



茶鬆餅製作體驗

說明

近年臺東紅烏龍茶逐漸為消費者喜愛，紅烏龍具有紅色茶湯且有熟果香味，滋味醇厚，結合外酥內軟口感的鬆餅，唇齒之間散發著濃濃的茶香味，呈現出老少咸宜且中西合璧的好味道。



- 材料器具 | 紅烏龍茶葉 15 公克、調和鬆餅粉 600 公克、紅烏龍茶湯 825 毫升、蛋 10 顆、奶油適量、沙拉油 25 毫升、不鏽鋼鍋、搥茶鉢、篩網、鬆餅機、刮刀、打蛋器
- 操作時間 | 60 分鐘
- 適合季節 | 全年

體驗流程



一 材料製備：

1. 紅烏龍茶葉以搥茶鉢研磨成細粉狀，過篩後備用。
2. 雞蛋倒入不鏽鋼鍋中，打勻蛋液後備用。

二 製作流程：

1. 依序將紅烏龍茶粉、紅烏龍茶湯、蛋液 (圖 1)、沙拉油倒入鬆餅粉中，攪拌至均勻即可。
2. 烤盤均勻塗抹奶油，取 150 毫升麵糊倒入鬆餅機中 (圖 2)，闔上鬆餅機加熱，鬆餅機溫度設定約 155℃。
3. 約 4-5 分鐘後，打開上蓋，取出鬆餅即完成 (圖 3)。



圖 1 | 蛋液倒入鬆餅粉中



圖 2 | 麵糊倒入烤盤中加熱



圖 3 | 紅烏龍茶鬆餅



知識引導



一 紅烏龍茶簡介：

紅烏龍茶為臺東地區之特色茶，尤其在夏、秋之際最適合製作，因長日照累積的多酚物質，於重發酵的製程中，轉換成茶紅質與茶黃質，凸顯紅烏龍之花果香特色，製作上歷經萎凋、攪拌、揉捻、發酵、炒菁、塑形等程序而成，加上烘焙加工之程序，而使其具有烘焙的韻味。相對的，冬季溫度較低，反而不利於茶葉的發酵，春天酚類含量較低，香氣滋味亦不易顯現。

二 紅烏龍的常見適製品種及製程特色：

臺茶 12 號 (金萱) 為鹿野地區製作紅烏龍的主力品種，其他如大葉烏龍、臺茶 20 號 (迎香)、青心烏龍以及佛手，亦為適製紅烏龍之品種。其製程上強調重萎凋、重攪拌，經揉捻並補足發酵後，炒菁為其製程上之特色，茶湯為琥珀色接近紅茶。

三 鬆餅製作原理：

一般鬆餅或蛋糕會使用小蘇打與泡打粉等類型的化學膨鬆劑，而不像製作麵包或饅頭，利用酵母使麵團或麵糊膨脹。鹼性膨鬆劑與酸交互作用後，產生二氧化碳氣體，造成烘焙品膨脹。有些膨鬆劑為混合複方，如泡打粉含有鹼性及酸性物質，遇水時起化學反應產生氣體；小蘇打粉則為鹼性，與食材中酸性物質反應產生氣體。建議選用膨鬆劑時，需釐清成分與有效期，考量食材特性再使用。紅烏龍茶葉具有獨特的香氣與滋味，含有多種機能性成分及無機礦物元素。運用紅烏龍茶製作鬆餅，提升其多元利用及附加價值。

四 其他注意事項及建議：

1. 建議紅烏龍茶葉以搗茶鉢磨成細粉後，須以篩網過篩，有助於食材攪拌均勻外，也可以避免顆粒過大影響口感。
2. 除了使用鬆餅機外，亦可使用平底鍋製作鬆餅，以中小火預熱，將麵糊煎至產生氣泡後翻面，持續加熱約 1 分鐘，確認雙面成金黃色即可。
3. 使用鬆餅機需注意安全，操作時須戴隔熱手套以免燙傷。
4. 茶鬆餅可依個人喜好搭配水果裝飾，再佐以蜂蜜或鮮奶油，最後沖泡一杯在地特產紅烏龍茶，非常適合作為下午茶之餐點組合。

體驗學習重點



1. 認識紅烏龍茶，了解其適製品種及製程特色。
2. 學習鬆餅製作原理，分辨膨鬆劑小蘇打、泡打粉及酵母粉之差異，與適當的使用時機。