

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

橙年老皮－以橙皮白鹵汁製作鹵蛋

作者：

張滄喬。私立樹德家商。高三37班
陳佳儀。私立樹德家商。高三37班
陳怡均。私立樹德家商。高三37班

指導老師：

鄭淑菁老師

壹●前言

一般的滷蛋都是以中藥材為主，所以滷出來的蛋都是偏中藥味，所以我們決定以柳橙皮來創新滷蛋，讓滷蛋有柳橙的風味，這樣不但能吸收到蛋的蛋白質、脂肪、無機鹽、維生素，也能吸收到柳橙的維生素 C，還能吃的到原本滷味的味道也能另外吃出柳橙的香甜味。

貳●正文

一、滷味

滷味在台灣人的心中絕對是有無可取代的地位，現代人講求健康無負擔的飲食，活用食材，製作出原汁原味的滷味

(一)滷味分類

1、白滷法

(1)白滷法的介紹：白滷的特色口感單純，同一鍋滷汁滷多種食材，難免味道雜沓，不像紅滷可以將同類的食材一起滷，以吸收彼此香氣見長(何建彬，2010)。

(2)製作白滷法注意事項：菜餚以清香鮮美為主，不宜久煮(何建彬，2010)。

2、紅滷法

(1)紅滷法的介紹：滷製菜餚必備的複合調味料它可以說是萬用的滷汁(何建彬，2010)。

(2)製作紅滷法注意事項：若要增加色澤可加糖，並以小火不斷翻炒(何建彬，2010)。

(二)橙皮滷蛋文獻分析

表1 橙皮滷蛋文獻統整

作者	年代	種類	烹調方法	烹調器具	紹興酒
郭泰王	2009	台滷	滷	湯鍋	O
何建彬	2010	紅滷、白滷	滷	電鍋	X
劉政良	2015	紅滷、白滷	滷	電鍋	X
李德全	2010	八角滷	滷	電鍋	O
林向愷	2010	紅滷、白滷	滷	電鍋	X

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述，可以發現滷味的烹調方法有很多不同的滷法，大多數的作者採用紅滷、白滷的方式來製作菜餚的調味；烹調器具多數以電鍋為主，少數用湯鍋；滷汁大部分不加紹興酒，只有少數作者會加紹興酒。

二、柳橙

柳橙富含糖類、維生素 B.E，及鈣、磷、鐵、膳食纖維、脂肪等，橙皮能仰制胃、腸及子宮的運動（孫樹俠，2015）。

(一)柳橙功效

表 2 柳橙功效文獻統整

作者	年份	功效
李少林	2015	1.柳橙皮曬乾做為室內芳香劑。 2.泡澡，使身體放鬆。
環保媽媽	2016	1.天然芳香劑除異味。 2.驅蚊芳香劑、沐浴。
王月霞	2017	1.芳香劑讓空氣變清新。 2.去異味，用於環保沐浴。

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述，在以上文獻中我們可以知道柳橙皮曬乾後能做成許多生活用品，像是做成芳香劑能去除異味使空氣變清新、做成放鬆心情沐浴的香料。

(二)蛋的營養成分

表 3 蛋的營養成分文獻統整

作者	年份	營養成分
林美慧	2010	1、蛋白質。 2、脂肪。 3、無機鹽。 4、維生素。 5、鐵、鈣、磷。
謝明哲	2015	1、蛋白質。 2、脂肪。 3、鐵、鈣、磷。 4、維生素 A。
李京東	2011	1、蛋白質。 2、卵磷脂。 3、維生素。 4、脂肪。

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述，可以發現蛋的營養成分有蛋白質、脂肪、維生素、鐵、鈣、磷等營養。

(三)柳橙的營養價值

表 4 柳橙的營養價值統整

作者	年份	營養價值
簡芝妍	2009	1、維生素 C。 2、維生素 B 群。 3、膳食纖維。
陳彥甫	2015	1、膳食纖維。 2、維生素 B 群。 3、鐵、鋅。
孫樹俠	2015	1、蘋果酸。 2、檸檬酸。 3、維生素 C。 4、膳食纖維。

資料來源：研究小組自行整理

綜上所述，可以發現橙的營養價值有膳食纖維、維生素 C、維生素 B 群等營養價值。

三、研究流程

(一)橙皮滷蛋

1、材料：白滷包、柳橙皮、柳橙肉、雞蛋。



2、水滾後放入雞蛋。	3、放入滷包與柳橙皮。	4、橙皮滷蛋成品。
		

參●結論

一、實驗觀察結果以『橙皮滷蛋成品』分析滷蛋『外觀』、『香氣』，『口感』、『甜度』、『購買意願』。

(一)實驗計分人員：專題製作5位成員、4位同班同學、1名教師。

(二)實驗計分工具：試吃員的視覺、嗅覺、味覺、試吃感受完成官能品評表。

(三)實驗計分方法：採五分量表評比，以勾選方式紀錄，分別為：非常不喜歡、不喜歡、普通、喜歡、非常喜歡。

表5橙皮滷蛋喜愛程度分析

喜愛程度 品評種類	非常 不喜歡	不喜歡	普通	喜歡	非常 喜歡
色澤	1人	6人	3人	0人	0人
香味	0人	6人	3人	1人	0人
甜味	0人	0人	3人	5人	2人
口感	0人	0人	4人	5人	1人
購買意願	0人	0人	4人	5人	1人

此實驗觀察計分表針對橙皮滷蛋「色澤」、「香味」、「甜味」、「口感」、「購買意願」之評分統計，以實驗品評結果進一步比較分析，其結果分析如下：

由上表可知，品評員試吃後，認為橙皮滷蛋在「色澤」方面不接受者7人，佔70%；覺得普通者3人，佔30%；在「香味」方面不接受者6人，佔60%；普通者3人，佔30%；能接受者1人，佔10%；「甜味」方面覺得普通者3人，佔30%；好吃者7人，佔70%；「口感」方面普通者4人，佔40%；喜歡者6人，佔60%。

數據顯示，橙皮滷蛋之「口感」、「甜味」接受的人佔多數，最後統計橙皮滷蛋的「購買意願」60%的人覺得良好願意購買；60%的人覺得普通願意購買。

二、實驗分析

- (一)在「外觀」方面雖然多樣化，但是大眾並不喜歡。
- (二)在「香氣」方面香氣沒有那麼香，中藥味較重。
- (三)在「口感」方面較受大家較喜愛。
- (四)在「甜度」方面橙皮滷蛋的甜味不完全來自砂糖的甜，也有柳橙的甜，較為大眾喜愛。
- (五)在「購買意願」方面大眾選擇購買橙皮滷蛋意願較為普遍。

三、建議

- (一)製做方面因為橙皮滷蛋的色澤較輕，所以可以試著增加柳橙來提高它的色澤。
- (二)橙皮滷蛋的柳橙味較淡，可以試著增加柳橙來提高它的香味，經研究後找到品評員能接受的口味。
- (三)本研究僅針對少數品評學生，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，藉以了橙皮滷蛋在市場接受度及口味的研發及推廣可行性，。

肆●引註資料

- 何建彬(2010)。滷味王。台北：人類智庫。
- 林慧懿(2005)。愛心滿飯盒。台北：橘子文化。
- 林向愷(2010)。破解大廚秘方：一個經濟學家的廚房筆記。台北：時報文化。
- 林美慧(2000)。簡易蛋·豆腐。台北：台視文化。
- 李德全(2000)。滷肉燒肉配方。台北：楊桃出版。
- 李京東(2011)。食品營養。中國：輕工業出版。
- 青山有紀(2013)。自然味の手作甜食。台北：良品文化。
- 孫樹俠 (2015)。全食物排毒密碼。台北：人類智庫。
- 郭泰王(2009)。人氣滷味秘笈。台北：人類智庫。
- 陳彥甫 (2015)。超級防癌食物排行榜。台北：人類智庫。
- 劉政良(2015)。超好吃夜市滷味。台北：人類智庫。
- 劉政良、楊華志、李哲松(2012)。超好吃切盤滷味。台北：人類智庫。
- 劉仁華(2011)。素食照樣滷的很好吃。台北：楊桃文化事業。
- 蔡坤展(2001)。蛋之味。台北：台視文化。
- 簡芝妍 (2009)。樂活素食自然養生法。台北：人類智庫。
- 謝明哲(2015)。營養學實驗。台北：五南出版。
- 韓文斐(2004)。有機水果的生機飲食指南。台北：文斐書屋出版。