

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

火龍果肉排

作者：

王語彤。私立樹德家商。高三15班

陳惠琪。私立樹德家商。高三15班

黃瑩茹。私立樹德家商。高三15班

指導老師：

鄭淑菁

壹●前言

今年火龍果生產過多導致市場價格過偏低，供過於求，以致果農沒有利潤，且囤積過多造成水果腐爛，因此我們想要讓火龍果有另一個成品展現，增加果農的出售意願，並抬高市場價格增加果農營收，且火龍果的營養價值高，人體容易吸收，味道較無刺激性且較不會酸敗，外型特殊且果肉顏色鮮艷適當食材的天然染劑，在成品外表上有相當的幫助，並且在肉排上可增加清脆口感。

「火龍果低熱量、高纖維，是減肥養顏的理想食品，可防止「都市富貴病」的蔓延」(藍森麟，2011)。「且火龍果適合癌症患者保健食用。其營養成分中的水溶性膳食纖維具有抗衰老、抗自由基和有效預防大腸癌的功能」(吳淑芬，2014)。「其中含有的花青素對於腦部保健有良好的功效，有助於延緩身體老化，富含膳食纖維，可清除腸胃道的廢物」(陳彥甫，2014)。「水溶性膳食纖維含量非常豐富，具有潤腸通便等功效」(孫樹俠，2015)。

貳●正文

一、火龍果的探討

「火龍果原產於中美洲熱帶氣地區，由南洋引入台灣，再由台灣改良引入海南省及中國南部、廣西、廣東等地區栽培」(藍森麟，2011)。「室溫下有 5 天，低溫 5 度 C 冷藏下可長達 2 星期以上的櫥架壽命」(資料來源：行政院農業委員會-紅龍果主題館)「又稱紅龍果、龍珠果，酸味與甜味較低」(庄司泉，

2014)。

二、火龍果的營養功效

台灣水果百百種，各個都有其不同營養成分及功效，以下為本組探討火龍果肉排之資料收集：

表 1 火龍果的營養功效

| 書名 | 作者 | 年分 | 營養素 | 營養功效 |
|---------------------|-----|------|-----------------------------------|--|
| 史上最完整 水果營養圖 鑑 | 李馥 | 2018 | 維生素 C、 鐵、鈣 | 1.抗老化。 2.促進鐵質吸收。 3.降低膽固醇。 |
| 果療 | 楊淑媚 | 2014 | 維生素 C、 鉀、鈣、鐵。 | 1.生津止渴。 2.清熱涼血。 3.通便利尿。 4.改善痔瘡。 |
| 水果營養圖 鑑 | 陳彥甫 | 2014 | 維生素 C,鈣、 磷、鐵、胡蘿 蔔素、花青 素。 | 1.延緩老化。 2.保健血管。 3.美白淡斑。 4.抗老化。 |
| 紅龍果栽培 一本通 | 劉碧鵬 | 2018 | 維生素 C、葉 酸、鎂、磷、 鐵。 | 1.降血壓。 2.促進消化。 3.潤肺止咳。 |
| 吉祥之果： 火龍果 | 卉子 | 2015 | 維生素 C、鉀 鈣、鐵。 | 1.降低血糖 2.減緩脹氣 |

綜上所述，火龍果富有胡蘿蔔素、鈣、磷、鐵、鉀、維生素 C、花青素。有通腸利便、養顏美容、抗衰老、抗自由基、抗氧化、保護眼睛、保健血管、預防貧血等多項功效。

三、絞肉的應用

肉排是用絞肉製成，絞肉以牛或豬等動物的大腿肉或小腿肉、肩部肉、腰部肉以及雞胸肉等部位製成，不同動物的絞肉可用於各式料理上。

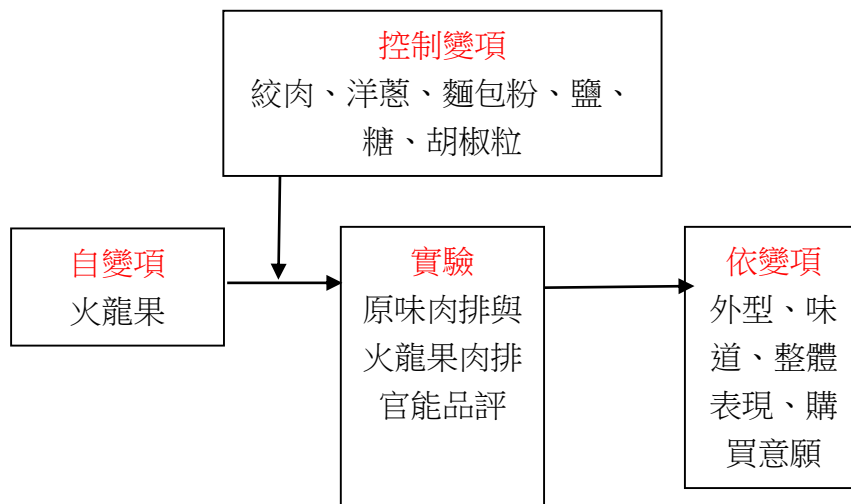
表 2 絞肉的應用

| 書名 | 作者 | 品名 | 絞肉種類 |
|----------|--------|-------|---------|
| 肉的美味科學 | 成瀨宇平 | 肉丸 | 豬絞肉 |
| 肉的美味科學 | 成瀨宇平 | 捏丸子 | 雞絞肉 |
| 肉的美味科學 | 成瀨宇平 | 獅子頭 | 牛絞肉 |
| 肉的美味科學 | 成瀨宇平 | 餃子 | 牛與豬混合絞肉 |
| 肉類完美料理手冊 | 珍妮·米爾森 | 薩拉米腸 | 豬絞肉 |
| 肉類完美料理手冊 | 珍妮·米爾森 | 西班牙臘腸 | 牛與豬混合絞肉 |



資料來源:本組自行整理

綜上所述，絞肉使用的材料以豬肉類較多，使用到的多以家畜居多，較少使用到家禽類。

四、研究架構



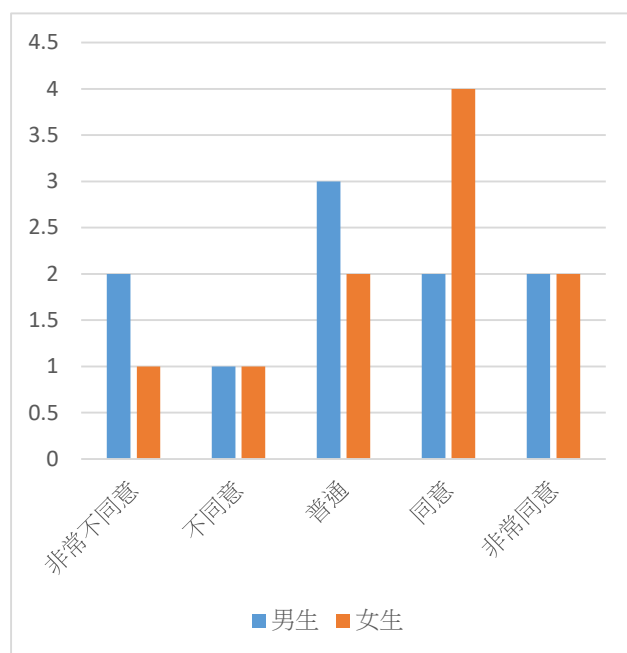
五、研究流程：

| | | | |
|---|---|---|---|
| 準備階段 107 年 9 月~10 月 | | | |
| (一) 收集相關資料及文獻。 (二) 肉排試做。 (三) 官能品評問卷的編製。 | | | |
| 實驗處理 107 年 10 月 | | | |
| (一) 肉排及火龍果肉排製作。 (二) 抽樣試吃，填寫問卷。 | | | |
|  |  |  |  |
| 絞肉加入火龍果泥 | 混和均勻 | 煎熟 | 完成 |

參●結論

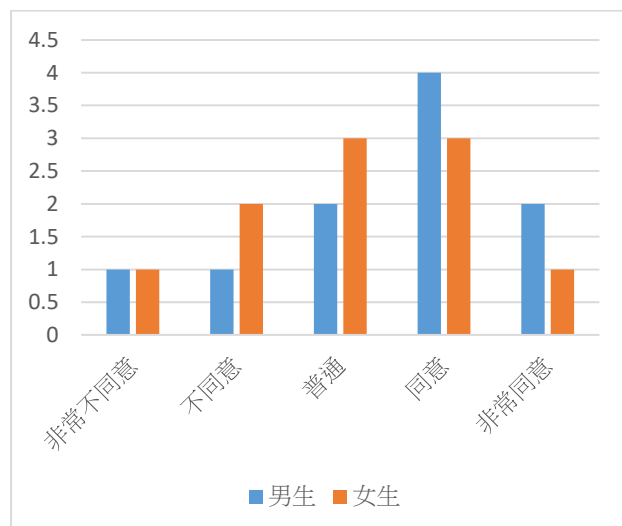
一、肉排對火龍果肉排比較差異分

(一) 我認為火龍果肉排之『外型』比肉排好看。



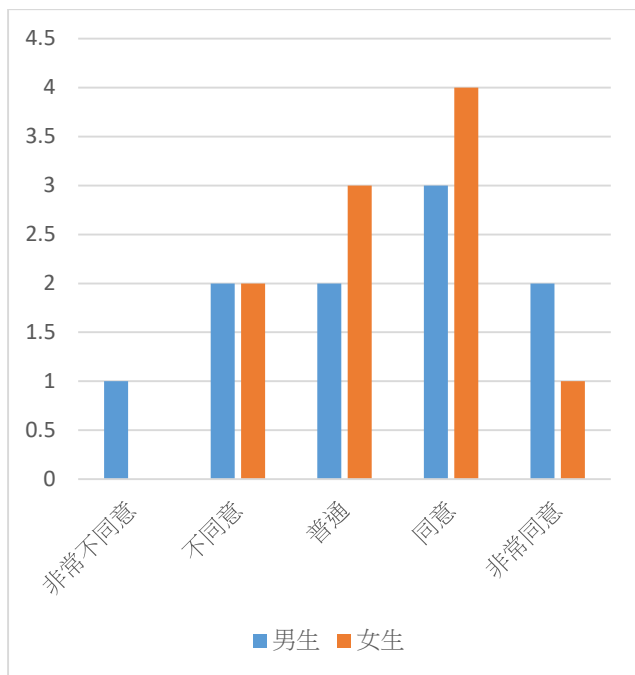
在「我認為火龍果肉排『外型』比肉排好看」選項裡，有25%(5人)比較喜歡肉排的外型，其中男生佔(3人)、女生佔(2人)；其他50%(10人)則比較喜歡火龍果肉排的外型，其中男生佔(4人)、女生佔(6人)；另外25%(5人)認為兩種肉排外型無顯著差異，其中男生佔(3人)、女生佔(2人)。

(二) 我認為火龍果肉排之『味道』比肉排清爽



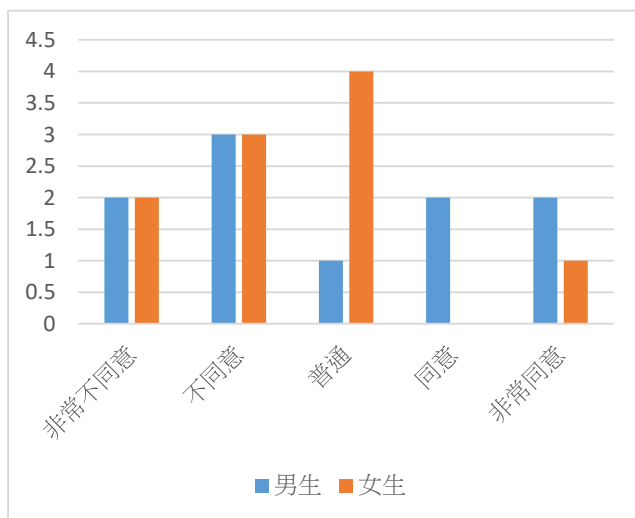
在「我認為火龍果肉排『味道』比肉排清爽」選項裡，有25%(5人)比較喜歡肉排的外型，其中男生佔(2人)、女生佔(3人)；其他50%(10人)則比較喜歡火龍果肉排的外型，其中男生佔(6人)、女生佔(4人)；另外25%(5人)認為兩種肉排外型無顯著差異，其中男生佔(2人)、女生佔(3人)。

(三) 我覺得火龍果肉排之『整體感覺』比肉排特殊。



在「我覺得火龍果肉排『整體感覺』比肉排特別」選項裡，有25%(5人)認為兩種肉排無顯著差異，其中男生佔(2人)、女生佔(3人)；其他25%(5人)則比較喜歡肉排的味道，其中男生佔(3人)、女生佔(2人)；另外50%(10人)比較喜歡火龍果肉排的味道，其中男生佔(5人)、女生佔(5人)。此統計表顯示有5成的人喜歡火龍果肉排的味道，可能是因為火龍果肉排具有較清爽的感覺。

(四)我願意花錢購買火龍果肉排長條圖



在「我願意花錢購買火龍果肉排」選項裡，有25%(5人)會優先購買火龍果肉排，其中男生佔(4人)、女生佔(1人)；其他50%(10人)會優先購買肉排，其中男生佔(5人)、女生(5人)。

二、問卷結果

本章將針對肉排與火龍果肉排在「外型」、「味道」、「整體感覺」、「購買意願」之得分統計，以試吃結果進一步比較分析，問卷來源是本校同學，共20人，其統計結果與分析如下：

(一) 肉排對火龍果肉排比較差異統計表

| 問卷題目 | 同意程度 | 非常不同意 | 不同意 | 普通 | 同意 | 非常同意 |
|---------------------------|------|-------|-----|-----|-----|------|
| (一) 我認為火龍果肉排之『外型』比肉排好看。 | 人數 | 3 | 2 | 5 | 6 | 4 |
| | 百分比 | 15% | 10% | 25% | 30% | 20% |
| (二) 我認為火龍果肉排之『味道』比肉排清爽 | 人數 | 2 | 3 | 5 | 7 | 3 |
| | 百分比 | 10% | 15% | 25% | 35% | 15% |
| (三) 我覺得火龍果肉排之『整體感覺』比肉排特殊。 | 人數 | 1 | 4 | 5 | 7 | 3 |
| | 百分比 | 5% | 20% | 25% | 35% | 15% |

火龍果肉排

| | | | | | | |
|-------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| (四)我願意花錢 購買火龍果肉 排 | 人數 | 4 | 6 | 5 | 2 | 3 |
| | 百分比 | 20% | 30% | 25% | 10% | 15% |

由上表可知，在「外型」方面品評員認為能接受火龍果肉排的外型者佔30%及20%，亦有25%的人持相反之意見；在「味道」方面品評員認為兩種實驗肉排無差異者佔25%、非常不接受火龍果肉排者佔10%及15%、能接受火龍果肉排的味道者佔35%及15%。

在「外型」方面30%及20%品評員認為火龍果肉排比較特殊；在「味道」方面品評員認為火龍果肉排較肉排好吃，普通者佔25%，並無明顯差異。

在「整體方面」方面35%及15%品評員認為火龍果肉排比較好；在「購買意願」方面10%及15%品評員願意買火龍果肉排者。

實驗數據顯示，多數的品評員一致認為兩者的「外型」、「味道」並無明顯差異，僅有20%的人接受度很高。而在「外型」、「味道」、「整體感覺」、上多數的品評員接受度都很高，由此可知雖然在「外型」、「味道」的部份差異不大，但多數的品評員仍對「整體感覺」都很高。

根據研究方法與實驗結果，火龍果製作肉排，本組綜合整理得到以下結論：

火龍果是營養豐富的水果，在加入肉排的營養上有一定的幫助，在口感上與一般的肉排帶有清脆口感，且對於火龍果生產過剩所囤積有另一個出售道

路。

三、建議

(一) 製作火龍果肉排時，因火龍果水分過多不易成形，因此先將火龍果切成細塊烹煮使其水分降低。

(二) 火龍果肉排擁有特殊清脆口感，增加顧客的購買意願。

肆●引註資料

瓦雷西·杜葉(2015)。漢堡聖經。新北：台灣商務。

成瀨宇平(2014)。肉的美味科學。台中：晨星。

吳淑芬(2014)。史上最完整的蔬果飲食圖鑑。新北：和平國際。

美食編輯小組(2009)。我的手作漢堡。台北：旗林文化。

珍妮·米爾森(2012)。肉類完美料理手冊。台北：漫遊者

陳彥甫(2014)。水果營養圖典。新北：康鑑文化。