

投稿類別:觀光餐旅類

篇名: 綠豆遇蘋果，碰出新抹醬

作者:

鄭巧琇。高雄私立樹德家商。實餐三年三六班
林宜婷。高雄私立樹德家商。實餐三年三六班
吳亭禎。高雄私立樹德家商。實餐三年三六班

指導老師: 莊幸寓老師

壹●前言

試了許多水果及豆類，最後以綠豆最適合搭配蘋果。綠豆可以清涼退火，是夏天的最佳食品之一。因市面上的抹醬以不健康代糖為主，所以我們研發一款可以改善抹醬的高熱量，以蘋果的甜度替代糖做出更健康低熱量的抹醬。

一、研究動機

市面上的抹醬爲了講求好吃和好看，而加入非天然的色素及代糖，所以我們講求的是健康抹醬，因此減少糖量增加豆類中的澱粉質呈現出所需要的黏稠感，蘋果產生的果膠及果糖也是不可或缺的角色。

二、研究目的

- (一)研究以綠豆取代部分糖量製作抹醬喜好之探討「口感」的差異。
- (二)研究以綠豆取代部分糖量製作抹醬喜好之探討「餘後味」的差異。
- (三)研究以綠豆取代部分糖量製作抹醬喜好之探討「香味」的差異。
- (四)研究以綠豆取代部分糖量製作抹醬喜好之探討「購賣意願」的差異。

三、製作流程

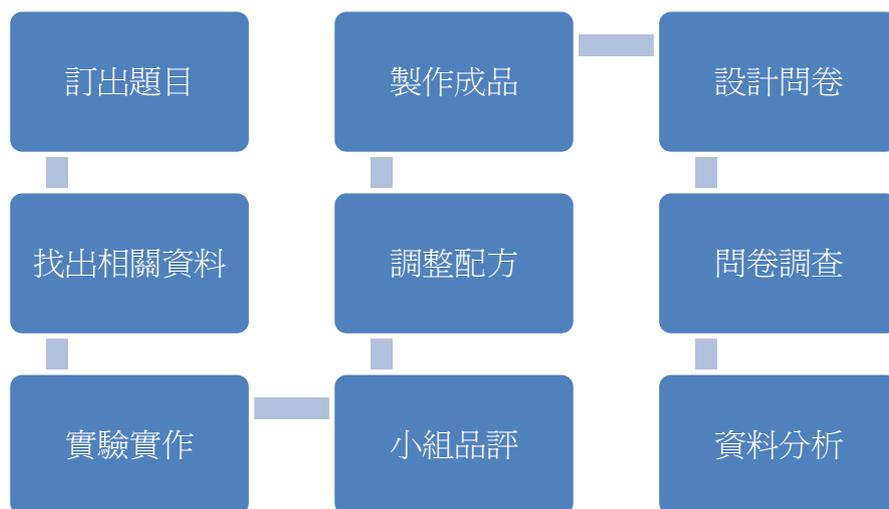


圖 1-1 製作流程圖

貳●正文

一、綠豆探討

(一)營養價值

除了綠豆粒以外，包含綠豆皮、莢、花及芽皆具有食療的作用。直接食用，中醫認為綠豆味甘性涼，有清熱去火的功效，代研究發現，由於綠豆所含植物甾醇可以替代膽固醇使之不被人體吸收、因此綠豆也有降低膽固醇的功效。

(二)煮後應用

帶皮的綠豆煮的湯或和煮成的粥(綠豆粥)是亞洲地區傳統的夏季解暑食品，綠豆中所含無機鹽和礦物質可以補充人體因大量出汗所缺乏的相應物質。

二、抹醬探討

將水果的果肉部分壓碎，和糖加熱熬煮到膠質化為止。通常不殘留果形，用柑橘類水果的果皮作的果醬，如橘子、金棗或檸檬等。將果肉部分除去後的果汁加糖熬煮成膠質化後的果凍。

三、食譜綜合比較分析

書名	作者	內容
五十嵐路美的甜蜜果醬	五十嵐路美	基本蘋果果醬
天然又好吃的健康果醬	蘿拉	桂花蘋果蜂蜜果醬
自然結果的手作生活	芬妮貓	梨山蘋果醬
水果可以醬來吃	蘇鼎雅	蘋果醬蘇打水
果醬女王 Part 2	于美芮	蘋果果泥+大吉嶺冰紅茶

四、實驗實作

(一)試作配方

表 2-1 試作配方表

		
<p>綠豆泥 100g</p>	<p>蘋果泥 150g 丁 50g</p>	<p>細砂糖 50g</p>

(二)實驗流程

表 2-2 實驗流程表

		
<p>切割</p>	<p>秤重</p>	<p>榨汁</p>
		
<p>煮</p>	<p>煮收汁</p>	<p>裝瓶. 倒蓋. 冷卻</p>

(三)問卷調查結果分析

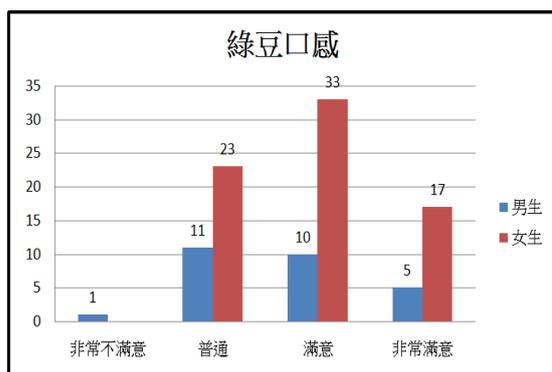


圖 2-1 綠豆口感圖

在「您認為「綠豆」製成的抹醬咀嚼後口感佳。」選項中，少數人認為綠豆口感不滿意(1人)，多數人認為綠豆口感較。

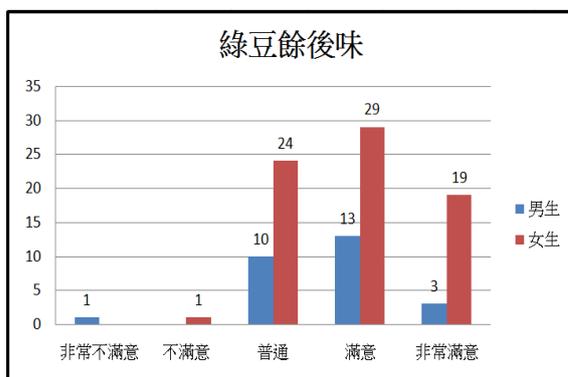


圖 2-2 綠豆餘後味圖

在「您認為「綠豆」製成的抹醬後餘後味較佳。」選項中，少數人認為綠豆餘後味不滿意(2人)，多數人認為綠豆餘後味較滿意(64人)。滿意(65人)。

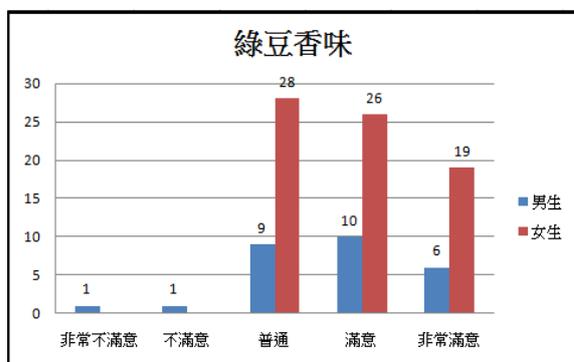


圖 2-3 綠豆香味圖

在「您認為「綠豆」製成果醬後香味較佳。」選項中，少數人認為綠豆香味不滿意(2人)，多數人認為綠豆香味較滿意(61人)。

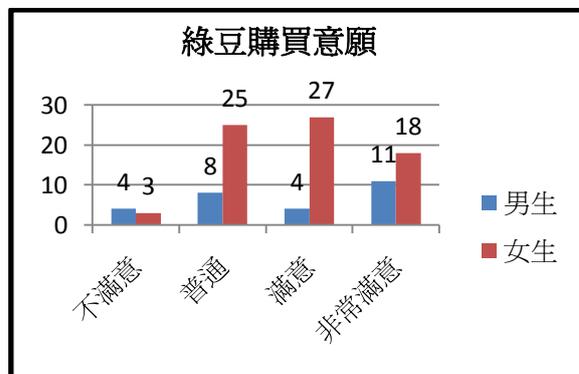


圖 2-4 綠豆購買意願圖

在「您認為「綠豆」製成的果醬後購買意願佳。」選項中，少數人認為綠豆購買意願不接受(7人)，多數人認為綠豆購買意願接受(60人)。

參●結論

根據研究方法與實驗結果，將綠豆蘋果醬口感、餘後味、香味、購買意願的影響，綜合整理得到以下四點結論：

一、口感

在口感上，我們發現綠豆蘋果醬(65 人)的咀嚼感來的好，因為綠豆蘋果醬添加果粒，且綠豆泥與蘋果丁在口感上的融合度較高。

二、餘後味

在餘後味上，我們發現綠豆蘋果醬(64 人)在咀嚼後散發出來的味道嚐起來好吃。

三、香味

在香味上，我們發現綠豆蘋果醬(61 人)聞起來較香，接受度較高。

四、購買意願

在購買意願上，S 家商學生對於紅豆蘋果醬的購買意願較高(60 人)。

肆●引註資料

一、書籍資料

于美芮(2014)。果醬女王 Part2。新北市:橘子文化。

蘇鼎雅(2009)。水果也可醬來吃。台北:旗林文化。

蘇鼎雅,吳宜桓(2010)。草本果醬養生健康吃。台北市:旗林文化。

蘇蔚琳(譯)(2012)。五十嵐路美的甜蜜果醬。新北市:一起來出版。

二、電子網路資料

(果醬)楊桃文化。2015年10月25日,取自

http://www.ytower.com.tw/prj/prj_1075/pl.asp?serno=1085

(蘋果醬)Carol 自在生活: 蘋果果醬。2015年12月13日,取自

http://caroleasylife.blogspot.com/2010/04/blog-post_17.html

(蘋果)樂活營養師。2015年10月23日,取自

<http://www.foodcare.com.tw/label.aspx?article=4017>

(綠豆)維基百科。2015年10月26日,取自

<https://zh.wikipedia.org/wiki/>

(綠豆粥)綠豆粥- 健康 wiki- 有健康網。2015年12月13日,取自

<http://www.uuuwell.com/mytag.php?id=41295>