

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以無咖啡因花茶製作饅頭之探討

作者：

劉旭展。私立樹德家商。高三41班

江冠佑。私立樹德家商。高三41班

林郁伸。私立樹德家商。高三41班

指導老師：

鄭淑菁老師

壹●前言

早期饅頭起源來自於王國時期，饅頭是人們餐桌上最常見的麵食，早期饅頭則以白饅頭黑糖饅頭最為善變，隨著時代的變化食品加工不斷的發展，現代人們的味蕾需求有了很大的變化，慢慢的各式各樣不同口感的饅頭漸漸的出現了。

現代人講求低糖低油低鹽的養身之道，加入花所結合的茶可幫助健康、解除油膩、安定情緒，最常見的是以白饅頭和黑糖饅頭為主，故我們想以花茶作為主材料製作饅頭，增加口感和色澤上的差異讓人看到顏色就想嚐一口的想法。

貳●正文

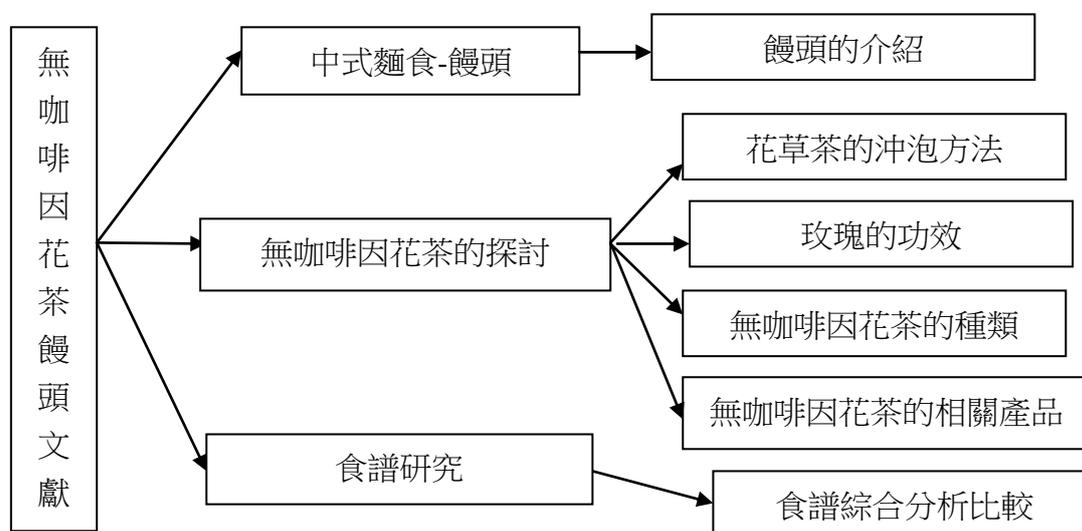


圖1 無咖啡因花茶饅頭文獻架構圖

一、文獻架構

(一)饅頭

『中國人向來中式飲食，若以食材區分，大致分兩類，一為米食類，二為麵食類，而饅頭就是屬於麵食類裡的發粉類』(李尚穗、林家霖，2007)。

『南方麵食要有鬆綿軟甜風味，故在製作上麵粉、酵母、添加物的選擇及方法、流程要對，才能做出南方人喜好口感』(趙柏濟，2012)。

(二)無咖啡因花茶

『在印度和中國茶出現以前，花草茶早已被廣泛地運用了，飲用花草茶或是以花草入菜亦有上千年的歷史記載』(涂玉雲，2004)。

二、玫瑰花茶相關文獻：

本組同學收集許多與玫瑰花茶相關的書籍整理如下，並將特性及功能以表格方式呈現重點，分述如下：

表1 玫瑰的功效

作者	年份	玫瑰功效
第一次買 花草茶就 上手	2007	(1)幫助新陳代謝，餐後、睡前都適合飲用。 (2)能紓解因為動怒產生的胃部不適。 (3)紓解感冒咳嗽。 (4)減輕原發性經痛。 (5)養顏美容。 (6)增進血液循環。 (7)防止便秘。 (8)和胃養肝。 (9)平衡內分泌失調
日日茶摘	2014	(1)行氣活血。 (2)平衡內分泌。 (3)補血氣。 (4)美顏護膚。
中國保健 茶飲	1990	(1)可治情緒不佳的胸悶。 (2)可治療因肝氣鬱因結所致的脅痛與脹痛。 (3)食慾不佳。 (4)苔薄。 (5)脈多弦象。

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述，玫瑰的功效第一本第一次買花草茶就上手和本日日茶摘，有三個相同的功效，增進血液循環、養顏美容、平衡內分泌。

(一)饅頭食譜文獻：

透過饅頭相關食譜的收集與整理，以表格方式呈現食譜配方中使用哪種特殊材料，分述如下：

表2 無咖啡因花茶饅頭綜合分析比較表

	書名	作者	出版社	饅頭特殊材料
1	手感饅頭包子	趙柏滄	朱雀文化	抹茶
2	阿芳的3杯麵粉七十二變	蔡季芳	台視文化	鮮奶
3	孟老師的中式麵食	孟兆慶	葉子	南瓜
4	三杯麵粉	連愛卿	橘子文化	全麥
5	孟老師的麵食小點	孟兆慶	葉子	可可芝麻
6	手作天然酵母包子饅頭	謝煒貞	邦聯	芋頭
7	中式麵食點心	鄭元魁 王景茹	康鑑	綠茶
8	400道人氣麵食聖經	楊桃文化	楊桃文化	黑糖

綜上所述，在以上8道不同製作方法的饅頭食譜中，可以發現製作饅頭的特殊材料各有不同，每本食譜都有不同差異的口味，來吸引饅頭愛好者的嚐試。

三、研究架構

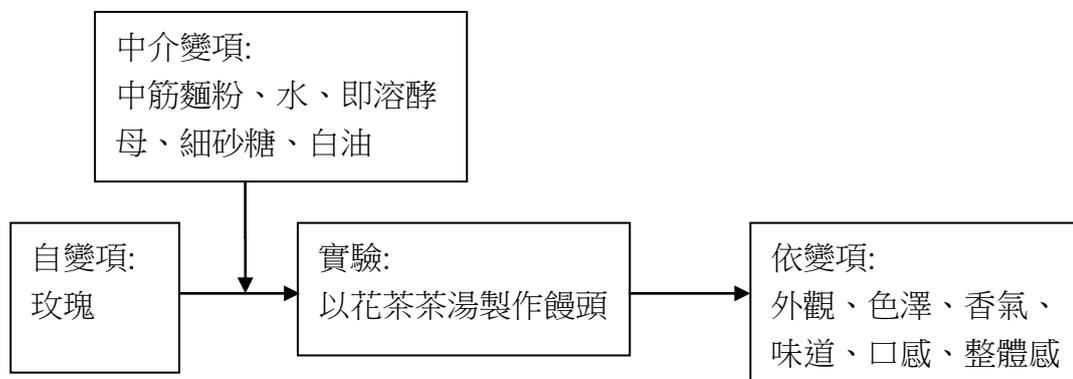


圖2 研究架構圖

四、研究流程

表3 研究流程表

準備階段103年9月~12月		
1.收集相關資料及文獻。 2.三位專業教師，試吃玫瑰花茶饅頭，確認玫瑰花茶饅頭之食譜。 3.玫瑰花茶饅頭試做。 4.官能品評問卷的編製。		
玫瑰花茶饅頭製作		實驗處理103年11月~12月
		
圖3 攪拌均勻	圖4 蒸玫瑰花茶饅頭與烤 玫瑰花茶饅頭成品圖	圖5 蒸玫瑰花茶饅頭與烤 玫瑰花茶饅頭成品圖
抽樣試吃，填寫問卷		
		
圖6 高一填寫問卷	圖7 高二填寫問卷	
資料分析及撰寫專題 103年11月~102年12月		
以Excel製作統計分析圖表進行問卷資料分析。 以Word文書處理書寫專題內容。		

參●結論

一、問卷結果

表4 玫瑰花茶饅頭感官差異總表

問卷題目	同意程度	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1.我覺得蒸玫瑰饅頭的「外觀」比烤玫瑰饅頭可口。	人數	3	20	34	26	17
	百分比	3%	20%	34%	26%	17%
2.我覺得蒸饅頭的「色澤」比烤饅頭好看。	人數	3	23	28	32	14
	百分比	3%	23%	28%	32%	14%
3.我覺得蒸饅頭的「香氣」聞起來比烤饅頭香。	人數	2	14	35	33	16
	百分比	2%	14%	35%	33%	16%
4.我覺得蒸饅頭吃起來的「口感」吃起來比烤饅頭甜。	人數	4	11	27	42	16
	百分比	4%	11%	27%	42%	16%
5.我覺得蒸饅頭的吃起來的「味道」吃起來比烤饅頭香。	人數	5	20	29	31	15
	百分比	5%	20%	29%	31%	15%
6.整體而言我比較喜歡蒸饅頭。	人數	8	13	32	28	19
	百分比	8%	13%	32%	28%	19%
7.我有意願花錢去購買烤饅頭。	人數	4	8	36	31	21
	百分比	4%	8%	36%	31%	21%

由上表可知，在「外觀」方面品評員認為能接受蒸饅頭的色澤者同意的佔43%，亦有23%人持相反之意見；在「色澤」方面46%的品評員認為蒸饅頭較有色澤，亦有26%的人認為蒸饅頭較沒色澤。

在「香氣」方面品評員認為蒸饅頭並無差異者佔35%、能接受蒸饅頭的色澤者佔49%；；在「口感」方面品評員認為蒸饅頭的口感者同意的佔58%，亦有15%的人持相反之意見。在「整體感覺」方面亦有47%同意，在「購買意願」選項中，有52%同意12%不同意。

實驗數據顯示，「外觀」、「色澤」、「香氣」、「口感」、「味道」、「整體而言」上，有五成以上的人都能接受玫瑰花茶饅頭代表大家對這兩種的蒸和烤的饅頭大家都不排斥並且接受。

二、玫瑰花茶饅頭選項問卷分析

(一)我覺得蒸玫瑰饅頭的「外觀」比烤玫瑰饅頭可口。

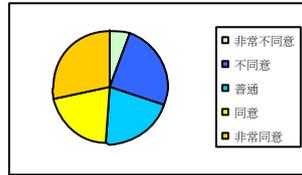


圖8 玫瑰花茶饅頭外觀圓餅圖

在『我覺得蒸玫瑰饅頭的「外觀」比烤玫瑰饅頭可口』選項中，有44%（75人）認為蒸玫瑰花茶饅頭外觀好看，其中男生佔（26人）、女生佔（18人）。

(二)我覺得蒸饅頭的「色澤」比烤饅頭好看。

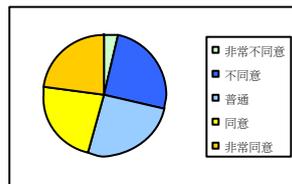


圖9 玫瑰花茶饅頭色澤圓餅圖

在『我覺得蒸饅頭的「色澤」比烤饅頭好看』選項中，47%（47人）認為蒸玫瑰花茶饅頭好看，其中男生佔（24人）、女生佔（23人）。

(三)我覺得蒸饅頭的「香氣」聞起來比烤饅頭香。

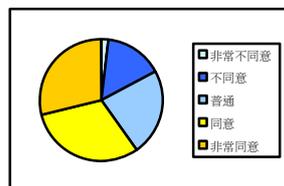


圖10 玫瑰花茶饅頭香氣圓餅圖

在『我覺得蒸饅頭的「香氣」聞起來比烤饅頭香』選項中，49%（49人）認為蒸玫瑰花茶饅頭色澤好看，其中男生佔（31人）、女生佔（18人）。

(四) 我覺得蒸饅頭吃起來的「口感」吃起來比烤饅頭甜。

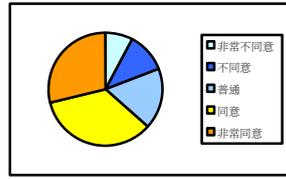


圖11 玫瑰花茶饅頭口感圓餅圖

在『我覺得蒸饅頭吃起來的「口感」吃起來比烤饅頭甜』選項中，56% (56人) 認為蒸玫瑰花茶色澤好看，其中男生佔 (33人)、女生佔 (23人)。

(五) 我覺得蒸饅頭的吃起來的「味道」吃起來比烤饅頭香。

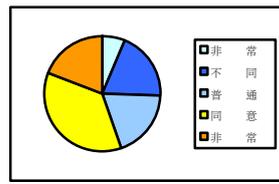


圖12 玫瑰花茶饅頭味道圓餅圖

在『我覺得蒸饅頭的吃起來的「味道」吃起來比烤饅頭香』選項中，有49% (49人) 喜歡蒸玫瑰花茶饅頭的味道，其中男生佔 (26人)、女生佔 (23人)。

(六) 「整體感覺」我比較喜歡蒸饅頭。

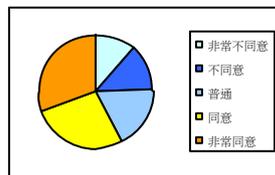


圖13 玫瑰花茶饅頭整體感覺圓餅圖

在『「整體感覺」我比較喜歡蒸饅頭。』選項中，有47% (47人) 喜歡蒸玫瑰花茶饅頭的整體感覺，其中男生佔 (30人)、女生佔 (17人)。

(七)我有意願花錢去購買烤饅頭。

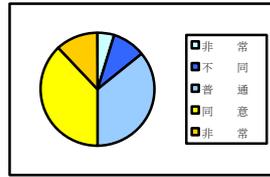


圖14 玫瑰花茶饅頭購買意願圓餅圖

在『我有意願花錢去購買烤饅頭。』選項中，有52%（52人）會購買烤玫瑰花茶饅頭，其中男生佔（21人）、女生佔（31人）。

三、研究分析

(一)在外觀、色澤上，我們發現玫瑰花茶饅頭的外觀、色澤看起來好看，因茶天然的色素，使饅頭的外觀較為好看。

(二)在香氣上，我們發現玫瑰花茶饅頭香氣較香，因茶葉擁有特別的香氣，使玫瑰花茶饅頭聞起來比較香。

(三)在口感上，我們發現玫瑰花茶饅頭味道好吃，軟綿扎實的饅頭散發出玫瑰花茶的香氣，讓玫瑰花茶饅頭吃起來很有口感。

(四)在整體感覺上，發現蒸玫瑰花茶饅頭受歡迎。

(五)在購買意願上，S家商學生對於玫瑰花茶饅頭之購買意願及接受程度都屬普通。

四、建議

(一)本研究僅針對象為S 家商之高一、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，藉以了解玫瑰花茶饅頭之市場接受度及推廣可行性。

(二)饅頭可以試著研究加入其他不同之茶類，例如：綠茶、薰衣草、抹茶、等元素，探討其口感上差異，與大眾喜愛程度。

(三)可以依個人喜好調製茶湯濃度。

肆●引註資料

- 王家驊(1990)：中國保健茶飲。台北。台視文化。
- 石玉鳳、杜佳玲、賴淑玲(2003)：草本花草茶。台北。三采文化。
- 田汝成(1963)：西湖遊覽志。台北。世界書局。
- 宋定西(1987)：漢光食藝精粹。台北。漢光文化。
- 李尚穗、林家霖(2007)：中式點心。台北。啟英文化。
- 孟兆慶(2009)：孟老師的中式麵食。台北。葉子。
- 孟兆慶(2014)：孟老師的麵食小點。台北。葉子。
- 涂玉雲(2004)：花草茶養身圖鑑。台北。麥田出版。
- 吳崑崙、林鴻崇、孫靖玲、余燕姍(2012)：中式點心。台中。廣懋文化。
- 黃皇博(2004)：中式麵食保證班。台北。橘子。
- 連愛卿(2009)：三杯麵粉。橘子文化。台北。
- 童素芳(2002)：第一次買花草茶就上手。台北。易博士文化。
- 楊桃文化(2013)：400道人氣麵食聖經。台北。楊桃文化。
- 趙柏濤(2012)：手感饅頭包子。台北。朱雀文化。
- 蔡季芳(2009)：阿芳的3杯麵粉七十二變。台北。台視文化。
- 鄭元魁、王景茹(2014)：中式麵食點心。台北。康鑑。
- 劉侗(1980)：帝京景物略。北京。北京古籍。
- 謝煒貞(2003)：手作天然酵母包子饅頭。台北。邦聯。
- 雙福、趙峻(2013)：好飲花草茶。台北。麥田出版。