

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以不同比例的鳳梨果汁製作涼圓皮之探討

作者：

黃思諭。樹德家商。高三 17 班

孫煥傑。樹德家商。高三 17 班

劉源斌。樹德家商。高三 17 班

指導老師：

毛德馨老師

## 壹、前言

### 一、研究背景

涼沙圓可以說是大個兒的包餡粉圓，涼沙丸已經是超過半個世紀的傳統小吃，也是許多四五年級生共同的記憶，據說是早期農業社會的甜點，其實它也不叫「涼西圓」。中間包的是豆沙，豆沙的沙字台語唸做「西」，所以很多人以為它叫涼西圓，大家也都聽習慣了。而涼圓是由肉圓所演變出來的。

### 二、研究動機

一般市面上的涼圓選擇不多，而大部分涼圓皮的顏色都是透明的，我們的研究動機是以鳳梨製作涼圓皮來創造流行與噱頭給消費者不同的視覺感官打破他們對涼圓的刻板印象，

### 三、研究目的

(1)探討以不同比例鳳梨汁製作涼圓皮之差異

(2)探討餐飲科學生對於鳳梨涼圓皮之接受程度

## 貳、正文

### 一、鳳梨的探討鳳梨產地介紹

(1)台南關廟：台南關廟鄉目前有大約 500 公頃的鳳梨園，關廟陸軍山淺淺矮矮的山坡排水好又有含水性佳的壤土，可以種出又香又甜，而且纖維纖細的頂級鳳梨。

(2)南投名間：名間的自然條件可以讓鳳梨在八卦台地的雨霧間緩慢地自然成熟，散發更多香氣，現在的水果越來越甜，但是卻也越來越沒有味道，市場追逐越大越耐放的鳳梨，雖然賣價高，但卻都只是好看而不是最好吃的。

(3)屏東沿山公路最南邊的屏東，有著全國最連綿廣闊的鳳梨園，由枋寮開始，順著沿山公路往北，經萬巒、內埔一直到高樹，兩旁山邊和緩的多石平地上種植了三千公頃的鳳梨。

(4)嘉義民雄位在北回歸線以北的嘉義民雄鄉內有廣達上千公頃的鳳梨園，是嘉義縣內最重要的鳳梨鄉，所出產的鳳梨更是表現了這酸甜均衡的珍貴風味，緩慢地生長，

保留住迷人的濃濃鳳梨香。

(5)高雄大樹大樹鄉內因為自然環境的關係有北荔枝南鳳梨的傳統，鄉南少石多沙質土，也較肥沃，不適合種植荔枝，當年為供應鳳山製罐場，所以多開闢為鳳梨園，現還保有 800 公頃的面積。在大樹鄉多沙質的紅土丘陵地間，台農 6 號(4 月)與 13 號(12 月)兩個鳳梨品種表現最好。

## 二、鳳梨的品種

(1)台農 17 號：金鑽鳳梨特性：植株中型，除葉尖葉緣無刺，葉表略呈紅褐色，兩端為草綠色，果實為圓筒形。

(2)台農 11 號：香水鳳梨特性：植株中等，葉片直立，葉緣無刺，果實呈圓筒形，果目略突起，果汁多，微酸。

(3)台農 20 號：牛奶鳳梨特性：植株高大,葉緣無刺，果實大呈圓筒形，質細稍鬆軟，成熟果皮暗黃色，纖維少，甜度高。

## 三、鳳梨的營養價值

表 1：鳳梨的營養價值分析表(研究者自行整理)

作者	年份	鳳梨的營養價值
于雅婷	2014 年 11 月	鳳梨是含鉀豐富，含鈉極低的水果有意於血液控制，可預防心血管疾病，還可降低腦中風的風險。
呂增娣	2009 年 5 月	鳳梨維生素 b,可消除疲勞增進食慾。
李錫敏	2011 年 8 月	鳳梨有維生素 abc,含鉀豐富酵素等，其纖維屬於非水溶解性膳食纖維，可促進新陳代謝消除疲勞。
吳淑芬	2013 年 4 月	鳳梨的維生素 c 加蛋結合,可促進膠原蛋白合成，有助於美白肌膚，消除疲勞。
陳彥甫	2014 年 6 月	鳳梨中的鳳梨酵素可分解蛋白質，溶解阻塞於組織中的纖維蛋白及血液凝塊，可有效改善局部血液循環，消除水腫及發炎的症狀。

綜上所述，鳳梨含有蔗糖、有機酸、維他命 C、B1，能夠預防痛風、腦中風、支氣管炎，鳳梨功效可消除水腫，降低腦中風消除疲勞，增進食慾，排除毒素，美白肌膚，促進新陳代謝。

四、鳳梨的相關運用

表二：鳳梨相關運用

名稱	照片	運用方式
鳳梨雪球	 <p style="text-align: center;">圖 1</p>	*鳳梨汁融入
鳳梨磅蛋糕	 <p style="text-align: center;">圖 2</p>	*鳳梨製作成蜜鳳梨，取代果乾
鳳梨酥	 <p style="text-align: center;">圖 3</p>	*鳳梨煮成內餡
鳳梨奶酪	 <p style="text-align: center;">圖 4</p>	*新鮮鳳梨至於奶酪上方
鳳梨涼糕	 <p style="text-align: center;">圖 5</p>	*鳳梨打汁融入

## 五、涼圓的探討

### (1)涼圓的歷史來源


位於彰化市南郭路的“彰化涼圓”，是一家已有四十多年歷史的老店了，民國三十八年左右從事小吃，經過老闆自己的努力開發與改良，在原有的技術下，使得涼圓更別具一番的滋味。

### (2)涼圓的相關產品

表三：涼圓相關產品運用

種類	材料	照片	分析	舉例產品
涼圓	地瓜粉 120ml 太白粉 60ml 熱水 90ml 冷水 300ml	 圖 6	煮的過程要小心,溫度不要太高	紅豆涼圓
涼圓	地瓜粉 240ml 太白粉 120ml 熱水 180ml 冷水 600ml	 圖 7	餡太軟 以小湯匙裹麵糊	巧克力涼圓
涼圓	地瓜粉 240ml 太白粉 120ml 熱水 180ml 冷水 600ml	 圖 8	去籽較好做	梅子涼圓
涼圓	地瓜粉 240ml 太白粉 120ml 熱水 180ml 冷水 600ml	 圖 9	需打成泥	芒果涼圓

以不同比例的鳳梨果汁製作涼圓皮之探討

涼圓	地瓜粉 240ml 太白粉 120ml 熱水 180ml 冷水 600ml	 <p>圖 10</p>	注意保存	綠豆涼圓
----	---------------------------------------	---	------	------

六、食譜分析表

表四：食譜分析表

涼圓食譜分析				
序號	名稱	主材料		內餡
1.	涼圓	地瓜粉、太白粉、冷水、熱水		鳳梨醬
2.	涼圓	地瓜粉、太白粉、冷水、熱水		鳳梨醬
3.	涼圓	地瓜粉、太白粉、冷水、熱水		鳳梨醬
4.	涼圓	地瓜粉、太白粉、冷水、熱水		鳳梨醬
5.	涼圓	地瓜粉、太白粉、冷水、熱水		鳳梨醬
食譜分析後實驗配方比例				
地瓜粉	太白粉	冷水	熱水	其他
2	1	1	1.5	鳳梨醬
作法	將地瓜粉加太白粉加冷水攪勻，鳳梨汁沖入粉漿至濃稠，將鳳梨餡裹粉漿，放在蒸籠上，蒸至 3 分鐘使涼圓呈現半透明狀就可以了，蒸好後將涼圓拿至冰塊上方冷卻就結束了。			

七、研究流程

表五：研究流程

以不同比例的鳳梨果汁製作涼圓皮之探討

鳳梨涼圓製作流程

			
1.秤太白粉	2.秤地瓜粉	3.打好鳳梨汁	4.倒入粉中
			
5.煮至濃稠	6.餡料裹入麵糊	7.進入蒸籠	8.成品

小組官能品評照片






參、結論

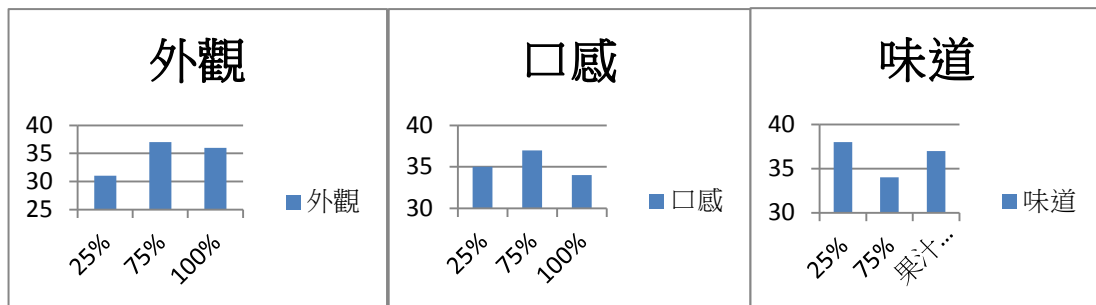
本組根據研究目的，運用實驗研究法製作出鳳梨涼圓成品，透過小組官能品評，研究對象為樹德家商餐飲科學生，實驗結果如下：

一、實驗鳳梨涼圓成品照片

表六：涼圓成品照片

鳳梨汁 25%融入涼圓皮成品	鳳梨汁 75%融入涼圓皮成品	鳳梨汁 100%融入涼圓皮成品
		

二、小組官能品評結果分析



圖一：小組官能品評分析圖

三、小組官能品評結果

小組將 25%，75%，100%三種不同比例鳳梨果汁製作涼圓皮實驗後發現，在外觀、口感部分得分鳳梨果汁 75%優於 25%和 100%，在味道部分得分，鳳梨果汁 25%優於 75%和 100%，小組推論在濃度 75%果汁製作的涼圓皮色澤適中柔和，口感彈性適中較為大家接受，香氣味道淡淡的較受大家喜愛。



肆、引註資料

卉子(2015)。鳳梨?波羅?傻傻分不清楚嗎?。台北：羅達文創有限公司

張濱、鄭曉佩 (2003)。鳳梨酵素:大自然的營養價值聖品。臺灣：元氣齊

陳彥甫(1979)。水果營養圖典。新北：人類智庫數位科技股份有限公司

陳彥甫(2015)。水果營養密碼。新北：人類智庫數位科技股份有限公司

羅珮琳(2013)。女中醫給忙碌上班族的第一本養生書。台中:聯經出版事業股份有限公司