

植物基產品簡介

文圖 / 蘇致柔

因應全球氣候變遷，糧食安全與環境永續議題備受關注，動物性產品相比植物性產品消耗水資源較多與碳足跡較高，且動物蛋白具有飽和脂肪酸與膽固醇等成分，導致心血管疾病風險較高。因此，植物基產品 (plant-based product) 為近年來全球蓬勃發展的市場，植物性原料多數為不飽和脂肪酸且不含膽固醇，對人體負擔較小，在生產過程消耗資源較少，為環境友善的產品。

植物基產品，包括：傳統豆製品如豆腐、豆皮及天貝等；新興發展的產品如植物奶、植物肉、植物起司與植物蛋等。植物奶使用植物性原料製成的飲料，可依原料種類分為穀物奶（如燕麥）、豆奶（如大豆）及堅果奶（如杏仁）等，具有不同的性質，例如豆類製成的植物奶含有較多的蛋白質。植物肉使用植物蛋白質為原料，利用擠壓加工技術使蛋白質變性、展開並重新排列，形成類似肉類的纖維狀結構。常見植物蛋白原料有大豆蛋白、小麥蛋白及豌豆蛋白等，可應用於漢堡排、絞肉及雞塊等各式各樣的產品上。

臺灣素食人口約占總人口的 13%，且近年來減少食用動物性產品的彈性素食主義越來越普及，植物基產品具有發展潛力，然而其風味口感與動物性產品的差異及消費者接受度，仍是待克服的問題。



◀ 植物奶及植物肉產品