

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

作者：

吳俊民。私立樹德家商。餐飲管理科三年 40 班

陳家榮。私立樹德家商。餐飲管理科三年 40 班

郭俐伶。私立樹德家商。餐飲管理科三年 40 班

指導老師：

王尹均老師

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

壹·前言

一、研究動機

現今保健養生的觀念已成為餐飲業界與生物科技研究的新焦點。紫米具有抗衰老作用，富含蛋白質、不飽和脂肪酸，還含有人體必需胺基酸，營養價值高。西米又叫西谷米(sago)，西米有的用木薯粉、麥澱粉、包穀粉加工而成，西米主要成分是澱粉和多種營養成份及微量元素，有養顏美容及幫助消化等。因此本組想以紫米、西谷米來製作米布丁，觀察以不同的米類來製作米布丁對成品外觀、色澤、香氣之差異。

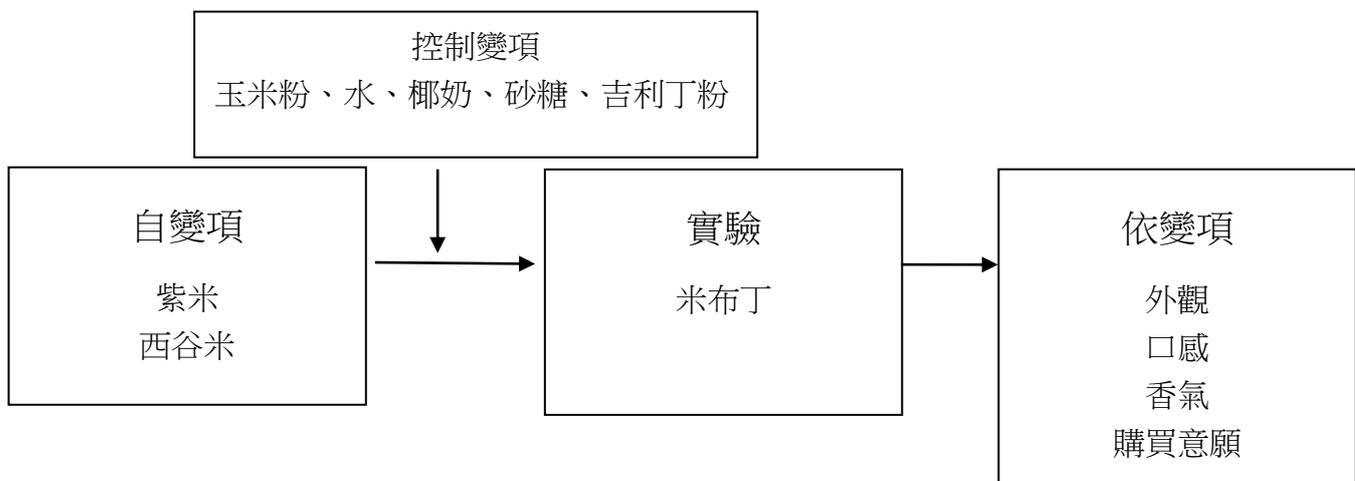
二、研究目的

依研究背景與動機，提出下列四點研究目的：

- (一) 探討紫米、西谷米對布丁成品『外觀』的影響。
- (二) 探討紫米、西谷米對布丁成品『口感』的影響。
- (三) 探討紫米、西谷米對布丁成品『香氣』的影響。
- (四) 探討紫米、西谷米對布丁成品『購買意願』的影響。

三、研究方法

- (一) 問卷調查法：以 S 家商餐飲管理科三年級學生 100 人 進行試吃與問卷填寫，再以 Excel 進行百分比統計。



以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

貳·正文

一、研究設計

(一) 研究菜餚 :米布丁

(二) 實驗方法：實驗步驟及說明如下。

- 1.步驟一: 進行紫米布丁與西谷米布丁的烹調製作。
- 2.步驟二: 做出實驗成品並拍照，紀錄。
- 3.步驟三: 進行實驗比較與討論出研究之結果，做出結論。

(三) 實驗變項

- 1.自變項: 紫米、西谷米。
- 2.控制變項: 玉米粉、水、椰奶、砂糖、吉利丁粉。
- 3.依變項: 外觀、口感、香氣、購買意願。

二、研究食譜

主材料	變項材料	凝固材料	作法
米布丁	紫米	吉利丁粉	1.將米、水倒入鍋內，煮三~四分鐘至軟，關掉悶一會兒。 2.用水溶開玉米粉。 3.將椰奶加入步驟二材料、砂糖加入步驟一，攪拌再加熱。 4.等米飯 煮出濃稠感，沸騰將鍋子移開，再用水溶開的吉利丁粉使其溶解。 5.邊攪拌邊散熱。 6.冷卻後倒入模具，放入冰箱冷藏即可。
	西谷米	玉米粉	

研究食譜表

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

三、研究流程

一、紫米布丁製作流程

	
1.先秤取材料。	2.將米、水倒入鍋內，煮至軟，關掉悶一會兒。
	
3.用水溶開玉米粉。	4.將椰奶、玉米粉加入拌勻。

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討



紫米布丁製作流程圖

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

二、西谷米布丁製作流程

	
<p>1.先秤取材料。</p>	<p>2.將米、水倒入鍋內，煮至軟，關掉 悶一會兒。</p>
	
<p>3.用水溶開玉米粉。</p>	<p>4.將椰奶、玉米粉加入拌勻。</p>

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討



5.再將砂糖加入鍋中加熱攪拌。



6.用水溶開吉利丁粉。



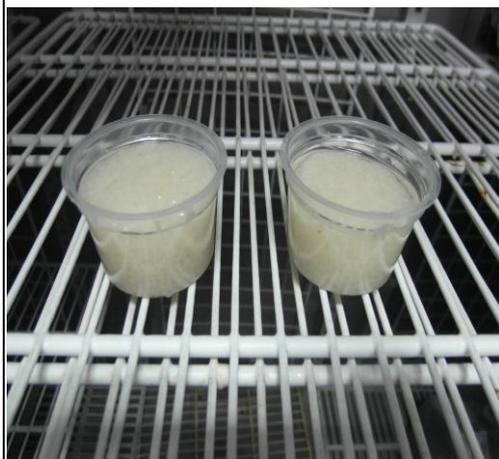
7.將吉利丁粉加入鍋中拌勻。



8.關火邊攪拌邊散熱。



9.冷卻後倒入模具，放入冰箱冷藏即可。



西谷米布丁製作流程圖

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

四、研究結果

本章將針對紫米布丁與西谷米布丁在「外觀」「口感」「香氣」「購買意願」之實驗，以問卷結果進一步比較分析，依完成米布丁後，餐飲管理科男女共一百位同學試吃後，在六種不同鳳梨餡的比較，問卷以五點量表來衡量，並根據量表結果整理出下列之分析：

(一) 試吃者對米布丁之比較統計表：

問卷題目		非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1.紫米布丁外觀看起來比西谷米布丁可口	人數	19	22	31	23	5
	百分比	19%	22%	31%	23%	5%
2.紫米布丁色澤看起來比西谷米布丁好看	人數	16	26	31	23	4
	百分比	16%	26%	31%	23%	4%
3.紫米布丁看起來比西谷米布丁特別	人數	29	44	20	5	2
	百分比	29%	44%	20%	5%	2%
4.紫米布丁香氣聞起來比西谷米布丁香	人數	37	48	10	4	1
	百分比	37%	43%	10%	4%	1%
5.紫米布丁聞起來會讓人想吃	人數	30	43	21	4	2
	百分比	30%	43%	21%	4%	2%
6.西谷米布丁聞起來會讓人想吃	人數	9	15	43	23	10
	百分比	9%	15%	43%	23%	10%
7.紫米布丁口感吃起來比西谷米布丁順口	人數	25	33	26	14	2
	百分比	25%	33%	26%	14%	2%
8.紫米布丁口感吃起來比西谷米布丁彈牙	人數	25	33	25	13	4
	百分比	25%	33%	25%	13%	4%
9.紫米布丁味道吃起來比西谷米布丁好吃	人數	43	34	16	5	2
	百分比	43%	34%	16%	5%	2%
10.我願意推薦朋友買米布丁	人數	13	27	39	14	7
	百分比	13%	27%	39%	14%	7%
11.我願意花錢購買紫米布丁	人數	32	34	28	4	2
	百分比	32%	34%	28%	4%	2%

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

12.我願意花錢購買西谷米布丁	人數	7	21	40	22	10
	百分比	7%	21%	40%	22%	10%

參·結論

根據研究方法與問卷調查結果，綜合整理得到以下四點結論：

- (一) 在外觀部分：根據問卷調查結果得知，大部分的學生認為在「我覺得紫米布丁外觀看起來比西谷米布丁特別」的選項中得到較高的同意，因為紫米布丁加入了紫米在外觀上比較特殊然而米粒的形狀也比較明顯。
- (二) 在香氣部分：根據問卷調查結果得知，大部分的學生認為在「我覺得紫米布丁香氣聞起來比西谷米布丁香」和「我覺得紫米布丁香氣聞起來比西谷米布丁香」的選項中得到較高的同意，因為紫米布丁加入了煮熟的紫米還有椰奶，紫米的米香味再加上濃稠的椰香味，香味極佳。
- (三) 在口感部分：「我覺得紫米布丁口感吃起來比西谷米布丁順口」；「我覺得紫米布丁口感吃起來比西谷米布丁彈牙」，「我覺得紫米布丁味道吃起來比西谷米布丁好吃」的問卷調查中我們發現紫米布丁比西谷米布丁好吃，因為紫米布丁加入紫米還有椰奶，煮熟的米粒 QQ 有彈性，混合在香濃糊狀的椰奶綿密的口感近似奶酪，吃得到一顆顆的米粒，偶爾夾雜著稍咀嚼的小小樂趣，冰冰涼涼的米布丁，吃起來爽口又不會過於甜膩，是道清爽宜人的最佳甜點。
- (四) 在購買意願部分：問卷結果發現有六成以上的品評者在接觸產品以後願意花錢購買紫米布丁，另外有三成以上的品評者願意花錢購買西谷米布丁。

二、建議

針對本專題研究之發現本組提出三點建議：

以紫米、西谷米製作米布丁成品差異之探討

- (一) 本研究僅針對象為 S 家商之餐飲科高三之學生，不足以代表大眾，希望後續研究者可將研究層面擴大至一般大眾，藉以了解紫米布丁與西谷米布丁之市場接受度及推廣可行性。
- (二) 本組建議米布丁可以試著加入其他不同之健康元素，例如紅麴、地瓜、山藥、黑芝麻、茶類、水果類等元素，探討其口感上差異，與大眾喜愛程度。
- (三) 因為本組的時間有限、經費也不足，所以在眾多的米類當中，我們只挑了紫米和西谷米做為本組的研究對象。往後如果有人對我們的研究感興趣，可以試著研究上面我們所提供米類的資料，讓大眾可以了解米布丁不只有傳統口味的，還有更多的口味去挑戰人們的味蕾。

肆・引註資料

大越鄉子(2010)。每天都愛吃布丁。台北：台灣東販。

江麗珠(2009)。五穀雜糧好吃又健康。台北：楊桃文化。

岡村・淑子(2010)。冰冰涼涼の夏日小點心。台北：楓葉文化。

林讚峰(2001)。紅麴的神奇療效。台北：世茂。

林秋湘(2007)。五穀養生食譜。台北：三私堂。

梁淑瑩(2000)。心凍小品百分百。台北：朱雀文化。

陳文山(2009)。你沒想到的微波爐妙用。台北：楊桃文化。

許愛娜(2006)。台灣小百科-台灣的米。台北：稻田。

郭士弘(2008)。布丁奶酪的神奇配方。台北：楊桃文化。

陳文山(2010)。奶酪布丁果凍一學就會。台北：楊桃文化。

蔡坤展(2000)。甜甜湯。台北：台視文化。