

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

凍頂烏龍茶製作奶酪之食譜探討

作者：

連家榕。私立樹德家商。高三18班

王苓榕。私立樹德家商。高三18班

林家楨。私立樹德家商。高三18班

指導老師：

毛德馨老師

壹●前言

在市面上大家熟悉的奶酪口味，幾乎都是鮮奶酪或是水果、巧克力等等…。但很少以茶製作奶酪，所以我們想了解把烏龍加到奶酪中，是否大家能接受。為了瞭解如何以烏龍茶製作奶酪，可以讓奶酪更有香氣，我們打算以不同比例濃度的烏龍茶湯製作奶酪，我們想了解以不同比例製作出來的奶酪，研究外觀、口感及喜愛程度是否有差異，所以我們透過收集資料分析食譜，進行實做，在修正成品。

貳●正文

一、台灣茶

台灣原生種的茶樹記載始於17世紀，當時於凍頂山（阿里山）原住民所發現，但因味道欠佳且飲用後身體不適，故少直接飲用。清朝初期（1793~1875年左右）由於台灣的氣候溫暖，非常適合茶樹的生存，因此外來種的茶樹在台灣北部的深坑、坪林一帶廣為種植，後來種植區域延續三峽一帶。（范之燻，2014）

台灣早期的烏龍茶專指白毫烏龍茶，高級品稱為檜風茶，普遍等級則稱為番灌，之後台灣著名的茶葉品種，以半發酵居多。台灣紅茶產於花蓮鶴岡、埔里魚池、日月潭一帶，主要品種是台茶18號。

二、凍頂烏龍茶歷史

烏龍茶，也叫青茶、半發酵茶，以茶的創始人而得名。是幾大茶類中，獨具鮮明特色的茶葉品類。烏龍茶的產生，還有些傳奇的色彩，清朝雍正年間，在福建省安溪縣西坪鄉南巖村裏有一個茶農，也是打獵能手，姓蘇名龍，因他長得黝黑健壯，鄉親們都叫他“烏龍”一年春天，烏龍腰掛茶簍，身背獵槍上山采茶，采到中午，一頭山獐突然從身邊溜過，烏龍舉槍射擊但負傷的山獐拼命逃向山林中，烏龍也隨後緊追不舍，終於捕獲了獵物，當把山獐背到家時已是掌燈時分，烏龍和全家人忙於宰殺、品嘗野味，已將制茶的事全然忘記了。

翌日清晨全家人才忙著炒制昨天采回的“茶青”。沒有想到放置了一夜的鮮葉，已鑲上了紅邊了，並散發出陣陣清香，當茶葉制好時滋味格外清香濃厚，全無往日的苦澀之味，並經心琢磨與反復試驗，經過萎雕、搖青、半發酵、烘焙等工序，終於制出了品質優異的茶類新品:烏龍茶。

而凍頂烏龍茶在台灣歷史已經很悠久了，在台灣通史就有記載。據傳說，清咸豐五年(1855年)，南投鹿谷鄉村民林鳳池，從福建武夷山帶回軟枝烏龍茶苗，飄洋過海的茶苗在台灣生長的枝葉茂盛，並成為台灣茶的代表作。(池宗憲，2005)

三、凍頂烏龍茶特性

表2-1

發酵程度	30%~40%中發酵
產地	南投縣鹿谷鄉
外型	半球捲曲
茶湯顏色	金黃至褐色
特性	由偏於口、鼻之感受，轉為香氣、喉韻並重

四、凍頂烏龍茶相關文獻分析

本組同學收集許多與茶相關的書籍整理如下，並將其功能以表格方式呈現重點，分述如下表2-2：

表2-2

作者	年份	茶功能
長興茶行	2014	1、抗氧化及保護心血管。 2、免疫系統。 3、幫助提神。
PChome 個人新聞台	2007	1、助消化。 2、解油膩毒素。 3、消除脂肪。
真佛宗新營廣品堂	2008	1、減肥美容， 2、降低膽固醇。
生活工場家	2010	1、減緩衰老作用 2、降低血脂預防高血壓。
莫寧茶葉網	2005	1、降血糖預防糖尿病。 2、降血糖預防糖尿病。 3、抗輻射和紫外線。
巧雲小棧休閒茶水舖	2008	1、烏龍茶可解酒。 2、喝茶可減緩急性腸胃炎與脫水狀況。
樂多日誌	2007	1、防齲齒。 2、抑制癌細胞。 3、減肥。

資料來源：研究小組自行整理

五、奶酪的歷史來源

鮮奶酪的由來.發源於盛產酪農業的位於西北義大利的皮耶蒙特州(Piemonte)的一種家庭料理甜點，使用大量乳製品，在義大利相當平民化的一道洋菓子甜點。

義大利語為之來源為由鮮奶油(Panna)加熱(cotta)之意。通常製作過程將鮮奶油、牛奶、砂糖混合後，再加入香草籽一起加熱，最後加入已融化的吉利丁等凝膠膠體後，放涼凝固即可完成的一道甜點。另外配方也可加入蛋白，經過蒸烤後，口感就像布丁般軟綿可口。

六、奶酪食譜文獻分析:

透過奶酪相關食譜的收集與整理，以表格方式呈現食譜配方中之材料、調味料，其相同相異處分析如下:

表 2-3

編號	書名	出版社	材料	調味料
1	布丁奶酪的神奇配方	楊桃文化	1. 鮮奶油200g 2. 鮮奶200g 3. 蛋白3個	砂糖 50g
2	西餐料理精選 100	邦聯文化 事業有限 公司	1、牛奶420cc 2、動物性鮮奶油 80g 3、吉利丁粉10g 4、冷水20cc	細砂糖 50g
3	全食物再發現	大開資訊 股份有限 公司	1、起司片2片 2、腰果30g 3、牛奶1000cc 4、膠凍粉4大匙 5、冷開水300cc 6、熱開水300cc	冰糖 3 大 匙
4	懷孕 280 天 就要這樣吃	人類文化 事業有限 公司	1、鮮奶油50cc 2、鮮奶250cc 3、吉利丁片2片 4、櫻桃6顆 5、奇異果丁20g 6、水100cc	細砂糖 2 大匙
5	蛋糕&餅乾	楓書坊文 化	1、鮮奶油350ml 2、楓糖(顆粒 狀)25g	白砂糖 25g

凍頂烏龍茶製作奶酪之食譜探討

			3、吉利丁片3g	
6	好想咬一口的不敗手作點心	柿子文化事業有限公司	1、鮮奶300cc 2、鮮奶油200cc 3、吉利丁10g 4、香草精少許	白砂糖 60g
7	茶餐廳必點的招牌料理	邦聯文化事業有限公司	1、吉利丁8片 2、鮮奶1000cc 3、鮮奶油350cc 4、芒果600g	細砂糖 150g
8	網拍美食創業寶典	朱雀文化事業有限公司	1、鮮奶600cc 2、鮮奶油600g 3、吉利丁30g 4、香草精3滴	細砂糖 300g
9	100元超值手作點心	膳書房文化事業有限公司	1. 牛奶520g 2. 吉利丁片4片 3. 動物性鮮奶油200g 4. 藍莓果醬200g 5. 冷開水40g	細砂糖 65g
10	輕食享瘦餐	二魚文化事業有限公司	1、鮮奶250g 2、玫瑰糖漿25g 3、吉利丁粉8g 4、鮮奶油125g 5、打發鮮奶油50g 6、玫瑰花瓣少許 7、冷水320cc	糖 25g
相同處	材料 鮮奶、鮮奶油、吉利丁			
相異處	蛋白、起司片、腰果、櫻桃、奇異果、風糖、芒果、藍莓果醬、玫瑰花瓣			

由上表分析可以得知製作奶酪的主要材料有鮮奶、鮮奶油，凝固的材料主要為吉利丁，在配料的部分，奶酪適合搭配許多不同的材料，製作出各種不同風味。我們發現食譜會添加不同的材料來增加風味，例如起司片、腰果、櫻桃、奇異果、芒果、風糖、藍莓果醬、玫瑰花瓣.....等。

參●結論

在十道的奶酪食譜中，鮮奶、鮮奶油、吉利丁的配方比例都不相同，經由小組成員討論，並參考本校烘焙老師之意見，經過試做，我們分析了三種不同比例的奶酪並將烏龍茶湯融入奶酪中取代水分，確定茶奶酪食譜與作法如下表3-1，製作之成品圖片如下圖3-1、圖3-2、圖3-3

表3-1

材料	調味料
1、鮮奶350g 2、凍頂烏龍茶10g 3、動物鮮奶油200g 4、吉利丁片2片	1、糖30g
作法	
1、吉利丁泡冰水、泡軟。 2、鮮奶+糖煮沸。 3、茶葉倒入鮮奶中泡5分鐘。 4、過濾茶葉，加入吉利丁，泡冰水，加入動物鮮奶油。 5、冰冷藏。	



圖3-1



圖3-2



圖3-3

肆●引註資料

- 范之堦(2014)。飲料與調酒。新北市:台科大圖書股份有限公司。
 池宗憲(2005)。走進中國茶的世界。台北市:積木文化。
 蔡英嬌(1987)。新茶道之旅。台北市:福利文化事業有限公司。
 陳紹寬(2007)。泡茶品-茶認識茶。台北市:宇河文化。
 張芳玲(2003)。茶事典。台北市:太雅出版有限公司。
 郭玉梅(1994)。吃出健康吃出美。新北市:活水文化