

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

茶的魔力甜甜圈

作者：

蘇郁婷。樹德家商。高三 12 班

謝怡靜。樹德家商。高三 12 班

指導老師：

毛德馨老師

壹、前言

一、研究動機

茶葉對人體有著很多的保健功效，因此在大眾日漸關心自身健康的同時，茶葉可說是最好的健康食品，現代社會對於健康、環保、重複再生的重視也日漸倍增。我們發現市面上許多飲料店、民眾將茶當作一種嗜好性飲料，沖泡完的茶渣也就隨之丟棄，而茶渣是否有再生利用的價值呢？於是我們茶不思飯不想，賦予茶渣新的生命，將茶葉融入甜甜圈，利用剩餘茶渣結合再生紙技術製作包裝，利用時尚的綠色概念設計，不僅可以為茶渣找到新的出路，同時也推廣在地茶葉、創新甜甜圈的口味，讓大眾對於「剩餘的茶渣」有新的認識。

二、研究目的

- (一) 探討如何將綠茶融入甜甜圈麵糰。
- (二) 研發茶葉甜甜圈創意商品。

三、研究步驟

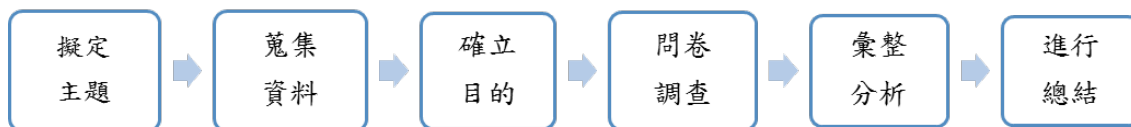


圖 1、研究流程圖(資料來源：自行繪製)

貳、正文

一、茶葉的營養價值

表 1、茶葉的營養價值

| 作者 | 年份 | 營養功效 |
|-----------|------|--|
| 瑪麗亞·烏斯佩斯基 | 2018 | 降低癌症風險、提升心臟健康、強化新陳代謝、改善肝臟健康 |
| 王岳飛、徐平 | 2019 | 茶具有消化、解毒消炎、預防齲齒、提神醒腦、降壓降脂、防癌抗癌、預防肥胖、抵抗輻射、明目美容、增強免疫 |
| 大森正司 | 2015 | 泡茶除了怡情養性外，對於人體的好處更是數也數不清。日本茶具備提高免疫力，防止肌膚老化 |

資料來源：自行整理

經分析鑒定茶葉內含化合物多達 500 種左右。這些化合物中有些是人體所必需的成分，稱之為營養成分。如維生素類、蛋白質、氨基酸、類脂類、糖類及礦物質元素等，它們對人體有較高的營養價值。還有一部分化合物是對人體有保健和藥效作用的成分，稱之為有藥用價值的成分。如茶多酚、咖啡鹼、脂多糖等。

二、茶味甜甜圈相關產品






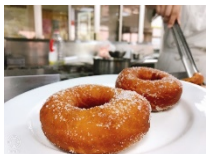
表 2、茶味甜甜圈相關產品

| 種類 | 材料 | 照片 |
|--------|---|--|
| 抹茶甜甜圈 | 全蛋 細砂糖 奶油 低筋麵粉 泡打粉 抹茶粉 水 |  |
| 伯爵茶甜甜圈 | 糖粉 中筋麵粉 小蘇打粉 牛奶 伯爵茶 雞蛋 白脫奶 |  |
| 紅茶甜甜圈 | 低筋粉 雞蛋 鹽 泡打粉 橄欖油 牛奶 細砂糖 紅茶 |  |

資料來源：自行整理

三、茶甜甜圈之食譜

表 3、茶甜甜圈實驗食譜

| 名稱 | 主材料 | 做法 |
|--|---|---|
| 茶甜甜圈 | 高粉，熱水，低粉，奶油，糖，烏龍茶葉，鹽，奶粉，全蛋，酵母 | 1.充泡茶葉10分鐘即茶湯 2.高粉.低粉.糖.鹽.奶粉.全蛋.酵母.茶湯倒入缸中攪拌至捲起加入奶油，攪至擴展階段 3.基本發酵 50-60分(28°C.75%) 4.分割滾圓 5.中間發酵 6.壓模後炸至金黃，趁熱裹上糖粉 |
| 修正後食譜 | | |
| 名稱 | 主材料 | 做法 |
| 烏龍茶甜甜圈 | 高粉，低粉，糖，鹽，奶粉，全蛋，酵母，熱水，奶油，烏龍茶，烏龍茶茶渣 | 1.秤材料 2.充泡茶葉10分鐘即茶湯 3.將泡好的茶渣研磨細碎 4.高粉.低粉.糖.鹽.奶粉.全蛋.酵母.茶湯.茶渣倒入缸中攪拌至捲起加入奶油，攪至擴展階段 5.基本發酵 50-60分(28°C.75%) 6.分割滾圓 7.中間發酵 8.壓模後炸至金黃，趁熱裹上糖粉 |
| 實驗流程： 小組根據研究目的，運用實驗法製作出茶葉甜甜圈創意商品，並透過小組官能品評問卷瞭解成品在口感、外觀、香氣之差異並進行食譜改良，研究對象為樹德家商餐飲科50位學生，實驗如下： | | |
| 麵粉酵母糖泡打粉加入茶湯攪拌均勻。 | 再加入奶油攪拌均勻。 | 發酵50分。 |
|  |  |  |
| 整形壓模。 | 炸約 10 分鐘至金黃色。 | 沾糖粉放涼。 |
|  |  |  |

資料來源：研究小組自行整理

四、茶的魔力甜甜圈產品SWOT分析

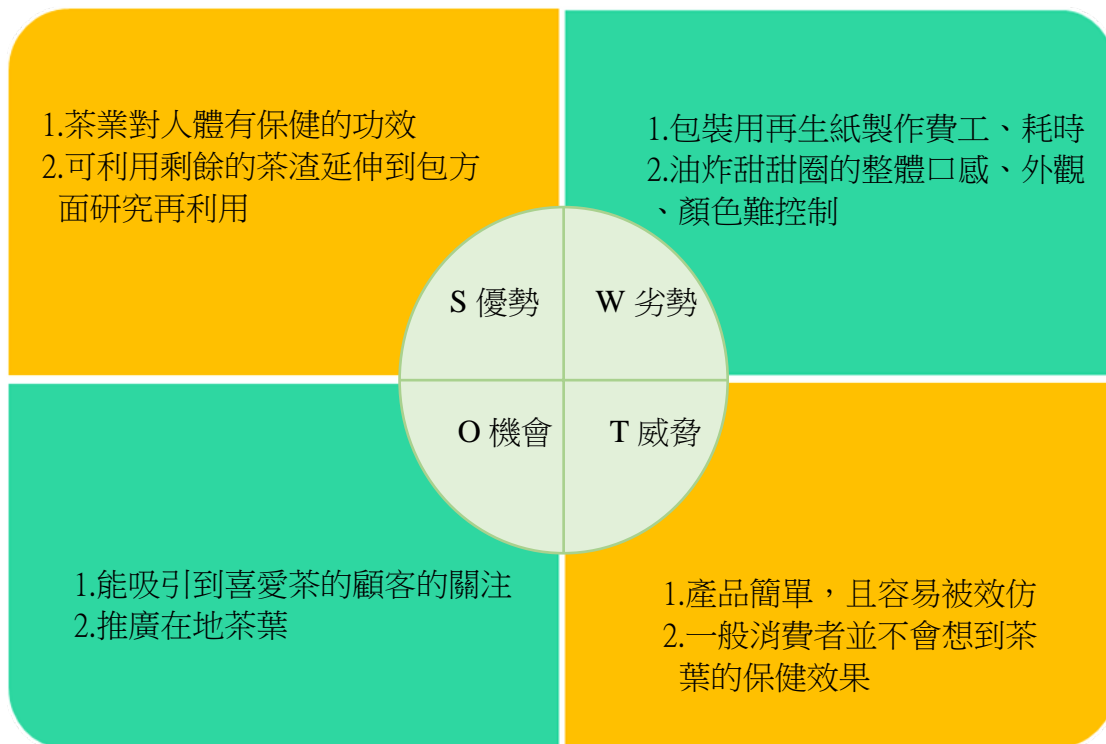


圖 2、SWOT分析(資料來源：自行繪製)

五、茶的魔力甜甜圈產品4P分析

表 4、4P分析表

| | |
|-----------------|--|
| 產品 Produce | 茶的魔力甜甜圈主要是用茶葉和茶湯製作出具有茶香味的甜甜圈。 |
| 價格 Price | 價格在50到45之間屬於高單價甜品 |
| 促銷 Place | 利用網路行銷和發送傳單或是發送折價卷來吸引顧客前來購買，利用產品推銷主打低卡低熱量甜甜圈 |
| 通路 Promotion | 店家多設在市區或是百貨公司美食街兩者都屬於人潮眾多地區 |

資料來源：自行整理

叁、結論

在如何將綠茶融入甜甜圈麵糰部分：本小組以綠茶、烏龍差沖泡後之茶湯、茶渣進行融入甜甜圈麵團之實驗，實驗後發現使用正常泡製之綠茶溶入麵團製作成品，在口感、外觀及香氣與一般甜甜圈差異不大，將茶葉量增加時間不變製作出之甜甜圈香

氣較夠，但顏色呈現深褐色影響甜甜圈之外觀色澤，茶量不變將沖泡時間加長後，發現茶湯會有單寧的苦澀味影響口感味道。

在創意商品研發部分：最初製作甜甜圈時是使用的綠茶來製作創意商品，實驗後發現綠茶甜甜圈在口感、外觀沒有太大差異且茶香氣之表現並不佳，所以決定改用發酵程度較高、茶果香味較濃郁的烏龍茶來製甜甜圈。實驗過程中也有把茶渣也一起加入麵團裡製作甜甜圈創意商品，透過官能品評小組評論後發現在外觀視覺上茶渣會造成黑片狀影響視覺效果，也加深油炸後甜甜圈之色澤，在口感部分茶渣未處理吃到會有單寧的澀味亦不紹官能品評小組之喜愛；本小組進行修正以茶湯及研磨細碎的茶渣溶入麵團中來製作我們的甜甜圈使茶渣繼續釋放其香味，可讓整個風味香味更濃郁。

肆、引註資料

王岳飛、徐平(2019)。茶文化與茶健康。台北:崧燁文化事業有限公司

瑪麗亞·烏斯佩斯基(2018)。這樣喝茶，讓你輕鬆遠離癌症。台北：健行文化出版事業有限公司

大森正司(2015)。「茶」教科書。台灣東販出版社股份有限公司