

投稿類別:觀光餐旅類

篇名:

以茶高湯製作蒸蛋之探討

作者：

黃麒展。私立樹德家商。高三 41 班

張瑩翎。私立樹德家商。高三 41 班

李浩瑋。私立樹德家商。高三 41 班

指導老師：

鄭淑菁老師

壹●前言

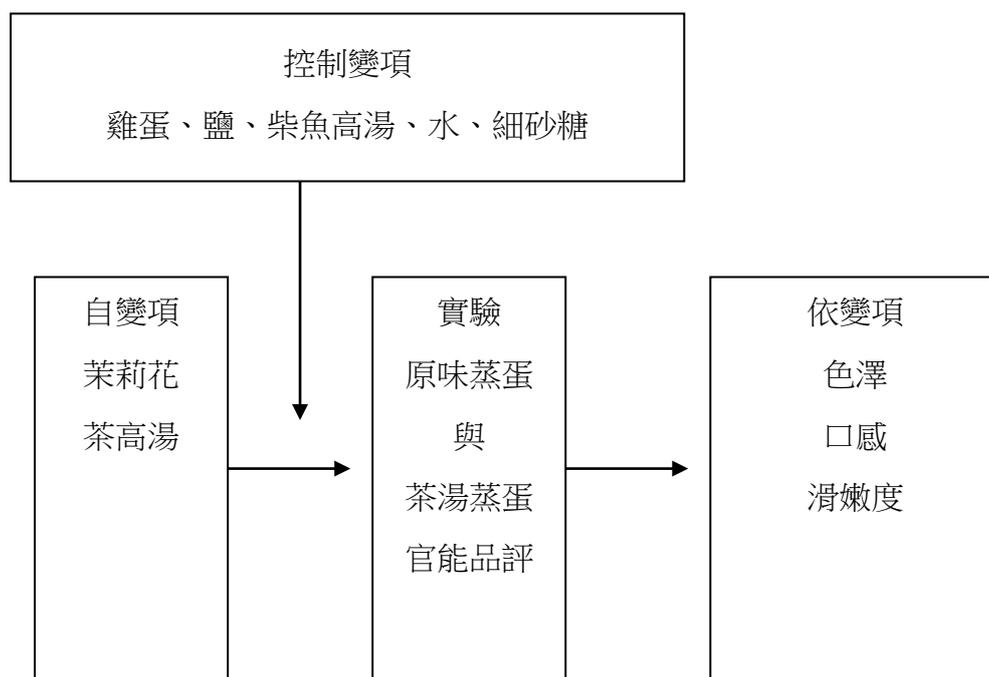
有一種美食，我們很多人都是從小吃到大，我們時常會很想念，總是很懷念那種味道，這就是蒸蛋。蒸，是我們生活中常用的烹飪方式，可別小看這蒸，其實這裡面可是蘊藏著很深的學問。

近幾年，人們的健康意識增加，大家紛紛轉向低熱量飲食，並講求營養健康衛生。所以藉由這次專題題目我們想將茶融入蒸蛋中，蒸蛋是生活中常見的美食，也是家庭中常出現的家庭菜，我們想利用茉莉花茶葉代替蒸蛋高湯。

貳●正文

四、研究方法

(一) 研究架構



(圖 1)

研究流程

茶湯蒸蛋

(一)以安全打蛋法打蛋後加入茶湯攪拌。



以安全打蛋法打蛋(圖 2)



加入茶湯攪拌(圖 3)

(二)加入少許鹽巴、砂糖提味，將蛋液過篩後倒入容器中。



蛋液過篩(圖 4)



到入容器中(圖 5)

(一)將所有材料川燙備用，加入剩餘的蛤蠣肉、金針菇後中小火蒸 15~20 分。



川燙所有材料(6)



加速剩餘材料(圖 7)

(二)成形後放入川燙的食材蒸 2~5 分鐘後完成。



加入川燙過的食材(圖 8)



放入蒸籠蒸 2~5 分(圖 9)

完成



(圖 10)

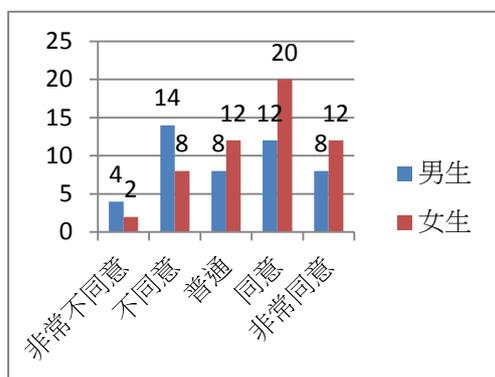
研究比較

表一 研究流程表

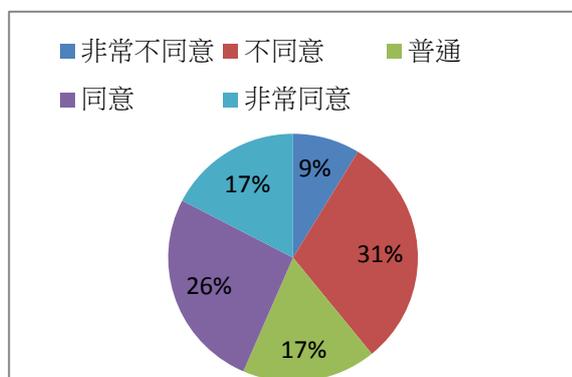
準備階段103年9月~10月		
<ol style="list-style-type: none"> 1.收集相關資料及文獻。 2.三位專業教室，試吃蒸蛋，確認蒸蛋之食譜。 3.茶湯蒸蛋試做。 4.官能品評問卷的編製。 		
茶湯蒸蛋 實驗處理103月10~11月		
		
加入茶湯攪拌均勻(圖3)	茶湯蒸蛋成品圖(圖11)	茶湯蒸蛋成品圖(圖10)
抽樣試吃，填寫問卷		
		
高一填寫問卷(圖12)	高二填寫問卷(圖13)	全班試吃(圖14)
資料分析及撰寫專題 103年12月~104年1月		
<ol style="list-style-type: none"> 1. 以Excel製作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。 		

參●結論

一、研究結果與分析



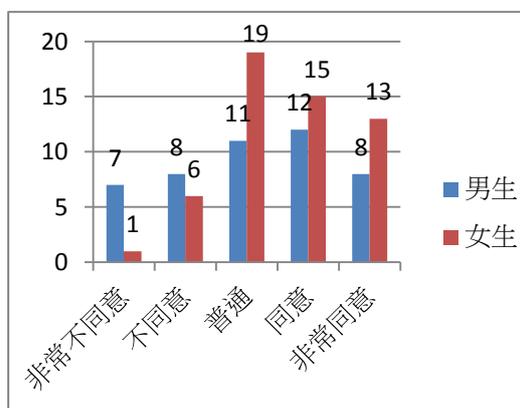
(圖 15)



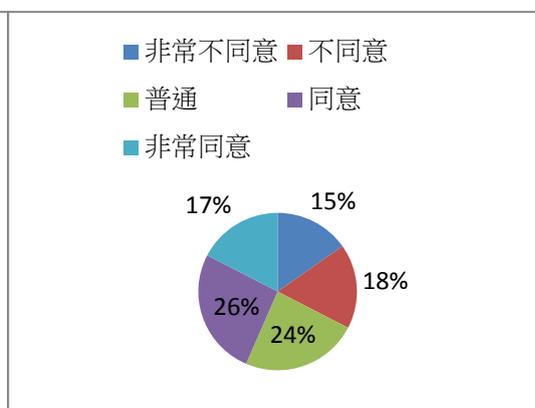
(圖 16)

在『我覺得茶湯蒸蛋色澤好看』選項中，多數男生（14 人）認為茶湯蒸蛋色澤不好看，多數女生（20 人）認為茶湯蒸蛋色澤好看。

在『我覺得茶湯蒸蛋色澤好看』選項中，31%（22 人）認為茶湯蒸蛋色澤不好看，認為茶湯蒸蛋色澤好看者佔 26%（32 人）。



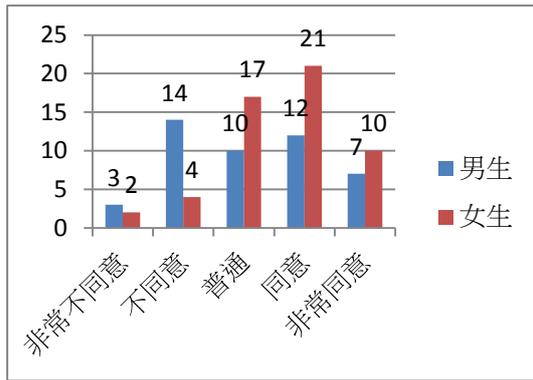
(圖 17)



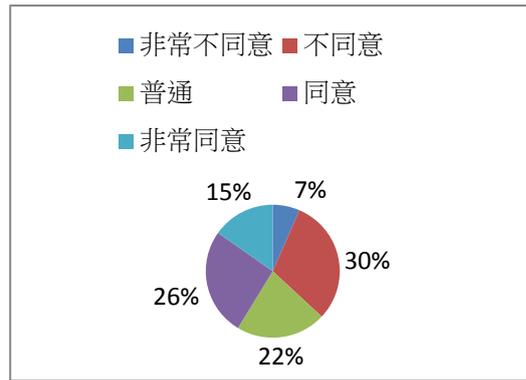
(圖 18)

在『我願意花錢購買茶湯蒸蛋』選項中，男生願意花錢去購買茶湯蒸蛋者佔 20 人，女生願意花錢去購買茶湯蒸蛋者佔 28 人。

在『我願意花錢購買茶湯蒸蛋』選項中，43%（48 人）購買意願較高，24%（30 人）購買意願普通，購買意願低者僅佔 33%（22 人）。



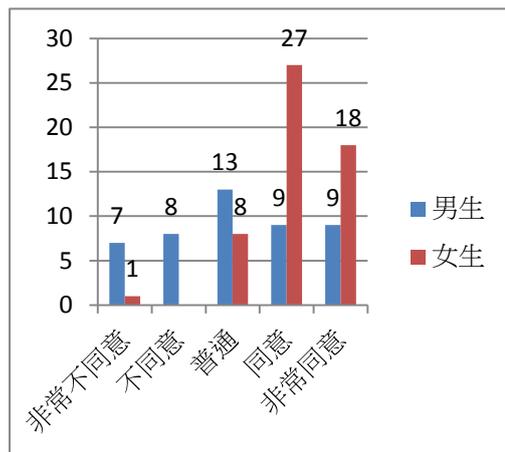
(圖 19)



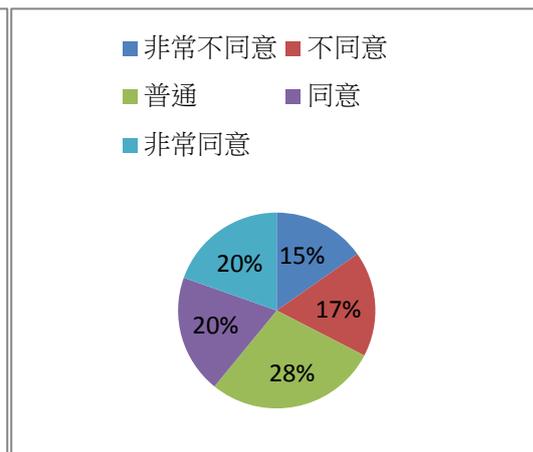
(圖 20)

在『我覺得茶湯蒸蛋聞起來很香』選項中，多數男生（17 人）不同意茶湯蒸蛋聞起來很香，多數女生（31 人）認為茶湯蒸蛋聞起來很香。

在『我覺得茶湯蒸蛋聞起來很香』選項中，41%（50 人）認為茶湯蒸蛋聞起來很香，37%（32 人）不認為茶湯蒸蛋聞起來很香。



(圖 21)



(圖 22)

在『我覺得茶湯蒸蛋吃起來口感清爽』選項中，多數男生（13 人）認為茶湯蒸蛋口感普通，多數女生（45 人）認為茶湯蒸蛋口感清爽。

在『我覺得茶湯蒸蛋吃起來口感清爽』選項中，28%（21 人）認為茶湯蒸蛋口感較為普通，但有 40%（63 人）認為茶湯蒸蛋吃起來很清爽。

二、結論

- (一)茶蒸蛋採用茉莉綠茶在成品外觀為佳，成品外觀較一般蒸蛋深。
- (二)茶蒸蛋採用茉莉綠茶在成品的爽口度，比一般蒸蛋茶香搭配材料風味佳。
- (三)茶蒸蛋採用茉莉綠茶在成品的顏色茶香為佳，軟度Q彈。
- (四)茶蒸蛋採用茉莉綠茶在成品的茶味為佳。
- (五)整體而言茶蒸蛋在色澤、香氣、滑嫩度、爽口度、購買意願較多人喜愛。

三、建議

- (一) 根據實驗結果，在做茶蒸蛋時，要用中火去蒸，且鍋蓋要傾斜。
- (二)因人力與財力有限，建議選擇方便又便宜，以減少經濟的壓力。
- (三)因時間與物力的關係，建議在實驗時選擇標準工具，以增加精準度。
- (四)未來進行相關研究時，實驗變項可對其他茶類，深入研究，例如「玫瑰花茶」、「薰衣草花茶」等。

肆●引註資料

- 王蓉蓉、王偉忠(2010)：**偉忠姊姊的眷村便當菜**。台北。推守文化。
- 吉澤拉、呂克教授(2006)：**雞蛋的智慧**。台北。新手父母。
- 有本 香(2004)：**中國茶·台灣茶**。台北。台灣東販。
- 李信宜(2011):600 **道人氣家常菜聖經**。台北。楊桃文化事業有限公司。
- 李信宜(2010):400 **道電鍋聖經**。台北。楊桃文化事業有限公司。
- 李德全、邱寶郎(2014):**15分鐘電鍋菜**。台北。楊桃文化事業有限公司。
- 邱寶郎(2013):**450種少油家常菜**。台北。楊桃文化事業有限公司。
- 黃德興、楊文典(1991)：**台灣菜**。台北。純青出版。

翁啓燦(1995)：微波爐食譜。台北。綠生活國際
楊淑媚、顏呈宇(2011)：非學不可 500 道家常菜聖經。台北。華威國際。
劉國瑞(1997)：DIY 食譜。台北。聯經出版。
蕭義娟(1990)：海鮮微波食譜。台北。躍昇文化。
茉莉花夢想起飛：<http://librarywork.taiwanschoolnet.org/cyberfair2014/yingming108/new-page/new-page-2.html>