

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

添加金針對藍帶雞排之影響

作者：

彭雪柔。國立玉里高中。綜合科三年愛班
林倩筠。國立玉里高中。綜合科三年愛班
羅 婷。國立玉里高中。綜合科三年愛班

指導老師：

許育菁 老師

壹●前言

一、研究動機

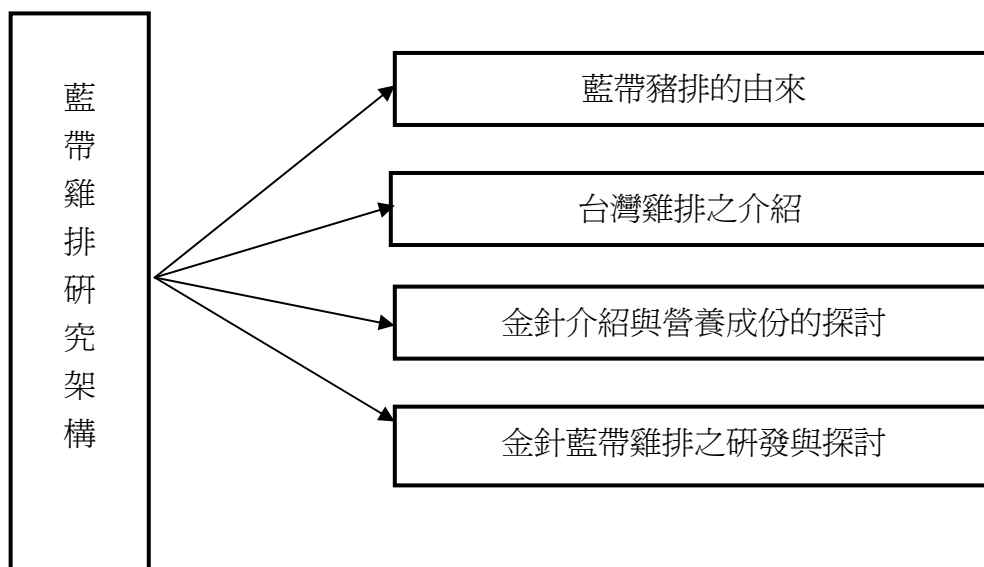
由於到了金針盛產的季節，許多觀光客紛紛前往一探究竟，觀看美麗的金針花海或品嚐美味的金針料理，而現代人對料理講求特色及變化，就像夜市雞排仿造法國藍帶豬排的作法，所以我們想將起司及火腿包進雞排內之後再做一些變化，因為起司、火腿及雞肉都是高蛋白質的食物，我們想加入一些纖維含量較高的食材，讓雞排的營養更均衡，使雞排美食不僅可口也更營養。而花蓮的農特產品之一就是金針，乾燥金針不僅纖維含量高，且含有其他的維生素與礦物質，對人體又有潤肺安心的功效，所以我們想把金針融入藍帶雞排中做研究。

二、研究目的

- 1.藍帶豬排、雞排的認識。
- 2.金針的介紹。
- 3.藍帶雞排及金針藍帶雞排之研究製作。
- 4.金針藍帶雞排的口感、香氣、脆度的探討。

貳●正文

一、研究架構



二、藍帶豬排的由來

藍帶豬排是由一位任教於「藍帶，法國廚藝的最高學校」的教授所發明的，所以就將此種作法的豬排稱為藍帶豬排，藍帶豬排的作法是將豬里肌肉包入起司及火腿，將包好的豬排先均勻沾上一層麵粉，後均勻裹上蛋液再裹上麵包粉並稍微壓緊一下，再下油鍋油炸，使外皮炸成金黃色而且酥脆狀，是一道很有名的西餐料理。

三、台灣雞排的介紹

繼珍珠奶茶之後，台灣下一個具備潛力進軍國際的美食是什麼呢？根據TVBS 做出「台灣雞排」 專題報導，探訪出驚人的雞排銷售量，報導表示台灣有賣雞排的店家就超過有 2 萬家，平均一年就可以賣出 7 億片雞排，這波雞排商機就可高達 300 億以上，更因此有小吃補習班特別加開炸雞排課程。藍帶雞排的做法是將雞胸肉內包著起司及火腿，再依藍帶豬排裹粉方式裹粉，之後再入油鍋炸至金黃色，市面上又有人稱他為醬爆雞排。

四、金針的介紹

金針，英文名為 daylily，又可稱為萱草、宜男草、黃花菜，為百合科，為多年生作物。金針原產地於台灣，其花可供於觀賞之外，乾燥之成品即為金針菜乾，其味甘鮮，深受國人喜好。根莖亦是中藥常用消腫、退火之藥材，全株每個部位均有利用價值，為一種珍貴且多用途的園藝作物。

金針菜是食用花蕾的一種美味的蔬菜，並為調理營養保健佳餚的上等食材，因此被列為山產中的女王。花蓮縣玉里鎮赤科山和富里鄉六十石山位於海拔八百公尺左右，常年晨昏雲霧瀰漫、水質與空氣清新，生產的金針菜品質風味特佳。同時為確保消費者之健康，乾製品的加工法，採用合乎國家標準之安全處理法，於曬乾過程中以天然陽光照射，且不添加任何色素。

表 2-1 金針營養成分表

熱量 (Ccal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	醣類 (g)	維生素				礦物質		
				A(IU)	B1(mg)	B2(mg)	菸鹼酸 (mg)	鈣 (mg)	磷 (mg)	鐵 (mg)
254	8.5	2.5	59.5	7000	0.16	0.71	0.80	340	208	14

五、研究方法

(一)以基本配方即配 A 做出範本，之後改變基本配方加入金針成配方 B，將兩種產品做比較，實際品嚐兩種產品後比較兩者「外觀」、「口感」、「香氣」的差異，為使試吃便於進行試吃，本組將成品製作成一口之大小。

(二)材料

配方 A：

雞胸肉 一塊
起司 2片
火腿 2片
雞蛋 1個
麵粉 少許
麵包屑 少許
鹽、胡椒粉 適量

配方 B：

雞胸肉 一塊
乾燥泡發金針 適量
起司 2片
火腿 2片
雞蛋 1個
麵粉 少許
麵包屑 少許
鹽、胡椒粉 適量

(三)製作方法

	
1.準備材料。	2.將雞胸肉切薄片，然後用肉鎚輕輕敲打，使肉片變薄變大，敲打的時候可墊上保鮮膜。

添加金針對藍帶雞排之影響

	
<p>3.將切好薄片的雞胸肉，加入少許的鹽和胡椒粉醃一會兒。</p>	<p>4.趁醃的時間準備麵粉、麵包屑以及蛋液。</p>
	
<p>5.將肉片鋪平，依序鋪上起司、金針(有/無)、乳酪條、火腿。</p>	<p>6.將包好的金針(有/無)藍帶雞排沾上一層麵粉。</p>
	
<p>7. 再裹上一層蛋液。</p>	<p>8. 最後再沾一層麵包屑。</p>

添加金針對藍帶雞排之影響

	
<p>9. 之後入油鍋炸，油溫不可太高，小火即可，炸至兩面金黃，炸的時間不宜過長。</p>	<p>10. 成品出爐～金針(有/無)藍帶雞排。</p>

(四)問卷調查:

本專題之問卷共設計八個問題項，請依自己的實際狀況及感受、喜好做勾選，敘述如下：

題 目	選 項		
1. 請問您的性別是：	<input type="checkbox"/> 男生	<input type="checkbox"/> 女生	
2. 請問您的年齡是：	<input type="checkbox"/> 15~20 歲	<input type="checkbox"/> 21~30 歲	<input type="checkbox"/> 30 歲以上
3. 請問您吃過市面上所販售的藍帶雞排嗎?	<input type="checkbox"/> 有	<input type="checkbox"/> 沒有	
4. 請問您覺得的藍帶雞排品嚐後的口感如何?	<input type="checkbox"/> 好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 差
5. 請問您覺得金針藍帶雞排的口感如何?	<input type="checkbox"/> 好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 差
6. 請問您覺得金針加入藍帶雞排的香氣如何?	<input type="checkbox"/> 好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 差
7. 請問您覺得金針藍帶雞排的脆度如何?	<input type="checkbox"/> 好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 差
8. 如果金針藍帶雞排在市面上販售您會有購買的意願嗎?	<input type="checkbox"/> 會	<input type="checkbox"/> 不會	

添加金針對藍帶雞排之影響

六、問卷統計

表 2-2 藍帶雞排與金針藍帶雞排口感統計分析表

題目		15~20 歲男生 (7 人)		15~20 歲女生 (7 人)		21~30 歲男生 (2 人)		21~30 歲女生 (2 人)		30 歲以上男生 (7 人)		30 歲以上女生 (5 人)	
		人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
藍帶雞排 口感接受度	好	3	43%	4	57%	1	50%	2	100%	6	86%	5	100%
	普通	3	43%	3	43%	1	50%	0	0%	1	14%	0	0%
	差	1	14%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
金針藍帶 雞排口感 接受度	好	2	29%	4	57%	0	0%	2	100%	5	71%	4	80%
	普通	5	71%	3	43%	2	100%	0	0%	2	29%	1	20%
	差	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
金針藍帶 雞排香氣 度	好	4	57%	4	57%	0	0%	1	50%	5	71%	3	60%
	普通	3	43%	3	43%	2	100%	1	50%	2	29%	2	40%
	差	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
金針藍帶 雞排脆度 口感	好	5	71%	5	71%	1	50%	1	50%	5	71%	3	60%
	普通	2	29%	2	29%	1	50%	1	50%	2	29%	2	40%
	差	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
金針藍帶雞 排購買意願	會	5	71%	4	57%	1	50%	2	100%	6	86%	3	60%
	不會	2	29%	3	43%	1	50%	0	0%	1	14%	2	40%

參●結論

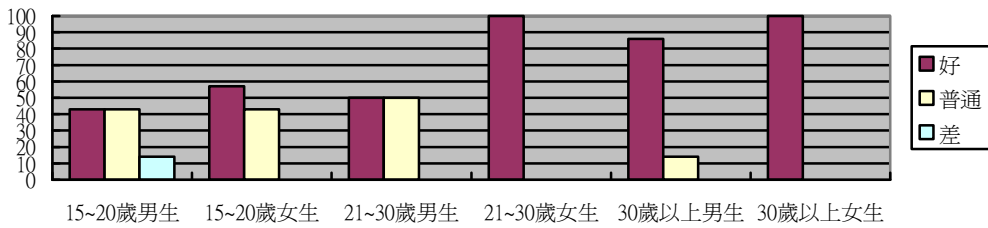


圖 4-1 藍帶雞排口感接受統計圖

根據此統計圖顯示，15~20 歲男生對於藍帶雞排口感的感受度覺得好與普通一樣多，而差的則佔 14%。15~20 歲女生覺得藍帶雞排好的佔 57%，普通佔 43%；所以 15~20 歲男女生，對於藍帶雞排的口感大都可接受。21~30 歲男生覺得藍帶雞排的口感好的與普通的都各佔 50%。而 21~30 歲女生 100% 都覺得藍帶雞排的口感好。整體來看，21~30 歲男女生對藍帶雞排口感接受度頗高。而 30 歲以上男生，評價為好的佔 86%，普通佔 14%。30 歲以上女生，對於藍帶雞排口感接受度評價一致認為好；30 歲以上男女生對於一般的藍帶雞排口感都相當喜愛。

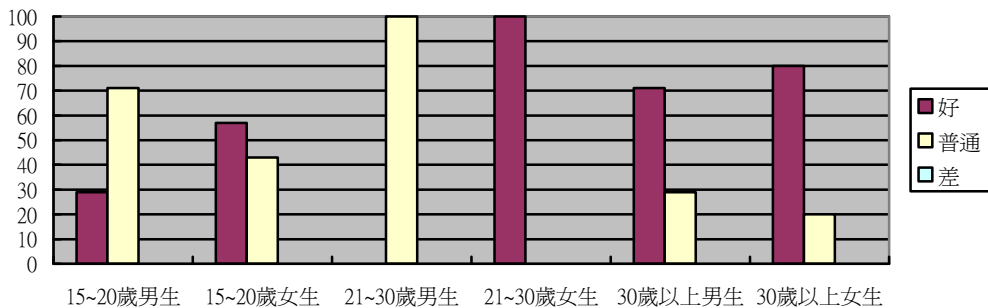


圖 4-2 金針藍帶雞排口感接受統計圖

根據此統計圖顯示，15~20 歲男生對添加了金針的藍帶雞排口感評價為好的佔 29%，普通的佔 71%。15~20 歲女生對添加了金針的藍帶雞排評價為好的佔 57%，而普通的則佔 43%。21~30 歲男生對金針藍帶雞排口感評價皆認為為普通。而 21~30 歲女生對於金針藍帶雞排評價則皆為好。30 歲以上男生對於金針藍帶雞排，好的佔 71%，普通的佔 29%。30 歲以上女生對金針藍帶雞排評價為好的佔 80%，普通的則為 20%。整體來看，對於添加了金針的藍帶雞排品評統計，15~20 歲男女生大部份覺得金針藍帶雞排的口感普通，21~30 歲男生平均為普通，21~30 歲女生則覺得口感好，而 30 歲以上男女生

添加金針對藍帶雞排之影響

大部份對金針藍帶雞排的口感接受度頗高。

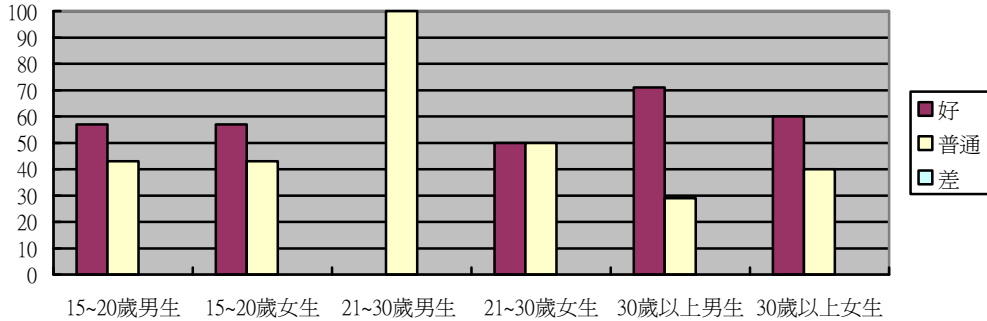


圖 4-3 金針藍帶雞排香氣度統計圖

根據此統計圖顯示，對於金針藍帶雞排的香氣度，15~20 歲男生與女生評價認為好的佔 57%，普通的佔 43%。而 21~30 歲男生對金針藍帶雞排的香氣評價皆為普通。21~30 歲女生對金針藍帶雞排香氣評價為好的與普通的比例相等。30 歲以上男生對金針藍帶雞排香氣評價為好的佔 71%，普通的佔 29%。而 30 歲以上女生對金針藍帶雞排香氣評價為好的佔 60%，普通的則為 40%。在添加金針於藍帶雞排的香氣度統計上，15~20 歲男女生略認為香氣度好，而 21~30 歲男女生對添加金針的藍帶雞排之香氣，大都覺得普通，30 歲以上男女生對金針來帶雞排的香氣接受度都略高，表示各不同年齡層對金針藍帶雞排的香氣度皆有不同看法。

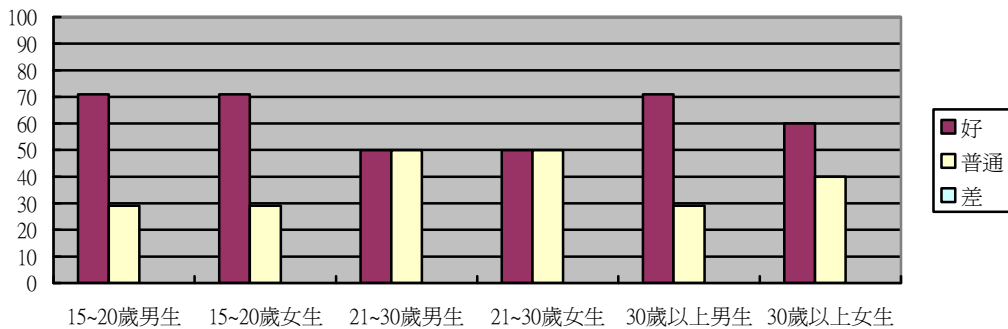


圖 4-4 金針藍帶雞排脆度口感統計圖

根據此統計圖顯示，在金針藍帶雞排的脆度口感方面，15~20 歲男生與女生評價為好的皆佔 71%，普通的則佔 29%。21~30 歲男女生對金針藍帶雞排的脆度口感評價為好的與普通的比例各佔 50%。而 30 歲以上男生，對脆度口感評價為好的佔 71%，普通的為 29%。30 歲以上女生對金針藍帶雞排的脆度口感評價為好的佔 60%，普通的為 40%。整體來看，對於金針藍帶雞排的

添加金針對藍帶雞排之影響

脆度口感，大部分的受訪者皆認為好。

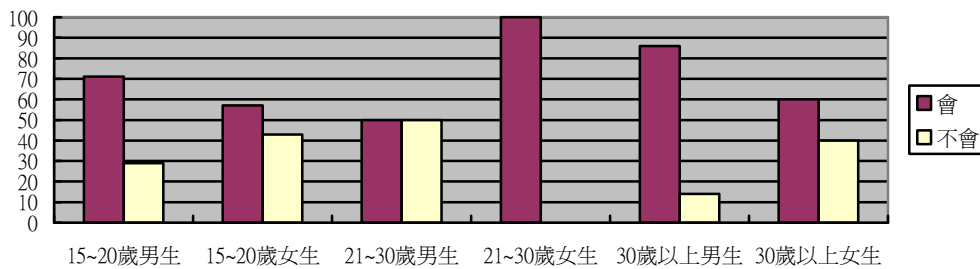


圖 4-5 金針藍帶雞排購買意願統計圖

根據購買意願之調查統計圖顯示，15~20 歲男生，有購買意願佔 71%，不會想購買佔 29%。15~20 歲女生有購買意願佔 57%，沒有購買意願者則佔 43%。21~30 歲男生有與沒有購買意願者皆佔 50%。而 21~30 歲女生皆為一致性有購買之意願。30 歲以上男生有購買意願佔 86%，沒有購買意願則佔 14%。30 歲以上女生有購買意願佔 60%，沒有購買意願佔 40%。整理來看，大部份的受訪者對金針藍帶雞排有購買意願。

肆●引註資料

1. 凱瑟琳·弗林，(2007)。巴黎藍帶廚藝學校日記。台北：馬可孛羅文化。
2. 郭玫蘭(1985)。家常豬肉食譜。台北：世茂出版社。
3. 劉碧珠·黃上鳳·柯淑偉，西餐烹調實習 II：全華圖書股份有限公司。
4. TVBS-台灣雞排讚(2011)。2011 年 9 月 29 日，取自：
http://www.tvbs.com.tw/news/news_list.asp?no=yehmin20110822192704
5. TVBS-許立帆(2011)。台灣雞排讚。2011 年 9 月 29 日，取自：
http://www.tvbs.com.tw/news/news_list.asp?no=sunkiss20110824192856
6. 食譜大全-藍帶豬排。2011 年 9 月 22 日，取自：
<http://food.tank.tw/article/%E8%A5%BF%E5%BC%8F%E6%96%99%E7%90%86/%E8%97%8D%E5%B8%B6%E8%B1%AC%E6%8E%92%E9%A3%9F%E8%AD%9C.htm>
7. 部落客(2005)。金針資料由來整理。2011 年 10 月 20 日，取自：
<http://www.hlyl.gov.tw/p030803.htm>
8. 食譜大全。2011 年 12 月 15 日，取自：<http://food.tank.tw/>

添加金針對藍帶雞排之影響

- 9.部落客(2007)。Seize the Moment-Life would find the way.-藍帶豬排的由來。2011年9月22日，取自：<http://bigim.pixnet.net/blog/post/10771639>
- 10.花蓮縣政府農業發展處-知卡宣森林公園。2011年9月29日，取自：<http://60stones.csd.org.tw/h6.html>
- 11.維基百科-萱草營養含量。2011年9月22日，取自：<http://zh.wikipedia.org/wiki/%E9%87%91%E9%87%9D>