

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

似橙香識-乳酪蛋糕

作者：

林宜萱。私立樹德家商。高三32班

黃思潔。私立樹德家商。高三32班

陳弘倫。私立樹德家商。高三32班

指導老師：

王湘嵐老師

壹、前言

一、研究背景

水果蛋糕是以不同當季水果烘焙而的，做成不同水果的蛋糕，蛋糕在生活上以及節慶佔十分重要性，後來跟著現代人注重養生又不浪費食材，會加入果皮做水果蛋糕為了環保果皮再利用。

二、研究動機

隨著時代的進步越來越多人忙著工作卻忘了健康，有些人不敢吃水果，所以我們決定利用水果融入蛋糕裡，讓不敢吃的人可以吃到水果的營養讓他們慢慢愛上水果，以不浪費果皮又有綠色環保的概念下去做研究。

三、研究目的

- (一)討論百香果、柳橙、檸檬口味的乳酪蛋糕口感是否好吃。
- (二)調查高中生對不一樣的乳酪蛋糕的外觀喜歡程度與購買意願。
- (三)調查高中生對不一樣的乳酪蛋糕的口感與甜度的喜歡程度。

貳、正文

一、文獻探討

(一)乳酪蛋糕

1.乳酪蛋糕的介紹

乳酪蛋糕又稱起司蛋糕，是西方甜點的一種。有著柔軟的上層，混合了特殊的起司，再加上糖和其他的材料製作而成的，這種蛋糕在結構上較一般蛋糕紮實，但質地卻較一般蛋糕來得綿軟，口感上比一般蛋糕來得濕潤(資料來源：維基百科)。

2.重乳酪蛋糕和輕乳酪蛋糕的差別

在底部重乳酪的是使用餅乾打碎加拌奶油壓實製作，或是製作派皮，而輕乳酪則通常不需要作底部，重乳酪蛋糕不使用麵粉，所以可以冷凍或冷藏保存，而經冷凍或冷藏後的口感綿密。而輕乳酪因為添加了麵粉，穩定性較高適合室溫保存，經冷藏後反而容易稍微變硬，

不適合冷凍後食用。

(資料來源：<http://blog.roodo.com/jill0227/archives/2215846.html>)。



(圖一)重乳酪蛋糕

(圖二)輕乳酪蛋糕

(圖一來源：<http://bbsms22.pixnet.net/blog/post/180385374>)。

(圖二來源：YAHOO 圖片)。

(二)檸檬

1.檸檬簡介

原產印度喜馬拉雅山東部，較適亞熱帶地區或地中海氣候型栽培，在十字軍東征時代由亞洲傳入地中海，並由哥倫布時代傳至美洲，於 1910 年-1930 年自美國引進台灣(資料來源：http://www.365fruit.com/fruits_12.html)。

2.檸檬跟萊姆的差別

(表一)檸檬跟萊姆的差別

	檸檬	萊姆
圖片		
形狀	長橢圓形。	長球形。
外觀	果皮綠色，成熟時黃色，外皮粗糙。	果皮黃綠色，皮薄，多汁，外皮平滑。
果肉	淡黃色。	淺綠色。

(資料來源：http://www.365fruit.com/fruits_12.html)。

(圖片來源：YAHOO 圖片)。

(三)柳橙

1.柳橙的簡介

柳丁原產廣東省新會縣，已 250 多年之歷史，柳橙為通稱，內含許多品系柳橙變異品種甚多，台灣 1930 年代由廣東，但開始並未推廣栽培，直到(年代才於嘉南地區大量栽培。

2.柳橙的種類

(表二)柳橙的種類

	柳橙	紅江橙	臍橙	無酸橙
圖片				
由來	台南、嘉義、雲林三縣為主，於 12-1 月採收。	江橙為柳橙與紅桔之嵌合體變異種，現稱改良橙。	目前台灣臍橙生產以南投水里、台中及台東有部分栽培。	一般甜橙突變而來，含酸量特別低。
外型	球形或長形，果頂圓，果心實心，較粗大。	果肉有橙紅、紅黃及淺黃，而以紅肉為主。	果皮在果頂部較果梗處為薄，果肉橙黃色，柔軟多汁。	球形至扁球形，果肉柔軟，果汁率高，含酸量極低。

(資料來源：http://www.365fruit.com/fruits_03.html)。

(圖片來源：http://www.365fruit.com/fruits_03.html)。

3.柳橙的營養

柳橙含有大量的維生素 C、鋅和葉酸，可幫助開胃整腸，加速傷口癒合，有效預防感冒與壞血病，還能幫助鈣質，鐵質的吸收，有助於成長發育(資料來源：<http://www.hfu.edu.tw/~hc/friutindex.htm#c>)。

(四)百香果

1.百香果的簡介

百香果別名時計果、西番果，原產於熱帶美洲，主要栽培地區為澳洲、巴西、斐濟群島、新幾內亞、南非、哥倫比亞、委內瑞拉、台灣，1901-1907 年間台灣引進，1982 年鳳山熱帶園藝試驗分所，以紫百香果與黃百香果進行雜交，育成新品種台農 1 號百香果，是目前台灣主

要栽培品種(資料來源：http://www.365fruit.com/fruits_16.html)。

2.百香果的種類

(表三)百香果的種類

	紫百香果	黃百香果	台農 1 號
圖片			
外型	野生種，圓形或長圓形。	長圓形或圓形，果皮鮮黃色，果實大，香氣佳。	果皮鮮紅色，光滑具細密白點，香氣濃。

(圖片來源：YAHOO 圖片)。

(資料來源：http://www.365fruit.com/fruits_16.html)。

3.百香果的營養

百香果營養豐富，有果汁之王的美稱，含豐富的蛋白質、膳食纖維、B 胡蘿蔔素與維生素 A、B、C、及鐵、鉀、鎂，百香果具有消炎止痛，活血強身，降脂降壓，消除疲勞，排毒養顏，生津止渴，增強免疫力，防止動脈硬化(資料來源：<http://www.vegtrends.com/vegetarian-ingredients/item/596>)。

二、食譜分析

(一)書籍

(表四)書籍食譜

編號	書名	作者	出版社	名稱	材料
1	超人氣!杯子蛋糕	本橋雅人	邦聯文化	蜂蜜檸檬	低筋麵粉、泡打粉、蛋黃、糖、蛋白、檸檬皮、檸檬汁、牛奶
2	新手不敗!基本款甜點	小田真規子	楓葉社文化	瑪芬蛋糕	低筋麵粉、泡打粉、有鹽奶油、糖、蛋、檸檬皮、檸檬汁
3	一口吃甜點	卡西爾	野人文化	檸檬酥粒馬芬	中筋麵粉、小蘇打粉、無鹽奶油、糖、蛋、檸檬皮屑、檸檬汁
4	一口吃甜點	卡西爾	野人文化	香橙蛋糕	低筋麵粉、泡打粉、發酵奶油、糖、雞蛋、橙皮
5	媽媽教我做的糕點	賈漢生 & 丁松筠	橘子文化	柳橙蛋糕	中筋麵粉、無鹽奶油、糖、雞蛋、柳橙皮、柳橙汁、柳橙果醬
6	媽媽教我做的糕點	賈漢生 & 丁松筠	橘子文化	不需烤的起司蛋糕	無鹽奶油、糖、餅乾碎、吉士丁、鮮奶油、檸檬皮屑、檸檬汁、優酪乳
7	烘焙新手變達人的第一本書	胡涓涓	日日幸福	檸檬乳酪蛋糕	低筋麵粉、蛋、玉米粉、乳酪、牛奶、檸檬汁、糖

(二)網路資料

(表五)網路食譜

編號	名稱	材料
1	百香果蛋糕	低筋麵粉、蛋、牛奶、奶油乳酪、百香果醬、糖
2	免烤香橙乳酪蛋糕	奶油乳酪、糖、吉利丁片、柳橙汁
3	免烤檸檬重乳酪蛋糕	奶油乳酪、鮮奶油、牛奶、無糖優酪乳、吉利丁片、糖、檸檬汁、檸檬皮屑

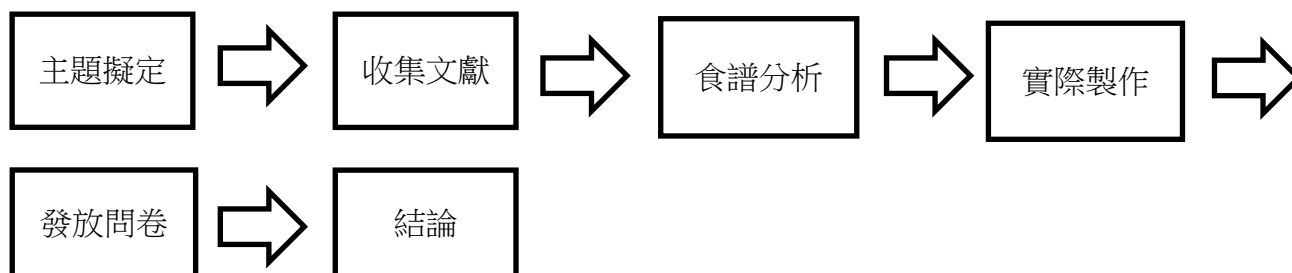
(三)相同材料：糖。

(四)不同材料：低筋麵粉、中筋麵粉、泡打粉、小蘇打粉、玉米粉、蛋黃、蛋白、有鹽奶油、無鹽奶油、發酵奶油、奶油乳酪、鮮奶油、檸檬汁、柳橙汁、百香果醬、柳橙果醬、柳橙皮、檸檬皮、牛奶、優酪乳、吉利丁片、餅乾碎。

三、研究流程及研究架構

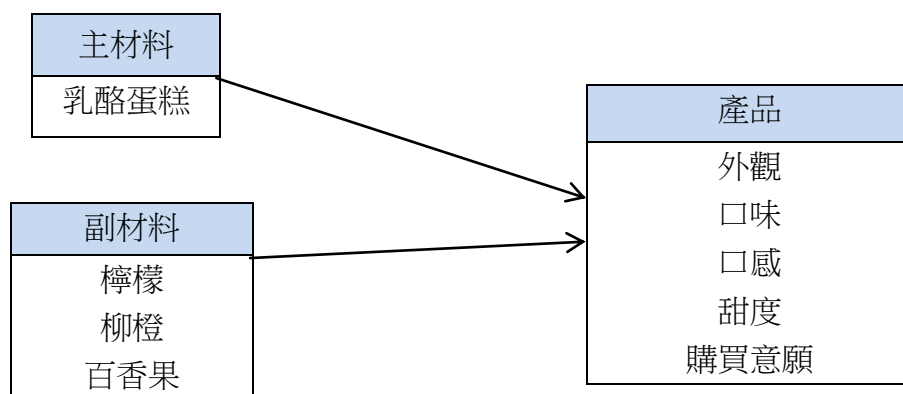
(一) 研究流程

(圖三)研究流程圖



(二) 研究架構

(圖四)研究架構圖



四、研究對象

預計未來針對本校不同年級的學生發放 100-150 份問卷。

五、研究方法

(一)文獻調查法

利用網路及書籍蒐集食譜，找出水果乳酪蛋糕的食譜，在分析食譜並找出需要改良的地方。

(二)實作法

我們吃水果時都會把果皮丟掉，卻沒有想到果皮還有利用的地方，所以我們把果皮當作容器，製作成乳酪蛋糕，用百香果、柳橙、檸檬，用三種不同的水果實作。

(三)問卷調查法

本次專題採用問卷的方式收集資料，本問卷採用不記名的方式，預計未來實作完成讓受訪者接受品嚐，調查學生對於產品的外觀、口味、口感、甜度、購買意願，發放 150 份問卷。

六、乳酪蛋糕的製作

(一)材料

奶油乳酪 200 公克、鮮奶油 40 公克、牛奶 60 公克、無糖優酪乳 100 公克、吉利丁粉一大匙、糖 120 公克、百香果汁適量、百香果皮適量(裝飾用)。

(二)製作

(表六)製作過程

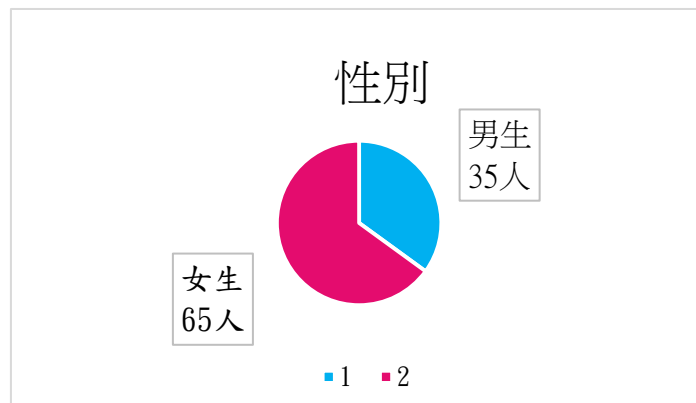
				
1.奶油乳酪隔水加熱到不成塊狀。	2.加入鮮奶油、牛奶、優酪乳拌勻。	3.到入糖拌到糖完全融化。	4.麵粉過篩。	5.到入適量的百香果汁拌勻。
				
6.加入吉利丁粉一大匙。	7.將麵糊裝入模型。	8.撒上皮屑裝飾於表面。	9.冰入冰箱至少4小時以上。	10.完成。

參、結論

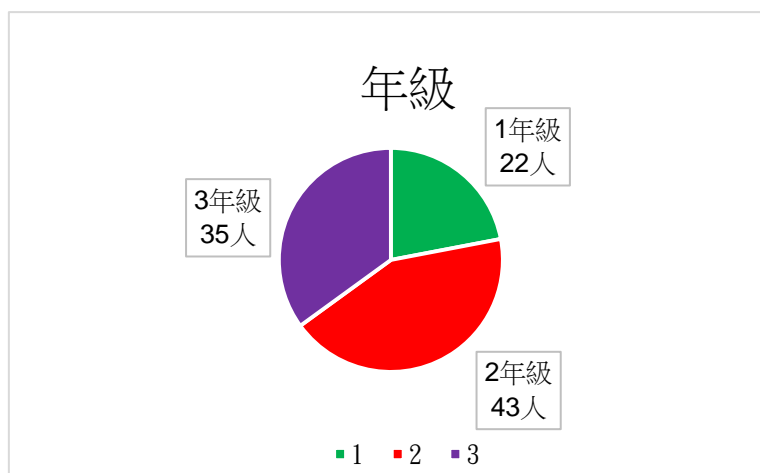
一、問卷分析

(一)性別與年級

在性別部分，女生較男生多，分別為女生 65 人與 35 人，在年級部分，一年級人數 22 人，二年級人數 43 人，三年級人數 35 人，合計 100 人。



(圖五)性別分析圖



(圖六)年級分析圖

(二)檸檬乳酪蛋糕滿意度分析

	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意
成品外觀	31 人	39 人	27 人	2 人	1 人
成品口味	38 人	39 人	17 人	5 人	1 人
成品口感	34 人	42 人	19 人	4 人	1 人
成品甜度	28 人	40 人	29 人	2 人	1 人
購買意願	27 人	38 人	28 人	6 人	1 人

(表七)檸檬分析表

(三)柳橙乳酪蛋糕滿意度分析

	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意
成品外觀	33 人	47 人	19 人	1 人	0 人
成品口味	36 人	39 人	21 人	3 人	1 人
成品口感	40 人	40 人	18 人	2 人	0 人
成品甜度	32 人	39 人	26 人	3 人	0 人
購買意願	35 人	37 人	24 人	4 人	0 人

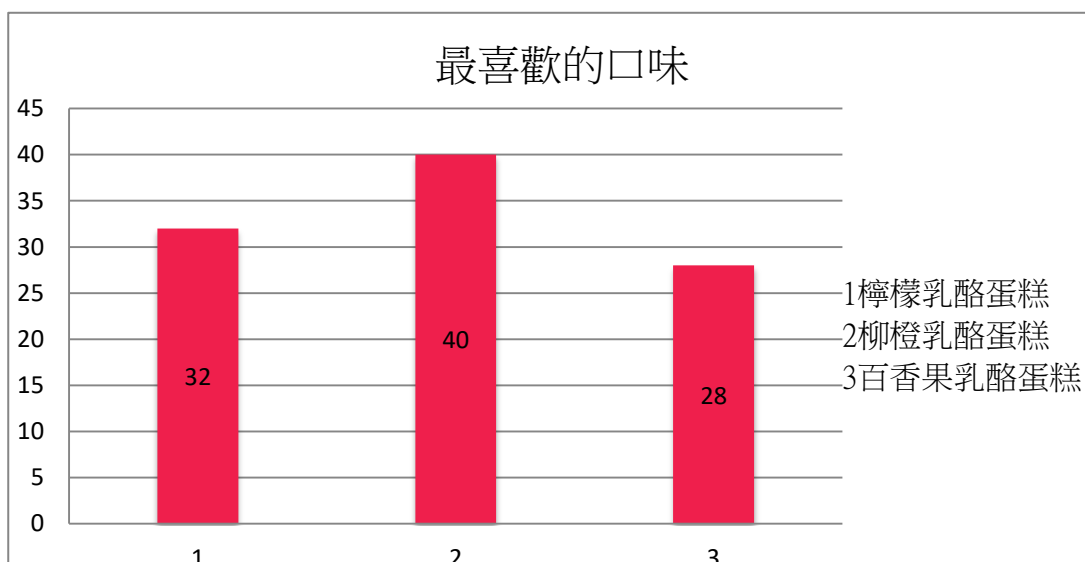
(表八)柳橙分析表

(四)百香果乳酪蛋糕滿意度分析

	非常滿意	滿意	普通	不滿意	非常不滿意
成品外觀	36 人	41 人	21 人	1 人	1 人
成品口味	32 人	43 人	19 人	4 人	2 人
成品口感	30 人	46 人	19 人	3 人	2 人
成品甜度	30 人	37 人	30 人	2 人	1 人
購買意願	30 人	36 人	30 人	3 人	1 人

(表九)百香果分析表

(五)以上三種最喜歡的口味



(表十)最喜歡的口味表

實作成品使用檸檬皮當作外殼的外型可愛，討喜，具有商品價值。經由試做過程中，在成品的方面有幾點需要作改善。

一、百香果口味的成品問題吃起來口感有一塊一塊的感覺，主要原因是在研究過程中我們發現少了一個步驟，加入吉利丁粉後應該要隔水加熱讓吉利丁粉完全融化，才能夠放入冰箱冷藏。

二、口感方面乳酪的味道也不夠還要再做改進，因此我們在配方中進行調整，會將乳酪的比例提高。

三、另外我們在研究過程中發現，製作檸檬乳酪蛋糕時，檸檬容器的苦味特別的重，所以我們找出方法改良，在擠檸檬汁時，不能擠太過用力，因為檸檬裡面的皮也是苦的。

四、在柳橙口味方面，組員們都覺得太甜，因此在糖的調配上需要再做改進。

肆、引注資料

一、書籍

- (一)本橋雅人(2014)。超人氣!杯子蛋糕。台北市：邦聯文化。
- (二)小田真規子(2016)。新手不敗!基本款甜點。新北市：楓葉出版社。
- (三)卡西爾(2015)。一口吃甜點。新北市：野人文化。
- (四)卡西爾(2015)。一口吃甜點。新北市：野人文化。
- (五)漢賈生&丁松筠(2016)。媽媽教我做的糕點。台北市：橘子文化。
- (六)漢賈生&丁松筠(2016)。媽媽教我做的糕點。台北市：橘子文化。
- (七)胡涓涓(2013)。烘焙新手變達人的第一本書。台北市：日日幸福。

二、網路資料

- (一)Blogger。2016年10月22號，http://caroleasylife.blogspot.tw/2015/08/blog-post_81.html?m=1
- (二)痞客邦。2016年10月30日，<http://annakitchen.pixnet.net/blog/post/100529409>
- (三)個人網站。2016年10月30，<https://ladymoko.com/2014-10-14-650/>