

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

『橙』心『橙』意－香橙杯子蛋糕

作者：

莊凡瑩。私立樹德家商。高三33班

饒芷菱。私立樹德家商。高三33班

指導老師：蔡宗翰老師

壹、前言

一、研究背景

『杯子蛋糕-cupcake』源自於十九世紀的美國，食物歷史學家歸納杯子蛋糕之所以稱為杯子蛋糕的原因有二，一是形似在杯子內烘焙，二是這蛋糕的製作方法全靠杯子秤量，顧命名之。整個概念據說來自於 muffin-馬芬，以一個人的份量作為單位。

杯子蛋糕其實在早期又被稱作數字蛋糕-numbercake，因為製作杯子蛋糕的方法很簡單，也全靠數字記憶，例如：一杯的奶油+兩杯糖+三杯麵粉+四顆蛋+一杯牛奶+一匙小蘇打，就是這樣簡單的數字口訣，小巧又易烘焙，因此而廣為流行。在英國，杯子蛋糕更有著充滿想像空間的暱稱叫做 "童話蛋糕"，也許是因為杯子蛋糕有著可隨心發揮創意製造驚喜的特質，所以杯子蛋糕對現代西方人來說是很熟悉且總是帶著純真溫馨回憶的經典甜點。

二、研究動機

果皮本身就有很多營養，甚至比果肉還營養，很多人因為覺得帶皮一起吃口感會不好就把皮削掉，但其實我們都把營養都丟掉了，有些水果最好連皮一起吃，因為皮在水果最外層，接觸到充沛的陽光，所以皮的顏色通常會比果肉深，營養價值也最高，也有研究報告證實，許多水果的果皮含有較果肉更高量的抗氧化營養成分。

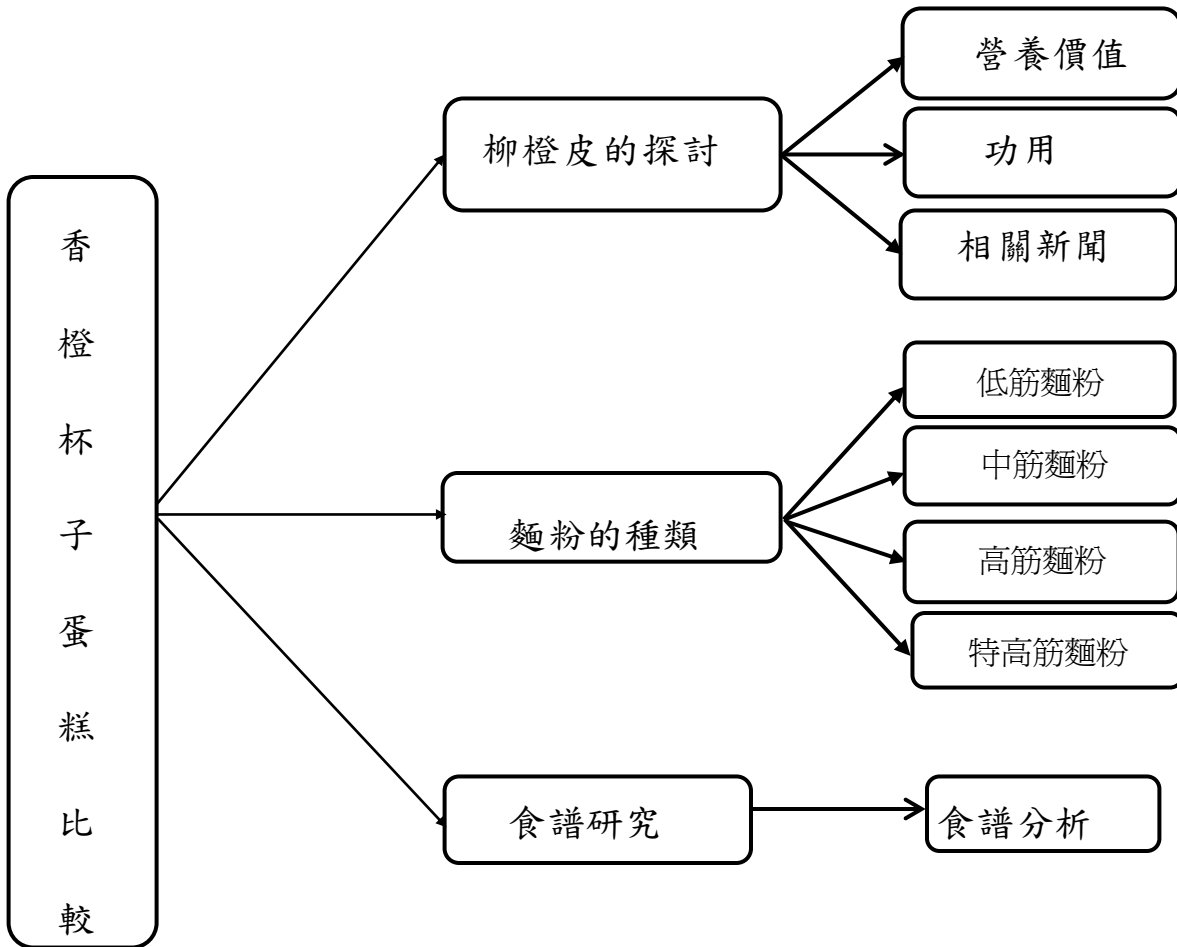
不同水果有不同的營養，果皮也是，酸苦的柑橘皮，有防癌的功效；口感粗粗難下嚥的蘋果皮可預防過敏；有白霧果粉的葡萄皮是天然酵素，能幫助消化，果皮所含的營養成分，比我們想像中多，但果皮直接食用一點也不好吃，所以我們決定把它做成糖漬橙皮放入杯子蛋糕中增添風味。

三、研究目的

- (一)探討出橙皮邊對杯子蛋糕成品『口感』上的影響。
- (二)探討出橙皮邊對杯子蛋糕成品『外觀』上的影響。
- (三)探討出橙皮邊對杯子蛋糕成品『香氣』上的影響。
- (四)探討出橙皮邊對杯子蛋糕成品『整體滿意度』上的影響。
- (五)探討出橙皮邊對杯子蛋糕成品『購買意願』上的影響。

四、研究架構

圖 1 文獻架構



貳、正文

一、柳橙皮的探討

(一)營養價值

在柑橘類水果中，除了含有天然黃銅與檸檬烯類成分外，其他營養成分也很富，如維生素 A、B、C 群，與礦物質鈉、鉀、鎂、鋅…等，柳橙皮含有類黃酮素，能增強血管功能並對抗發炎反應；也含豐富的果膠，有助排便、降低血壓及膽固醇；柳橙含豐富的維生素 C，能預防中風，乳果血液中維生素 C 含量偏低，罹患中風的機率更高，每天多吃柑橘類水果就能減少中風機率，也可以預防癌症發生。

(二)功用

一般天然植物或蔬果的外皮具保護功能，大多人都不食用，但除了保護功能以外還有其他功用，例如：橘子皮加水煮滾以後的水可用來擦拭木質的地板、橘子皮跟檸檬皮也可以當美容品，先把乾淨的皮泡在洗澡水裡洗澡對乾燥皮膚有滋潤效果。

(三)相關新聞

吃柑橘不丟柑橘皮！你意想不到的橘皮妙用

冬日台灣盛產柑橘類水果，不但嚐來是酸酸甜甜的好滋味，而且物美價廉，不過吃剩下來的柑橘類果皮可別急著丟掉！其實這些果皮還有很多的妙用。需選擇當季盛產的柑橘類果皮，如夏天的檸檬，冬天的橘子、柳丁，還要避免發霉的果皮，達人表示，新鮮或枯黃的柑橘類果皮都可拿來使用，只是比起乾枯的，選用新鮮柑橘類果皮，較易取出表面的柑橘類油脂，香氣也較足。而柑橘類油脂是一種天然有機溶劑，可以幫助去除污漬。

廚餘果皮變環保酵素 淨化空氣清潔隊也觀摩

垃圾變黃金！活龍工作室負責人陳焜得利用新鮮果皮、黑糖與水依比例調配，發酵3個月後製作出帶有果香的環保酵素，因製作成本低、過程也不難，吸引許多人向他請益，頭份鎮公所清潔隊也派員到工作室觀摩學習，希望妥善利用垃圾車回收的大量廚餘果皮。打開蓋子散發出淡淡橘子香氣，表面出現一層白色菌膜，陳焜得家人直接撈起塗抹在雙手與臉上，稱讚「是天然的保養品」。環保酵素簡單又容易做，酵素發酵過程會釋放臭氧，能分解空氣中的二氧化碳等氣體。活龍工作室位於頭份鎮蘆竹里，常年飽受鄰近頭份工業區空氣汙染，陳焜得製做環保酵素1年多來，工作室周邊栽種的花草綠意盎然。

二、麵粉的種類

(一)低筋麵粉

低筋麵粉蛋含有約6.5~9.5%左右的蛋白質，因筋度及黏度較低，主要於蛋糕製作，又稱為蛋糕麵粉。適合製作天使蛋糕、鍋餅等口感鬆軟、蓬鬆的蛋糕、餅乾。

(二)中筋麵粉

中筋麵粉蛋含有約9.5~11.5%左右的蛋白質，因筋度及黏度均衡，是適用範圍最廣泛的麵粉，多適用於中式點心例：包子、饅頭、燒餅、芝麻球等麵食點心。放涼之後，依舊柔軟有彈性。

(三)高筋麵粉

高筋麵粉蛋含有約 11.5 ~ 14%左右的蛋白質，因筋度大、黏性強稱為麵包麵粉。適合製作麵包、派皮、鬆餅等。

(四)特高筋麵粉

特高筋麵粉蛋含有約 14 %以上左右的蛋白質，是所有麵粉含量最高的，因此不論筋度及黏度，都是比較一般的麵粉，適合用來做油條、通心麵及麵筋等咬勁十足的麵食。

三、食譜研究分析

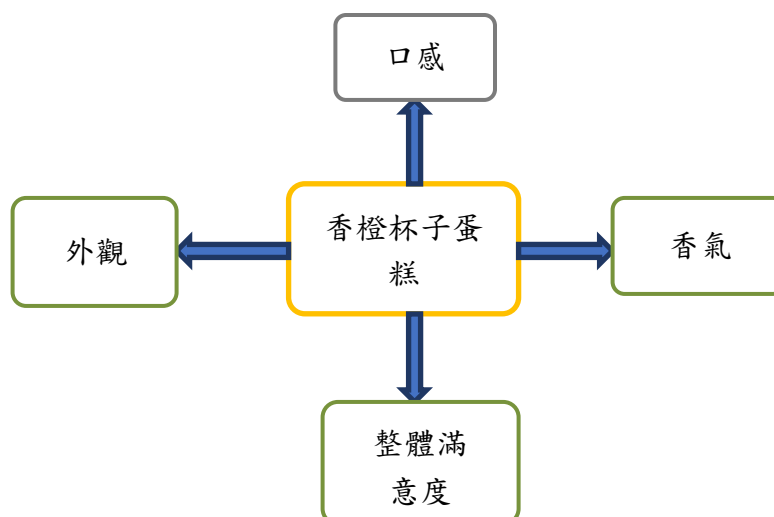
作者	書名	出版社	產品名稱
Amy(Amy Rattigan 冉亭恩)	Amy 的英式悠閒下午茶食光	電腦人文化	免油炸甜甜圈&波堤甜甜圈
若山曜子	奶油/液體油製作的馬芬和杯子蛋糕	出版菊文化事業有限公司	檸檬杯子蛋糕
陳信成 (Tony 老師) 黃翊庭 (粒子)	麵粉有夠好玩! 甜蜜蜜的烘焙好食光	良品文化館	藍莓杯子蛋糕
陳信成 (Tony 老師) 黃翊庭 (粒子)	麵粉有夠好玩! 甜蜜蜜的烘焙好食光	良品文化館	蜜漬柑橘杯子蛋糕
李恩雅	我的世界甜點全書	奇光出版	柳橙杯子蛋糕

資料來源：研究小組自行整理

表 1 資料探討

四、研究架構

圖 3 研究架構

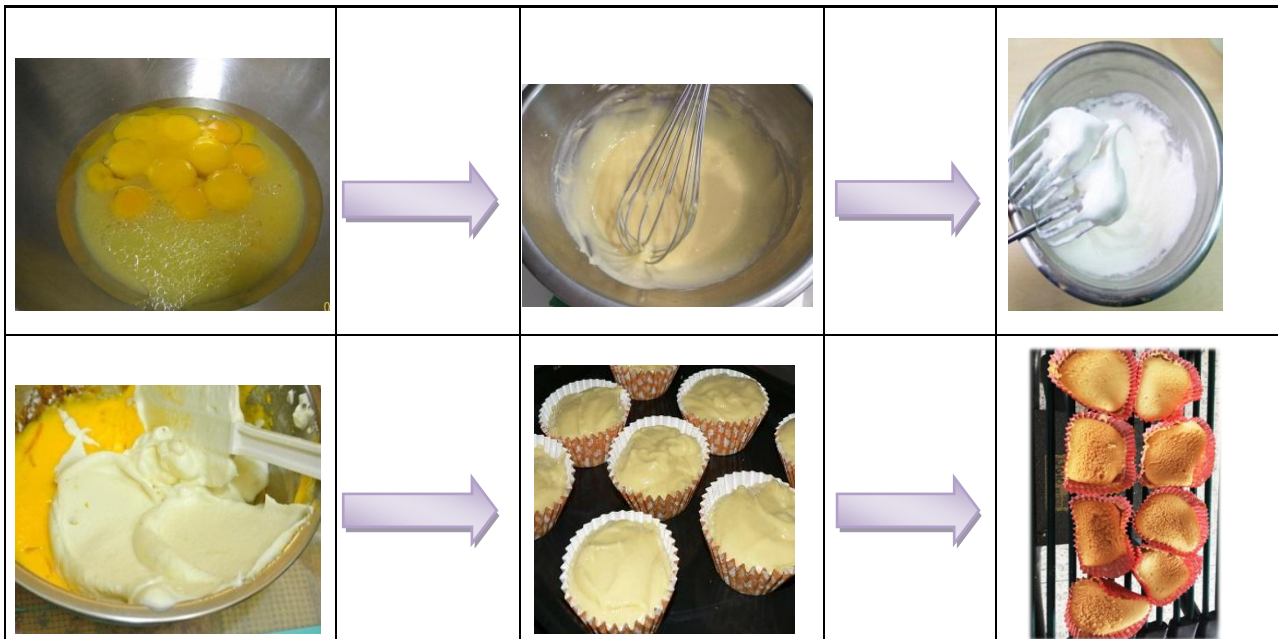


五、研究流程

(一)產品名稱：香橙杯子蛋糕

主要材料：蛋白 225g、低筋麵粉 150g、蛋黃 125g、細砂糖(1)25g、鮮奶 65g、沙拉油 95g、泡打粉 2g、細砂糖(2)125g

圖 4 製作程序



- 1、將蛋黃打散，加入糖(1)拌勻，加入沙拉油混合，加入鮮奶拌勻
- 2、低筋麵粉、泡打粉一起過篩加入，拌勻至無顆粒
- 3、蛋白：將蛋白、糖(2)、鹽、塔塔粉攪拌至濕性接近乾性發泡
- 4、取 1/3 蛋白加入麵糊拌勻，再將拌好的麵糊倒回蛋白裡拌勻，加入糖漬橙皮混合均勻
- 5、麵糊裝入杯型烤模七分滿
- 6、烤 170°C/170°C 20~25 分

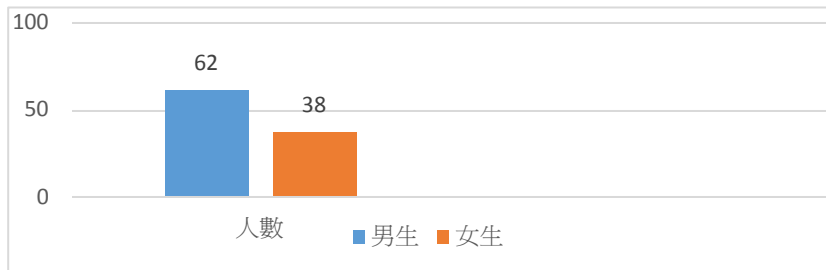
(二)糖漬橙皮材料:

主要材料：橙皮 兩個半、細砂糖 225g、水 180g

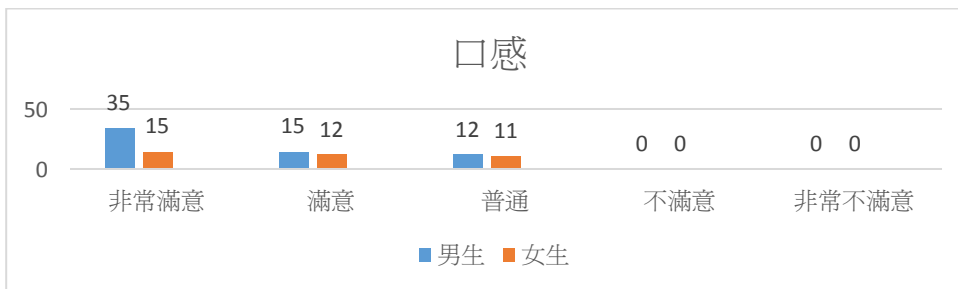
- 1、將橙皮切成小塊
- 2、放入鍋內煮 10 分鐘，至半透明
- 3、用刀子或湯匙把白色的皮去除(白色的皮會苦，需去除)
- 4、切成大小一樣的絲
- 5、水加入糖煮溶放入橙皮絲煮 30~40 分鐘
- 6、煮至糖漿濃稠，橙皮透明即可

六、問卷調查統計表

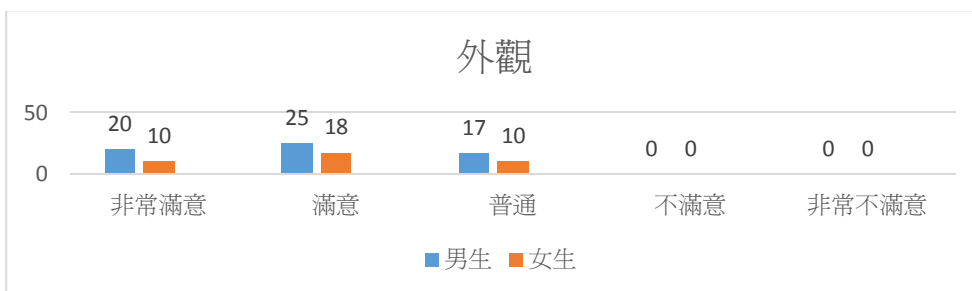
(一)人數



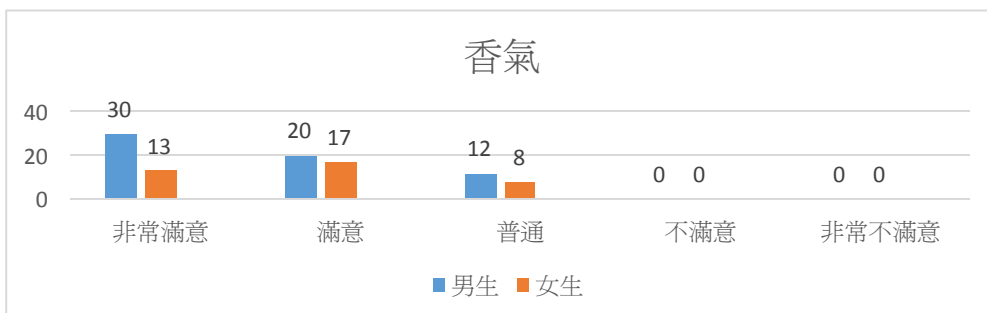
(二)口感



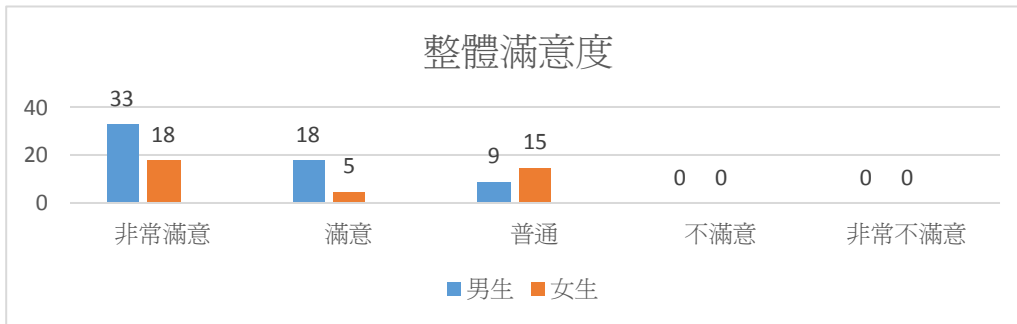
(三)外觀



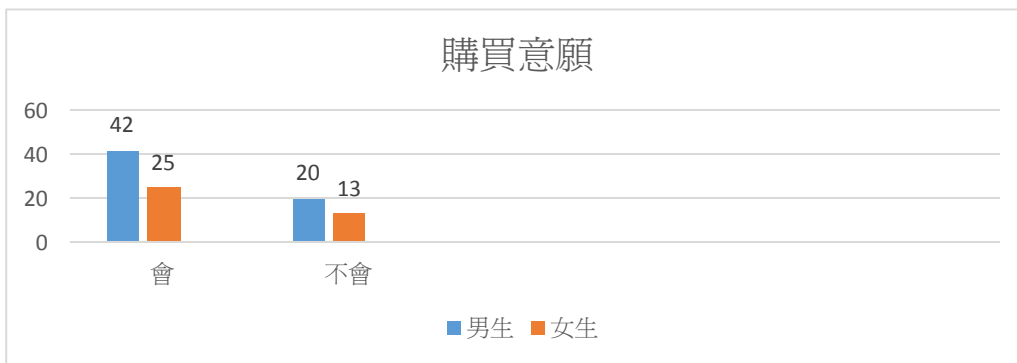
(四)香氣



(五)整體滿意度



(六)購買意願



參、結論

根據製作香橙杯子蛋糕去作研究，我們製作得口感、外觀、香氣，都得了以下三種結論

一、從「口感」上來說，我們製作香橙杯子蛋糕跟外面得杯子蛋糕不太一樣，我們的香橙杯子蛋糕比較綿密。

二、從「外觀」上來說，因為我們沒有用鐵的杯子蛋糕模具，所以麵糊容易往外擴大，做出來的杯子蛋糕形狀較市售的還大。

三、從「香氣」上來說，因為我們在製作過程中有加入香橙果皮，讓整體的香氣提升到另一個層次，香氣中散發出香橙果皮的甜與香，別有一番風味。

所以我們製作的香橙杯子蛋糕算是蠻成功的，利用到了大家不會使用到或食用的水果皮加入食物裡面，不僅很天然也有營養價值，因為使用到的不是香精等不好的添加物，幾乎都是純天然的。

肆、引註資料

Amy(Amy Rattigan 冉亭恩)(2016)。Amy 的英式悠閒下午茶食光。台北市：日日幸福事業有限公司。

陳信成 (Tony 老師)，黃翊庭 (粒子) (2016)。麵粉有夠好玩! 甜蜜蜜的烘焙好食光。新北市：良品文化館。

若山曜子(2016)。奶油/液體油製作的馬芬和杯子蛋糕。台北市：出版菊文化事業有限公司。

李恩雅(2016)。我的世界甜點全書。新北市：奇光出版。

楊賢英(2015)。吃柑橘不丟柑橘皮！你意想不到的橘皮妙用。2015 年 11 月 29 日，取自 <http://food.ltn.com.tw/article/1124>

黎薇(2015)。廚餘果皮變環保酵素 淨化空氣清潔隊也觀摩。2015 年 08 月 02 日，取自 <http://www.chinatimes.com/realtimenews/20150802001704-260405>