

投稿類別:觀光餐旅類

篇名:

<南>金東箭-以南瓜製作 QQ 球之探討

作者:

陳羿安。樹德家商。高三 12 班

劉于甄。樹德家商。高三 12 班

指導老師:

毛德馨老師

## 壹、前言

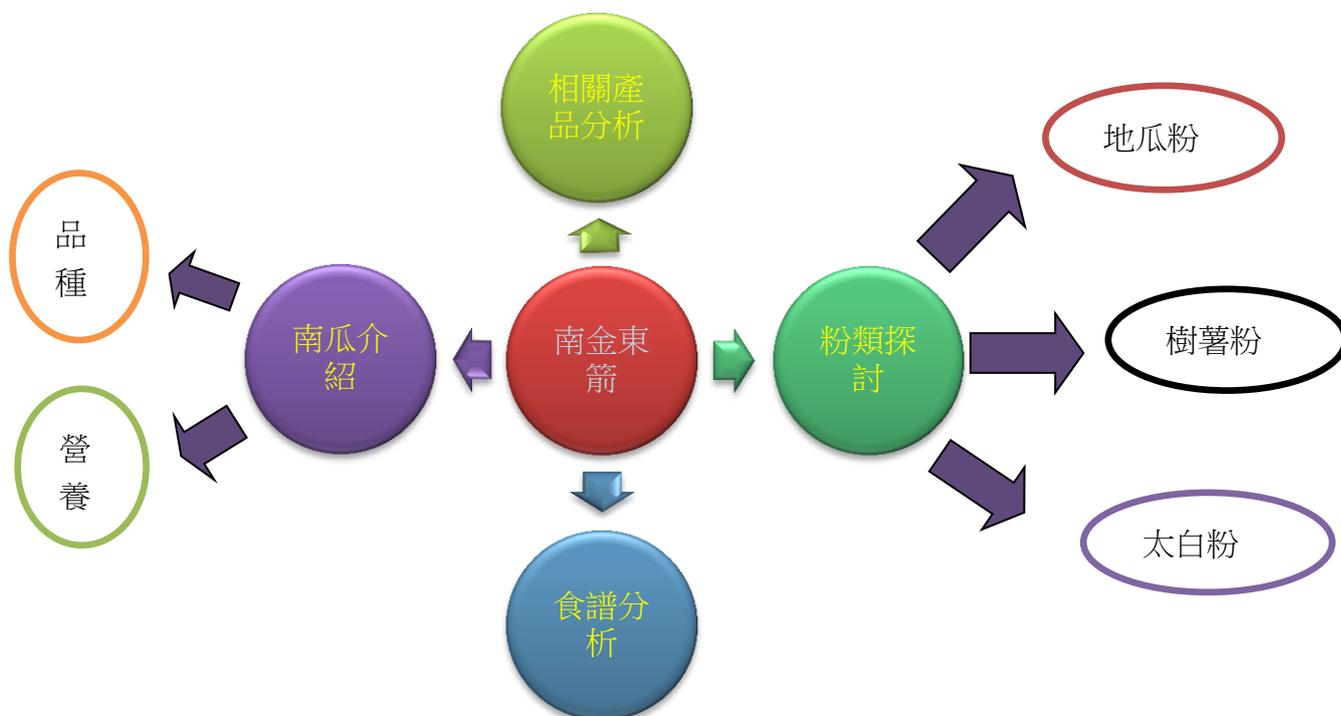
### 一、研究動機與目的

地瓜球是眾所皆知的夜市小點心，在北部大家稱為地瓜球，而在南部多稱他為 QQ 球，價錢大概落在 30 上下，非常平價美食之一。現在市面上已經創新的口味例如：巧克力地瓜球、紫地瓜球之類等。我們就想到說，說不定我們可以用南瓜試試看？南瓜有豐富的營養，例如：胡蘿蔔素、維他命 A 等。有助於防癌、治高血壓、小便不順（利尿）等等。我們創造出不同風味的「南瓜球」，搭配南瓜皮曬乾當作裝南瓜球的碗代替包裝紙袋，響應環保，避免包裝紙的浪費，有著不一樣新商機。研究目的如下：

- (一) 探討以南瓜取代地瓜製做地瓜球的口感差異。
- (二) 探討以南瓜取代地瓜製做地瓜球的外觀差異。
- (三) 探討以南瓜取代地瓜製做地瓜球的香氣差異。

## 貳、正文

### 一、文獻架構



圖一 南瓜球文獻架構圖

## 二、文獻探討

### (一) 南瓜的介紹

南瓜是葫蘆科南瓜屬的植物。「南瓜」一詞可以特指南瓜屬中的中國南瓜，也可以泛指包括筍瓜、西葫蘆（又稱美洲南瓜）等在內的其他南瓜屬栽培種。其中前者因產地叫法各異，又名地瓜。(資料來源：維基百科)。

### (二) 南瓜種類

南瓜種類繁多，常見的整理如下表：

表一：南瓜種類

美國南瓜	東昇南瓜	栗子南瓜
		
種子小，黃褐色，平滑頓邊，又稱為「冬南瓜」	果實呈現扁球型，果肉鬆軟香甜，適合料理南瓜湯或南瓜。	成熟的果實的外表有點像栗子形狀、顏色為藏青色、電鍋蒸煮煮熟後，吃起來有栗子般的鬆香甜味。
胡桃南瓜	南投南瓜	東洋南瓜
		
口感綿密滑順，還有奶香味，又稱為「牛奶南瓜」。	南投特有品種，味道清甜，口感偏鬆軟。	水分較多，口感鬆軟，甜度中等，香甜美味，口感帶點黏性，又稱為「台灣阿嬌」。

(三) 南瓜球的相關產品介紹

表三：南瓜球的相關產品介紹

照片	種類	主要材料	烹調	口感
	QQ 球	熟地瓜、樹薯粉、細砂糖	油炸	有著 Q 彈口感，且甜甜的帶有地瓜的香味。
	QQ 棒	地瓜、麵粉、麵包粉、糖、調味料	油炸	不同於薯條吃久會有的油膩感，QQ 棒猶如地瓜球甜甜酥酥的口感。
	起司麻糬 QQ 球	切達起司、糯米粉、木薯粉、起司粉、雞蛋、煉乳、	烤	成品愈嚼愈香，嘴裡充滿著香濃的起司和乳酪的味道。
	南瓜包	面粉、南瓜、酵母粉、紅糖、熟黑芝麻粉、面粉	蒸	麵皮咬起來 Q 彈且有濃濃的南瓜味。
	南瓜牛奶饅頭	麵粉、南瓜、牛奶、砂糖、酵母、沙拉油	蒸	吃起來膨鬆，咀嚼到後面還有淡淡的奶香。
	南瓜濃湯	南瓜、洋蔥、椰奶水、胡椒鹽	煮	喝起來濃濃南瓜味，椰奶提味口感更佳。
	QQ 山藥地瓜球	甘藷、芋泥、紅豆泥、甘藷澱粉、修飾澱粉、砂糖、奶油	油炸	不同於地瓜球是空心的，而山藥的是實心的。

(四) 南瓜的營養價值

表三：南瓜的營養價值(自行整理)

作者	年份	南瓜的營養價值
大都會文化編輯部	2008	南瓜，維生素 A 又稱為樹脂醇，可以促進生長發育及組織分化，保護身體各組織。
江麗珠	2013	各種蔬菜含有的營養不同，多吃不同蔬菜能夠補充人類所需的營養素。

劉仁華	2014	南瓜含有醣類、蛋白質、胡蘿蔔素及傭富維他命，屬耐久放食材，營養好吃又便宜。
-----	------	---------------------------------------

綜上所述南瓜具有胡蘿蔔素促進生長發育；能保護身體各組織，醣類能提高專注力幫助學習。

### 三、粉類探討

#### (一) 地瓜粉：

又稱番薯粉，溶於水中加熱後黏度比生粉強，但色澤低沉，透明度較差，所以不會用來勾芡，以免影響菜餚賣相。

#### (二) 樹薯粉：

樹薯粉之形狀，市售之太白粉即為樹薯澱粉。形狀具有殊的粒狀結構，稱為澱粉粒。

#### (三) 太白粉：

糊化速度快，色澤較晶透，常用於勾芡，缺點是穩定性較差，易還水。

### 四、食譜分析

表四:南瓜食譜研究分析表

書名	產品名稱	作者	出版年
地瓜上菜	地瓜球	金外順	2014
小魚媽南瓜料理：飯、麵、湯、家常菜、點心	南瓜	小魚媽	2015
異國風馬鈴薯、地瓜、南瓜料理	馬鈴薯、地瓜、南瓜	安世耕	2012
最流行輕食簡餐大集合	南瓜濃湯	楊桃文化	2015
研究食譜配方及作法			
材料		作法	
	南瓜 300 公克	1. 首先把南瓜切開去皮，放肉電鍋蒸熟，搗成泥趁熱加入砂糖。 2. 拌至砂糖融化分次加入樹薯粉揉成糰。 3. 將麵團搓成小圓，一顆大	
	砂糖 60 公克		

<南>金東箭-以南瓜製作 QQ 球之探討

	樹薯粉 210 公克	概一指節寬。 4. 油溫到達 120-130 度放入南瓜球麵糰小火油炸至浮起開始擠壓空氣。 5. 起鍋前開大火逼出油即可起鍋。
	油 600 毫升	

五、製作流程

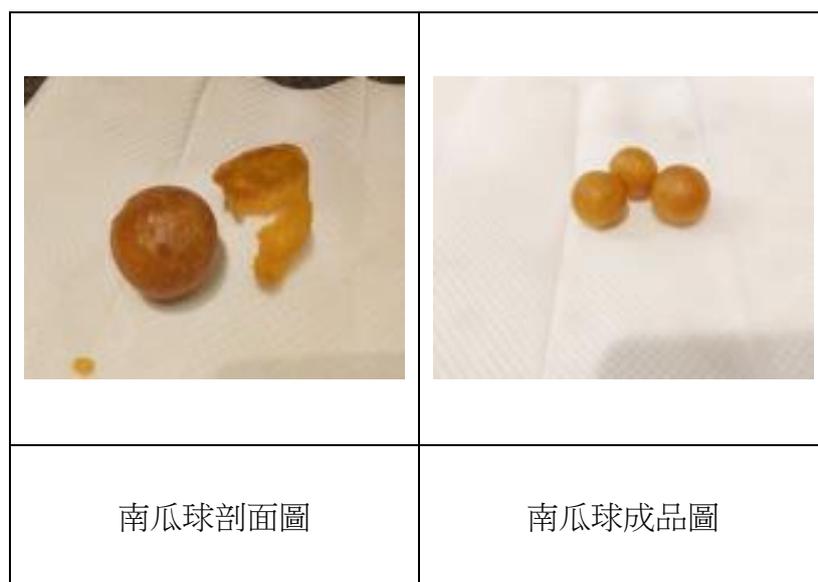
表五、製作過程

			
1.把南瓜去皮切塊。	2.南瓜蒸熟。	3.將南瓜搗成泥。	4.趁熱加入糖。
			
5.分次加入樹薯粉。	6.將樹薯粉與南瓜泥揉均勻。	7.揉成糰狀。	8.搓成小圓球。
			
9.丟入鍋中大炸。	10.炸至上色。	11.把空氣壓出來，使它澎大。	12.完成。

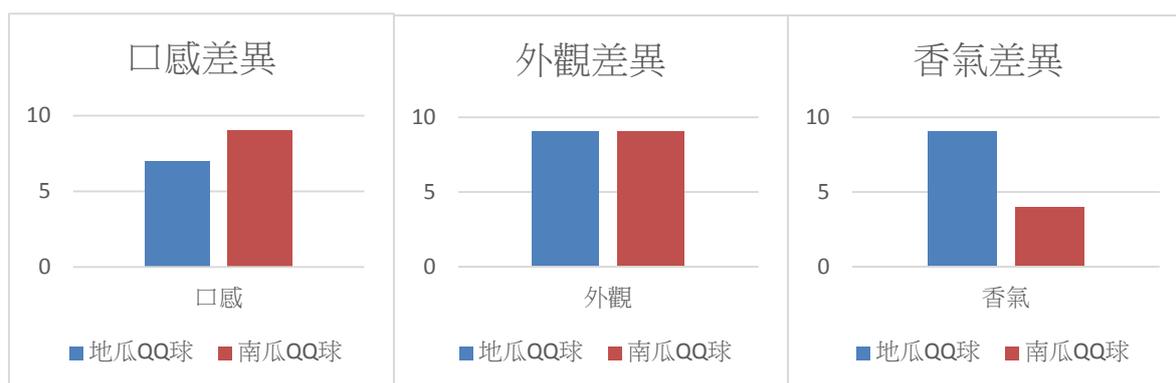
參、結論

本組根據研究目的，運用實驗研究法製作出南瓜 QQ 球成品，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、實驗結果成品照片：



二、小組官能品評結果分析



圖二:官能品評分析圖

經由小組官能品評結果中發現，南瓜地瓜球與傳統地瓜球的差異如下：

(一)在口感味道方面:

南瓜 QQ 球與傳統地瓜 QQ 球相較，品評人員覺得在口感得分差異不大，Q 度與嚼勁都非常相近，地瓜球的表皮較酥脆，應是地瓜本身含水分較低所致；味道部分，南瓜 QQ 球之甜度較地瓜 QQ 球的低，官能品評人員較喜歡微甜的南瓜 QQ 球。

(二)在外觀方面:

官能品評小組得分一致，表示兩者無差異。

(三)在香氣部份:

官能品評小組一致認為南瓜氣味太重了，聞起來的香氣不如地瓜 QQ 球，小組討論並詢問專業老師後，將南瓜比例減少 10%，20%進行調整再以實驗找出的香氣接受度

<南>金東箭-以南瓜製作 QQ 球之探討

更高的配方。

#### 肆、引註資料

大都會文化編輯部(2008)。把健康吃進肚子。台北：大都會文化。

江麗珠(2013)。100 道蔬菜湯。台北：楊桃文化。

劉仁華(2014)。200 道元氣蔬菜湯。台北：楊桃文化。

南瓜料理百百種，怎麼料理最合適。2018 年 04 月 26 號  
<https://www.fooding.com.tw/article-content.php?aid=101251>

維基百科。2019 年 10 月 27 號。

<https://zh.m.wikipedia.org/zh-tw/%E5%8D%97%E7%93%9C>