

投稿類別:觀光餐旅類

篇名:

點食成金-利用洋蔥皮製作成蔬菜煎餅之研究

作者:

楊志洵。私立樹德家商。實餐 337

許書維。私立樹德家商。實餐 337

王延中。私立樹德家商。實餐 337

指導老師:

莊幸寓老師

壹、前言

「數據顯示，美國每天有31%的食物遭到丟棄，不僅浪費生產資源，也是垃圾處理的沉重負擔」(吳亞穎，2014)。在台灣也有相同的狀況，每天在超市、餐廳也是有相當多的食材被丟棄，但其中有許多都是還可以在做加工利用的；另外根據聯合國統計數據顯示全球每年浪費13億噸糧食，卻有8億多人挨餓。(關鍵評論，2013)

一、研究背景：

洋蔥又名球蔥、圓蔥、玉蔥、蔥頭，屬百合科蔥屬，為2年生的草本植物。屬於百合科草本植物」(媽咪學堂，2014)。洋蔥現在普遍成為很多菜餚中的配菜，而洋蔥本身營養價值很高，裡面含有維生素A、維生素C等，洋蔥在切開時會產生蒜胺酸會讓眼睛感到刺痛而流淚，而洋蔥也會隨著季節來變動品質的好壞，而洋蔥只要放在通風的地方可保存1個月之久。

二、研究動機:

中餐丙級考試的考生在製作時，都會將洋蔥的外皮丟棄，和有些餐飲業者打洋蔥末或是切洋蔥丁的時候都會把洋蔥外皮去掉丟棄，但是這些剩下的洋蔥皮是可以利用的，「洋蔥皮能幫助預防心肌梗塞」(早安健康，2016)

由於洋蔥有股濃濃的嗆鼻味，是因為它含有「二烯丙基二硫」(早安健康，2016)導致有許多國人因為這一點不喜歡吃甚至是直接丟棄，所以我們決定把它變成比較沒那麼多人討厭的蔬菜鹹餅乾。

三、研究目的:

1. 添加廢棄蔬菜製作煎餅之「香氣」的差異。
2. 添加廢棄蔬菜製作煎餅之「口感」的差異。
3. 添加廢棄蔬菜製作煎餅之「購買意願」的差異。
4. 添加廢棄蔬菜製作煎餅之「接受度」的差異。

貳、正文

一、文獻架構圖

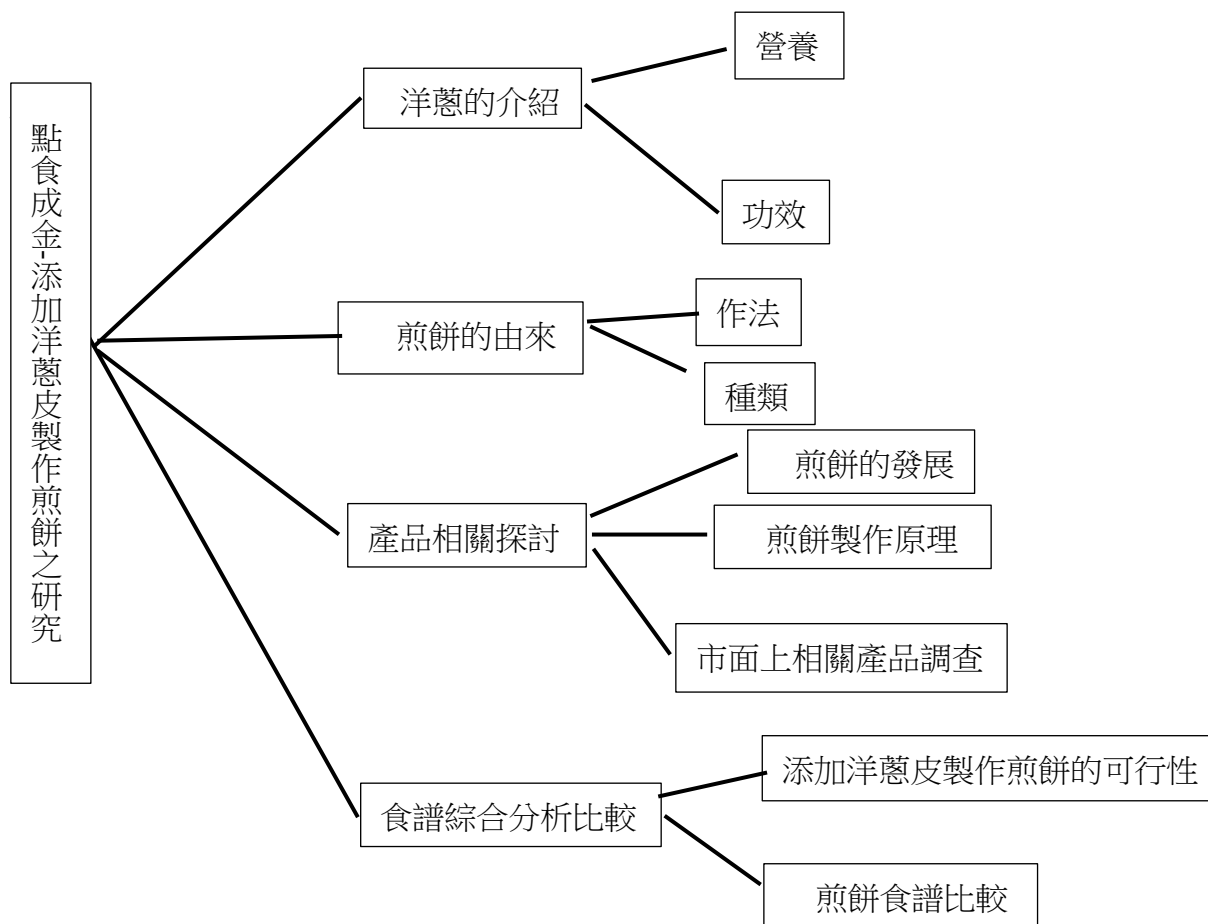


圖 1、文獻架構圖

資料來源：研究小組自行整理

(一)洋蔥的介紹

「洋蔥（學名 *Allium cepa*.L）是一種西餐經常出現的百合科蔥屬植物」(Super User, 2012)洋蔥在很多料理扮演著重要角色。洋蔥具有刺鼻的味道，會讓人流眼淚，不過洋蔥還是受到很多家庭主婦的喜愛，而且洋蔥具有抗癌的效果，洋蔥在爆香後小火燉會有一種甜香味，搭在許多料理裡面真的是絕配，才能獲得許多或廚師的喜愛。

(二)洋蔥的營養

「洋蔥為低熱能食物，含有多種硫化物，能降低內血糖與血脂」(隨意窩, 2014)，洋蔥含有很多維生素，可降低血糖和血脂，例如鈣、鐵、維生素 C 等等。

但是雖然許多好處但一定也有少量的壞處，例如洋蔥使用過量會產生一種氣體，會使肚子脹氣感到不舒服，建議食用適當的量就好。

(三)洋蔥的功效

1.預防癌症

研究發現，洋蔥富含硒元素和槲皮素，可以幫助預防和控制各種癌症。硒是一種抗氧化劑，能刺激人體免疫反應，抑制癌細胞的分裂和生長，還可降低致癌物的毒性。而槲皮素則能抑制致癌細胞活性，阻止癌細胞生長。一份調查顯示，常吃洋蔥比不吃的人罹胃癌的機率少 25%，因胃癌致死者少 30%。

2.防止老化

蛋白質糖化產生的 AGE 物質會造成身體機能減退，洋蔥可控制血糖，預防 AGE 生成，防止老化。而槲皮黃酮更是強力抗氧化物質，能夠抑制自由基所造成的老化。

3.降低血糖

根據臨床試驗，洋蔥降低血糖的效果高達 80%，同時不會引起低血糖狀態，是安全有效的抗糖尿食品。

4.清血功能

洋蔥能提高纖溶活性，達到清血作用。高血壓、高血脂、動脈硬化和纖溶狀態（即

溶解纖維使血液循環順暢) 有關。因此每週攝取足夠洋蔥。

二、研究架構

本研究根據便利抽樣法，針對 100 位學生進行開放式問卷。題目為「點食成金-添加不同比例的洋蔥皮製作煎餅之研究」根據問卷發現添加不同比例，將成品依鹹度、口感、黑胡椒香味、接受度、購買意願之影響因素，比較差異性；本研究樣本結構以餐飲科學生，進行問卷之研究差異性。

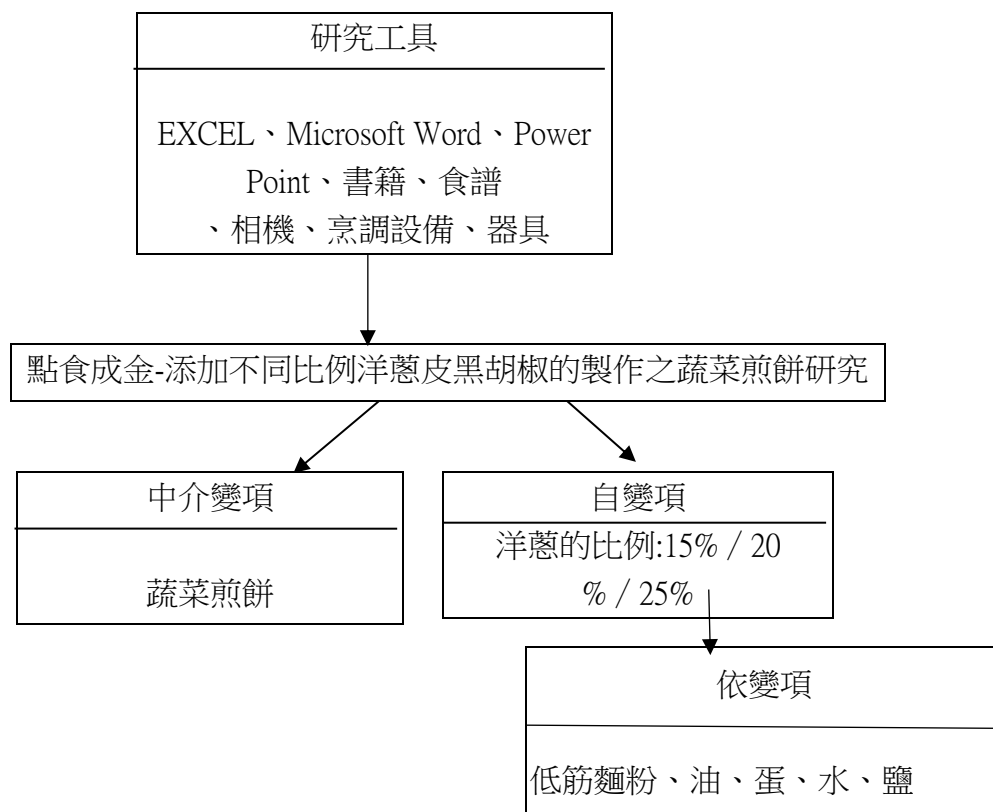



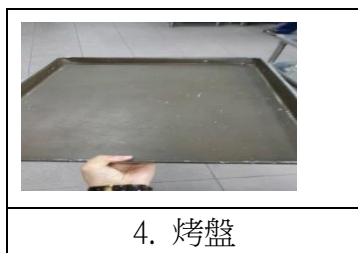


圖 2、文獻架構圖 資料來源：研究小組自行整理

三、研究工具

表 1、工具列表

		
1.鋼盆	2.電子秤	3.打蛋器




4. 烤盤

資料來源：研究小組自行整理

四、實驗配方

實作材料	百分比	實作材料	百分比	實作材料	百分比
低筋麵粉	100	低筋麵粉	100	低筋麵粉	100
水	60	水	60	水	60
洋蔥	15	洋蔥	20	洋蔥	25
鹽	1	鹽	1	鹽	1
糖	5	糖	5	糖	5
油	10	油	10	油	10

表 2、實驗實作過程

			
1.洗器具	2.準備食材	3.秤材料	4.攪拌材料至成糰
			
5.烤箱預爐	6.將洋蔥切碎	7.將洋蔥放入烤箱，烤製沒有水分	8.攪拌麵糊



9.用平底鍋煎

10.成品

資料來源：研究小組自行整理

五、研究小組品評表

試做完產品分別由 1 位老師、6 位同學進行試吃，分數如下：

表 3、洋蔥皮煎餅喜愛程度

分數 選項	1	2	3	4	5
香氣	0	0	5	2	0
口感	0	0	1	4	2
購買意願	0	1	2	3	1
接受度	0	0	0	5	2

資料來源：研究小組自行整理

針對小組進行品評試吃後的結論如下：

1. 香氣部份：在香氣部份，選擇 3 的共有 5 位，顯示添加了洋蔥皮製作煎餅後，可明顯的提升煎餅的香氣。
2. 口感部份：在口感部份，選擇 4 的共有 4 位，顯示加了洋蔥皮製作煎餅後，口感深受喜愛。
3. 購買意願:在購買意願部分，選擇 4 的有 3 位，顯示加入洋蔥皮製作煎餅後，購買意願較高。
4. 在接受度部份，選擇 4 的共有 5 位，顯示添加了洋蔥皮製作煎餅後，可明顯看出購買意願很高。

參、結論

一、資料分析

本研究問卷樣本數 100 人，以樹 X 家商學生為消費者品評對象，男女不拘。

表 4、以不同洋蔥比例製作蔬菜煎餅比較差異表

問卷題目	同意程度	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
香氣部分						
1. 您覺得添加 15%洋蔥製作之蔬菜煎餅『香氣』較佳	人數	4	6	34	28	28
	百分比	4%	6%	34%	28%	28%
2. 您覺得編號 520 蔬菜煎餅『香氣』較佳	人數	2	7	27	31	33
	百分比	2%	7%	27%	31%	33%
3.您覺得編號 313 蔬菜煎餅『香氣』較佳	人數	2	10	27	21	40
	百分比	2%	10%	27%	21%	40%
口感部分						
1. 您覺得編號 728 蔬菜煎餅『口感』較佳	人數	5	16	23	26	30
	百分比	5%	16%	23%	26%	30%
2. 您覺得編號 520 蔬菜煎餅『口感』較佳。	人數	5	13	22	28	32
	百分比	5%	13%	22%	28%	32%
3. 您覺得編號 313 蔬菜煎餅『口感』較佳	人數	2	7	28	34	29
	百分比	2%	7%	28%	34%	29%
接受度部分						
1. 您覺得編號 728 蔬菜煎餅『接受度』較佳	人數	6	6	29	28	31
	百分比	6%	6%	29%	28%	31%
2. 您覺得編號 520 蔬菜煎餅『接受度』較佳	人數	4	10	26	26	34
	百分比	4%	10%	26%	26%	34%
3. 您覺得編號 313 蔬菜煎餅『接受度』較佳	人數	5	13	31	28	23
	百分比	5%	13%	31%	28%	23%
購買意願部分						

1. 您覺得編號 728 蔬菜煎餅『購買意願』較佳	人數	0	12	31	31	26
	百分比	0%	12%	31%	31%	26%
2. 您覺得編號 520 蔬菜煎餅『購買意願』較佳	人數	2	6	31	28	33
	百分比	2%	6%	31%	28%	33%
3. 您覺得編號 313 蔬菜煎餅『購買意願』較佳	人數	3	9	24	28	36
	百分比	3%	9%	24%	28%	36%

資料來源：研究小組自行整理

二、結果與建議

本章根據研究目的、文獻的蒐集與食譜分析，經由實驗設計研究，得到實驗結果，主要內容共分為二節：第一節「結論」；第二節「建議」。

(一) 結論

根據研究方法與實驗結果，以不同洋蔥比例製作蔬菜煎餅之香氣、口感、接受度、購買意願的影響，綜合整理得到以下五點結論：

1. 在香氣上，我們發現添加 15%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(91 人)的香氣比添加 20%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(90 人)和添加 25%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(88 人)吃起來香氣較好。
2. 在口感上，我們發現添加 25%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(91 人)的口感比添加 20%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(82 人)和添加 15%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(82 人)吃起來口感較好。
3. 在接受度上，我們發現添加 15%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(88 人)的香味比添加 20%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(86 人)和添加 25%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(82 人)吃起來香味較好。
4. 在購買意願上，XO 家商學生對於添加 20%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(92 人)接受度較高，相對地對於添加 15%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(88 人)和添加 25%洋蔥皮製作蔬菜煎餅(88 人)接受度來的高。

(二) 建議

根據研究結論，以不同洋蔥皮製作蔬菜煎餅在香氣、口感、接受度、購買意願方面都有不同的差異；另外針對未來相關研究者提出建議，綜合整理得到以下三點建議：

1. 本研究僅針對象為 S 家商之學生，不足以代表大眾，希望後續研究者可將研究層面擴大至一般大眾，藉以了解以不同洋蔥皮比例加入蔬菜煎餅之市場接受度及推廣可行性。
- 2 洋蔥皮可以試著研究加入其他不同之元素，例如：奶酪、麵包、土司等其他元素，探討其差異性，與大眾喜愛程度。
- 3.可以探討增加洋蔥皮的量，對蔬菜煎餅的影響，破除人們對蔬菜煎餅的刻板印象，已達健康觀念。

肆●引註資料

書籍資料

吳亞穎(2014)。食物廢棄物回收再利用 垃圾變綠金。東華文化：台北

網路資料：

媽咪學堂。2014年3月21日，取自<http://www.mmready.com/content/129050.html>

關鍵評論。2013年12月24日，取自<https://www.thenewslens.com/article/1465>

維基百科。2017年3月3日，取自<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%B4%8B%E8%94%>

隨意窩。2014年5月18日，取自<http://blog.xuite.net/chenzhen1209/twblog/213699884->

大紀元。2014年8月30日，取自<http://www.epochtimes.com/b5/14/8/30/n4236668.htm>

養生論壇。2012年3月10日，取自<http://www.healthbbs.com.tw/index.php/using-healthbbs/extensions/templates/atomic/home-page-atomic/93-demo-section1899420424/ads/544-2012-03-10-07-17-11>

附錄一、品評問卷

以不同洋蔥比例製作蔬菜煎餅比較差異

你好，我是 337 的同學:這是我們的製作問卷，主要是針對是以不同洋蔥比例製作蔬菜煎餅比較差異，在食用後的口感和喜好等相關品評，希望您能花一點時間為我們完成這份問卷，謝謝您。

蔬菜煎餅-以洋蔥製作蔬菜煎餅之研究	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
a.您覺得編號 208 蔬菜煎餅『香氣』較佳					
b.您覺得編號 427 蔬菜煎餅『香氣』較佳					
c.您覺得編號 315 蔬菜煎餅『香氣』較佳					
a.您覺得編號 208 蔬菜煎餅『口感』較佳					
b.您覺得編號 427 蔬菜煎餅『口感』較佳					
c.您覺得編號 315 蔬菜煎餅『口感』較佳					
a.您覺得編號 208 蔬菜煎餅『購買意願』較佳					
b.您覺得編號 427 蔬菜煎餅『購買意願』較佳					
c.您覺得編號 315 蔬菜煎餅『購買意願』較佳					
a.您覺得編號 208 蔬菜煎餅『接受度』較佳					
b.您覺得編號 427 蔬菜煎餅『接受度』較佳					
c.您覺得編號 315 蔬菜煎餅『接受度』較佳					