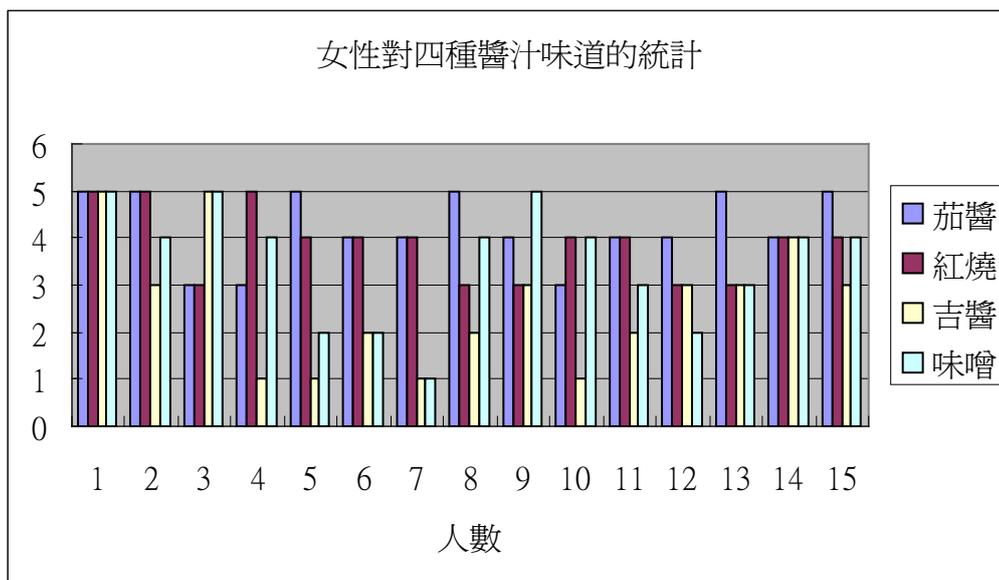
四、由下表可知茄汁醬的色澤比較受大部份男性喜歡
分數加總 茄汁：62、紅燒：56、吉醬：60、味噌：57



(表五、男性對四種醬汁色澤的比較)

五、由下表可知茄汁醬的味道比較受大部份女性喜歡

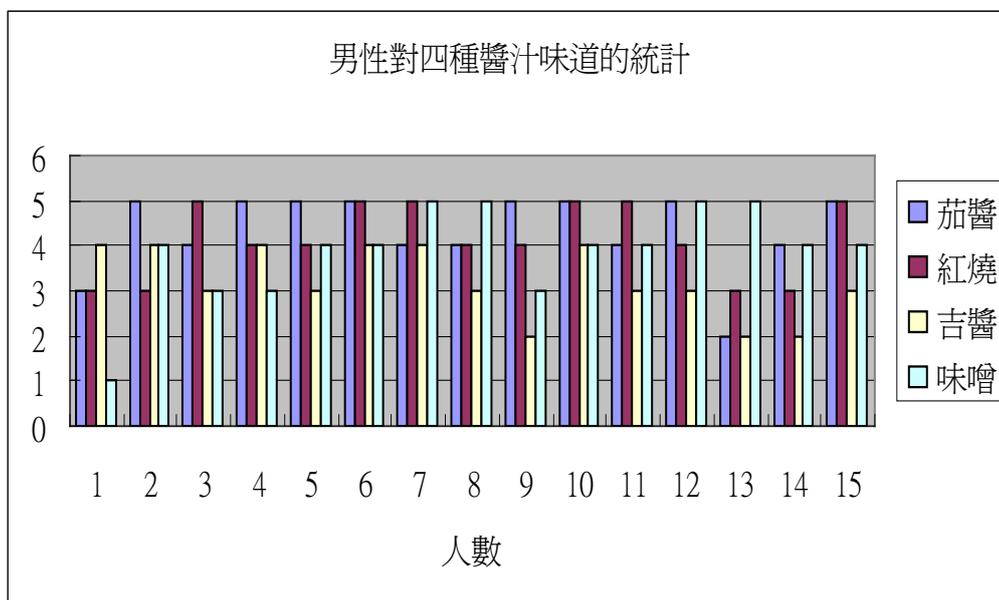
分數加總 茄汁：63、紅燒：58、吉醬：39、味噌：51



(表六、女性對四種醬汁味道比較)

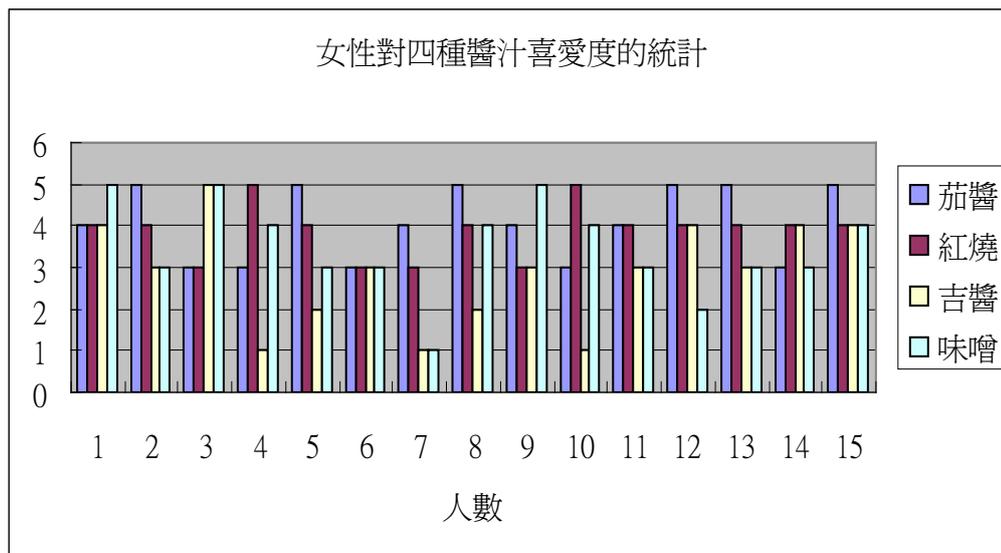
六、由下表可知茄汁醬的味道比較受大部份男性喜歡

分數加總 茄汁：65、紅燒：61、吉醬：48、味噌：58



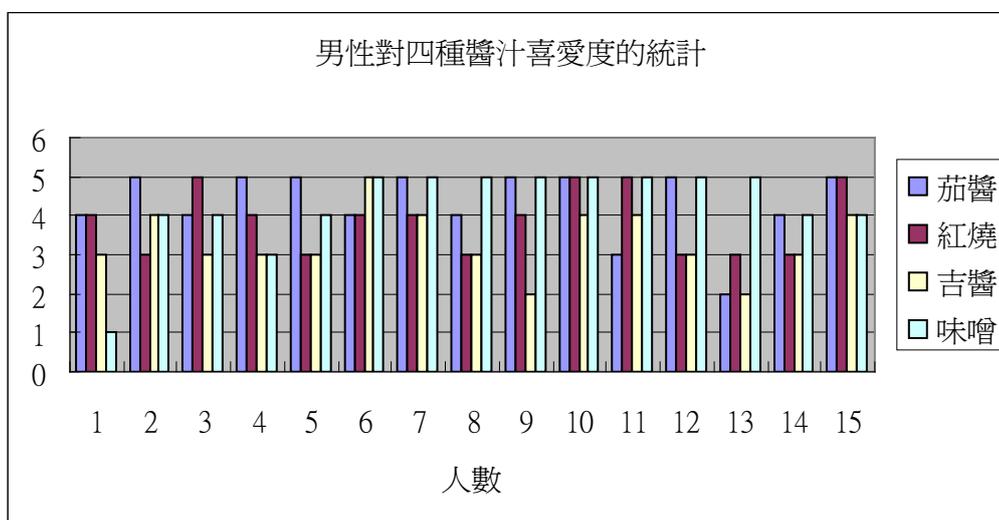
(表七、男性對四種醬汁味道比較)

七、由下表可知茄汁醬的喜愛度比較受大部份女性喜歡
 分數加總 茄汁：61、紅燒：58、吉醬：43、味噌：52



(表八、女性對四種醬汁喜愛度比較)

八、由下表可知茄汁醬的喜愛度比較受大部份男性喜歡
 分數加總 茄汁：65、紅燒：58、吉醬：50、味噌：64



(表九、男性對四種醬汁喜愛度比較)

九、總結

- (一) 根據問卷調查顯示出淡味茄汁醬的香氣比較受男、女性喜愛。
- (二) 根據問卷調查顯示出淡味茄汁醬的色澤比較受男、女性喜愛。
- (三) 根據問卷調查顯示出淡味茄汁醬的味道比較受男、女性喜愛。
- (四) 根據問卷調查顯示出淡味茄汁醬的整體喜愛度比較受男、女性接受

肆●引註資料

三采文化(2007): 辛香料養生事典。台北。三采文化出版事業有限公司

吳庭宇、楊桃文化(2011): 會做醬汁義大利麵就成功。台北。楊桃文化

岸朝子(2011): 義大利美食手帳。新北。人人出版

海峰 勇(1999): 義大利美食輕鬆做—健康美味的義大利料理。新北。暖流出版

淺田峰子(2001): 醬汁料理百匯。新北。台灣東販股份有限公司

雅各·甘迺迪(2011): 義大利麵幾何學。台北。馬可孛羅文化

葉清祺(2006): 玩味 Pasta & Pizza 。新北。生活家出版社

莊盛恩(2002): 醬料百分百。新北。生活品味文化傳播有限公司

鈴木奈月(2007): 義大利就是 pasta 王國。新北。繆思出版

趙濶(2008): 最受歡迎醬料排行榜。台北。源樺出版事業股份有限公司

蕭宇隆、張明華(2004): 調味料烹飪術。台北。台北聯經出版公司