

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾

作者：

林易隆。私立樹德家商。三年 13 班
林家榛。私立樹德家商。三年 13 班
吳珮綺。私立樹德家商。三年 13 班

指導老師：

莊幸寓老師

壹、前言

一、研究背景

這次我們所使用的食材「檸檬」、



圖 1、檸檬



圖 2、蔓越莓



圖 3、咖啡粉

「蔓越莓」、「咖啡」，因為檸檬和

蔓越莓對人體有豐富的營養，所以我們把這兩項食材加入道這次軟餅乾裡面，這樣不只能增加軟餅乾的香氣之外還能補充更多的營養。「檸檬中「維生素 B1、B2、C 等多種營養成分，還含有豐富的有機酸、檸檬酸，是高度鹼性食品，具有很強的抗氧化作用。」（每日頭條，2016）蔓越莓中「能預防泌尿道感染、血糖控制、高幽門螺桿菌根除率、胃食道逆流、胃潰瘍、提高免疫力、膀胱炎、抗氧化。」（Health Blog 收錄所有營養保健知識，2021）咖啡中含有「現泡咖啡所含的水溶性膳食纖維比柳橙汁或紅酒還要高，震驚飲食界。」（韓懷宗，2008）

二、研究動機

透過我們在學校上飲料調製實作課時發現每次咖啡渣都一堆全部都丟掉，我們覺得這樣很浪費，所以想利用這些咖啡渣加入軟餅乾當中這樣還可以廢物利用。上飲調課時會用到很多的檸檬但基本上都是取原汁而皮都是丟掉的，所以我們就回收這些檸檬把皮刨下來加入軟餅乾當中並且檸檬是很酸的水果不好直接食用，所以加到餅乾當中就可以補充到檸檬的營養。蔓越莓是對人有很多的營養所以加入軟餅乾當中就能增加餅乾中的營養成份。

三、研究目的

- (一)研究咖啡渣檸檬軟餅乾和咖啡渣蔓越莓軟餅乾的「味道」喜好度。
- (二)研究咖啡渣檸檬軟餅乾和咖啡渣蔓越莓軟餅乾的「外觀」喜好度。
- (三)研究咖啡渣檸檬軟餅乾和咖啡渣蔓越莓軟餅乾的「香氣」喜好度。
- (四)研究咖啡渣檸檬軟餅乾和咖啡渣蔓越莓軟餅乾的「購買意願」喜好度。

四、研究流程



圖 4、研究流程圖（資料來源：研究者自行整理）

五、研究方法

- (一)文獻探討法：透過書籍、網路資料等文獻，藉此了咖啡渣的用處、檸檬的品種、蔓越莓的功效和製作的方法。
- (二)實驗觀察法：蒐集 3~5 本與檸檬、蔓越莓、軟餅乾和咖啡的相關的食譜，比較做法進行實驗，最後製成成品。
- (三)問卷調查法：透過問卷調查了解消費者對咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾的接受度及喜好程度，並將結果統計成圖表加以說明及分析。

六、文獻架構

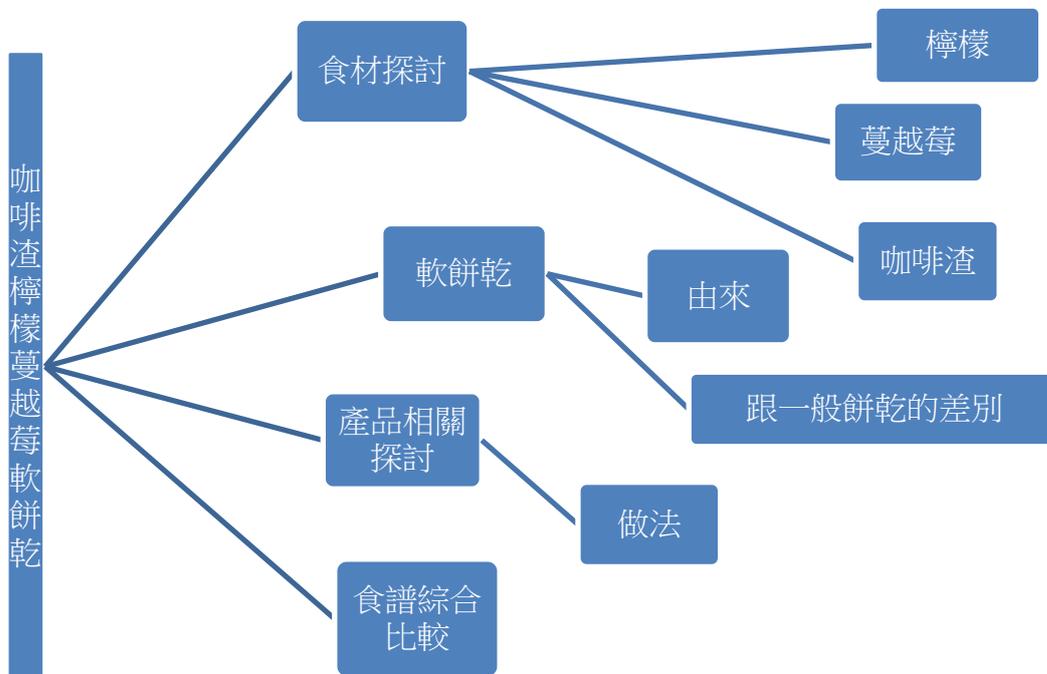


圖 5、文獻架構圖（資料來源：研究者自行整理）

貳、正文

一、檸檬

檸檬。「又稱「四季檸檬」，品種名優利卡(Eureka)。呈橢圓形，果皮粗厚，果皮上油胞較粗大，果肉淺黃色，有子。」(天天里仁，2018)萊姆。「又稱「無子檸檬」，品種大溪地(Tahiti)，呈圓形，果皮光滑且薄，果皮上油胞較細小，果肉為淺黃綠色。」(天天里仁，2018)「檸檬性平，生津止渴，但中醫認為檸檬味酸性斂，胃寒氣滯、胃潰傷、經痛，不宜飲用檸檬茶。」(薛聰賢，2001)

二、蔓越莓

「蔓越莓」含有濃縮型單寧酸，以協助尿道防止細菌的附著與感染，對於婦女常見的尿道感染預防有助益。」(健康醫療網，2016)蔓越莓又稱「鶴莓，是杜鵑花科越橘屬紅莓苔子亞屬的俗稱，主要生長在北半球的涼爽地帶酸性泥炭土壤中。」(菜飄谷，2018)

三、咖啡渣

「其中咖啡因、綠原酸及咖啡豆醇，可以對抗部份疾病的慢性發炎因數，推遲老化。」(今周刊，2019)「在藥用上，咖啡具有健胃、興奮神經、降低膽固醇、減肥功效，可作局部麻醉劑、利尿劑、止吐劑。」(薛聰賢，2001)

四、軟餅乾

「由荷蘭語：*koekje*來的，意為「細小的蛋糕」。在英式英語中主要用作分辨美式餅乾。」(維基百科，2021)吃起來得口感像蛋糕，不像一般的餅乾都是脆硬的。

酥性餅乾:「麵團調製過程中。形成較少的麵筋。麵團缺乏延伸性和彈性。具有良好的可塑性和黏緒性產品酥脆易碎。」(百度百科，2015)

韌性餅乾:「這種餅乾表面的花紋呈平面凹紋型，表面較光潔，鬆脆爽口，香味淡雅，產品主要作為點心食用。」(百度百科，2015)

發酵餅乾: 發酵餅乾其實就是蘇打餅乾

威化餅乾: 主要是以糯米粉製成，口感酥酥鬆鬆。

咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾

(一)製作咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾的主要材料

- 1.無鹽奶油（常溫）
- 2.回溫蛋
- 3.小蘇打粉
- 4.黑糖
- 5.麵粉
- 6.蔓越莓乾
- 7.檸檬皮
- 8.檸檬汁
- 9.咖啡渣

(二)製作理論與步驟

- 1.無鹽奶油和黑糖打成蓬鬆狀。奶油最好切成小塊或切散打，否則很難打。黑糖可以先過篩，免得很多顆粒。
- 2.將雞蛋分次打勻
- 3.加入檸檬皮、檸檬汁拌勻（加入蔓越莓）
- 4.加入過篩中筋麵粉切拌均勻。
- 5.用冰淇淋挖勺挖 7 球，放在鋪有烤盤墊的烤盤上，要有間隔，在烤的過程會塌避免黏在一起。
- 6.180 度烤 8-10 分鐘，烤到一半時上下層互換。檢查底部是否烤乾，烤乾即可拿出放涼食用。可以做 7 個。

五、咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾分析表

針對咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾分析，以利了解產品未來的市場可行性，如下圖：

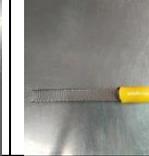
表 1、咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾 SWOT 表

優勢 Strength	劣勢 Weakness
1. 產品成本低製作方法簡單在家裡也能動手做。 2. 在餅乾中加入健康的食物讓餅乾更加營養。	1. 無添加防腐劑，不能久存。 2. 沒有工廠製備的技術和設備，無法大量的生產。 3. 初期缺乏足夠的銷售通路，提高知名度和增加購買機會
機會 Opportunity	威脅 Threat
1. 現今網路發達能利用 Facebook, Instagram 建立粉絲專頁增加產品的曝光率。 2. 試做完產品可藉由同學和老師間的試吃回饋，得到改良的空間。	1. 產品的製作方法簡單，容易模仿，競爭者會變多。 2. 市售相關產品眾多，初期要建立消費者信任感不易。

(資料來源:研究者自行整理)

六、研究工具、配方表及製作流程

表 2、研究工具

研究工具							
							
設備：烤箱 器具：鋼盆、篩網、橡皮刮刀、檸檬刨刀、冰淇淋杓、烤盤墊和烤盤、手持電動打蛋器							

咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾

表 3、檸檬軟餅乾配方表

名稱	烘焙百分比	公克
中粉	100	150
黑糖	33	50
咖啡渣	6	10
奶油	74	112
白糖	50	75
蛋	33	50
檸檬皮	10	15
檸檬原汁	20	30

表 4、蔓越莓軟餅乾配方表

名稱	烘焙百分比	公克
中粉	100	150
黑糖	33	50
咖啡渣	6	10
奶油	74	112
白糖	50	75
蛋	33	50
蔓越莓乾	53	80

表 5、軟餅乾製作流程

咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾的製作流程					
					
將奶油打軟至微打發	黑糖、白糖、咖啡粉加入打製均勻	將雞蛋分次打勻	加入檸檬皮、檸檬汁拌勻 (加入蔓越莓)		
					
加入過篩中筋麵粉切拌均勻		用冰淇淋挖勺挖麵糊 放在鋪有烤盤墊的烤盤上，要有間隔。		成品	

(資料來源:研究者自行整理)

七、研究對象與問卷分析

試做完產品分別由 20 位同學進行試吃，結果如下：

表 6、咖啡渣檸檬軟餅乾小組品評統整

滿意度 選項	非常喜歡	喜歡	普通	不喜歡	非常不喜歡
味道	4	6	7	3	0
外觀	3	10	3	3	1
香氣	4	8	5	3	0
購買意願	7	4	6	1	2
統整分析					
味道			外觀		
<p>味道</p> <p>非常不 喜歡 0%</p> <p>非常喜 歡 20%</p> <p>不喜 歡 15%</p> <p>普通 35%</p> <p>喜 歡 30%</p>			<p>外觀</p> <p>非常不喜 歡 5%</p> <p>不喜 歡 15%</p> <p>普通 15%</p> <p>喜 歡 50%</p> <p>非常喜 歡 15%</p>		
香氣			購買意願		
<p>香氣</p> <p>非常不喜 歡 0%</p> <p>非常喜 歡 20%</p> <p>不喜 歡 15%</p> <p>普通 25%</p> <p>喜 歡 40%</p>			<p>購買意願</p> <p>非常不喜 歡 10%</p> <p>不喜 歡 5%</p> <p>普通 30%</p> <p>喜 歡 20%</p> <p>非常喜 歡 35%</p>		

咖啡渣檸檬蔓越莓軟餅乾

表 7、咖啡渣蔓越莓軟餅乾小組品評統整

滿意度 選項	非常喜歡	喜歡	普通	不喜歡	非常不喜歡
味道	5	8	3	2	2
外觀	4	7	7	1	1
香氣	6	6	3	3	2
購買意願	6	7	4	1	2
統整分析					
味道			外觀		
<p>味道</p> <p>非常喜歡 25%</p> <p>喜歡 40%</p> <p>普通 15%</p> <p>不喜歡 10%</p> <p>非常不喜歡 10%</p>			<p>外觀</p> <p>非常喜歡 20%</p> <p>喜歡 35%</p> <p>普通 35%</p> <p>不喜歡 5%</p> <p>非常不喜歡 5%</p>		
香氣			購買意願		
<p>香氣</p> <p>非常喜歡 30%</p> <p>喜歡 30%</p> <p>普通 15%</p> <p>不喜歡 15%</p> <p>非常不喜歡 10%</p>			<p>購買意願</p> <p>非常喜歡 30%</p> <p>喜歡 35%</p> <p>普通 20%</p> <p>不喜歡 5%</p> <p>非常不喜歡 10%</p>		

參、結論

一、結果

- 1.本研究是以十八位學生加兩位導師進行小組品評實驗，而此產品因為時間關係所以只試做一次。
- 2.在檸檬軟餅乾當中有加入檸檬皮和檸檬原汁，所以味道部分較多人喜歡，但蔓越莓軟餅乾當中只有蔓越莓乾所以味道就比較不足。
- 3.在外觀的部分不太吸引人。

二、討論

- 1.下次實作在蔓越莓軟餅乾當中加入蔓越莓原汁。
- 2.可以在檸檬口味烤之前灑上一點檸檬皮增加美感。

肆、引註資料

一、書籍資料

韓懷宗(2008)。咖啡學秘史、精品豆與烘焙入門。台北市：時周文化事業股份有限公司。
薛聰賢(2001)。台灣蔬果食用百科 3。台中市：興台彩色印刷股份有限公司

二、網路資料

每日頭條

<https://kknews.cc/health/2a635qr.html>

Health Blog 收錄所有營養保健知識

<http://blog.vitabox.com.tw/2019/10/cranberry-efficacy-recommend/>

天天里仁

https://www.leezen.com.tw/article_organic.php?id=648

健康醫療網

<https://www.healthnews.com.tw/blog/article/30724/>

菜飄谷

<https://www.caipiaogu.com/view/5b3637a811490255f953faeb.html>

今周刊

<https://www.businesstoday.com.tw/article/category/154768/post/201906110011/>

維基百科

<https://zh.wikipedia.org/wiki/>

百度百科

<https://baike.baidu.com/item/%E9%85%A5%E6%80%A7%E9%A5%BC%E5%B9%B2>

百度百科

<https://baike.baidu.com/item/%E9%9F%A7%E6%80%A7%E9%A5%BC%E5%B9%B2/419821?fr=aladdin>