

投稿類別:觀光餐旅類

篇名:

視覺與味覺的饗宴-擺盤藝術

作者:

陳子君。屏榮高中。餐飲三 5

楊鈺婷。屏榮高中。餐飲三 5

陳伊梵。屏榮高中。餐飲三 5

指導老師：

何淑真老師

## 壹、前言

### 一、研究動機

由於學校舉辦的成果展，餐飲科的學生要拿出在校所學融合創意作出一道道賞心悅目的料理。因為在學校裡對「擺盤」並無太大的教學，所以藉由這次的機會，我們想深入瞭解「擺盤」對一道料理的重要性，我們使用成果展的食材「鴨肉」料理來進行探討。

根據網路消息及書中資訊讓我們得知「鴨肉」含有豐富的營養成分。透過實作的過程中，我們發現要將「鴨肉」烹調成一道美味的料理並不簡單，因為『鴨肉』本身含有一種特殊的味道，若處理不當會造成味道不佳；此外，「鴨肉」是屬於紅肉的一種，過熟會造成口感不佳，太生又會有血腥的味道，因此在火候的控制就非常重要。

然而一道美味的料理需仰賴菜色及擺盤的搭配才能呈現整體的色、香、味。大概是僅次於味道的重要關鍵，一個亮眼藝術的擺盤能帶給人們食慾，現在人們除了在「味覺」上越來越重視外，而對「視覺」更是有極高的追求。為了讓料理同時兼具味覺與視覺的感受，擺盤就是不容小覷的關鍵，因此本主題要探討擺盤對一道料理的影響，並同時探討擺盤基本的準則及不同食器間搭配的視覺效果有何差別。

### 二、研究目的

- (一)瞭解擺盤基本的要素
- (二)瞭解擺盤對一道料理的影響
- (三)探討不同食器與料理搭配出來的觀感

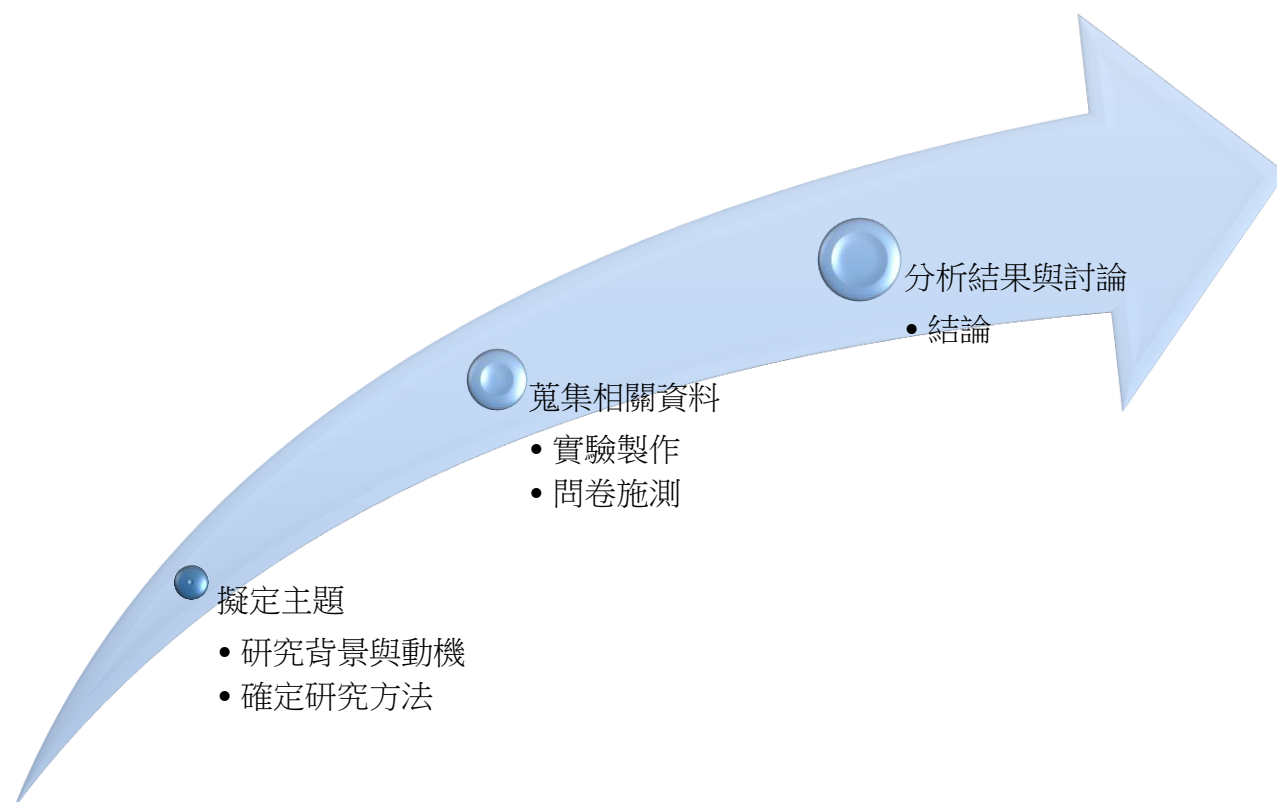
### 三、研究方法

這次研究我們採用「實驗研究法」及「問卷調查法」進行研究。首先先對我們的鴨肉料理進行不同的擺盤及不同的食器搭配，再從進行實作實驗並以問卷調查討論出擺盤對一道料理是否有影響。

### 四、研究範圍與對象

- (一)研究範圍:由於學校成果展有指定食材，故我們僅以鴨肉做我們的研究。
- (二)研究對象:本研究是利用在校實習課期間進行實驗，故施測對象為本班指導老師及本班同學，共計 45 人。

## 五、研究流程



## 貳、正文

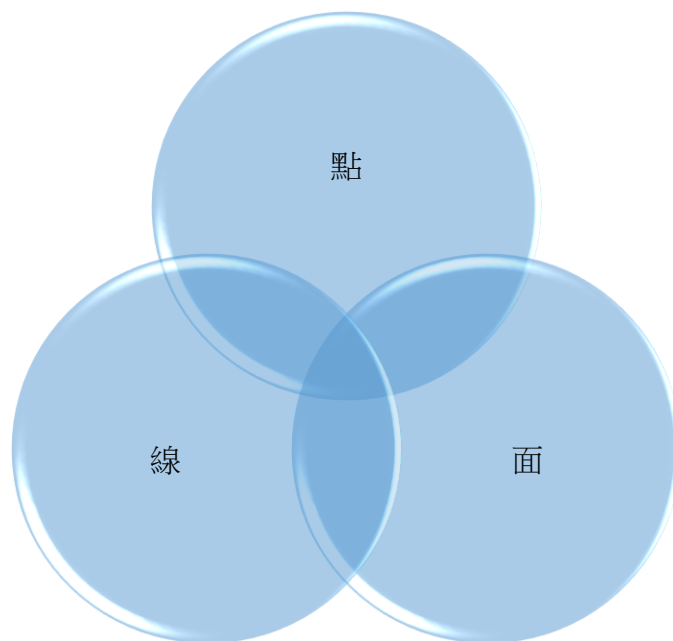
### 一、認識料理擺盤

因應著時代的變遷，人們對料理的味覺甚至是視覺的要求越來越高，因此廚師不得不化身成藝術家。一道料理的擺盤對廚師是一大考驗，擺盤考驗的不只是廚師對食材的瞭解，更不是將所有食材放進盤內即可，還必須考慮食材之間是否會有衝突，更考驗著一位廚師所具備的藝術美感。

### 二、擺盤的深奧

『擺盤的好壞是料理給人的第一印象，會直接影響到食用者的心情與食慾。』(ETtoday 新聞雲，2018)由此可知，現代人對一道料理的要求多有高，而料理擺盤呈現出來的就是一位廚師所擁有的創意。「**創意，並不是靜態的名詞，更像是不斷在改變的動詞，每一分鐘在變化的人、事、物，都是創作的靈感!**」(江振誠，2013)然而，眼前所看到動人心弦的擺盤，或許對食用者來說只單單是料理，但是擺盤的背後究竟花了一位廚師多少的心思，多少的靈感，才能呈現出那一道擺盤呢?

### 三、擺盤的基本要素



圖一、(圖由本組自行統整)

#### (一) 點(圖二):

「點在構成中具有集中、吸引視線的功能。」(306doc 個人圖書館, 2016)

「點的連續會產生線的感覺, 點的集合會產生面的感覺, 點的大小也會產生深度與層次感, 幾個點會有虛面的效果。」(GreatDaily, 2016)



圖二、擺盤基本的要素-點

(圖片來源:鄭州歐米奇西點西餐學院官網)

#### (二) 線(圖三):

「線的粗細可產生遠近關係, 垂直線有莊重、上升之感; 水平線有靜止、安寧之感; 斜線有運動、速度之感, 」而曲線則是有自由流動、柔美之感。(每日頭條, 2018)



圖三、擺盤的基本要素-線

(圖片來源:閃文聯盟)

(三) 面(圖四):

「面分兩大類:一是實面，一是虛面。實面指有明確形狀能實在看到；虛面指不真實存在但能被我們感覺，由點、線密集機動而成。」(雪花新聞，2018)

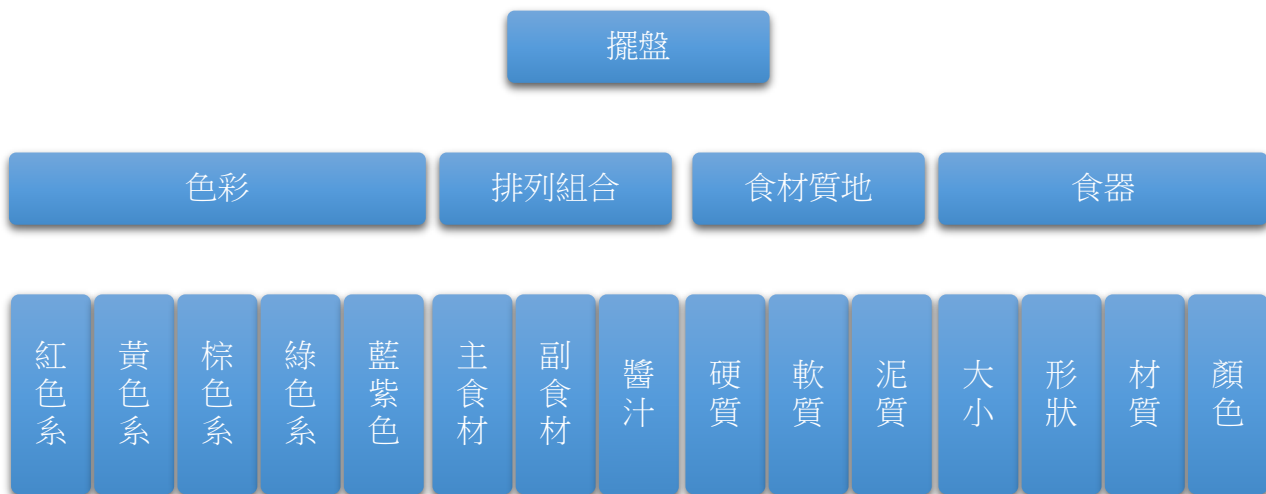


圖四、擺盤的基本要素-面

(圖片來源: 鄭州歐米奇西點西餐學院官網)

四、擺盤對一道料理的影響

表一、(資料由本組自行統整)



「視覺先行，用「眼」吃飯，在這個 Instagram 的年代，我們則是讓「手機」先行。」(Michelin Guide, 2018)現在的人為了在自己的交友圈留下足跡，開始追尋具藝術擺盤料理的饕客加劇，「gastronomy 領導權威 Charles Spence，透過實驗證實，料理呈現方式能影響大腦對食物所產生的美味感，尤其是食物擺盤方式和餐具質感。」(愛料理，2017)

五、實作不同食器的料理搭配出來的觀感

由上述參考資料顯示，構成一道擺盤的關鍵元素非常多，我們這次將針對「食器」這一元素進行實驗，我們實驗的重點部分為食器(表一)的大小及形狀做研究。

我們料理「脆皮鴨胸、馬鈴薯泥、藍莓糖醋醬」並搭配不同的食器來進行我們的實驗。食譜如下:

視覺與味覺的饗宴-擺盤藝術  
表二、(資料由本組自行統整)

料理名稱	脆皮鴨胸	馬鈴薯泥	藍莓糖醋醬	配料
食材及調味料	鴨胸 1 片 百里香些許 奶油適量 胡椒粒些許 鹽少許	馬鈴薯 1 顆 奶油兩小片 鮮奶 1/2 碗 鹽少許	藍莓適量 烏醋 1 湯匙 番茄醬 1 湯匙 砂糖 1 湯匙 水適量	蒜苗 1 根 蘑菇些許 豌豆嬰些許 食用花少量 橄欖油少量

我們將料理出來的成品首先進行不同大小食器的擺盤，我們使用常見的 10 吋和 8 吋兩種大小進行實驗。如下：

(一)



(二)



我們再針對不同的食器做了不同的擺盤。如下:

(三)

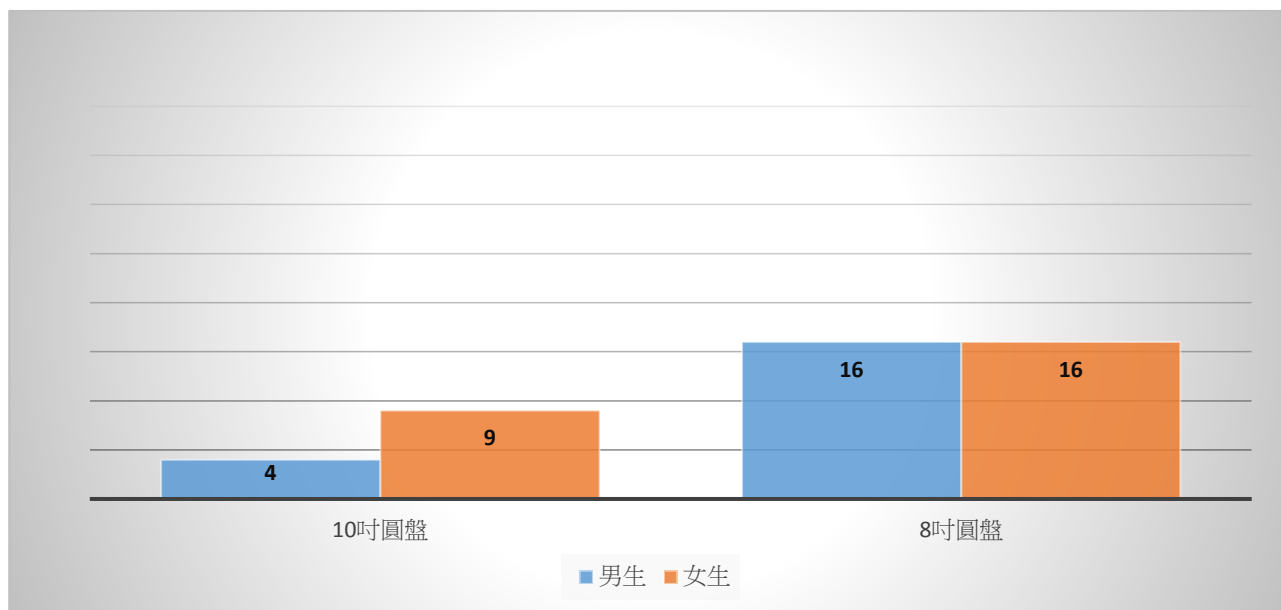


(資料來源:研究者自行製作)

## 六、問卷調查

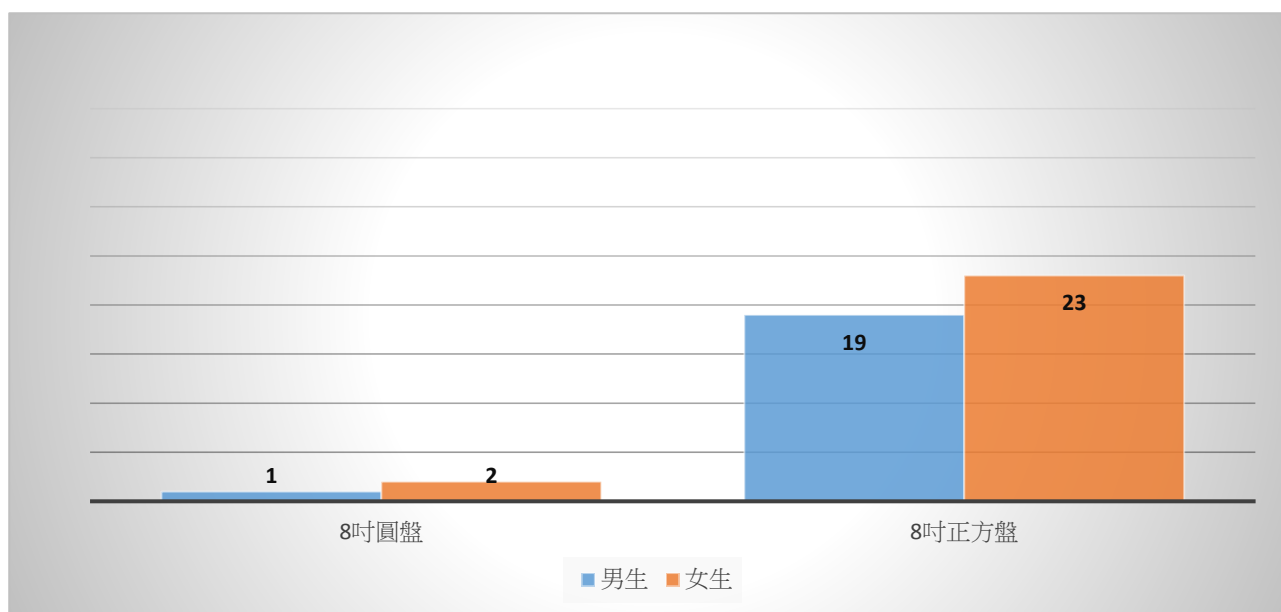
我們藉由學校的成果展誘發我們更深入了解食器尺寸及食器形狀彼此間的重要性，根據發放的問卷調查後的結果如下:

(一)10 吋圓盤和 8 吋圓盤的擺盤，您比較喜歡哪一個?



圖四、比較不同大小且相同形狀的食器擺盤「食用」的意願

(二)8 吋圓盤和 8 吋正方盤的擺盤，您比較喜歡哪一個？



圖五、比較相同大小且不同形狀的食器擺盤「食用」的意願

## 七、研究結果與討論

「美食心理學發現，增強食物和盤子的視覺對比，可使老年阿茲海默症患者增加進食量，盤子大小會影響你的進食行為。」(50pluscwgv.gov, 2018)



由問卷調查分析的結果得知，10吋圓盤的擺盤方式對於「食用」者的意願較低佔29%，而8吋圓盤的擺盤方式對「食用」者的意願較高佔71%，亦即不管男生或是女生都較喜歡8吋圓盤的擺盤方式，認為8吋圓盤可以增加食用者的「食用」意願。

然而，再次進行8吋圓盤及8吋方盤的擺盤方式進行問卷分析得知，8吋圓盤的擺盤方式對「食用」者的意願較低佔6%，而8吋方盤的擺盤方式對「食用」者的意願較高佔94%，亦即我們能很明顯的看出食器的大小不只對料理具有很大的影響，其中食器的形狀更是影響食用者的「食用」意願。

## 參、結論

根據以上資料我們提出了三種問題：

### (一) 擺盤會影響食用人的視覺觀感？

答案是「會」的，根據我們實際的擺盤及問卷調查的結果，我們發現圓盤在擺盤食看為單調，且較不會引發食用者的「食用」意願；反之，在方盤上的擺設看微有特色，且較易引發食用者的「食用」意願。

### (二) 擺盤會影響食用人的用餐食慾？

答案是「會」的，因為人們對視覺是非常重視的，對於亮麗的事物特別上心，自然對於漂亮的擺盤具有吸引力，也會提升食欲，故一道精美的擺盤不只能吸引人的目光，更能增加料理對食用者的「食用」意願。

### (三) 擺盤與食器的搭配會影響食用人的食用意願？

答案是「會」的，就如上面所述，精緻的擺盤或漂亮的食器，透過料理人針對食器的尺寸、形狀一番思考後呈現出的亮麗擺盤，能大幅提升食用者的「食用」意願。

## 肆、引註資料

1.江振誠(2013)。初心。臺北市:平安文化。

2.查爾斯·史賓斯。美味的科學：從擺盤、食器到用餐情境的飲食新科學。商周出版。

3.雪花新聞。2018年10月3日，取自

<https://www.xuehua.us/2018/10/03/%E8%A5%BF-%E9%A4%90-%E6%91%86-%E7%9B%98-%E4%B8%89-%E8%A6%81-%E7%B4%A0/>

4.Michelin Guide。2018年9月18日，取自

<https://guide.michelin.com/tw/taipei/features/how-chefs-of-michelin-starred-restaurants-entice-with-exqui>

[site-plating-tpe/news](#)

5.ETtoday。2018年7月27日，取自 <https://www.ettoday.net/news/20180727/1221875.htm>

6.每日頭條。2018年6月19日，取自 <https://kknews.cc/food/j4v49bp.html>

7.愛料理。2017年4月12日，取自 <https://blog.icook.tw/posts/104723>

8. GreatDaily。2016年5月1日，取自 <http://www.twgreatdaily.com/cat88/node1051847>

9.360doc 個人圖書館。取自

[http://www.360doc.com/content/16/1208/13/38528512\\_612987378.shtml](http://www.360doc.com/content/16/1208/13/38528512_612987378.shtml)