

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：神乎奇雞-
以不同豆腐乳製作豆乳雞之探討

作者:

柯伽鈴。樹德家商。高三 35 班

張欣婷。樹德家商。高三 35 班

廖品媛。樹德家商。高三 35 班

指導老師：

毛德馨老師

「壹●前言」

豆乳雞是在夜市和土雞城不可缺少的美食,也是大人小孩都愛不釋手的東西但在那些地方賣的口味大致雷同,且又太油膩一點也不健康所以我們想研究健康又好吃不一樣口感又創新的豆乳雞且在外面有看到各種不同的豆腐乳,因此探討出使用不同豆腐乳和乾粉製作豆乳雞在外觀口感和喜愛程度之差異探討。

「貳●正文」

一、豆乳雞探討：

(一) 豆乳雞的歷史

在很多小孩的記憶裡應該許多爸爸媽媽很反對我們吃鹽酥雞或者麥當勞、肯德基、披薩等油炸食品。理由有 9 都是對身體健康影響很差且太過於油膩，常常舉些吃過多油炸垃圾食品而造成癌症的例子來嚇嚇我們。

沒有任何骨頭的豆乳雞肉包裹著酥脆的外衣，雞肉中的豆腐乳香味自然入味其實不需要添加胡椒粉就很夠味了。這就是聞名遐爾八方飄香的「月世界豆乳雞」。

我們的豆乳雞顧名思義，是使用「豆腐乳」為主其它配方為輔而調味出來的美食。而甘甜的豆乳香滲入肉層中油炸後不油膩，趁熱吃則會有甘甜爽口的口感和一般油炸美食有些差異。一般我們所食用的雞肉，大部份都是關在籠子裡面飼養的仿土雞及常見的肉雞其肉質較鬆軟不如放山土雞的結實有咬勁，從台南縣龍崎由一八二縣道進入內門時，沿途可見賣土雞的招牌，每隻約兩百八十元左右，內門鄉的放山土雞，遠近馳名，龍崎或鄰近田寮月世界的土雞城大部份都使用內門放山土雞。"豆乳雞"源自於台南關仔嶺的一個小吃攤。

二、豆腐乳的探討：

(一) 豆腐乳的種類

- (二)元福古早醬菜的元福豆腐乳包含了川味辣豆腐乳、芋香豆腐乳、甜酒豆腐乳、紅麴豆腐乳以及陳年豆腐乳，並有各種容量和等級的豆腐乳。

豆腐乳又稱乳腐、醬豆腐，是以豆腐為原料發酵製成的一種普遍佐食品。豆腐乳在古時候為重要之發酵食品，豆腐乳中蛋白質大都變成氨基酸，脂肪含量亦高，其營養價值甚高，它以普通豆腐發酵，加鹽、酒等料而成為美味之豆腐乳。豆腐是中國人十分重要的一種發明，李時珍『本草綱目』有豆腐『始於淮南王劉安』之說，當時已有由豆腐發霉製造之方法記載。淮南王劉安距今已逾 2100 多年，但豆腐乳之傳說在 1500 年前魏末葉，已有乾燥豆腐加上食鹽，浸漬而後熟成製成豆腐乳之記載，而後在遠傳至日本。台灣豆腐乳之製造與大陸不同，目前台灣豆腐乳分溫州式和台灣式。溫州式是冷藏發酵使豆腐之外表皮有黴菌之菌絲膜（如元福的紅麴豆腐乳、四川豆腐乳等），而台灣式是以醃漬豆腐曬乾和米、黃豆麴菌發酵曬乾製成（如元福的甜酒豆腐乳、芋頭豆腐乳、陳年豆腐乳等）。本產品以傳統技術精心釀製而成，將甘甜優質的梅子和甜酒豆腐乳合而為一，營養豐富、美味加分。無論是當沾料、配飯、入菜，好吃又健康。內容物：非基因改造黃豆.水.砂糖.糙米.紫蘇梅.鹽.甜味劑(蔗糖素).DL-胺基丙酸.檸檬酸.硫酸鈣.辣椒.食用酒精.豆腐用消泡劑(氫化棕櫚脂.卵磷脂.脂肪酸山梨醇酐酯.二氧化矽)

三、乾粉的探討

- (一) 麵包粉：呈顆粒狀的麵包粉，顧名思義是由麵包製作而成。沾裹麵包粉油炸，除了會有香酥的口感之外，還能使食物體積有膨脹、增加份量的感覺，表皮也不易疲軟。但是因為麵包粉容易焦黑，所以不宜久炸。
- (二)地瓜粉：又稱番薯粉它的用途相當廣泛不僅可以用來勾芡也可以當油炸粉漿喔！一般地瓜粉呈顆粒狀，分為粗粒和細粒兩種通常家中購買以粗粒地瓜粉料理出來的菜餚口感較佳。用於油炸方面，則是粗粒地瓜粉 放入油鍋中炸熟就可呈現酥脆的口感了。

(三)太白粉：太白粉除了可以拿來勾芡、令食物外表看起來有光澤、保持口感滑嫩，也可以拿來當做油炸粉。通常太白粉會與麵粉或其他粉類(以 1：1 的比例)混合來沾肉塊油炸，可以增加脆感，同時也具有包住肉汁的效果。

四、豆腐乳相關產品介紹

表 1

<p>腐乳空心菜</p> 	<p>腐乳醉雞翅</p> 	<p>玫瑰腐乳肉</p> 
<p>桂圓腐乳燉肉</p> 	<p>腐乳餅</p> 	<p>椒絲腐乳唐生菜</p> 



資料來源：由本專題小組自行整理

五、豆乳雞食譜分析

表 2

編號	名稱	雞胸肉	豆腐乳	蒜末	糖	醬油	胡椒	鹽	地瓜粉
1	自製豆乳雞	1 付	3 塊	x	1 匙	x	1 匙	1/2 匙	適量
2	香脆豆乳雞	2 付	1.5 塊	1 匙	X	1 匙	適量	X	X
3	香酥豆乳雞	1 付	1 塊	2 匙	1 匙	2 匙	適量	X	適量
4	脆皮豆乳雞	2 付	1 塊	X	1 匙	X	適量	X	X
5	豆乳雞	2 付	4-5 塊	適量	1.5 匙	1 匙	1 匙	X	1 匙

以不同豆腐乳製作豆乳雞之探討

6	油炸腐乳雞	1 付	3 塊	1 匙	1 匙	2 匙	3 匙	1 匙	X
7	豆乳雞 2	1 付	3 塊	1 匙	1 匙	2 匙	2 匙	1/2 匙	1 匙
8	豆乳雞 3	1 付	3 塊	適量	2 匙	3 匙	適量	X	X
9	豆乳雞 4	1 付	1.5 塊	1 匙	1 匙	1 匙	適量	X	X
10	豆乳雞 5	1 付	1.5 塊	X	X	1 匙	適量	X	適量

由上表分析可以得知製作豆乳雞的主要材料蒜末糖醬油胡椒鹽及豆腐乳是為醃漬雞胸肉讓雞胸肉吃起來軟嫩有香味地瓜粉是為讓肉質吃起來滑嫩。

「參●結論」

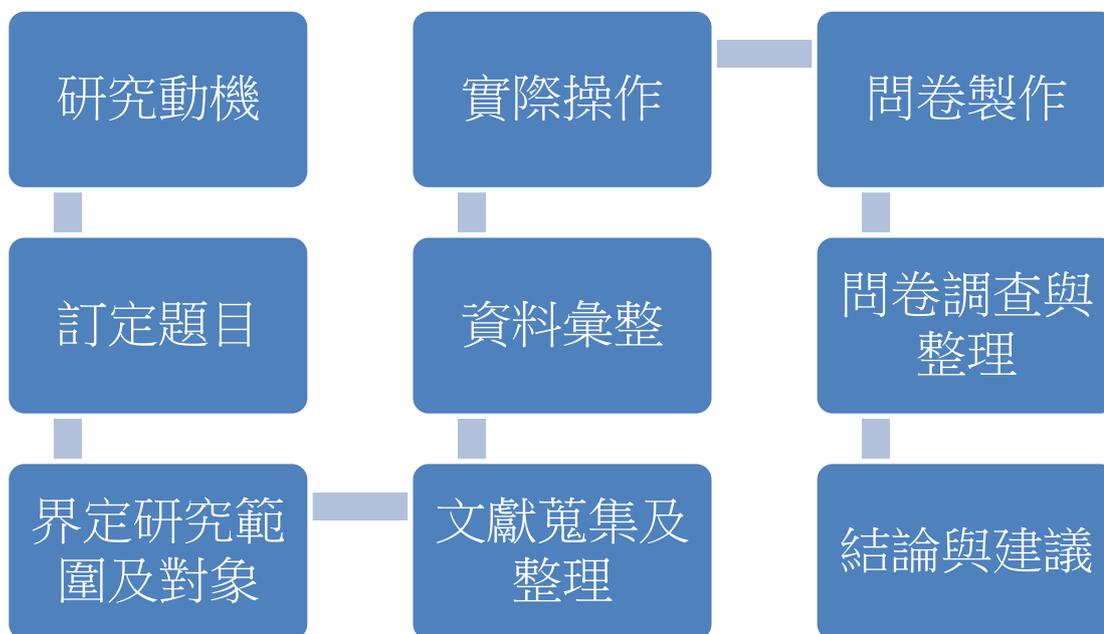
經由分析結果，我們與老師討論出的配方表如下：

材料	雞胸肉一付 豆腐乳 3 塊 蒜末 1 匙 糖 1 匙	醬油 2 匙 胡椒適量 地瓜粉適量
醃漬物	蒜末 1 匙 糖 1 匙 醬油 2 匙	胡椒適量 地瓜粉適量 豆腐乳 3 塊
作法	先將雞胸肉用糖 鹽 醬油 豆腐乳 蒜末 胡椒粉 地瓜粉醃漬靜置一晚後，沾上炸粉油炸	

(三)、研究方法

本研究採用實驗法，以不同豆腐乳製作豆乳雞，再以問卷調查法豆乳雞在外觀、口感、喜愛程度的差異。

第一節.研究流程



第二節.研究對象

由本專題製作小組究讀之高雄市樹德家商餐飲管理科，考慮研究小組上課時間、餐飲教室的排課使用等因素，以方便取樣方式抽取餐飲管理科，一、二年級男生、女生各 50 名，共 100 人為研究對象

第三節.研究方法

實驗法」及「檢卷調查法」，針對以不同豆腐乳用實驗法來瞭解外觀、口感、喜愛程度。並以問卷調查不同豆腐乳口感、喜愛程度的影響，體驗意願及應用於餐飲課程之可行性，並分析業盡界對於將此特色豆腐乳品化的可行性

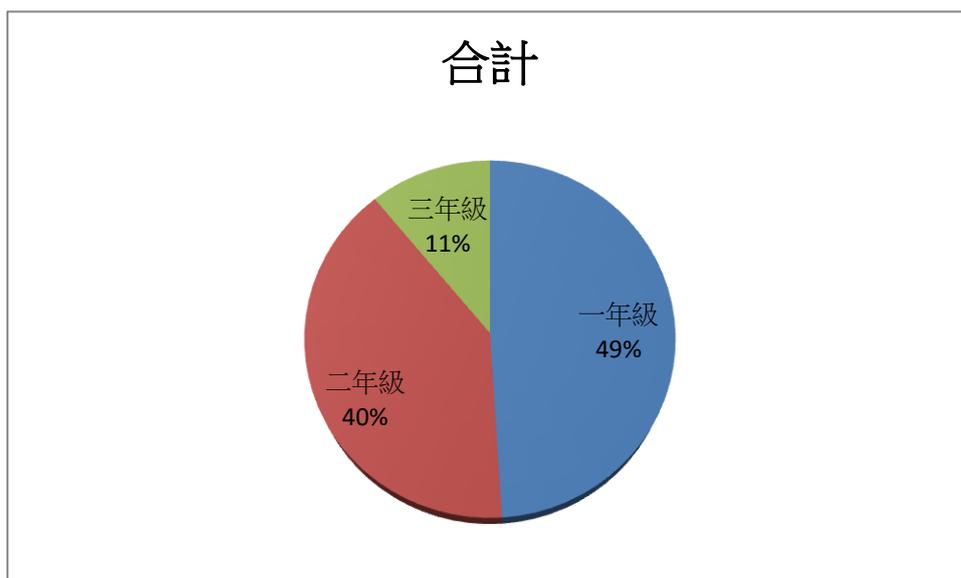
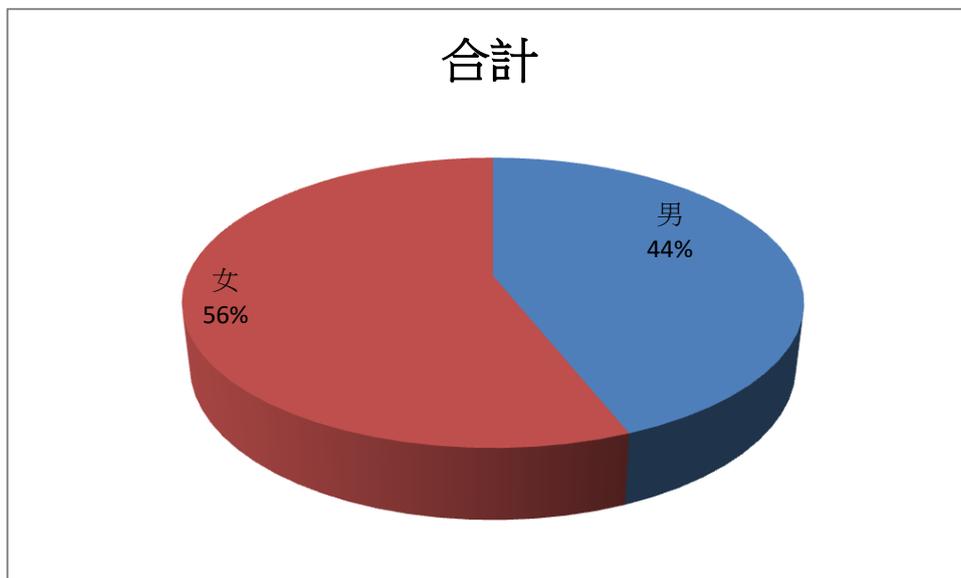
第四節.研究步驟

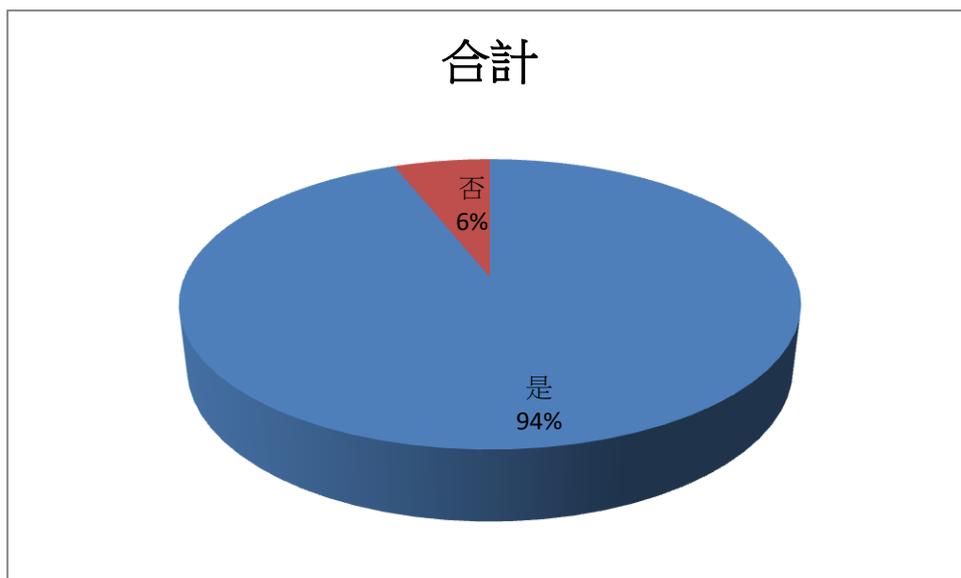
由專題組員製作三份相同之麻辣、米醬、甜酒口味的豆乳雞，取一份位即進行試吃、填寫問卷進行分析

一、基本資料分析

以不同豆腐乳製作豆乳雞之探討

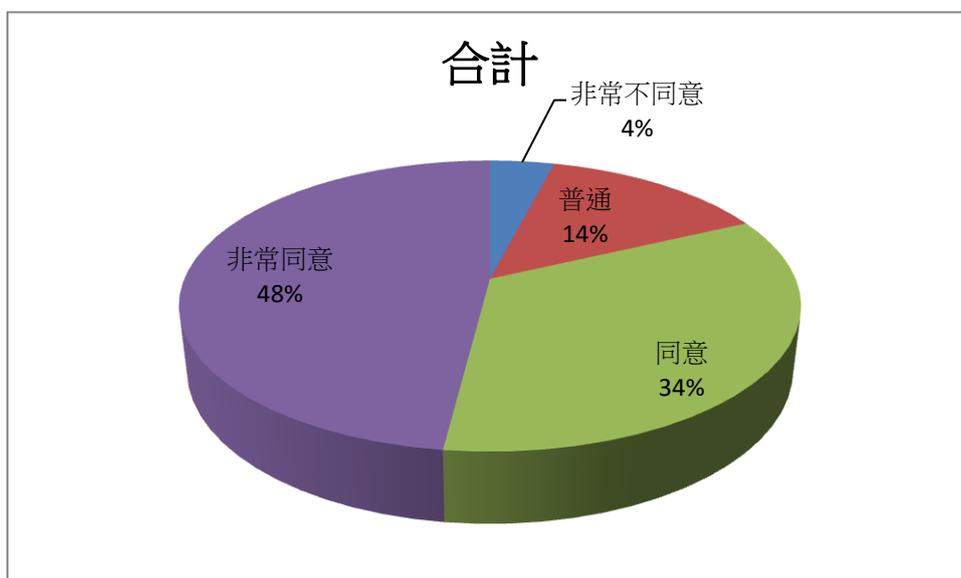
本次問卷調查共發出一百張問卷，回收一百份，無廢卷，一百份問卷中，男生佔 44%，女生佔 56%，三年級佔 11%，二年級佔 40%，一年級佔 49%，吃過豆乳雞的有 94%，沒吃過豆乳雞的為 6%

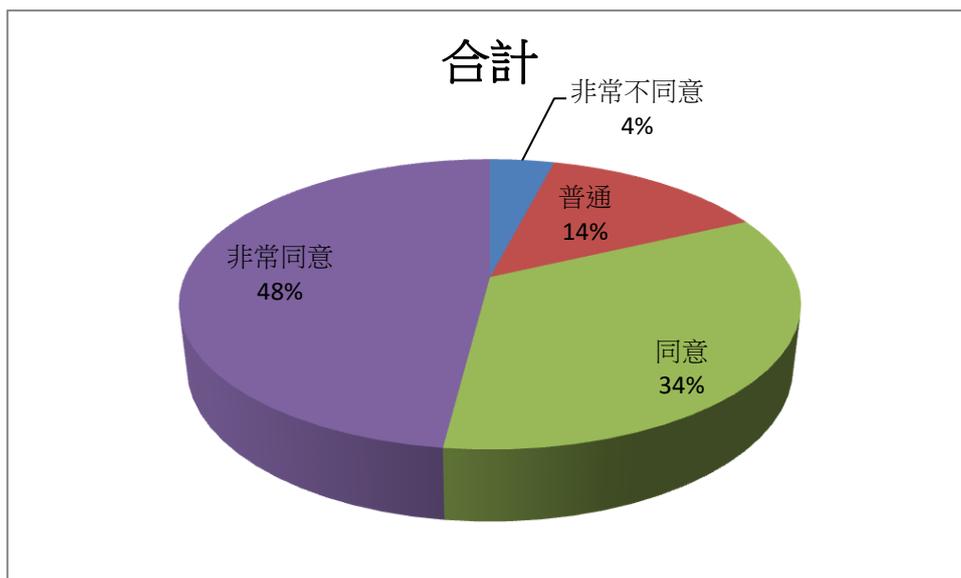




二、以豆腐乳製作豆乳雞在香氣部分分析

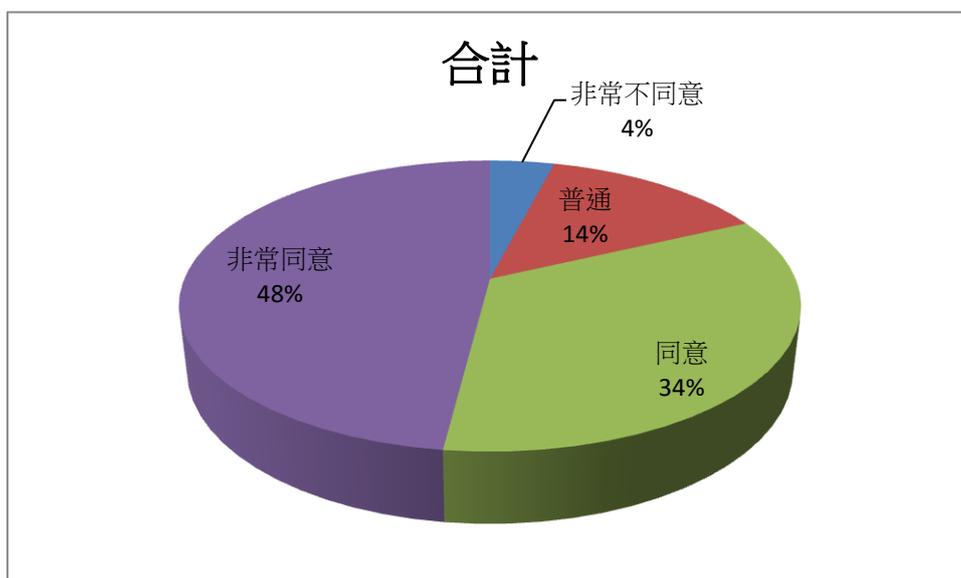
認為顏色非常金黃的有 48%，顏色有金黃的有 34%，普通的有 14%，非常不同意顏色金黃的有 4%；認為看起來非常酥脆的有 48%，看起來有酥脆的有 34%，普通的有 14%，非常不同意看起來酥脆有 4%；認為看起來非常不油膩的有 48%，看起來不油膩的有 34%，普通的有 14%，不同意看起來不油膩的有 4%；認為看起來非常大小剛好的有 48%，看起來大小剛好的有 34%，普通的有 14%，非常不同意看起來大小剛好的有 4%。





三、以豆腐乳製作豆乳雞在香氣部分分析

認為非常有香油味的有 48%，認為有香油味的有 34%，普通的有 14%，非常不同意有香油味的有 4%；認為非常有豆乳香的有 48%，有豆乳香味的有 34%，普通的有 14%，非常沒有豆乳香味的有 4%；認為非常有肉香的有 48%，有肉香的有 34%，普通的有 14%，非常沒有肉香的有 4%。



第一節 結論

基本資料部分：抽樣結果 100 份問卷中，女生多於男生，三個年級中，以一年級最多，吃過豆乳雞的人數超過 9 成以上，因此在抽樣的樣本中，多數人對豆乳雞的香氣、口感是熟悉的，且對於豆乳雞有基本的認識。

外觀部分：在小組官能品評結果發現,辣味豆腐乳和麵包粉比其他豆腐乳較金黃酥脆

香氣部分：在小組官能品評結果發現,辣味豆腐乳醃製出來的豆乳雞較有肉香味

口感部分：在小組官能品評結果發現,辣味豆腐乳加麵包粉炸出來較不油膩

第二節 建議

根據以上的統計結果，我們可以清楚的了解辣味豆乳雞比外面賣的豆乳雞為大眾的喜愛，不論是在『外觀』、『味道』、『口感』或『香氣』上，辣味豆乳雞都是優於外面賣的豆乳雞。

因為本研究小組的時間有限、經費也不足，所以在眾多的高雄在地食材當中，我們只挑了豆腐乳做為本組的研究對象。往後如果有人對我們的研究感興趣，可以試著研究上面我們所提供豆乳雞資料，讓大眾可以了解豆乳雞不只有外面賣的口味，還有更多的口味去挑戰人們的味。

「肆●引註資料」

許鐘榮(1999) 家常肉品。錦繡出版。

黃乃芸(2011) 雞肉家常料理。人類智庫出版。

梁瓊白(2007) 100 道經典肉肉。膳書房文化。

黃乃芸(2011) 雞肉家常料理。康鑑文化出版。

陳志田(2012) 肉類料理一本通。漢宇國際文化。

楊桃文(2014) 用電鍋做家常滷肉。楊桃文化。

江崎新太郎(2014) 五星主廚的雞料理教科書。不求人文化。

程安琪(2014) 家家鍋中有隻雞：102 道美味雞肉總集合。橘子。

劉善美(2016) 吃不夠忘不掉的 100 道雞肉料理。機械工業出版社。

蘿瑞娜(2013) 瑞典蘿瑞娜的小廚房：101 道征服味蕾的世界經典料理。悅知文化。