

運用在地食材開發新風味優格奶酪

¹鍾幸潔 ²王恩普 ³林文麒 ⁴顏禎澄 ⁵利尚仁 ⁶廖紹富

^{1,2,3}美和科技大學餐旅管理系 講師級專業技術教師

⁴美和科技大學餐旅管理系 專任講師

^{5,6}美和科技大學餐旅管理系 助理教授

¹x00008475@mail.meiho.edu.tw

摘要

隨著國人健康觀念的提升，越來越多消費者選擇優格奶酪做為飯後的甜點，除了其熱量較一般糕點低之外，也可藉此補充每日所需的鈣質，降低骨質疏鬆危險因子的發生，並且維持腸道菌相之健康，因此市面上各種風味的優格奶酪產品琳琅滿目。本計畫利用屏東在地的食材－椰脂與鳳梨，開發出新風味的產品，問卷調查結果，得到口感、及風味之可接受度高。

（關鍵詞：優格奶酪、椰脂、鳳梨、美和科技大學餐旅管理系）

材料與方法

（一）主食材：

目前市面上到處可見販賣椰子汁的攤販，一般都將椰子汁取出後，隨即丟棄，而椰子內部的椰肉不加以利用，實為可惜。

此外、椰肉富含豐富的營養，有蛋白質、果糖、葡萄糖、蔗糖、脂質、維生素 B1、維生素 E、維生素 C、鉀、鈣、鎂等。椰肉中有 34%為椰子油，是少數含有中鏈脂肪酸的油脂（表一），中鏈脂肪酸不易轉變為較大脂肪分子囤積成身體脂肪，不會增加身體代謝的負擔。

基於廢棄食材的活化利用，與兼顧健康營養價質的理由，本計畫選用椰肉做為主材料。

脂肪酸組成	%
己 酸 C6	0.2-2.0
辛 酸 C8	4.5-9.7
癸 酸 C10	4.5-10.0
月 桂酸 C12	45.0-51.0
豆 蔻酸 C14	13.0-18.0
棕 櫚酸 C16	7.0-9.0
油 酸 C18	5.0-8.3
亞 油酸 C18	1.0-2.6
硬 脂酸 C18	1.0-30

表一、椰子油的脂肪酸組成（%）

（二）副食材：

鳳梨是台灣最具特色的在地水果之一，隨著農業技術的不斷發展，台灣產的鳳梨品質越來越好，深受民眾的喜愛。鳳梨含有豐富的五大營養成分及膳食纖維，且含有鳳梨酵素，可在胃中分解蛋白質，補充人體內消化酶的不足，對消化不良的病人恢復正常消化機能有一定作用。

(三) 配方：

	原料	每份重量(g)
優 格 奶 酪	椰肉	42
	優酪乳	31.5
	牛奶	31.5
	糖	11.55
	吉利丁片	1.9
	椰子利口酒	3.78
蜜 汁 鳳 梨	鳳梨	52.5
	糖	5.25
	檸檬汁	5.25
	玉米粉	少許

(四) 製作方法：

椰脂優格奶酪

1. 將吉利丁片泡冰水備用。
2. 將椰仁、牛奶放入果汁機中攪碎取出加入糖後，煮沸後放入吉利丁片冰鎮放涼備用。
3. 將前項加入優酪乳及椰子利口酒後，倒入容器中冰鎮。

4. 將前項從冰箱中取出後加入蜜汁鳳梨即可。

蜜汁鳳梨作法

將鳳梨及糖放入鍋中煮至出汁後加入檸檬汁及玉米粉芡放涼即可。

結果與討論

針對成品中(1)椰香與鳳梨香搭配度、(2)整體口感、(3)整體味道等三個問題，以試吃結果作統計分析，問卷來源是本校師生共找 50 名，其統計結果與分析如下：

問卷題目	同意程度	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 我認為椰脂與鳳梨的味道搭配得很好	人數	6	14	10	16	4
	%	12%	28%	20%	32%	8%
2. 我喜歡椰脂鳳梨優格奶酪的口感	人數	9	15	16	10	0
	%	18%	30%	32%	20%	0%
3. 我喜歡椰脂鳳梨優格奶酪的味道	人數	6	17	11	14	2
	%	12%	34%	22%	28%	4%

由上表可知，在「(1)椰香與鳳梨香搭配度」上，認為同意者佔 12% 及 28%，亦有 32% 及 84% 的人持反對意見，總和各佔 40%，代表認為此兩種風味具加乘效果的作用不明顯，本次計畫以椰肉作為主食材，在副食材的選則上使用鳳梨，可能因為其味道強，因此調和感不佳。

在「(2)整體口感」上，認為喜歡的食用者佔 18% 及 30%，接近五成，亦有 20% 的人持反對意見，此結果代表將椰肉以果汁機攪碎後，放入優格奶酪中，不會對原來的質地有太大的改變。

在「(3)整體味道」上，認為喜歡的食用者佔 12%及 34%，超過五成，亦有 28%及 4%的人持反對意見，代表本計畫開發的產品可獲得多數人的認可，但與(1)結果交叉比對來看，雖然多數人喜歡整體的味道，但，椰香與鳳梨的香味兩者都很突出，不易調和在一起，產生新的味覺，因此今後可在尋找其他可與椰肉搭配的副食材，將椰肉的風味進一步提升。



參考資料

1. WHO 世界衛生組織網

2. 女宣雜誌—第 379 期

3. 烘焙丙級技能檢定演練, 吳日彬、孫靖玲編著, 廣懋圖書有限公司