

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

利用不同茶葉製作養生鬆餅成品差異之探討

作者：

林佳靜。私立樹德家商。高三 42 班

孫郁晴。私立樹德家商。高三 42 班

蕭宇慶。私立樹德家商。高三 42 班

指導老師：

王尹均老師

壹 前言

一. 研究動機

我們想要探討臺灣茶的品種、產地、飲用人口等，並透過文獻探討、問卷調查、訪問勘查等方式，希望讓大家發現臺灣茶的特色與優點，看見臺灣這項傳統產業如何立足於世界市場中。因為台灣早期的商業活動，茶葉為相當重要的一部份。小組成員普遍也有喝茶、買茶的經驗，且認為茶貼近生活，我們想要利用養身茶來做出好吃的鬆餅，讓注重養身的人能吃甜食，也讓老人能吃的健康因此本組希望能做出好吃健康又營養美味的鬆餅，主要的改變是將本次研習參訪的主題，融入養生的茶葉進行創意成品製作。以本校高二餐飲管理科學生為試吃對象，進行問卷調查，進一步了解學生對創意鬆餅的接受度。

二. 研究目的

依研究背景與動機，提出下列四點研究目的：

- (一) 探討洛神花，玫瑰花，薰衣草做出養生的鬆餅成品『外觀』的影響。
- (二) 探討洛神花，玫瑰花，薰衣草做出養生的鬆餅成品『口感』的影響。
- (三) 探討洛神花，玫瑰花，薰衣草做出養生的鬆餅成品『香氣』的影響。
- (四) 探討洛神花，玫瑰花，薰衣草做出養生的鬆餅成品『購買意願』的影響。

三. 研究限制

考慮專題小組因受限於上課時間、人力有限、經費有限、課後時間、餐飲教室的排課使用等因素，特選取就讀樹德家商高三共一百位學生為研究對象，其他學校或其他年級之學生則不在本研究範圍內。研究工具以自行設計之鬆餅問卷為資料分析工具，故研究結果在推論時，宜謹慎考量。

貳 正文

一、鬆餅

鬆餅 (Waffle)，又叫窩夫、華夫餅、威化餅、格子餅、壓花蛋餅，是一種烤餅，源於比利時，用鬆餅烤盤烤成。烤盤上下兩面呈格子狀，一凹一凸，把倒進去的麵糊壓出格子來。窩夫傳到不同地區，有不同吃法。(維基百科，2011) 比利時窩夫 (Belgian waffle)，餅身較厚，格子較大。製作比利時窩夫的麵糊加入酵母、蛋白，所以較為鬆脆。常於早餐時吃，除了可配牛油、糖漿外，還可配搭草莓、覆盆子等水果一起吃，也可配冰淇淋，有時亦會作為甜品食用。(北

美新浪網，2008）英國馬鈴薯窩夫（potato waffle）是一種深受英國人喜愛的冷藏食品，用脫水馬鈴薯用水浸泡後，加上食油、調味料製成的鹹食，用烤箱或用平底鍋煎，用作配菜或小吃，吃時可夾煎蛋或乾酪，灑上胡椒粉和鹽。（維基百科，2011）美國美式窩夫（Traditional waffles），1620年由朝聖者吸取荷蘭的製法所創，美國人常作早餐食品，食用時塗上牛油，淋上糖漿，亦有其他食法（如淋上巧克力糖漿，或放水果再灑糖霜在表面）。與比利時窩夫最大不同之處，在於美式窩夫用發粉代替酵母和蛋白。（北美新浪網，2008）

二、茶

中國自古有神農發現茶葉的傳說，成書於前公元2世紀《神農本草經》記載：「神農嚐百草，日遇七十二毒，得茶而解之」。相傳神農嚐百草後感到不適，躺於樹下。見到一種開白花的植物，便摘下嫩葉咀嚼而治好。到殷周時，茶不僅用作藥物，而且開始成爲飲料，因此後人便開始喝茶的習慣。成書於公元前8世紀的《詩經》中亦有「誰謂荼苦，其甘如薺」。據陸羽《茶經》有「茶之爲飲，發乎神農氏，聞於魯周公。」的記載。此外在浙江餘姚田螺山遺址還出土了公元前4000年的古茶樹。中國俗語中的開門七件事「柴米油鹽醬醋茶」亦都表明茶在中國文化中的重要性。在古中國和平盛世的時候，茶也開始成爲了文人雅士們的其中一個消遣，和「琴棋書畫詩酒」並列。

三、茶的種類

（一）薰衣草：（學名：Lavandula）是唇形科的一個屬，約有25-30種。一年生草本、亞木或小灌木。原產地由地中海地區(如西班牙、葡萄牙)、南至熱帶非洲、東至印度，包括加那利群島、非洲北部和東部、歐洲南部、地中海地區、阿拉伯半島和印度等地區。

（二）玫瑰花:在歐洲諸語言中，薔薇、玫瑰、月季都是使用同一個詞，如英語是rose，德語是alive Rose，但實際上玫瑰與月季並非原生分布於歐洲，於中國植物誌中是分屬不同的物種。

（三）洛神花:（學名：Hibiscus sabdariffa），又稱玫瑰茄、洛神葵、洛神果、山茄、洛濟葵，是錦葵科木槿屬一年生草本植物或多年生灌木，生長於熱帶和亞熱帶地區，最高可有2-2.5米高。葉片裂成三塊或五塊，8-15厘米長。

四、食譜綜合分析

另外，本組同學收集許多與鬆餅相關的食譜整理如下，並以表格方式呈現，鬆餅以本專題自變項工具茶類為呈現重點，分述如下

表 1

	書名	作者	出版社	茶類
1	用咖啡&茶做點心	裴志偉	膳書房文化	紅茶
2	幸福手做甜點	蘇雅一	膳書房文化	抹茶
3	5種材料做西點	廖敏雲	菊文化	抹茶
4	舒芙蕾鬆餅	桔梗有香子	菊文化	抹茶
5	天天鬆餅日	越智千惠子	邦聯文化	抹茶
6	烘焙新手 101道下午茶點心	李智惠	城邦文化	抹茶
7	108道鬆餅粉 點心出爐囉!	佑成二菓	雅書堂文化	抹茶
8	117種鬆餅的 早餐午茶輕 點心	主婦之友社	邦聯文化	抹茶
9	日式抹茶幸福 甜點	丸久小山園	繪虹企業	抹茶
10	享用剛出爐 的格子鬆餅	本間節子	邦聯文化	抹茶

綜上所述，在十道的茶鬆餅食譜中，可以發現其中一篇裴志偉的用咖啡&茶作甜點是採用「紅茶」來製作此道菜餚，而其餘的作者大多採用抹茶來烹調茶鬆餅，並未特別強調何種茶類

三、鬆餅配方材料與做法





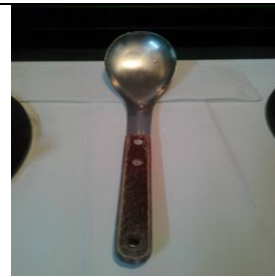




表2

	主材料	材料	作法
薰衣草鬆餅	花茶	低筋麵粉 700 kg 砂糖 180 kg 泡達粉 1大平匙 蛋 4 顆 沙拉油 220 kg 薰衣草 適量 水 600 mL	做法： (1)先分別將薰衣草水、洛神花水、玫瑰花水煮至 50 - 60 分鐘。 (2)再將低筋麵粉、砂糖、泡達粉混合攪拌均勻。 (3)再分別將薰衣草水、洛神花水、玫瑰花水煮、蛋倒入【做法 2】混合攪拌均勻。 (4)再放入沙拉油。 (5)將鬆餅機預熱，倒入麵糊等麵糊表面起小泡泡時，就可以蓋上蓋子等候10分鐘即可。
洛神花鬆餅		低筋麵粉700 kg 砂糖 180 kg 泡達粉 1大平匙 蛋 4 顆 沙拉油 220 kg 洛神花 適量 水 600 mL	
黃金桂花鬆餅		低筋麵粉700kg 砂糖 180 kg 泡達粉 1大平匙 蛋 4 顆 沙拉油 220 kg 黃金桂花 適量 水 600 mL	

四、研究花茶鬆餅所使用之器具設備

爐台	馬口碗	量尺	鋼盆
			
圓盤	塞網	鬆餅機	鍋蓋

利用不同茶葉做出養生的鬆餅成品差異之探討

			
湯匙	量杯	電子磅秤	打蛋機
			
碗公			
			

五、研究花茶鬆餅所使用之材料

低筋麵粉	泡達粉	蛋	油
			
薰衣草	落神花	玫瑰花	糖
			

六、研究花茶鬆餅自作流程

1.將熱水煮滾	2.放入一大匙花茶	3.將花茶水悶煮	4.將低粉過篩至鋼盆中
			
5.將泡達粉加入鋼盆中	6.將糖加入鋼盆中	7.將蛋均勻打散	8.將花茶瀝掉
			
9.倒入鋼盆中	10.分次加入蛋液，均勻拌勻	11.最後倒入適量的油，拌勻	12.將麵糊倒入鬆餅機中
			
13.等冒泡即可蓋上	14 成品		
			

參 結論

根據研究方法與實驗結果，將傳統鬆餅與花茶鬆餅在「外觀」、「色澤」、「口感」、及「香味」之影響，綜合整理得到以下三點結論：

- 一、在香氣上，我們發現花茶鬆餅比傳統鬆餅香，因為鬆餅中加入了花茶增添了鬆餅的香味，如同港式飲茶的下午茶，加入了花茶來增加成品香氣。
- 二、在口感上我們發現花茶鬆餅吃起來比傳統鬆餅好吃，是因為加入花茶的花茶鬆餅吃起來時的口感是越嚼越香，這正迎合了現代的健康飲食觀念。
- 三、整體而言上，我們發現樹德家商之高二餐飲科學生對於花茶鬆餅喜愛及接受程度都很高，可以見得在傳統食品中加入創意能讓傳統點心在被學生接受度增加許多。

針對本專題之發現本組提出兩點建議：

- 一、本研究僅針對象為本校餐飲科高二之學生，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，藉以了解花茶鬆餅之市場接受度及推廣可行性。
- 二、花茶鬆餅可以再加入其他不同之健康元素，例如紅麴、酒粕、綠茶多酚、五穀米等元素，探討其口感上差異，與大眾喜愛程度。

肆 引註資料

- 憑嘉惠(2013):花樣彩繪蒸點心。台北。庫克書屋。
- 王少奇(2013):自己做!冰品&冰點心。新北市。膳書房。
- 胡涓涓(2012):烘焙新手必備的第一本書。河南。河南書房。
- 孟兆慶(2009):孟老师的 100 道麵包。遼寧。遼寧書局。
- 孟兆慶(2009):孟老师的 100 道手工餅乾。遼寧。遼寧書局。
- 孟兆慶(2009):孟老师的 100 道小蛋糕。遼寧。遼寧書局。
- 孟兆慶(2011):孟老师的 100 道美味蛋糕捲。遼寧。遼寧書局。
- 孟兆慶(2013):孟老师的甜點杯。遼寧。遼寧書局。
- 孟兆慶(2010):孟老师的下午茶。遼寧。遼寧書局。
- 孟兆慶(2013):孟老师的甜派與鹹派。遼寧。遼寧書局。