

以兩種米製作戚風蛋糕之探討

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以兩種米製作戚風蛋糕之探討

作者：

陳碩怡。私立樹德家商。高三 21 班

蔡姍其。私立樹德家商。高三 21 班

邱芳宜。私立樹德家商。高三 21 班

指導老師：

楊又齡老師

## 壹●前言

本段落主要內容共分為三部分：一、研究背景；二、研究動機；三、研究目的。

### 一、研究背景

「戚風蛋糕」是在 1930 年，由美國廚師亨利·貝克(Henry Baker)首創發明的，他是根據海棉蛋糕的原始架構來改良。而隨著時代的變遷，戚風蛋糕的口味越來越多種了，在製作過程略有不同，但是每種戚風蛋糕都有它們的專屬特色。

蓬萊米它較具有粘性、且彈性較好、也較具有光澤也比其它的稻米還要香，平常用途是用來製作粥、壽司、白米飯等等。

糯米含有蛋白質、脂肪、糖類、鈣、磷、鐵、維生素 B 族及澱粉等成分，適於溫補強壯的食品，具有補中益氣、暖脾胃的作用。是一種營養價值很高的稻米。

### 二、研究動機

從以前到現在，戚風蛋糕是一種非常受歡迎且易學的蛋糕之一，戚風蛋糕因口味的不同，所以在製作過程也略有不同，而戚風蛋糕最大的特色在於它的口感鬆軟。

在現代高科技的社會中，市場上販售各式各樣不同的蛋糕，食品也越來越精緻化，但常有業者會使用危害身體健康的原料，所以本研究決定要以「提升戚風蛋糕的營養價值」為概念，並嘗試以蓬萊米粉以及糯米粉來取代一些低筋麵粉製作戚風蛋糕，來提升戚風蛋糕的營養價值，讓戚風蛋糕不單單只是美味的甜點而已，也可以讓您吃得健康、吃得安心。

### 三、研究目的

依研究背景與動機，提出下列三點研究目的：

- (一)以蓬萊米粉、糯米粉製作戚風蛋糕口感之探討
- (二)以蓬萊米粉、糯米粉製作戚風蛋糕色澤之探討
- (三)以蓬萊米粉、糯米粉製作出戚風蛋糕喜愛程度之探討

## 貳●正文

本章根據研究目的進行文獻的蒐集與分析，主要內容共分為五節;第一小節「文獻架構圖」;第二節「米」;第三節「戚風蛋糕相關研究」;第四節「米的加工製品」;第五節「米戚風蛋食譜研究」

### 一、文獻架構圖

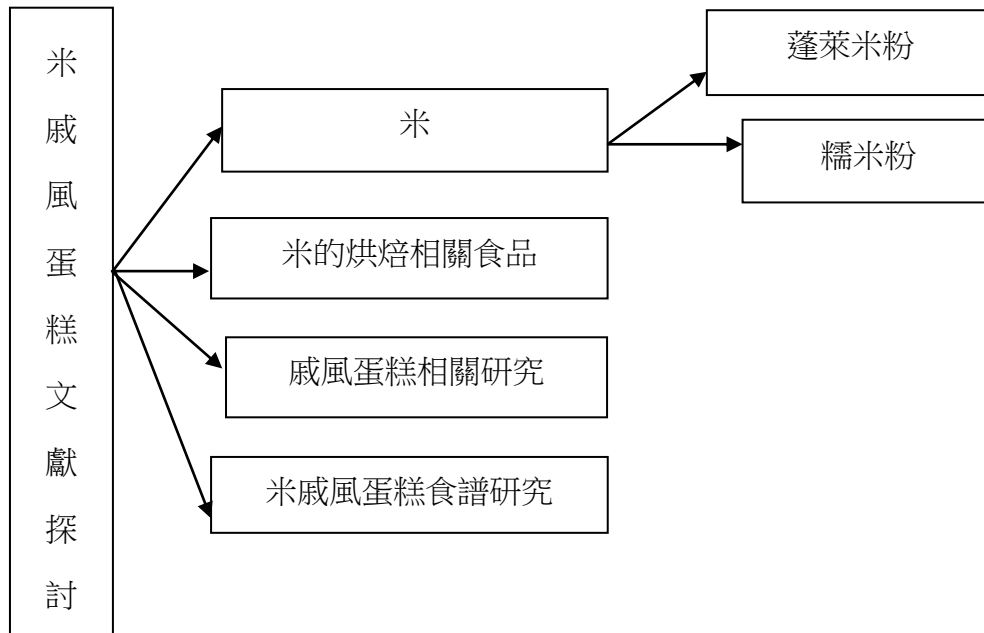


表 2-1 文獻架構圖

### 二、台灣稻米的歷史由來

臺灣早期的稻米品種非常複雜，有漢人從華南帶來的，有高山族從南洋帶來的，更有荷蘭人從海外引進的品種。等到日本人佔據臺灣後做了統計，台灣稻米品種竟多達一千六百七十九種。我們熟知的“蓬萊米”它屬於日本行的梗稻系統，形狀短圓，黏性較高。與漢人從大陸帶來黏性較低於的梗稻，又稱“在來米”不同。在稻米所含的各種營養中，蛋白質脂肪和醣類是人體最需要的三大營養素。

### 三、戚風蛋糕的歷史由來

戚風蛋糕（Chiffon cake），香港稱雪芳蛋糕，此類蛋糕是混合麵糊類和乳沫類兩種麵糊，改變乳沫蛋糕的組織和顆粒而成。戚風蛋糕最大特色是口感鬆軟，採用分蛋打發的技巧，使組織包有充分空氣而爽口細緻，同時因為以植物油取代牛油，空氣也較易藏於蛋糕之內。此外，這亦使蛋糕的熱量較低。然而，戚風蛋

糕沒有了牛油蛋糕獨有的香味。戚風蛋糕是於 1927 年由美國加州一個兼營小型蛋糕店的保險經紀 Harry Baker 所發明。然而，蛋糕的配方直到 1948 年才被公開。

#### 四、米的加工製品

本組找出市面上有含米的烘焙食品:米戚風蛋糕、米戚風瑞士捲、米葡萄乾核桃瑪芬、米湯種甜麵、米湯種葡萄乾吐司麵包、米饅頭、糙米鬆餅、米香蛋捲黑糖糕、蘿蔔糕、粿條、碗粿、麻糬、米布丁、湯圓、年糕。等等

#### 五、米的研究食譜

根據戚風蛋糕食譜之收集，以表格方式呈現，分述如下

	書名	作者	出版社
1	手作花漾戚風蛋糕	小沢のり子	瑞昇文化事業股份有限公司
2	台灣在地好食材	東森電視台、 台灣 101 個故事	凱特文化創意股份有限公司
3	姚孟嘉	中國米食食譜	英文漢聲出版有限公司
4	美味糕點新主張	薛妃娟	葉子出版股份有限公司
5	從 0 開始學作戚風蛋糕	福岡直子	邦聯文化事業股份有限公司
6	戚風蛋糕零失敗	曾美子	大境文化事業有限公司
7	戚風蛋糕&泡芙	製菓研究室	八方出版股份有限公司
8	蛋糕&餅乾 最適合新手 點心烘焙入門	隈部美千代	楓書坊文化出版社
9	最新版新手的烘焙聖經	楊桃文化	楊桃文化股份有限公司
10	稻米全書	斯瑞·歐文	遠足文化事業股份有限公司

表 2-2 文獻架構圖

## 六、問卷調查結果

本次發放了100張問卷，老師發放20張，一年級學生發放40張，二年級發放40張，回收100張，以下是我們的統計結果分析。

### (一) 統計結果

#### 4-1、蓬萊米戚風蛋糕比較之差異

問卷題目	老師 學生	非常 喜歡	喜歡	普通	不喜歡	非常 不喜歡
1.您對蓬萊米戚風蛋糕的“口感”同意程度	老師	5	8	6	1	0
	一年級	20	16	4	0	0
	二年級	13	23	4	0	0
2.您對蓬萊米戚風蛋糕的“色澤”同意程度	老師	3	10	6	1	0
	一年級	17	18	5	0	0
	二年級	16	17	7	0	0
3.您對蓬萊米戚風蛋糕的“喜愛程度”同意程度	老師	5	8	5	2	0
	一年級	21	16	3	0	0
	二年級	20	15	5	0	0
4.您對蓬萊米戚風蛋糕是否符合健康取向		是	否			
	老師	18	2			
	一年級	40	0			
	二年級	40	0			

表 4-1 蓬萊米戚風蛋糕比較差異總表

#### 4-2、糯米戚風蛋糕比較之差異

問卷題目	老師 學生	非常 喜歡	喜歡	普通	不喜歡	非常 不喜歡
1.您對糯米戚風蛋糕的“口感”同意程度	老師	0	15	4	0	1
	一年級	13	20	6	1	0
	二年級	15	17	7	1	0
2.您對糯米戚風蛋糕的“色澤”同意程度	老師	2	12	4	2	0
	一年級	14	20	6	0	0
	二年級	13	15	12	0	0
3.您對糯米戚風蛋糕的“喜愛程度”同意程度	老師	3	9	7	0	1
	一年級	10	24	6	0	0

## 以兩種米製作戚風蛋糕之探討

度	二年級	16	18	5	1	0
4.您對糯米戚風蛋糕是 否符合健康取向		是	否			
	老師	13	7			
4.您對糯米戚風蛋糕是 否符合健康取向	一年級	34	6			
	二年級	37	3			

表 4-2 糯米戚風蛋糕比較差異總表

### 4-3 是否聽過米戚風蛋糕

問卷題目	老師 學生	是	否
是否聽過戚風蛋糕	老師	9	11
	一年級	15	25
	二年級	37	3

表 4-3 是否聽過米戚風蛋糕總表

### 4-4 蓬萊米戚風蛋糕及糯米戚風蛋糕問卷選項分

口感	非常喜歡	喜歡	普通	不喜歡	非常不喜歡
蓬萊米戚風蛋糕	5	8	6	1	0
糯米戚風蛋糕	0	15	4	0	1

表 4-4 蓬萊米戚風蛋糕、糯米戚風蛋糕(老師)口感喜愛程度計次表

## 參●結論

本研究以 30%的蓬萊米粉、糯米粉分別加入 70%的低筋麵粉做出來的戚風蛋糕雖然綿密但是戚風蛋糕中間會塌陷，是否要調整米麵粉、麵粉跟水的比例或著縮小蛋糕的面積，老師建議說能改成杯子蛋糕，在放上裝飾才能修飾塌陷部分。

本研究最後做出來的問卷調查結果是：

- 1、老師較喜歡糯米戚風蛋糕
- 2、高一學生較喜歡蓬萊米戚風蛋糕
- 3、高二學生較喜歡蓬萊米戚風蛋糕
- 4、統計結果，老師比較喜歡糯米戚風蛋糕，一年級、二年級的同学比較喜歡蓬萊米戚風蛋糕。

5、調整米麵粉、低筋麵粉、水的比例、縮小蛋糕的比例，這樣可以改善中間塌陷的部分。

6、老師建議可以把它改成杯子蛋糕，這樣也能修飾塌陷的部分。

#### 肆●引註資料

東森電視台、台灣 101 個故事/2012/台灣在地好食材/凱特文化創意股份有限公司

姚孟嘉/1998/中國米食食譜/英文漢聲出版有限公司

戚風蛋糕。維基百科。檢索日期:2013/10/30，取自

<http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%9B%AA%E8%8A%B3%E8%9B%8B%E7%B3%95>

米創新產品研發。行政院農業委員會。檢索日期:2013/11/2，取自

<http://www.coa.gov.tw/view.php?catid=24390>

米食加工。教育部食品加工科學習加油站。檢索日期:2013/11/2，取自

[http://content.edu.tw/vocation/food\\_production/tn\\_ag/rice6.htm](http://content.edu.tw/vocation/food_production/tn_ag/rice6.htm)