

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：
綻放的菊花香

作者：
吳衣玟。樹德家商。高三 3 年 35 組
花瑞鴻。樹德家商。高三 3 年 35 組
陳宛宜。樹德家商。高三 3 年 35 組

指導老師：
毛德馨 老師

壹、前言

菊花酥是北宋皇家在中秋節喜歡吃的一種「宮餅」民間俗稱「小餅」、「月團」。菊花酥造型精緻美麗，是個能清楚看到內在美的酥餅，盛開的美麗讓我們選擇他，而以往的菊花酥大同小異，總是以紅豆餡為常見，口感甜膩。我們打算以原本的紅豆餡再加入芋泥、棗泥、抹茶泥 3 種配料，來增加層次口感，讓原本的菊花酥內餡有了不同的配料，改變甜膩的口感和單調的內餡，也讓原本的菊花酥不在傳統，而是新的面貌新的口感，更加創新的組合希望能受大家喜愛。

貳、正文

一、菊花酥的探討：

菊花酥的歷史：菊花酥最早在中國，烹調作法以炸為主，屬於甜食，中國人便以開始發酵後的面糰蒸製食用，稱之為「飴食」，酥油類麵食的製作是由油皮油酥經多次桿捲後，形成多層次產品，故又稱為層酥。

二、紅豆的介紹：

紅豆的種子內含有一種皂素，可健胃、生津、去溼、益氣、利尿、消腫及解毒等，亦可幫助消化吸收的功能，它的纖維質含量也相當豐富，能有效刺激腸胃動，除了可利尿之外，還有預防便秘、使排便順暢的效果。高血壓患並不適宜吃紅豆飯或紅豆湯。

紅豆是很適合女性的食物，它含有豐富的鐵質，中醫經常鼓勵女性在生理期間利用紅豆保養身體，紅豆所含的石鹼酸成份可以增加大腸的蠕動，促進排尿及減少便秘，進而清除下身脂肪。

三、配料的探討：

（一）紅棗

紅棗有人又稱之為「鮮活的維生素 C 丸」，且鮮棗的維生素 P 的含量在水果中也不遜色，其中有大量的醣類物質，主要為葡萄糖，也含有果糖、蔗糖以及由葡萄糖所組成的低聚糖、阿拉伯聚糖及半乳糖聚糖等；具有較強的補養作用，能提高人體免疫功能，增強抗病能力。能證實紅棗可以保護肝臟、鎮靜安神、抗過敏等功效。滋潤肌膚，益顏美容民間有"一日食仁棗，百歲不

顯老"、"要使皮膚好，粥裡加紅棗"之說，紅棗中所含的維生素 C 是一種活性很強的還原性抗氧化物質，參與體內的生理氧氣還原過程，防止黑色素在體內慢性沉澱，可有效地減少色素老年斑的產生。

(二) 芋頭

芋頭含有蛋白質、醣類、膳食纖維、鉀、鎂、鐵、鈣、磷、維生素 B1、維生素 B2、維生素 C 等營養素，芋頭富含膳食纖維，能幫助消化、改善便秘；鉀則能幫助血壓下降，有利尿的作用。另外，芋頭含豐富的澱粉和蛋白質，容易產生飽足感也有足夠的營養。

芋頭含有草酸鈣，接觸到皮膚會有發癢的現象，生食則會對嘴唇、舌、皮膚造成傷害，但只要將芋頭煮熟，就可以安心食用。芋頭容易導致脹氣，腸胃道消化功能較差或是容易脹氣應避免攝取；同時，在食用芋頭時，應避免喝過多的水，已免沖淡胃液，妨礙消化。有痰、過敏體質者不宜。

(三) 抹茶

抹茶源於中國，興起於唐朝，鼎盛於宋朝。早期在唐朝年間，人們就發明了蒸青散茶，還審訂了評茶色香味的方法，並成爲人們不可或缺的日常飲料，抹茶的原料是綠茶，在日本，由於多年的改良，綠茶已經很少有苦澀的味道了，而經過覆蓋蒸青的綠茶幾乎沒有苦澀味。

四、食譜分析

表一

油皮				油酥		表面顏色	餡
麵粉	糖	油	水	麵粉	油	其他	內餡
中粉 500g	細砂糖 50g	豬油 200g	水 220g	低粉 320g	豬油 160g	無	奶油豆沙 960g
中粉 300g	細砂糖 30g	豬油 120g	水 120g	低粉 200g	豬油 100g	無	無油紅豆沙 600g
低粉 200g	細砂糖 15g	豬油 70g	水 150	低粉 140g	豬油 70g	無	蓮蓉餡 適量
中粉 220g	細砂糖 22g	豬油 88g	水 99g	低粉 140g	豬油 70g	無	奶油豆沙 400g
中粉 200g	細砂糖 40g	豬油 80g	水 55g	低粉 120g	豬油 60g	雞蛋 1 顆 白芝麻 少許	豆沙餡 200g

綻放的菊花香

中粉 210g	糖粉 21g	豬油 84g	水 92g	低粉 135g	豬油 67g	無	紅豆沙 440g
中粉 90g	細砂糖 18g	豬油 76g	水 76g	低粉 120g	奶油 60g	蛋黃 2 顆 蛋白 1/3 顆	抹茶餡 360g
中粉 80g	糖粉 10g	玉米油 20g	水 50g	低粉 75g	玉米油 25g	蛋 1 顆 草莓醬 少許	豆沙餡 200g
中粉 400g	細砂糖 40g	豬油 80g	水 190g	低粉 180g	豬油 80g	無	地瓜餡 500g
中粉 170g	糖粉 25g	無水奶油 50g	水 65g	低粉 140g	無水奶油 70g	蛋 1 顆 黑芝麻 少許	豆沙餡 600g
相同處	中筋麵粉.細砂糖.豬油.水.低筋麵粉.蛋						
相異處	低筋麵粉.糖粉.無水奶油.玉米油.黑白芝麻.抹茶餡..奶油豆沙.						

由上表分析可以得知製作菊花酥共分爲三部分，油皮、油酥和內餡，在油皮的部分：以中筋麵粉、砂糖、豬油和水爲主材料，我們發現十本食譜中有九本食譜的麵粉都以中筋麵粉爲主，糖則以細砂糖居多，糖粉次之，油脂的部分則大多以豬油爲主，只有少部分配方是以玉米油和無水奶油製作，在四種材料的比例上麵粉：糖：油：水的比例則以 10：1：4：4.5 最多；在油酥的部分，麵粉則是全部用低筋麵粉爲主，油脂的部分與油皮相似，以豬油爲多，其比例則以 2：1 最多，在內餡部分，以紅豆沙餡、奶油豆沙餡居多，而我們選擇以紅豆沙餡爲主，則在配方內以每個 20 公克居多，此外，有部分配方會因爲要增加外觀顏色而使用雞蛋或蛋黃。

參、結論

一、基本資料分析

本次問卷調查共發出一百份，回收一百份問卷，無廢卷，一百份問卷中，男生佔 55%，女生佔 45%(圖 4-1)；三年級佔 100%(圖 4-2)；吃過菊花酥的有 90%，沒吃過菊花酥的有 10%(圖 4-3)。

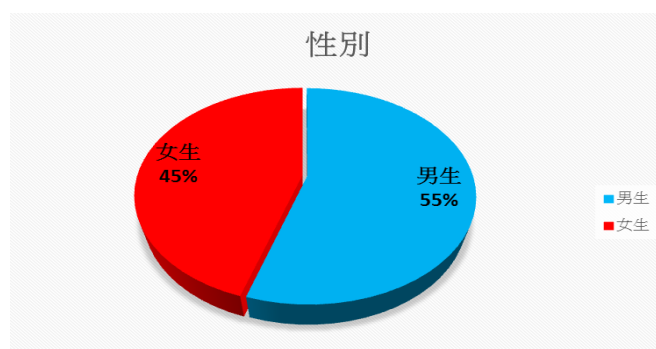


圖 3-1 性別圓餅圖

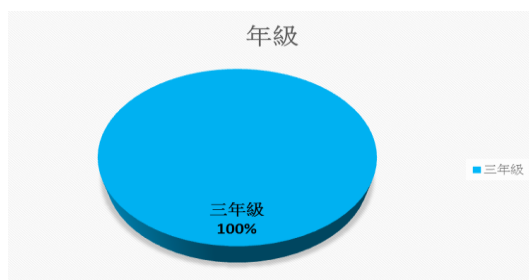


圖 3-2 年級圓餅圖

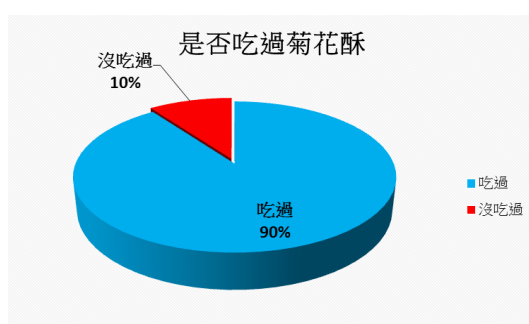


圖 3-3 是否吃過菊花酥圓餅圖

第二節 以紅豆抹茶餡製作菊花酥在外觀部分分析

以紅豆抹茶餡製作菊花酥在外觀酥脆的部分，認為外觀非常不酥脆的有 1%，不酥脆的有 5%，普通的有 33%，酥脆的有 32%，非常酥脆的有 29%(圖 4-4)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在外觀金黃的部分，認為外觀不金黃的有 19%，普通的有 30%，外觀金黃的有 30%，外觀非常金黃的有 21%(圖 4-5)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在外觀蓬鬆的部分，認為外觀不蓬鬆的有 9%，普通的有 30%，外觀蓬鬆的有 37%，外觀非常蓬鬆的有 24%(圖 4-6)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在外觀特別的部分，認為外觀不特別的有 11%，普通的有 34%，外觀特別的有 27%，外觀非常特別的有 28%(圖 4-7)；在認為外觀的部分，酥鬆、蓬鬆多於特別，多於金黃，且超過 50%以上的人同意菊花酥外觀酥脆，特別、蓬鬆及金黃。

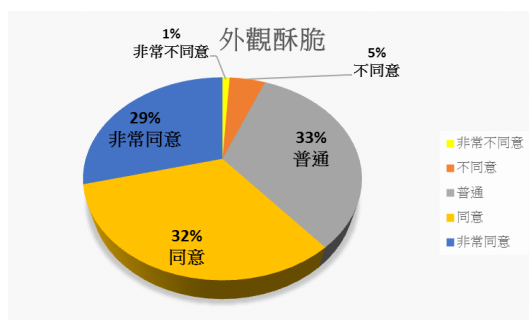


圖 3-4 外觀酥脆圓餅圖

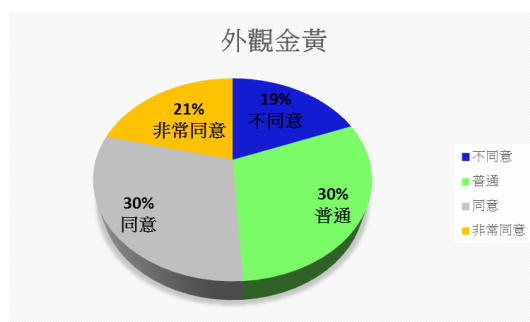


圖 3-5 外觀金黃圓餅圖

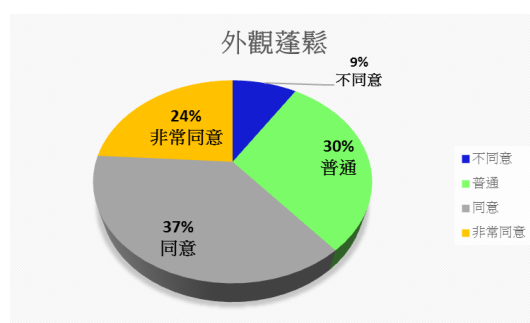


圖 3-6 外觀蓬鬆圓餅圖

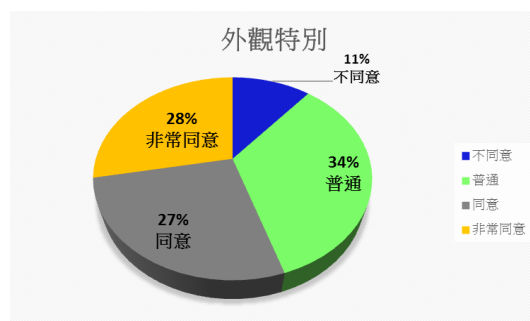


圖 3-7 外觀特別圓餅圖

第三節 以紅豆抹茶餡製作菊花酥在口感部分分析

以紅豆抹茶餡製作菊花酥在口感酥鬆的部分，認為口感非常不酥鬆的有 2%，口感不酥鬆的有 3%，普通的有 25%，口感酥鬆的有 37%，口感非常酥鬆的有 33%(圖 4-8)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在口感較有味道的部分，認為口感非常沒味道的有 1%，口感沒味道的有 6%，普通的有 21%，口感有味道的有 38%，口感非常有味道的有 34%(圖 4-9)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在口感不膩的部分，認為口感較膩的有 7%，普通的有 24%，口感不膩的有 39%，口感非常不膩的有 30%(圖 4-10)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在口感不黏牙的部分，認為口感非常黏

綻放的菊花香

牙的有 2%，口感黏牙的有 27%，普通的有 30%，口感不黏牙的有 26%，口感非常不黏牙的有 15%(圖 4-11)；以紅豆抹茶餡製作菊花酥在口感有層次的部分，認為口感非常沒有層次的有 4%，口感沒有層次的有 9%，普通的有 18%，口感有層次的有 39%，口感非常有層次的有 30%(圖 4-12)；在認為口感的部分，較有味道多於酥鬆，多於有層次及不膩，多於黏牙，且超過 50%以上的人同意菊花酥口感酥鬆、層次，不膩及黏牙。

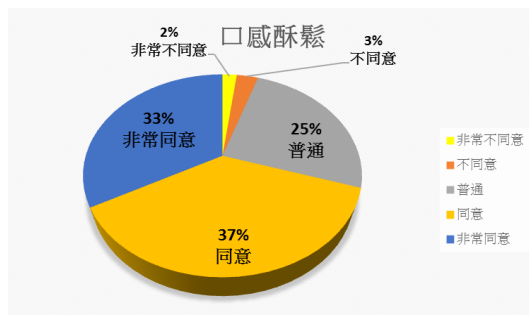


圖 3-8 口感酥鬆圓餅圖

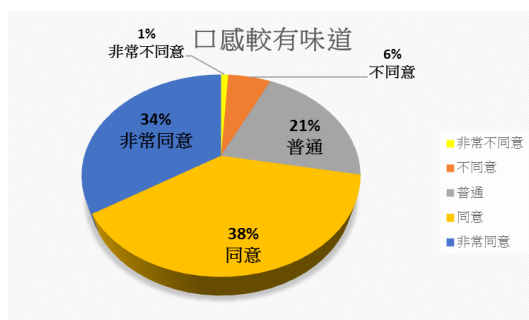


圖 3-9 口感較有味道圓餅圖

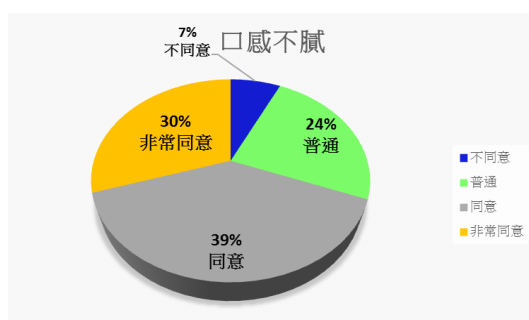


圖 3-10 口感不膩圓餅圖

綻放的菊花香

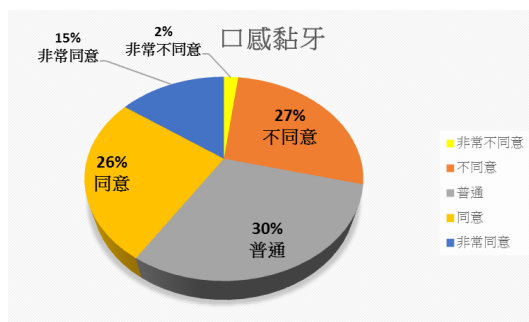


圖 3-11 口感黏牙圓餅圖

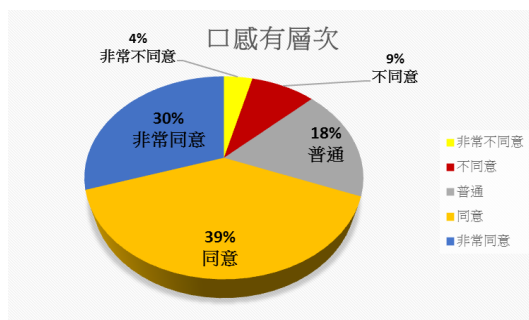


圖 3-12 口感有層次圓餅圖

第四節 以紅豆抹茶餡製作菊花酥在喜愛程度部分分析

喜歡的有 7%，普通的有 19%，喜歡的有 33%，非常喜歡的有 36%(圖 4-13)。

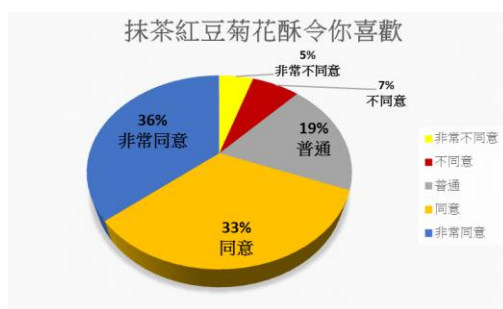


圖 3-13 菊花酥令你喜歡圓餅圖

肆 • 引註資料

- 孟兆慶(2014)。孟老師的麵食小點。新北市:葉子出版股份有限公司。
- 周淑玲(2015)。天然發酵麵食 101 道。台北市:大境文化事業有限公司。
- 江獻珠(2015)。中式麵食點心。台北市:橘子文化事業有限公司。
- 楊桃(2015)。最常用麵糰、麵糊大收錄。台北市:楊桃文化事業有限公司。
- 胡涓涓(2015)。麵點新手第一本書。新北市:幸福文化事業有限公司。

維基百科。紅豆。2015 年 11 月 9 號，取自

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%B4%85%E8%B1%86> 二

百科。紅豆。2015 年 11 月 9 號，取自

<http://baike.baidu.com/subview/39951/5621391.htm>

西安美食網。菊花酥。2015 年 11 月 9 號，取自

<http://www.xa01.com/xiaochi/17895.html>

醫學百科。芋頭。2015 年 11 月 9 號，取自

http://big5.wiki8.com/yutou_81676/

棗紅公館。紅棗。2015 年 11 月 9 號，取自

<http://www.kkfa.org/jujube.php?func=jujube>

維基百科。抹茶。2015 年 11 月 9 號，取自

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%8A%B9%E8%8C%B6>

痞客邦(小烤箱、大烤箱)菊花酥。菊花酥食譜。2015 年 11 月 9 號，取自

[http://weneating.pixnet.net/blog/post/143926751-\(%E5%B0%8F%E7%83%A4%E7%AE%B1%E3%80%81%E5%A4%A7%E7%83%A4%E7%AE%B1\)%E8%8F%8A%E8%8A%B1%E9%85%A5](http://weneating.pixnet.net/blog/post/143926751-(%E5%B0%8F%E7%83%A4%E7%AE%B1%E3%80%81%E5%A4%A7%E7%83%A4%E7%AE%B1)%E8%8F%8A%E8%8A%B1%E9%85%A5)

楊桃美食網。菊花酥食譜。2015 年 11 月 9 號，取自

<http://recipe.ytower.com.tw/Recipe/Detail/7d55c193-9ec3-4ead-a93b-9ad292d0791c/%E8%8F%8A%E8%8A%B1%E9%85%A5>

痞客邦歐梅加的二房。菊花酥食譜。2015 年 11 月 9 號，取自

<http://omega94.pixnet.net/blog/post/30478573-%E8%8F%8A%E8%8A%B1%E9%85%A5>

Carol 自在生活: 紅豆餡。紅豆餡作法。2015 年 11 月 9 號，取自

http://caroleasylife.blogspot.com/2009/04/blog-post_391.html