

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

暖心芝士塔，不可絲溢

作者：

許惠棋。私立樹德家商。高三 14 班

劉宜玟。私立樹德家商。高三 14 班

林姿吟。私立樹德家商。高三 14 班

指導老師：

毛德馨老師

## 壹、前言

### 一、研究動機

蛋塔我們從小吃到大的甜點，在市面上蛋塔口味百百種且大部分都是甜的蛋塔，很少看到有蛋塔做鹹的口味，我們想嘗試看看把鹹香又營養的起司包到蛋塔裡，因此我們在種類有很多的起司中選擇口味偏鹹的三種起司，創新蛋塔的內餡，我們選用了切達起司、馬茲瑞拉、酪乳起司片當作內餡，創作出不同種類的起司蛋塔。

### 二、研究目的

- (一)研究三種起司加入蛋塔的「口味」差異
- (二)研究三種起司加入蛋塔的「外觀」差異
- (三)研究三種起司加入蛋塔的「香氣」差異

### 三、研究流程



圖一、研究流程圖(資料來源：研究者自行整理)

### 四、研究方法

- (一)文獻探討法：小組成員透過書籍、期刊、網路資料、新聞報導等文獻蒐集，了解分析製作起司蛋塔的相關資訊。
- (二)問卷調查法：透過問卷調查了解受試者對「三種起司加入蛋塔」的接受度以及喜好程度，並將結果彙整成統計圖表加以說明與分析。

## 貳、正文

### 一、起司產品的介紹

- (一)切達起司：「原產自英國的西南部的切達村，是英國最常見的起司之一。切達起司質地平滑，相當硬，起司肉是金黃色，有一種輕微的鹹味。」(維基百科，2019)
- (二)馬茲瑞拉：「正統是用水牛的牛奶做的，並不是一般的乳牛奶。水牛奶脂肪高，含量約 40%，考慮到健康，也出現低脂的水牛奶。」(愛料理，2016)
- (三)酪乳起司片：「最早起源於美索不達米亞，當地人保存奶製品的方法，後來沿著地中海傳到西方。法國的起司有「1 村莊 1 起司」的說法。」(世界高級品，2019)

### 二、起司的探討

- (一) 起司的營養價值：起司在生活中是很常見的美食，不論是早餐三明治、漢堡等西式餐點中，都經常搭配食用，起司又稱為乾酪，是牛奶的發酵製品，「乾酪中的牛奶含豐富蛋白質為酪蛋白，礦物質含很高的鈣、鋅且乾酪有豐富維生素的 A 與 B2 因此乾酪易消化吸收。(黃韶顏，1989)」
- (二) 起司的由來：「中世紀，宗教主掌人民的生活，按規定在齋戒期間不能吃肉，因此起司就成了營養與熱量的來源。(董孟修，2004)」

### 三、蛋塔的探討

- (一)蛋塔的歷史：「起源里斯本貝倫區的熱羅尼姆斯修道院，相傳修道院中的修女們發明的。至今世界各地都有不同版本的葡式蛋塔。(大紀元，2019)」

(二)蛋塔的相關產品

表一、蛋塔的相關產品

名稱	圖片	解說
香蕉蛋塔		「可以用征服那些口味挑剔的美食家們，成為在法國最受歡迎的點心。(金永模，2014)」
莓果巧克力 杏仁奶油塔		1. 取抹茶塔皮，桿平放置塔模內，底部加入杏仁奶油餡。 2. 烤 30~35 分，撒上可可粉及水果適量 麴酥菠蘿。(呂昇達，2017)

(資料來源：小組成員自行整理)

四、食譜研究

表二、食譜研究

	配方一	配方二	配方三
材料 百分比	鮮奶油 120cc 牛奶 120cc 砂糖 75g 蛋 2 顆 起司片	鮮奶油 120cc 牛奶 120cc 砂糖 75g 蛋 2 顆 馬茲瑞拉	鮮奶油 120cc 牛奶 120cc 砂糖 75g 蛋 2 顆 切達起司
分析	相同處		相異處
	鮮奶油 120cc、砂糖 75g  牛奶 120cc、蛋 2 顆		起司片、馬茲瑞拉、切達起司

(資料來源：小組成員自行整理)

暖心芝士塔，不可絲溢

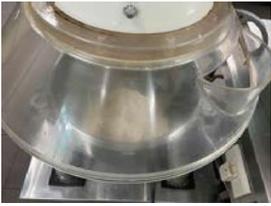
五、研究工具與製作流程

(一) 實驗器具與實驗材料

表三、實驗器具、材料表

實驗器具			
			
磅秤	擀麵棍	量杯	濾網
			
打蛋器	塑膠刮刀	鋼盆	蛋塔模
實驗材料			
			
蛋	切達起司	馬茲瑞拉	起司片
			
鮮奶油	牛奶	砂糖	高筋麵粉

暖心芝士塔，不可絲溢

			
酵母	有鹽奶油	奶粉	水
實驗流程			
			
1.加入水	2.加入蛋	3.加入糖	4.加入高筋麵粉
			
4.加入奶粉	5.加入酵母	6.用攪拌鋼打	7.加入奶油
			
8.麵糰發酵	9.分割麵團	10.桿成圓形	11.放入蛋塔模型中
			
12.放入起司片	12.放入馬茲瑞拉	12.放入切達起司	13.加入蛋

暖心芝士塔，不可絲溢

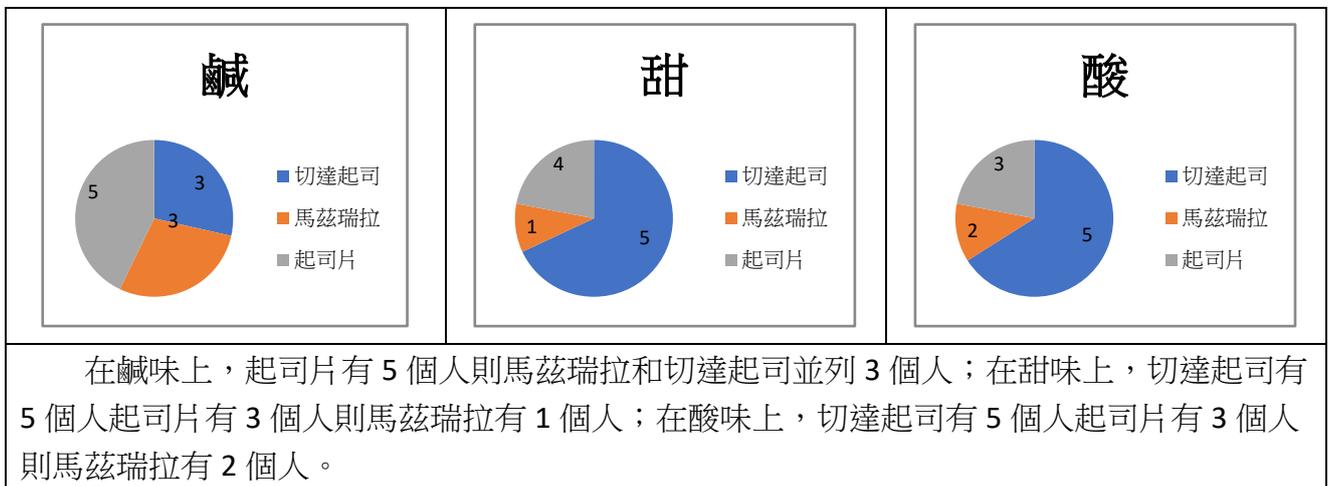
			
14.加入糖	15.加入鮮奶油	16.加入牛奶	17.過篩
			
18.蛋塔液完成	19.加入蛋塔液	20.烘焙	21.成品

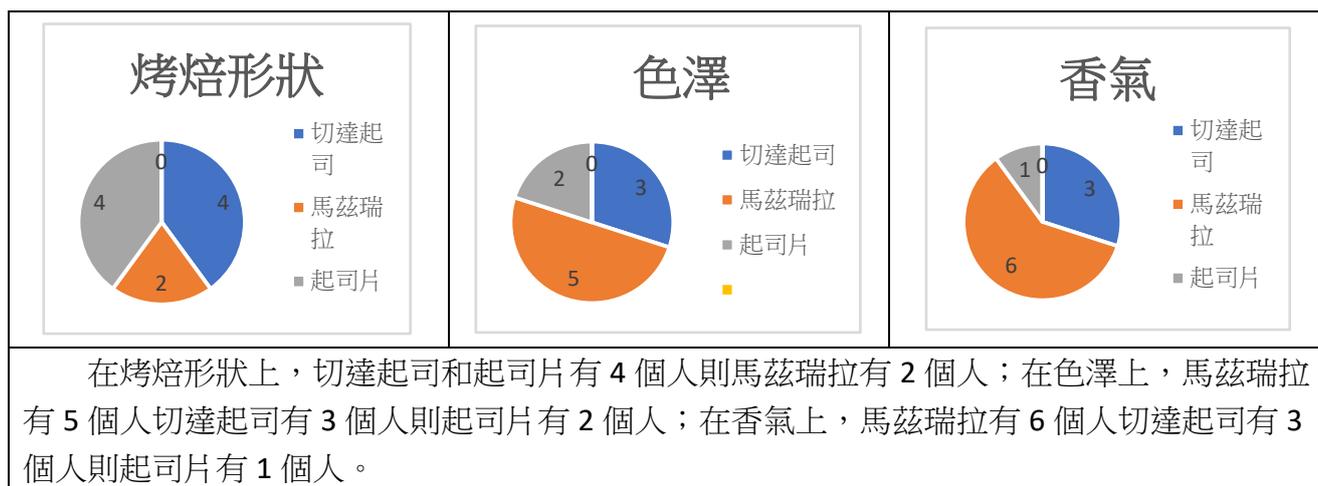
(資料來源：小組成員自行拍攝)

六、研究對象與問卷分析

本研究透過問卷調查，以樹德家商餐飲科學生做為調查對象，採不記名方式進行問卷發放，小組成員透過問卷調查後，所得之結果如下：

表四、統計分析表





(資料來源：小組成員自行統計)

## 參、結論

### 一、起司加入蛋塔在「口味」的喜愛程度差異

將三種起司加入蛋塔內餡之喜愛程度差異，在口味鹹度上比較結果發現，大多數的人比較喜歡起司片；馬茲瑞拉和切達起司並列第二；在口味甜度上比較結果發現，喜歡切達起司最多，第二是起司片，第三是馬茲瑞拉；在口味酸度上比較，大家比較喜歡切達起司，起司片次之馬茲瑞拉最少。

### 二、三種起司加入蛋塔在「外觀」的喜愛程度差異

將三種起司加入蛋塔外觀的喜愛程度差異，在烤焙形狀上比較結果發現，大多數的人比較喜歡切達起司和起司片；第二是馬茲瑞拉；在色澤上比較結果發現，喜歡馬茲瑞拉最多，第二是切達起司，第三是起司片。

### 三、三種起司加入蛋塔在「香氣」的喜愛程度差異

將三種起司加入蛋塔香氣的喜愛程度差異，在香氣上比較結果發現，大多數的人比較喜歡馬茲瑞拉；第二是切達起司，第三是起司片。

## 肆、引註資料

### 一、書籍資料

呂昇達(2017)。呂老師的甜點日記。新北:上優文化事業有限公司。

金永模(2014)。烘焙的原理。台北:不求人文化。

黃韶顏(1989)。食物製備。台北：藝軒圖書有限公司。

董孟修(2004)。起司。台北:楊桃文化。

### 二、網路資料

愛料理，2016年10月31日，取自 <https://blog.icook.tw/posts/98270>

維基百科，2019年12月23日，取自

[https://zh.m.wikipedia.org/zh-tw/%E8%BB%8A%E6%89%93%E8%8A%9D%E5%A3%AB?fbclid=IwAR0HZNup905xhUr6rp\\_OWlISER-JlZh1CAaNfdYd0TJN0k0EQRJaGYnOf-I](https://zh.m.wikipedia.org/zh-tw/%E8%BB%8A%E6%89%93%E8%8A%9D%E5%A3%AB?fbclid=IwAR0HZNup905xhUr6rp_OWlISER-JlZh1CAaNfdYd0TJN0k0EQRJaGYnOf-I)

世界高級品，2019年7月14日，取自 <https://www.luxurywatcher.com/zh-Hant/article/24110?fbclid=IwAR3sZLfILYvfoTs9P4s94gwjsS1EVaMzM6zegYhSabNd2GW9muk5ZanODLE>

大紀元，2019年11月14日，取自 <https://www.epochtimes.com/b5/19/11/14/n11655096.htm>