

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

甜芯茶圈-格雷伯爵紅茶甜甜圈

作者：

尤慧紋。私立樹德家商。高三41班

劉湘琪。私立樹德家商。高三41班

謝季芹。私立樹德家商。高三41班

指導老師：

鄭淑菁老師

壹●前言

大家都知道，「茶」是有益健康的飲料，依據研究茶中有些不溶解於熱水中的營養素，憑著「喝茶」是無法攝取到的，所以以茶入菜，倒也是個好辦法。將「茶菜」看成「茶文化」的一部分，擁有「茶」與「烹食」的技術和藝術。有時以茶入菜，改變口味，無非是讓使飲食生活多樣化，添增情趣。

喝茶在日常中是中國人的習慣，更是全球的人們習以為常的動作，人們在四季中不管冷熱都會隨手買一杯飲料，隨著時代進步，從古代純喝茶還有講究的步驟及禮儀，到現在飲料店十幾塊的手搖飲品，都沒有將這個文化代替，為了要更好攝取茶葉內的營養素，不僅是保健產品，也被用到料理上頭。

在專業人士的研究中，顯示茶葉有助於減肥、提神甚至是心血管疾病的幫助。中國在千年前就有的飲茶習慣被傳入國外後也發展成不同的喝茶文化，更有流傳神農氏在中毒後食茶葉就解毒的功效，在歷史上也有許多詩人為了茶而專門寫出一篇篇的詩詞讚頌。「紅茶紅遍天下，我想是紅茶的平易近人，帶來生活的好味」（池宗憲，2010）。

貳●正文

一、文獻架構

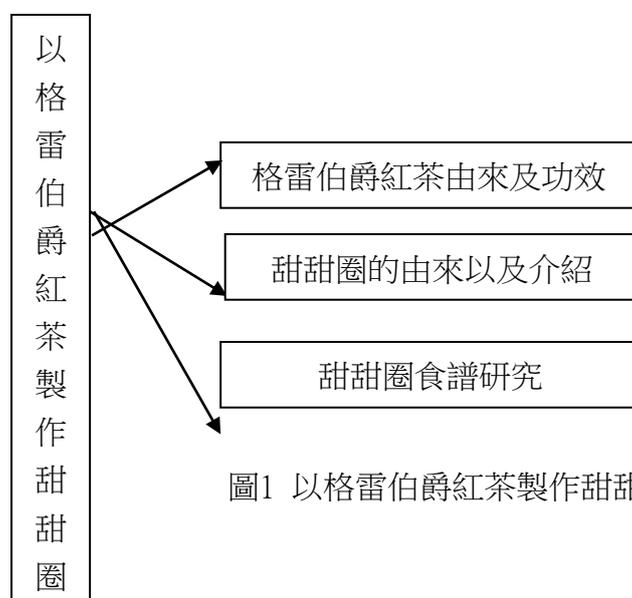


圖1 以格雷伯爵紅茶製作甜甜圈文獻架構圖

(一) 格雷伯爵紅茶由來及功效

格雷伯爵茶是以中國正山小種或錫蘭紅茶等優質紅茶為基茶，加入佛手柑油的一種調味茶。格雷伯爵茶是當今世界最流行的紅茶調味茶，也是「英式下午茶」的最經典飲品。

格雷伯爵茶是以十九世紀初英國首相格雷二世伯爵為命名的。據說格雷伯爵茶源於清朝一位華人對格雷伯爵的贈禮。當時格雷伯爵收到的禮品茶飲料非常受歡迎，當茶被用完時，格雷伯爵要求茶商 Twinings 仿製這種調味茶並供應他的首相官邸。

然而很多伯爵的訪客非常喜歡這款茶，伯爵就會告訴他們在 Twinings 購買格雷伯爵訂製的茶，後來這款調味茶就以 Earl Grey Tea 為名了。

本組收與格雷伯爵茶相關的資料整理如下，並將特色及功效以表格方式呈現分述如下：

表1 格雷伯爵紅茶相關文獻表

作者	年份	格雷伯爵紅茶特色及功效
池宗憲	2010	1、佛手柑的香氣與紅茶密合產生一種誘人的香味。
長興茶行	2013	1、紅茶富含咖啡因，可分解脂肪。 2、茶紅黃素，可抑制脂肪堆積不易發胖。 3、茶紅黃素對於降膽固醇、減少吸收。

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述格雷伯爵紅茶可以分解脂肪、降膽固醇及減少吸收功效。

(二) 甜甜圈的由來以及介紹

美國緬因州，海上討生活的船長漢森，順手在麵糰上戳了一個洞，甜甜圈有了中空的模樣，而他也因此在歷史上留名，位於緬因州的故居更有著一塊青銅匾額，讓大家知道他就是甜甜圈的發明者。

美式甜甜圈的特色就是偏甜，文化的差異，我們發現台灣人對美式甜甜圈都有過甜的印象，在美國的甜甜圈店中為了搭配，咖啡會比較苦一點讓味道中和，美式甜甜圈幾乎都會跟咖啡搭配的原因，甜甜圈是美國傳到日本的甜點，後來因日本人無法接受甜度太高的甜甜圈，經過轉型改變成另外一種產品，日式甜甜圈甜度清淡、產品精緻、造型多變，我們討論發現台灣人比較喜歡日式甜甜圈，日式甜甜圈使用烤箱烤成的蛋糕式甜甜圈造成一股風潮。

(三) 甜甜圈食譜研究

甜甜圈相關食譜與整理，以表格方式呈現食譜配方中之材料，與是否使用特殊材料，分述如下：

表2 甜甜圈食譜文獻表

編號	書名	出版社	材料	特殊材料
(一)	時尚甜點	積木文化	1、中筋麵粉150g 2、蛋4個	肉桂粉
(二)	即時享用 117 種鬆餅粉的早餐・午茶・輕點心	邦聯文化	1、白油35g 2、低筋麵粉437g 3、全蛋109g	乳酪
(三)	烘焙新手必備的第二本書：130 道不失敗超人氣麵包全圖解	幸福文化	1、高筋麵粉210g 2、低筋麵粉90g 3、無鹽奶油15g	馬鈴薯
(四)	在廚房遇見 MASA：給料理新手的 100 道快樂食譜	幸福文化	1、蛋糕粉200g 2、蛋一個	豆腐
(五)	禪味點心	法鼓文化	1、高粉250g 2、奶粉25g 3、奶油30g	蘋果
(六)	百變麵包機超值加量版	邦聯文化	1、中筋麵粉310g 2、奶油35g 3、溫牛奶180g	椰子
(七)	自然味の手作甜食：50 道天然食材 & 愛不釋手的 Natural Sweets	良品文化	1、糯米粉160g 2、鬆餅粉150g 3、牛奶50g	豆粉
(八)	親子入廚大挑戰：35 款中西日式親子食譜	青森文化	1、高筋麵粉180g 2、酵母5g 3、黃油18g	檸檬
(九)	蘋果&馬鈴薯 72 變	四塊玉文化	1、低粉600g 2、奶粉6g 3、雞蛋25g	蘋果

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述，在九道的甜甜圈食譜中，特殊食材使用最多的有蘋果和巧克力共出現兩次，其餘特殊材料只有一次，可以發現使用非茶葉特殊食材製作甜甜圈的食譜居多由此可知茶葉被運用在甜甜圈之食譜屬於少數。

二、研究架構

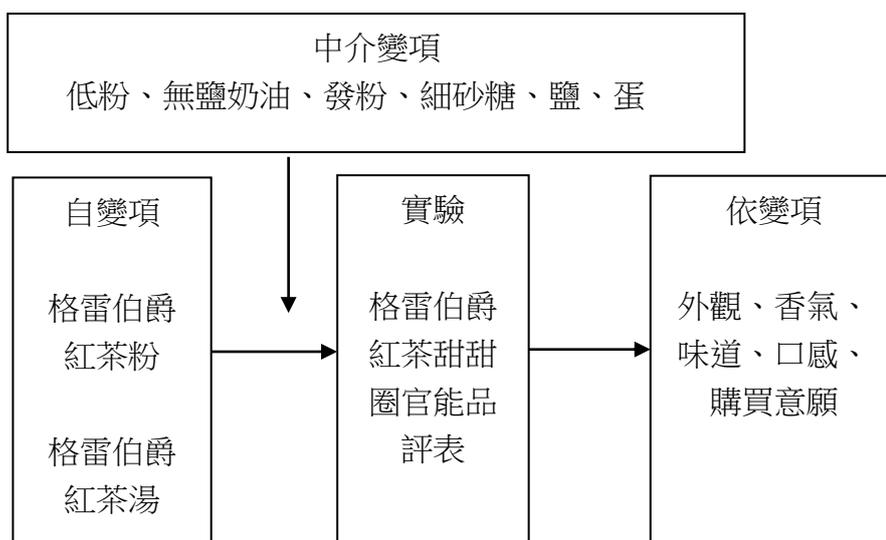


圖2 研究架構圖

三、研究流程

表格3 研究流程表

準備階段103年9月~12月		
(一) 收集相關資料及文獻。 (二) 格雷伯爵紅茶甜甜圈試作。 (三) 三位專業教師試吃格雷伯爵紅茶甜甜圈，確認食譜。 (四) 官能品評問卷的編製。		
實驗處理103年10月~12月		
(一) 格雷伯爵紅茶甜甜圈試作。 (二) 抽樣試吃，填寫問卷。		
		
圖3 材料混和	圖4 高二填寫問卷	圖5 格雷伯爵紅茶甜甜圈成品圖
資料分析及撰寫專題 103年3月		
(一) 以Excel製作統計分析圖表進行問卷資料分析。 (二) 以Word文書處理書寫專題內容。		

資料來源：研究小組自行整理

參●結論

一、問卷結果

表格4 格雷伯爵紅茶甜甜圈分析比較表

問卷題目	同意程度	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
我覺得格雷伯爵紅茶甜甜圈外觀看起來可口。	人數	0	17	39	39	4
	百分比	0%	17%	39%	39%	4%
我覺得格雷伯爵紅茶甜甜圈聞起來有茶香。	人數	0	16	36	32	15
	百分比	0%	16%	36%	32%	15%
格雷伯爵紅茶甜甜圈味道吃起來有紅茶味。	人數	10	12	29	30	18
	百分比	10%	12%	29%	30%	18%
格雷伯爵紅茶甜甜圈口感吃起來有彈性。	人數	2	15	33	34	15
	百分比	2%	15%	33%	34%	15%
我覺得格雷伯爵紅茶甜甜圈口感吃起來軟。	人數	5	15	24	40	15
	百分比	5%	15%	24%	40%	15%
我覺得格雷伯爵紅茶甜甜圈吃起來較濕潤。	人數	2	7	39	35	16
	百分比	2%	7%	39%	35%	16%
整體而言我喜歡格雷伯爵紅茶甜甜圈。	人數	7	8	36	31	17
	百分比	7%	8%	36%	31%	17%
我有意願花錢去買格雷伯爵紅茶甜甜圈。	人數	7	12	28	37	15
	百分比	7%	12%	28%	37%	15%

資料來源:研究小組自行整理

由上表可知，「外觀」方面品評員認為能格雷伯爵紅茶甜甜圈外觀可口者佔82%，有17%的人持相反意見；在「香氣」方面品評員認為格雷伯爵紅茶甜甜圈有茶香佔83%，17%的人持相反意見。「味道」方面品評員認為格雷伯爵紅茶甜甜圈味道有紅茶味77%，持相反之意見有22%；「口感」方面品評員認為格雷伯爵紅茶甜甜圈口感有彈性者佔82%，持相反之意見有17%，格雷伯爵紅茶甜甜圈口感軟佔79%，相反之意見21%，格雷伯爵紅茶甜甜圈濕潤90%，相反意見10%。

「購買意願」方面品評員認為整體而言我喜歡格雷伯爵紅茶甜甜圈和我有意願花錢去買格雷伯爵紅茶甜甜圈，同意者佔82%與非同意者佔18%，由上的實驗數據看來格雷伯爵紅茶甜甜圈的總體同意人數有58%，非同意人數有42%。

二、格雷伯爵紅茶甜甜圈分析結果

根據研究方法與實驗結果，將格雷伯爵紅茶圈外觀、香氣、味道、口感、購買意願的影響，綜合整理得到以下五點結論：

（一）在外觀上，我們發現格雷伯爵紅茶甜甜圈的外觀、看起來可口是因為金黃的樣子會使人引起食慾。

（二）在香氣上，我們發現格雷伯爵紅茶甜甜圈的香氣聞起來有茶香是因為添加茶粉與茶湯的關係。

（三）在味道上，我們發現格雷伯爵紅茶甜甜圈吃起來有紅茶香味是因為添加茶粉與茶湯的關係。

（四）在味道上，我們發現格雷伯爵紅茶甜甜圈口感中許多人認為比較軟。

（五）在購買意願上，樹德家商餐飲科二年級學生對於格雷伯爵紅茶甜甜圈之購買意願及接受程度都很高。

三、建議

（一）本研究僅針對象為樹德家商餐飲科二年級學生，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，藉以了解格雷伯爵紅茶甜甜圈之市場接受度及推廣可行性。

（二）格雷伯爵紅茶甜甜圈可以試著研究其他不同之茶葉，例如：綠茶、香片、普洱等茶葉，探討其味道上差異，與大眾喜愛程度。

（三）可以探討如何不只用油炸的方式，讓格雷伯爵紅茶甜甜圈更健康，破除人們對甜甜圈的刻板印象，已達健康觀念。

肆●引注資料

- Ceci(2013)：親子入廚大挑戰：35款中西日式親子食譜。台北。青森文化。
- MASA(2010)：在廚房遇見MASA：給料理新手的100道快樂食譜。台北。幸福文化。
- 王志海(2000)：時尚甜點。台北。積木文化。
- 主婦之友社(2014)：即時享用117種鬆餅粉的早餐・午茶・輕點心。台北。邦聯文化。
- 以美瑞(2003)：蘋果&馬鈴薯72變。台北。四塊玉文化。
- 青山有紀(2013)：自然味の手作甜食：50道天然食材&愛不釋手的Natural Sweets。台北。良品文化。
- 池宗憲(2010)：池宗憲的紅茶驚宴。台北。四塊玉文化。
- 胡涓涓(2011)：烘焙新手必備的第二本書：130道不失敗超人氣麵包全圖解。台北。幸福文化。
- 陳滿花(2014)：禪味點心。台北。法鼓文化。
- 飯田順子(2014)：百變麵包機超值加量版。台北。邦聯文化。
- 長興茶行：專售台灣高山及烏龍茶。2013年8月6日，取自
<http://www.sumusen.com.tw/article.php?id=441>