

投稿類別：觀光餐飲類

篇名：

味覺饗宴-日本拉麵

作者：

楊正暉。私立樹德高級家事商業職業學校。高三9班

朱瑋民。私立樹德高級家事商業職業學校。高三9班

樂勛翔。私立樹德高級家事商業職業學校。高三9班

指導老師：

蕭瑩儒老師

## 壹●前言

### 一、研究動機

日本美食琳瑯滿目，因為環境的影響，日本所衍生出的料理非常的具有特色，組員們不但喜歡日本，更喜歡日本料理，口味非常獨特，早期的日本料理，因為天氣寒冷，不太能栽種植物，因此都是以醃漬的方式來保存食物，深受早期醃漬物所帶來的重口味影響，導致日本的料理比其他國家來的更加獨特，口味幾乎偏重，別具一番風味。

### 二、研究目的

由於此組的人都非常的喜愛吃日本拉麵，所以希望藉由這次的專題製作來了解拉麵的相關資訊，以下是我們希望所達到的研究目的如下：

- (一) 了解拉麵的歷史
- (二) 了解拉麵的由來
- (三) 了解拉麵的組成要素
- (四) 了解拉麵的四大發源地

### 三、研究目的

首先，我們會將利用網路、書籍、雜誌等等、來尋找我們的資料，並且同時到圖書館去找尋各種有關拉麵的介紹由來等等，然後以問卷的方式來訪問樹德家商 100 為同學並用圖形呈現我們想知道的問題。

## 貳●正文

### 一、拉麵的歷史

拉麵來自於中國，最早在日本的歷史記載，是在「水戶黃門」中格桑著作的「舜水朱式談綺」，水戶黃門曾經吃過像烏龍麵的東西。就一般的認定，拉麵的技術是在西元一九一二年時由日本人自中國引進到橫濱。由於明治五年的時候日本和滿清簽訂了「日清友好條約」，使得大批華僑遷徙定居在一橫濱、神戶和長崎三大港口，因此中國人聚居的地方便有了「中華街」之稱，而拉麵的技術也就是從這些地區流傳出去的。住在中華街的華僑們，大多來自廣東或福建，因為南方人習慣以鹽調味，所以中華拉麵是以鹽來調味、而以雞骨或豬骨熬湯的湯麵為主流。為了適合日本人的口味，逐漸用本來沒有使用的幹鰹魚和海帶等材料做湯

，開始使用醬油調味。因此才會有日本拉麵的誕生。所以日本拉麵就是採用中國麵食的精華，加以研究然後製作出來的日式中國拉麵。

之後，傳統的拉麵經由日本人不斷地研究改良與創新，成為了今天所見，日本獨特風味的一種麵食，拉麵不但被日本人發揚光大，影響力更擴展到全世界。許多中國以及日本以外國家的人，都認為拉麵是從日本發源的食物，甚至有許多中國人也有同樣的誤解。

## 二、拉麵的演變

起初，拉麵多是以豬骨和雞骨熬煮，後來逐漸加入日本人最喜歡的乾鬆魚和海帶等等的材料，並使用醬油調味。聽說這才是正統的東京拉麵。不過，拉麵在日本普遍並不是因為中式麵在各地傳播，而是二戰前後的一段時期裡，日本各地的中國人和從中國人那裡學過手藝的日本人製作了具有地方特色與風味不同的拉麵，並且進一步促進拉麵文化發展的結果。

然而所謂的拉麵就是擷取中國麵食的精華，經不斷的改變和改良，成為了現今日本獨特的一種麵食，雖然口味上大多習慣以鹽來調味，但為了迎合日本人的口味，有些拉麵則改用醬油來調味，所以才有了日本拉麵的誕生。

在現今少數的拉麵中，為了求變化會以味噌或者鹽來調味。雖然日式拉麵的烹調技術及風味分成了多種流派，不過大致可分成北、中、南三大區域。



圖一 拉麵分佈圖

## 三、拉麵的組成要素

組成的要素分為：湯、麵、具（配料）

### 1.湯

主要分成以下兩種：

一、豚骨湯至少要熬至二十四個小時以上，將骨頭裡的骨髓和膠質熬進湯中，並等待湯頭呈現乳白色，散發奶香時才算完成。豬骨湯味道較重，田舍風、鹽味等口味偏重的拉麵均以其為湯底。

二、熬製雞骨湯則較省事，四個鐘頭左右即可。雞骨湯味道則較清淡，適合做為正油等味道較淡的拉麵湯底。



圖二 豚骨湯



圖三 雞骨湯

### 2.麵

拉麵基本的材料是小麥粉、發酵粉、蛋、水、鹽，然後再加上鹼粉以增加麵條的 Q 彈度，然而正統的拉麵是以手工將麵粉揉成麵糰後碾平，再將麵皮摺疊以刀切成細條。而製作麵條所要使用的水也是決定好壞的關鍵，水質愈乾淨，麵質愈好，如果用高山泉水來製麵的話，麵條吃來會更加爽口，有 Q 度。

### 3.配料

叉燒、竹筍和半熟溫泉蛋都是拉麵不可缺少的配料。叉燒則必須先經過蒸、煮和滷的程序，竹筍也是需要經過挑選的，纖維細緻又新鮮才能當作是拉麵的配料。綜合以上的原料後，再加入高湯，並鋪上半熟溫泉蛋、叉燒、竹筍等配料，經過一道繁瑣的程序，一碗道地的日本拉麵才算真正完成。

### 四、拉麵的麵條

大部分的拉麵麵條都是用小麥粉、水、鹽，和「石鹼水」，又被稱為「甘素」，

鹼水會讓麵粉中的穀蛋白黏膠質產生化學變化，讓麵條具有光澤和增加彈性，而且也會讓麵粉中的黃酮類變成黃色，使麵條具有特殊的顏色。此外，也有因為不喜歡鹼水那種特殊的味道，而改用雞蛋取代鹼水的做法。

麵條在各地方粗細都大不相同，依照日本工業規格制定製麵機裁切麵條的尺寸來區分，拉麵所使用的麵條尺寸，以直徑 2.5 mm 到直徑 1.1 mm 的範圍居多。

而喜多方醬油拉麵和札幌味噌拉麵都搭配粗麵居多，中華拉麵和博多豚骨拉麵則是以細麵為主。另外麵條還分為捲麵與直麵，通常口味比較清淡的湯頭使用直麵，口味較濃的湯頭則使用捲麵在口感上會比較好。

### 五、拉麵的四大發源地介紹

1. 鹽味拉麵：以清淡、健康為訴求，四種比較起來，這是屬於最清淡的口味，加入了大量的新鮮蔬菜，但只用鹽調味。

鹽味拉麵的發源地是在日本北海道的函館地區。

2. 醬油拉麵：以柴魚和雞骨加上醬油熬製而成的高湯，口味比較清淡，又稱為「正油拉麵」，幾乎都可以看到這種拉麵，也是日本拉麵的始祖。

醬油拉麵的發源地是在日本東京都的淺草地區。

3. 豚骨拉麵：利用豬骨熬出來，並長時間用大火熬出濃稠的白色高湯，再加上能吸附大量湯汁的細麵，以及豐富的配料，使得豚骨拉麵名揚四海。

豚骨拉麵的發源地是在日本九州的久留米地區。

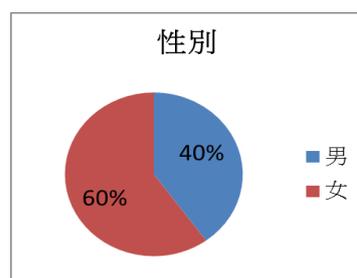
4. 味噌拉麵：是四種中口味最重的一種拉麵，使用大量的豬骨雞骨，然後長時間熬煮，再加上味噌，並用最適合濃湯的寬麵條，這就是北海道地區最著名的味噌拉麵。味噌拉麵的發源地是在日本北海道的札幌地區。

鹽味拉麵	醬油拉麵	豚骨拉麵	味噌拉麵
			
圖四	圖五	圖六	圖七

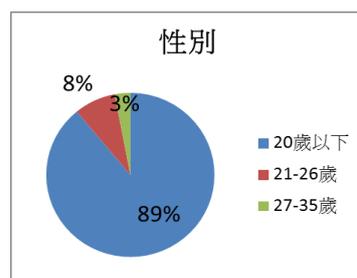
六、拉麵的三大地方口味

種類	內容	圖片
北海道 札幌拉麵	以重口味的味噌拉麵為特色，並蘊含大豆強烈的口感，湯頭混合了豬骨及雞骨的精華，麵條則是帶有特有的粗獷麵條，而油脂豐富是最大特色。	 圖八
福岡 博多拉麵	是主要福岡縣福岡市製作，以豬骨湯及細麵為原料的日本拉麵。特徵是乳白色的豚骨白湯。	 圖九
福島 喜多方拉麵	湯底以豬骨和小雜魚乾混合製成。麵條使用大條的扁平捲曲麵條，使其有獨特的食感。	 圖十

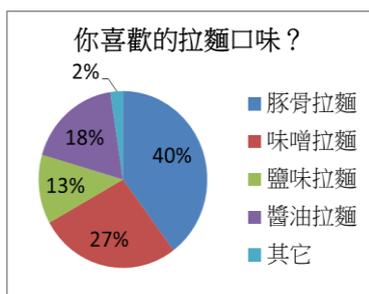
本研究以樹德家商應用外語科日文科 100 位同學為主，研究結果：



說明：  
以樹德家商的 100 位同學為受訪人，其中女人佔 60 人，男生佔 40 人。

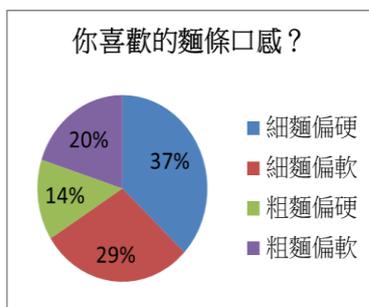


說明：  
年齡分佈為 20 歲以下(89%)，21-26 歲(8%)，27-35 歲(3%)。



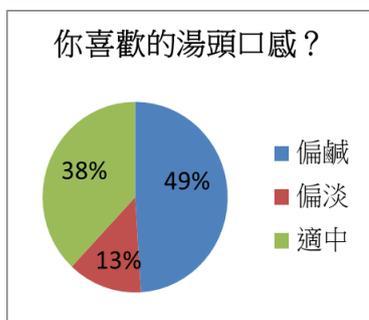
說明：

由此圖可之喜歡豚骨拉麵的人高達 40%，味噌拉麵 27%，鹽味拉麵 13%，醬油拉麵 18%，其它口味的則只有 2%。



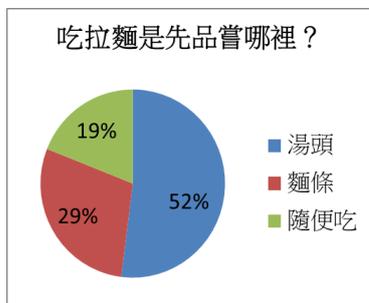
說明：

由此圖可知，細麵偏硬 37%，細麵偏軟 29%，粗麵偏硬 14%，粗麵偏軟 20%，由此可見大家比較喜歡的麵條是以細麵為主。



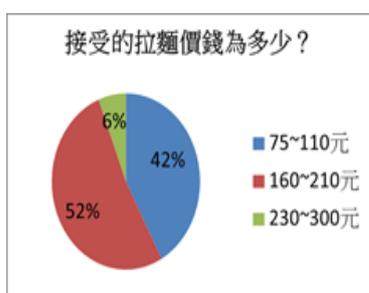
說明：

偏鹹佔 49%，偏淡 13%，適中則 38%，由此可見，大家比較偏愛鹹一點的口感。



說明：

先喝湯頭的高達 52%，麵條則是 29%，隨便吃則佔 19%，由此可見一碗拉麵的好吃湯頭佔很高的分數。



說明：

75~110 元有 42%，160~210 元的有 52%，230~300 元 6%，由此可見大家覺得 160~210 元之間的價錢還算合理。

## 參●結論

臺灣是一個擁有各種美食的美食王國，隨著大量的餐飲店進駐臺灣後，在臺灣能選擇到的食物、口味也逐漸的變多了，在研究日本的拉麵文化中，日本拉麵

在臺灣受歡迎的程度，不用多說，看街上的招牌也知道，許許多多掛了日本拉麵招牌，這些都是由日本飲食所流行過來的，進而在臺灣演變成適合臺灣人口味的拉麵。

然而日本人就像是不能沒有拉麵一樣，在不同產地有著各種不同的麵條和湯底與配料，再加上老師傅的秘製配方，進而產生了變化多端的口味。在本次的專題研究中發現，雖只有少數幾位對拉麵持反對票，但絕大部分的臺灣人對日本拉麵的喜歡程度都很高，比例甚至高達九成之多，後來也發現，臺灣人在拉麵的口味上都比較傾像於豚骨拉麵這一類的濃郁湯頭等等。

近幾年哈日風雖然在臺灣已逐漸退潮，但由於拉麵的平價且近人，使許多人都可以吃的到，所以拉麵店的數量反而有增無減，由此可見，臺灣人真的非常喜歡這種屬於日本飲食文化之一的拉麵。

#### 肆●引註資料

私的日本博物館。(2001)。周芬娜。天培出版社

日本拉麵的歷史

[http://w3.tkgsh.tn.edu.tw/99s427/new\\_page\\_4.htm](http://w3.tkgsh.tn.edu.tw/99s427/new_page_4.htm)

(擷取日期 2014.02.20)

日本拉麵維基百科

<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%83%A9%E3%83%BC%E3%83%A1%E3%83%B3>

(擷取日期 2014.02.20)

台灣拉麵維基百科 <http://zh.wikipedia.org/wiki/日本拉麵>

(擷取日期 2014.02.20)

麵通屋

[http://www.mentsuya.com.tw/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=45&Itemid=70](http://www.mentsuya.com.tw/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=45&Itemid=70) (擷取日期 2014.03.)

味千拉麵(台灣) <http://www.aji1000.com.tw/Class/FoodRule.htm>

(擷取日期 2014.03.4)

台灣呷透透-日式拉麵 <http://www.youtube.com/watch?v=fdnmhXETATc>

(擷取日期 2014.03.15)