



## 梅果風味紅龍果 天然果醬體驗

說明

以梅果與紅龍果搭配，不需額外添加物，即可製成凝膠性良好且具梅果風味之紅龍果天然果醬，口感豐富且營養價值高。

- 材料器具 | 紅龍果 600 公克、紅龍果皮 120 公克、去核梅果肉 600 公克、糖 924 公克、壓薯泥器、篩網、鍋子、鋼盆、水果刀、湯匙、瓶罐
- 操作時間 | 60 分鐘
- 適合季節 | 5-10 月

### 體驗流程



#### 一 材料製備 (圖 1)：

1. 紅龍果果肉：將果肉切成小塊，再以壓薯泥器壓碎。
2. 紅龍果果皮：剝取果皮後，將果皮切成小塊，再利用食物調理機打碎，或將果皮切成碎丁。
3. 梅果：以熱蒸法軟化果並去除苦澀味。
4. 盛裝果醬容器：以清水煮沸 10-15 分鐘後倒置烘乾或晾乾備用。



圖 1 | 果肉製備 (左) 及梅果熱蒸 (右)

#### 二 製作流程：

1. 煮：將製備完成之紅龍果果肉、果皮及梅果置入鍋中，以中小火加熱至沸騰，過程中需不斷攪拌，以免果醬黏底燒焦。持續加熱並將糖分 3-5 次倒入鍋中。所有糖均加入後，持續加熱煮沸，至出現較多粉紅色泡沫後暫停加熱。



2. 篩除梅核及再熬煮：趁熱以網篩過濾並去除梅核，梅核上若仍有果肉可以湯匙剔下。篩除梅核後，以中小火再次加熱熬煮，漸產生泡沫後調整至小火持續加熱並保持沸騰20-30分鐘，將泡沫撈除即可準備裝罐（圖2）。



圖2 | 梅果風味紅龍果天然果醬

## 知識引導

### 一 梅果簡介：

梅果所含醣類較少，味極酸，不適鮮食，多以加工為主。含多量的鹼性礦物質、有機酸、胺基酸，具有增進食慾、防止食物腐敗等效果。

### 二 為何選用梅果？

利用梅果的高酸性 (pH<4.6) 及高果膠含量特性，在不添加凝膠劑及酸味劑之條件下，與紅龍果、梅果及糖一起加熱熬煮，即可製作凝膠性良好且具梅果風味的紅龍果天然果醬。

### 三 製品如何保存？

本項體驗果醬，利用梅果調整酸鹼值 (pH)，酸化罐頭可於常溫保存一年，開瓶後需放到冰箱 4°C 冷藏，並儘速食用完畢。

### 四 果醬製作注意事項：

製作果醬熬煮時間，一般採目視法判斷，方法為以小湯匙取些許果醬，滴入清水中，若可迅速下沉且觸底後不易散開仍呈團狀，此即為凝膠終點，即可進行裝罐。同時應



圖3 | 熱充填裝瓶



趁熱進行充填裝瓶並封蓋倒置，熱充填溫度須在  $88^{\circ}\text{C}$  以上，故裝瓶過程仍需以微火加熱以保持果醬溫度；倒置進行瓶蓋殺菌 5-10 分鐘後，再以冷水冷卻即完成 (圖 3)。

## 五 為何需熱充填裝瓶？

事先經過殺菌或加熱調理的食品，趁熱裝入容器內，封蓋或密封後，再將瓶罐倒置一段時間，利用餘熱將罐蓋內之微生物殺死之方法即為熱充填。

### 體驗學習重點

1. 梅果為製作紅龍果果醬的良好材料，除了富含鈣、鈉及鐵等礦物質及有機酸外，亦可增加梅果的多元利用。
2. 果醬具有黏稠凝膠特性之特色，而凝膠力取決於果膠凝膠網狀結構之強弱，亦即果膠、酸及糖三者交互作用的結果。
3. 紅龍果果皮中膠質含量高，將其切碎加入熬煮，製品凝膠狀況更為理想且具果粒感，口感豐富。
4. 梅果經熱蒸後軟化，梅肉與梅核易分離，鍋子內會出現淡黃褐色黏稠液體，因具有明顯苦澀味，適口性差，建議勿使用，僅取用不鏽鋼網籃內梅果即可。
5. 盛裝果醬之容器以玻璃製之容器為宜，使用前應以水煮沸 15 分鐘充分殺菌後，倒置晾乾，避免微生物污染成品。