

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以卡士達為內餡做出南瓜塔

作者：

林淑幸。私立樹德家商。三年十六班

黃祺雅。私立樹德家商。三年十六班

指導老師：

王湘嵐老師

壹、前言

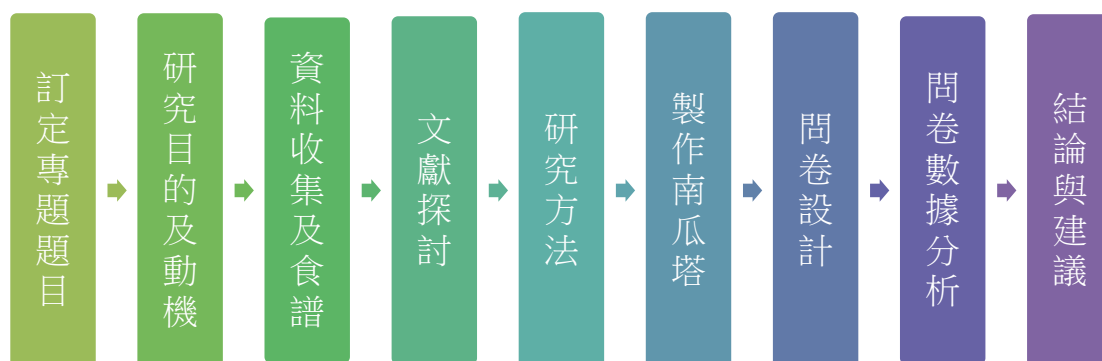
一、研究動機

我們以南瓜為主題是因為我們想要做出讓大家都接受的南瓜塔，資料收集中，發現大家都沒有吃南瓜皮的習慣，甚至在製作過程中也會把籽去除，到最後都會被丟棄，我們預計製作不同的口味，將檸檬和原味的卡士達當作內餡，南瓜皮和南瓜籽加入塔皮中，讓大家能夠接受南瓜這個食物。

二、研究目的

- (一) 探討南瓜塔成品『外觀』的影響。
- (二) 探討南瓜塔成品『口感』的影響。
- (三) 探討南瓜塔成品『氣味』的影響。
- (四) 探討南瓜塔成品『購買意願』的影響。

三、研究流程



貳、正文

一、文獻探討

(一)南瓜

「又名地瓜，閩南話、客家話、大鵬話、金華話稱為金瓜，在湖南常德等地也稱「北瓜」，原產於北美洲。嫩果味甘適口，是夏秋季節的瓜菜之一。南瓜子可以做零食。」(維基百科)

二、南瓜的功效

(一) 南瓜的功效

促進生長發育：南瓜內含有豐富的鋅，參與人體內核酸、蛋白質的合成，是腎上腺皮質激素的固定成分，是為人體生長發育的重要物質。生南瓜子還能緩解前列腺炎症狀。(愛經驗)

解毒：「南瓜其中含有大量的維生素以及果膠，這些營養物質具有很好的吸附性，經常食用可黏結和消除體內細菌毒素和其他有害物質。」(愛經驗)

(二) 南瓜品種

(一) 西洋南瓜 - 東昇：喜冷涼氣候，不耐熱，耐白粉病力較強。果實厚扁球形，果重約 1.5-2 公斤，果皮金紅色，色彩鮮豔奪目，果肉橙色，肉質粉質香甜，風味優美，播種至採收約 90-95 天，開花至採收約 45-50 天，愈晚採收，肉質愈粉質而甜，儲藏力愈強。栽培上應注意：播種適期：冷涼氣候為宜，南部約 11 月-翌年 1 月；日照需充足，日照不足時果面容易出現綠斑。

(二) 西洋南瓜 - 李白：植株生育強健旺盛，葉形大，中生，果實厚扁球型，果皮白色，果重約 3 公斤左右，果肉鮮黃色，質地粉質，果實特別耐儲運。播種至採收約 100 天，開花至採收約 50-55 天。

(三) 栗子南瓜：口感鬆軟宛如例子，不論蒸煮、油炸都適合。

(四) 南投南瓜：南投特有品種，味道清甜，口感偏鬆軟

(五) 胡桃南瓜：口感綿密滑順，還有奶香味，又稱為「牛奶南瓜」。

(六) 大陸南瓜：口感鬆軟，甜度高，適合做南瓜湯。

資料來源： ※以上資料參考於良醫健康網。

三、研究方法

本研究採用兩種方法「實驗研究法」、「問卷調查法」，透過實驗方法做出成品，並藉由 100 份問卷給予樹德家商一、二年級學生提供試吃與填寫，並做出具體的建議。

(一)實驗研究法

1.實際做法

本組使用南瓜做為主材料，以內餡為副材料，內餡有卡士達醬、檸檬卡士達，分別做成不同內餡的南瓜塔，進一步調查。

2.南瓜塔的做法

- (1)先將奶油切小塊攪拌至軟化
- (2)加入過篩的糖粉、鹽攪拌均勻
- (3)攪打成白色乳霜狀時、少量多次加入打散的蛋汁拌勻
- (4)蛋汁完全混入乳化後，加進過篩的低粉拌勻
- (5)加入連皮帶籽打碎的南瓜泥攪拌，至粉類與材料完全融合為止
- (6)將麵團整型後放置於冰箱靜置約 1 小時

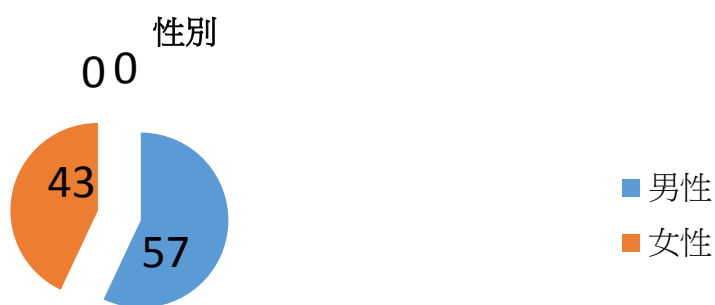
3.食譜分析

	相同	不同
塔皮	奶油、細砂糖(糖粉)、雞蛋、鹽	低筋麵粉、中筋麵粉、糖漿、奶粉、鬆餅粉、冰水
內餡	鮮奶、南瓜泥、雞蛋、砂糖、鮮奶油	吉利丁片、蜂蜜、鹽、鬆餅粉、檸檬汁、肉桂粉、荳蔻粉、蘭姆酒、萊姆酒、薑粉

(二)問卷調查法

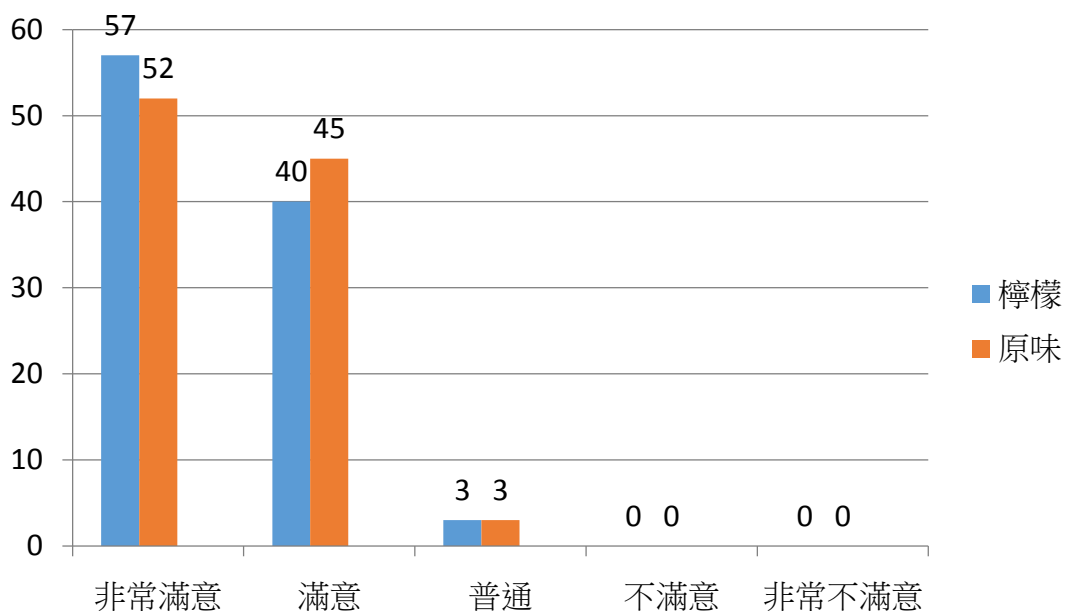
將兩種口味的鳳梨酥，預計分別給 100 為樹德家商一、二年級的學生試吃填寫問卷，瞭解學生對於檸檬口味的鳳梨酥與柳橙口味的鳳梨酥的接受度。問卷內容有酥皮及內餡整體的口感、外觀、氣味及購買意願，問卷結果為本專題採用。

四、資料分析



經過本學校二年級同學的試吃，並且填寫問卷，得知以下結果；男生 57 位、女生 43 位，共計 100 位。

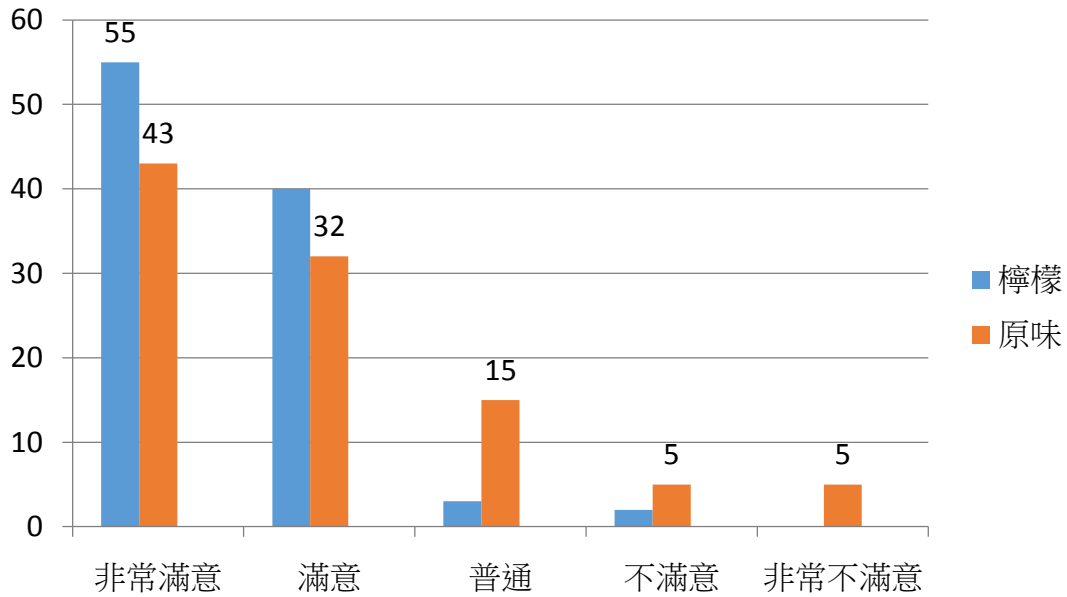
成品外觀



經過本學校二年級同學的試吃，並且填寫問卷，得知以下結果；檸檬非常滿意有 57 位、原味有 52 位、檸檬滿意有 40 位、原味有 45 位、檸檬普通有 3 位、原味有 3 位，共計 100 位。

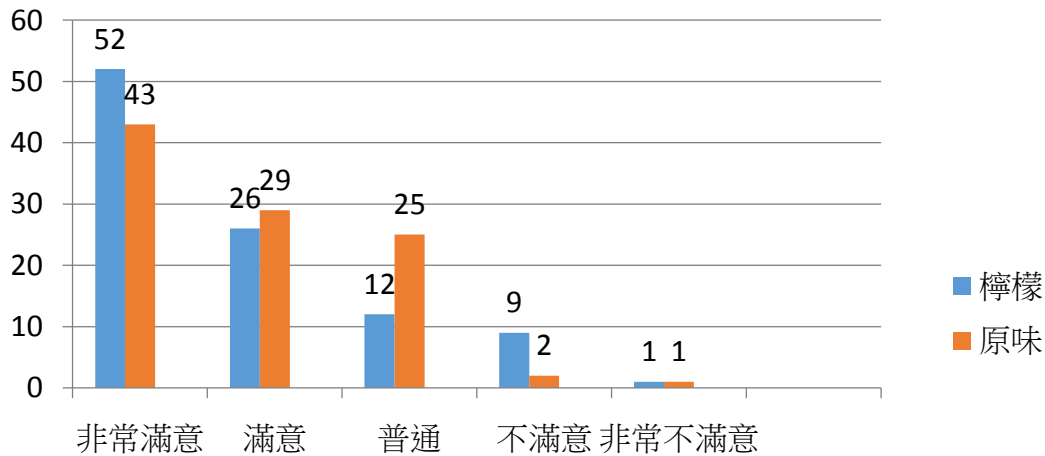
以卡士達為內餡做出南瓜塔

成品口感



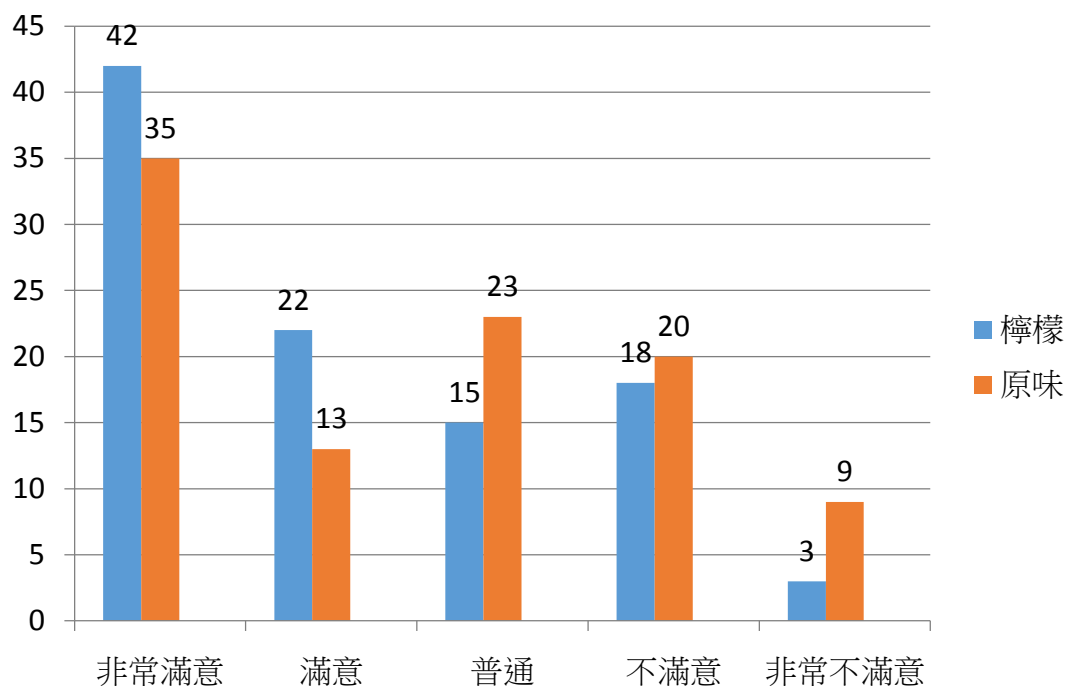
經過本學校二年級同學的試吃，並且填寫問卷，得知以下結果；檸檬非常滿意有 55 位、原味有 43 位、檸檬滿意有 40 位、原味有 32 位、檸檬普通有 3 位、原味有 15 位、檸檬不滿意有 2 位、原味有 5 位、原味非常不滿意有 5 位，共計 100 位。

成品色澤



經過本學校二年級同學的試吃，並且填寫問卷，得知以下結果；檸檬非常滿意有 52 位、原味有 43 位、檸檬滿意有 26 位、原味有 29 位、檸檬普通有 12 位、原味有 25 位、檸檬不滿意有 9 位、原味有 2 位、檸檬非常不滿意有 1 位、原味有 1 位，共計 100 位。

購買意願



經過本學校二年級同學的試吃，並且填寫問卷，得知以下結果；檸檬非常滿意有 42 位、原味有 35 位、檸檬滿意有 22 位、原味有 13 位、檸檬普通有 15 位、原味有 23 位、檸檬不滿意有 18 位、原味有 20 位、檸檬非常不滿意有 3 位、原味有 9 位，共計 100 位。

參、結論

結論：我們發現有許多人喜歡南瓜，喜歡南瓜的人，也不見得喜歡吃南瓜的皮，所以我們將南瓜的果肉和皮與籽融入塔皮，做出希望能讓大家接受的南瓜塔。經過問卷的回饋我們得知檸檬口味的南瓜塔，是大家比較能接受的。

建議：同學們都說塔皮口感有點軟，但還是不錯，大家也都還能夠接受。

肆、引註資料

一、 書籍

(一)川上文代(2013-06-17)。糕點教科書圖解篇 1400 張詳盡步驟一看就懂。大境文化出版。

(二) 鈴木雅惠(2013-09-28)。四季果醬。東販出版。

(三) 王安琪、楊心怡(2013-09-06)。輕甜食。康健雜誌。

以卡士達為內餡做出南瓜塔

(四) 趙筱蓓(2012-02-24)。0 基礎也不失手!好想咬一口的不敗手做點心 x83。柿子文化。

(五) 梁家榕(2012-10-11)。女生都喜歡的超可愛甜點。幸福文化。

(六) 祐成二葉、高沢紀子(2012-12-07)。點心時間到!

108 道鬆餅粉點心出爐囉!。養沛文化。

(七) 黎國雄(2013-08-01)。品味不一樣的西式餅乾、甜點。學文出版社。

(八) 李智惠(2014-07-18)。烘焙新手也上手的 101 道下午茶點心。尖端出版。

(九) 河田勝彥(2013-02-21)。簡單的幸福原味法式經典甜點 41 道。繪虹出版。

(十) 許正忠、陳其伯(2012-01-09)。50 道超人氣法式烘焙。橘子文化。

二、網站

(一) 維基百科 <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8D%97%E7%93%9C> 2016 年 10 月

(二) 愛經驗 http://www.how01.com/post_7023.html 2016 年 10 月

(三) 良醫健康網

<http://health.businessweekly.com.tw/FtagList.aspx?key=%E5%8D%97%E7%93%9C> 2016 年 10 月