

換言之，若要增加供應量，應增加或改進設備及增加人手，不要採用以延長作業時間為手段。這是值得管理上首先注意的問題。

其次餐盒食品廠和一般餐廳不同的地方是，餐盒食品廠一次烹調的量比較大，由於這個關係，為改善成品品質，往往要考慮烹調方法。

應注意是否有部份沒有煮熟、炸熟、烤熟，尤其食品有大小不同混在一起時，或解凍情況不同者一起烹調時，或攪拌不均勻時，可能會有部份加熱處理不夠的事情發生。

這在整塊的東西，例如牛排，事情可能不會太嚴重，但如果發生於重組食品，例如漢堡、肉餅、丸仔、雞捲等，可能會有中毒事情發生。

選用不易變質材料

餐盒食品所選用之材料：

(1)顏色不容易改變的

餐盒內菜餚顏色調配得好，有增進食慾的功效，因此在做成菜餚時，最好能五色俱全（五色指紅、黃、綠、白、黑五種顏色）在這五色中，以綠色最不易保持，所以儘量選用較不易變色的，如雪裡紅、芥藍等、美國花菜、四季豆、毛豆……等。

(2)材料不易出水者

許多材料在製成菜餚時，會不斷的將水分滲出，而使得餐盒內含較多的水分，不但對包裝、運送都不方便，更易於微生物生長繁殖，加速食物的腐敗。例如

：炒豆芽，炒絲瓜，燴冬瓜等都會大量滲水而不適合餐盒，但辣味豆鼓小魚乾較為適宜。

(3)不易變質的食品

有些食品本身極易受微生物的繁殖增長，或者本身已沾染上許多微生物的食品，應儘量少用。例如：涼拌豆腐。

減少菜餚水分

(1)材料本身含水分較少的：如香腸等。

(2)在製作方法上可使菜餚含汁液較少者：例如用炸、烤、煎、蒸、紅燒、醃製等方法的製作。

帶酸味的調味

在酸性的環境下，大多數的微生物較不適生長繁殖，所以烹飪時，可選用加些醋的酸味菜餚。例如以糖醋、醋溜、醃泡等。

控制成品衛生

(1)簡單易做：製作過程簡單，以手直接碰觸食物愈少，其受污染機會較少。

(2)食物材料不要切、剝、刨得太細，愈細的物質，愈容易變質。

(3)食物材料混合的種類愈多愈不易保持其品質。 ◆

健康門診

初戀的滋味

問：台北市陳小姐
可爾必思如何製造？

答：台大食品科技研究所 李錦楓教授

可爾必思是日本製造的一種乳酸飲料。

製法是先將脫脂奶（或脫脂奶粉泡水）添加葡萄糖（或蔗糖）經殺菌後，在無菌狀況下，接種乳酸菌如 *Lactobacillus*、*lactis* 等讓其產生乳酸，然後將其殺菌。同時添加蔗糖、香料、安定劑等裝瓶出售。飲用時，將其以冷開水沖泡飲用。

這種酸酸甜甜的飲料，曾經

以「初戀的味道」做廣告詞，而獲得消費者的喜愛，但後來由於「養樂多」等的興起，消費者認為養樂多等乳酸飲料可直接飲用，可省掉沖泡的麻煩，又，養樂多等標榜含有活乳酸菌對整腸有效，所以可爾必思再也沒有人要購買，在台灣的工廠也就關門大吉了。

現在在超級市場還可以看到可爾必思，但都是從日本進口的。該公司推出缶裝乳酸飲料，由其清淡口味受到消費者的歡迎，還在日本創造了打破銷售記錄的壯舉呢。