

溏心水煮蛋

台大畜產系教授／蘇和平

新口味的硬煮蛋

若能控制水煮蛋加熱溫度，可製作非常可口之溏心水煮蛋。此產品與美國所流行的硬煮蛋類似，技術可推廣製作溏心滷蛋販售。

蛋可分為蛋白、蛋黃及蛋殼。由於蛋白質受熱、酸、鹼等變性，可分為水分自蛋白質游離的凝固現象，與含水分而凝固之膠化現象。

蛋之熱凝固性受到很多因子影響如溫度、鹽類、糖、酸、鹼等，此熱凝固性常被廣泛利用於加工或烹調。

蛋加熱時，由於蛋白及蛋黃之凝固速度有若干差異，蛋白在60°C前後，蛋黃在65°C前後開始

凝固。而凝固狀態則依蛋白與蛋黃不同，蛋黃能迅速凝固、蛋白則在最初呈膠狀，80°C以上則喪失流動性。

因此蛋以65°C前後長時間保持時，外觀上蛋黃比蛋白快凝固，所以利用此熱凝固性質可製作溫泉蛋、溏心水煮蛋。

由於傳統水煮蛋製作，均是利用高溫加熱，使蛋白、蛋黃完全凝固。結果蛋白質地堅硬，蛋黃質地顆粒化。一般消費者食用傳統水煮蛋黃後易口渴，較不受欢迎。

若能控制水煮蛋加熱溫度，則可製作非常可口之溏心水煮蛋，此產品與美國所流行之硬煮蛋(hard cooked egg)類似，技

術也可推廣製作溏心滷蛋販售。以下簡單介紹其製程。

1.材料：雞蛋、鴨蛋

2.作法：

(1)先將雞蛋、鴨蛋洗淨，再放入鍋中

(2)加熱煮蛋(加熱條件：80°C，10分鐘)

(3)取蛋，冷卻

(4)溏心水煮蛋

注意事項：

(1)為了增加蛋之剝殼性，不應使用太新鮮之蛋。

(2)欲進一步製作溏心滷蛋，應先製成溏心水煮蛋後，剝殼，再將蛋浸於滷汁中，以低溫長時間滷煮，即可得到風味絕佳之產品。

