

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

目不『蝦』給的『蛋蛋』幸福

作者：

朱昭樺。私立樹德家商。高三15班

余珈萱。私立樹德家商。高三15班

劉瑄鎔。私立樹德家商。高三15班

指導老師：

鄭淑菁老師

壹、前言

一、研究動機

在很多宴會場合中，海鮮蝦蟹類是桌席上常見的食材，尤其是蝦類，作法相當多元如清蒸、油炸、煎炒等，當然多樣食材運用的結果也造成廢棄物及蝦蟹外殼等廚餘不少，我們都很喜歡吃蝦肉不喜歡蝦殼，但蝦殼中也含有大量的蝦紅素雖不易被人體吸收，直接丟棄也未免太過可惜了，因此我們決定利用蝦殼磨粉混和香料等加在蛋製品裡頭，一方面增加口感，一方面也能讓蝦殼加以回收利用，而後將蝦殼與蛋作法研發創新，增加優質蛋白質調製出不同的味覺口感。

海鮮類如魚，蝦蟹類等，含有腥味不易去除讓很多想吃的人為之不敢卻步，因為如此我們在蝦殼處理過程嘗試各種去味方法，終於能將腥味減至最低而後炒熟磨粉調味，雖然成品不盡完美但也算能讓人可以入口了。

二、研究目的

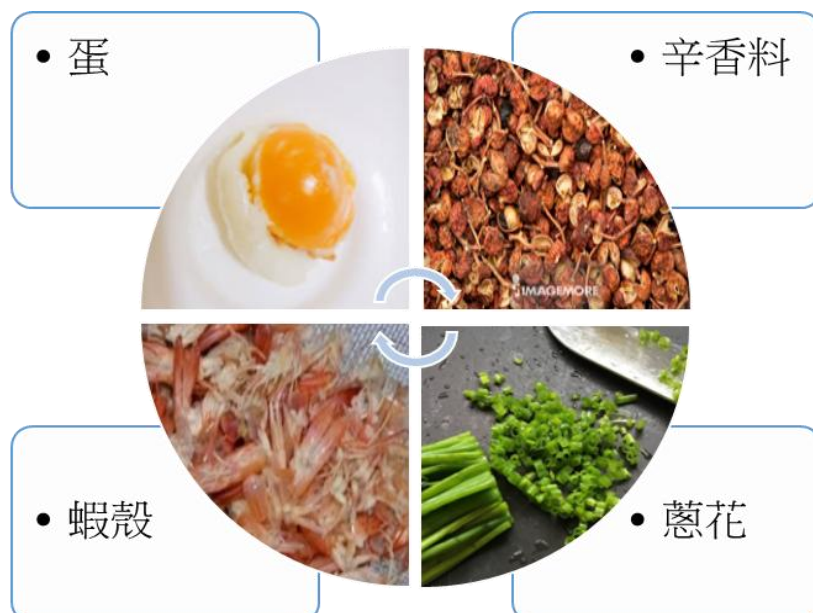
(一) 蛋的營養與注意事項

(二) 蝦殼文獻分析

(三) 相關食譜分析

(四) 購買意願調查

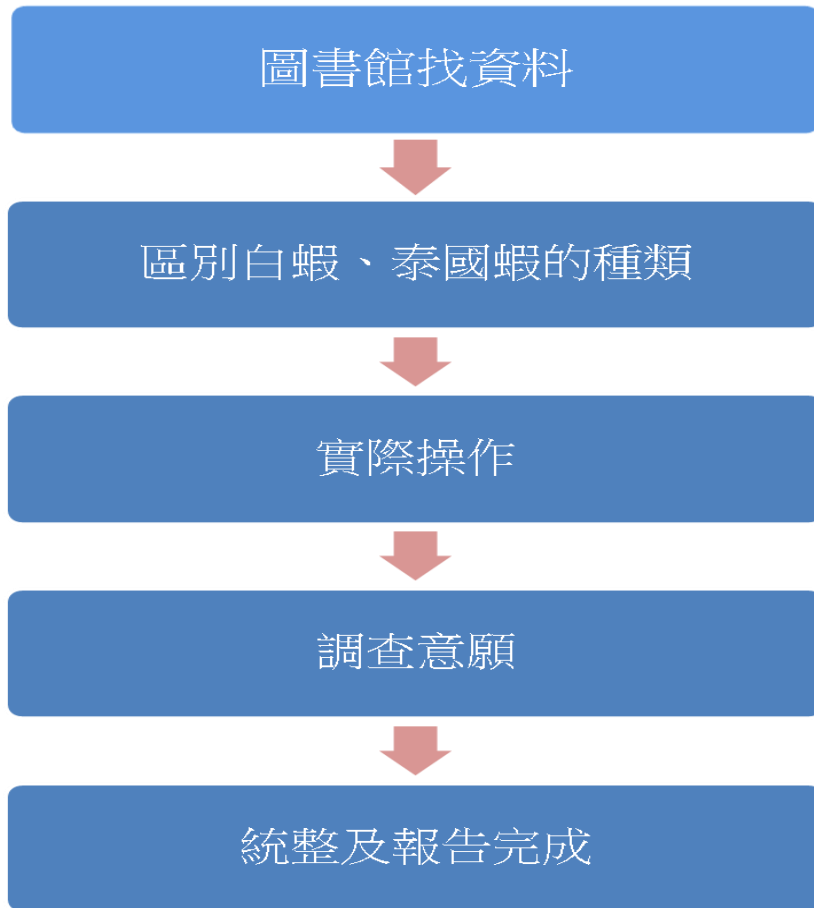
三、研究架構



四、研究對象

針對樹德家商學生進行抽樣100人

五、研究流程圖



圖一：研究流程

(資料來源：研究者製作)

貳、正文

一、蛋的營養價值

雞蛋是人類最好的營養來源之一。蛋，它們有著重要的作用，它可以修復人體組織、促進新陳代謝，對人體有著非常大的幫助。

雞蛋擁有豐富的蛋白質，**僅次於母乳**。一個雞蛋所含的熱量，相當於半個蘋果或半杯牛奶的熱量(出自健康之途在線)就算是在愛吃蛋的人，也千萬別把它當作唯一的蛋白質攝取來源，另外，其他的肉、魚、飯、乳製品，應攝取均衡。

二、蝦殼文獻分析

曾經人民放生外來品種的魚類，以及漸漸觀光化的當地建設，導致面臨滅絕危機。

蝦中含有一種牛磺酸的物質，他能降低膽固醇、保護心血管系統、防止動脈硬化、增強免疫力 (趙維，2006)。

表一 蝦子的營養

作者	年份	蝦子的營養成分
烹飪協會名廚委員會	2014	1. 豐富的蛋白質和維他命 A 2. 壯陽補腎之功效
挪亞方舟文化創意工作室	2014	1. 含鉀、鈉、鈣 2. 含有維他命 C

(表一資料來源：研究小組自行整理)

綜上所述，在以上文獻中我們可以知道蝦子含有多種營養素，不只如此，蝦殼的成分也擁有豐富的甲殼素，食用可以幫助人類身體更加健康，本組在實驗過程中是採用白蝦，價格較大眾接受，簡單製作蝦殼類產品。

三、食譜

表二：食譜分析

蛋	2 顆
蝦殼	32g
蒜片	3 瓣
蔥花	14g
辛香料	少許

(表二資料來源：研究者自行討論。)

四、蝦殼製作流程



圖二：蝦殼清洗浸泡
(研究者自行拍攝)



圖三：蝦殼煮沸消毒
(研究者自行拍攝)



圖四：蝦殼加熱炒乾
(研究者自行拍攝)



圖五：冷卻後壓碎後磨粉
(研究者自行拍攝)



圖六：磨粉備用
(研究者自行拍攝)



圖七：成品
(研究者自行拍攝)

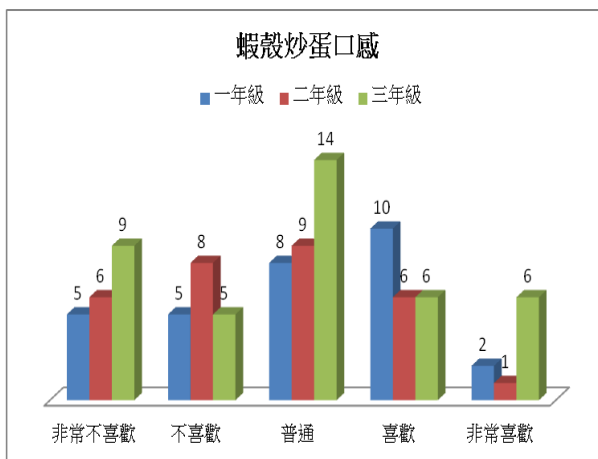
五、實驗觀察結果

以『蝦殼炒蛋成品』分析『外觀』、『香氣』、『口感』、『購買意願』、『接受度』。

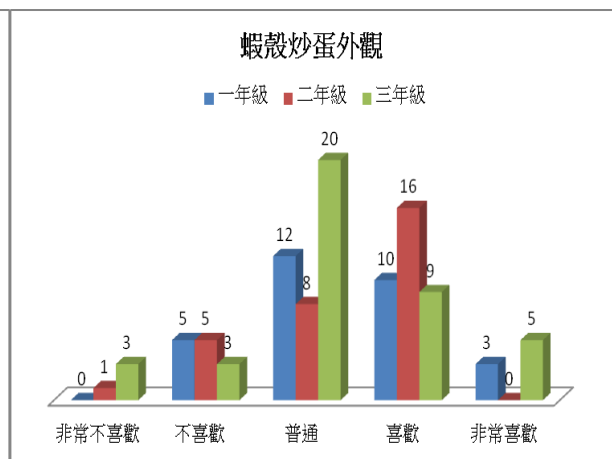
(一)實驗計分人員：餐飲科各年級，抽樣100人。

(二)實驗計分工具：試吃人員的視覺、嗅覺、味覺、試吃感受來觀察計分。

(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。



圖八：蝦殼炒蛋口感

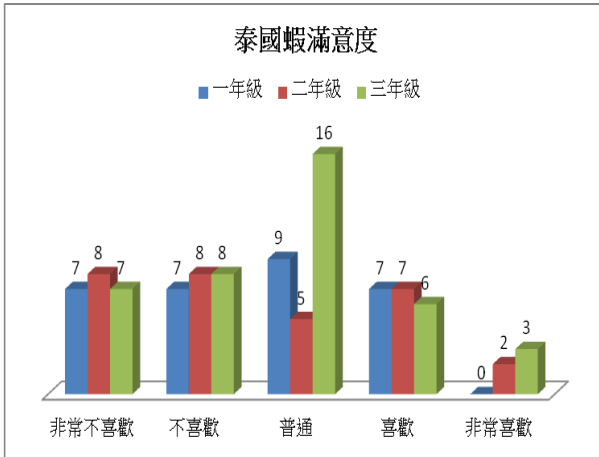


圖九：蝦殼炒蛋外觀

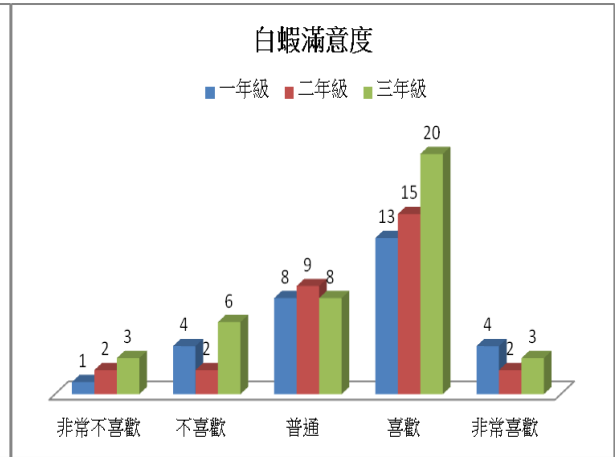
由(圖八)中可知口感，一年級偏普通及喜歡最多；二年級，則以普通及不喜歡最多；三年級，普通最多，非常不喜歡其次。

由(圖九)中可知外觀，一年級普通及喜歡佔最多；二年級，喜歡最多，普通佔其次；三年級，普通佔人數最多，非常不喜歡偏少。

目不『蝦』給的『蛋蛋』幸福

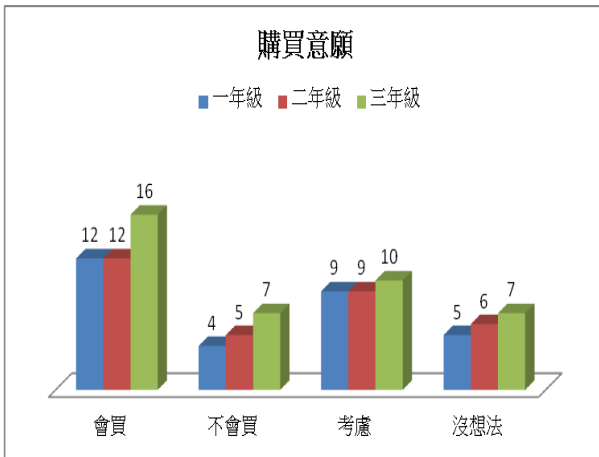


圖十：白蝦滿意度

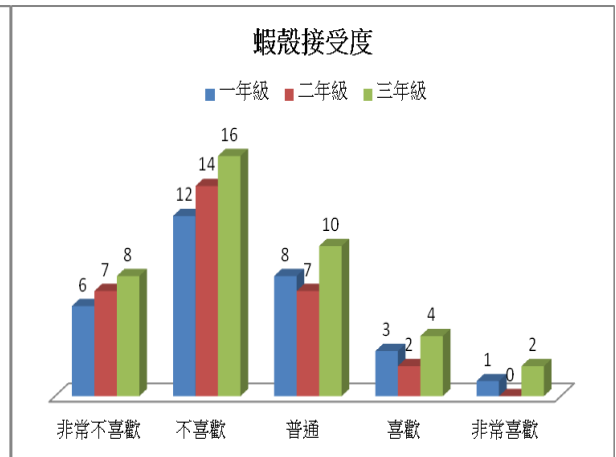


圖十一：泰國蝦滿意度

由(圖十)可知，其中喜歡佔一、二、三年級最多，普通其次，非常不喜歡為最少。
 由(圖十一)可知，三年級為普通最多，非常喜歡最少；一、二年級以不喜歡偏多，非常喜歡最少。



圖十二：購買意願



圖十三：接受度

由(圖十二)來看，一二三年級都以會買偏多，考慮為其次。
 由(圖十三)來看，接受新產品以不喜歡偏多，喜歡偏少。

實驗觀察計分表針對蝦殼炒蛋「外觀」、「香氣」、「口感」、「購買意願」「接受度」之評分統計，以實驗品評結果近一步比較分析，其結果分析如下：

由上表可知，品評員試吃後，認為蝦殼炒蛋在「外觀」方面不接受者20人，佔20%；覺得普通者30人，佔30%；在「香氣」方面不接受者30人，佔30%；普通者10人，佔10%；能接受者10人，佔10%；「口感」方面覺得普通者20人，佔20%；好吃者30人，佔30%；「接受度」方面，覺得還可以的，占10%。

數據顯示，蝦殼炒蛋之「口感」、「外觀」接受的人佔多數，最後統計蝦殼炒蛋的「購買意願」70%的人覺得良好願意購買；30%的人覺得普通願意購買。

參、結論

一、實驗分析

- (一) 在「外觀」方面看起來平常，但是大家感覺蝦殼材料較為奇特。
- (二) 在「香氣」方面聞起來沒有那麼香，因為蝦殼加熱後較沒味道。
- (三) 在「口感」方面有加蛋吃起來較為滑嫩，大家較為喜愛。
- (四) 在「接受度」方面蝦殼的感覺較差，大家大多不喜歡。
- (五) 在「購買意願」方面大家認知較為普遍，但會考慮選擇購買蝦殼炒蛋。

二、建議

(一) 在製做方面，蝦殼本身含有腥味清洗浸泡過程需費點時間，蝦殼翻炒時間要久一點，不然蝦殼會不夠乾燥，導致磨粉以及保存不易，建議蝦殼翻炒中加些肉桂粉及胡椒粉來去除腥味及增加鮮味。

(二) 蝦殼炒蛋整體的味道偏淡，雖然混合炒蛋口感滑嫩但外觀較為單調，因此我們決定在裡面添加些許蔥和辛香料來達到提味與美觀效果，可加些青菜或菇類來增加味道。

(三) 本研究僅針對對象少數品評學生，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，藉以了解蝦殼炒蛋在市場接受度及口味的研發及推廣的可能性。

肆、引註資料

林慶文(1999)。蛋是營養美食。台北：元氣齋出版社。

林春吉(2012)。台灣淡水魚蝦生態圖鑑。台北：天下文化。

許倩珮(2015)。愛香料。台北：東版文化。

台灣好食材 (2019) 。2014/09/22 取自

<https://www.fooding.com.tw/article-content.php?aid=101825>

目不『蝦』給的『蛋蛋』幸福

健康之途 (2014) 。2014/07/08 取自

<https://www.healthway.tips>

附錄：問卷內容

一、基本資料

1.性別： 男 女

2.年級： 一年級 二年級 三年級

二、官能品評表問卷

	非 常 不 喜 歡	不 喜 歡	普 通	喜 歡	非 常 喜 歡
1. 我覺得蝦殼炒蛋的『外觀』。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我覺得蝦殼炒蛋的『口感』。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我覺得蝦殼炒蛋的『香氣』。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 我對蝦殼炒蛋的『接受度』如何。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 購買蝦殼炒蛋時，我的『購買意願』如何。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

※ 本問卷到此結束，感謝您的協助！ ※