



草莓採果及果醬製作體驗

說明

草莓是多數民眾喜愛的水果，常運用於甜點中，本體驗以果醬為例，作法簡單可於採果後製作，適合大小朋友同樂，也能增進親子間的互動。



- 材料器具 | 小籃子、剪刀、草莓 500 公克、砂糖 400 公克、檸檬汁 25 毫升、玻璃罐
- 操作時間 | 3-4 小時
- 適合季節 | 12 月 - 翌年 4 月

體驗流程



一 採果流程：

1. 草莓品種介紹。
2. 草莓生產模式。
3. 採果體驗 (圖 1)。



圖 1 | 採果體驗

二 草莓果醬製作：

1. 玻璃罐放入沸水中，以大火煮約 5-6 分鐘，取出後晾乾待完全乾燥後備用。
2. 清洗草莓後瀝乾，去除蒂頭切塊置入不鏽鋼盆中，並將砂糖倒入拌勻，靜置 2 小時。
3. 以小火熬煮草莓，不停攪拌，期間草莓出水後轉中火並持續攪拌，待開始冒泡且草莓往上浮起後可轉小火繼續熬煮，溫度須達到 106°C 以上，待果醬熬煮至凝膠終點 (判斷法如知識引導) 後停止加熱。
4. 靜置使產品水蒸氣蒸發，最後加入檸檬汁攪拌均勻後充填。
5. 將果醬趁熱倒入瓶中，熱充填及封蓋溫度維持在 87.7°C 以上，扣上瓶蓋後倒立 (圖 2)，藉果醬餘熱進行瓶蓋殺菌及形成真空狀態，放涼後即可食用或將果醬冷藏保鮮 (圖 3)。



圖 2 | 果醬倒立形成真空



圖 3 | 草莓果醬

知識引導



一 草莓簡介：

草莓屬薔薇科 (Rosaceae) 多年生草本溫帶作物，又名洋莓、紅莓，外觀亮紅，果肉多汁，酸甜可口。草莓品種眾多，如豐香 (桃園 1 號)、香水、蘋果草莓 (天來 1 號)、桃園 4 號等，其中香水是目前臺灣種植最多的品種。草莓產季約在 11 月至隔年 2 月。成熟草莓艷麗動人的外表，紅潤的果實充滿喜氣，不僅可鮮食，也可作為觀賞及食品加工之原料，如果凍、蛋糕、冰淇淋、果汁、奶酪及果醬等多元化應用。

二 草莓營養成分有哪些？

草莓含有果糖、蔗糖、檸檬酸、蘋果酸、水楊酸、胺基酸以及維生素 A、E、C 及 B6 等，營養豐富，其中維生素 C 含量高，是天然的抗氧化劑。

三 果醬簡介：

果醬以新鮮、冷凍或罐裝水果果肉為原料，加糖濃縮至適當硬度，加果膠、有機酸而做成黏性或半固體之產品。其中特色之一就是具黏稠凝膠特性；其凝膠形成力取決於果膠凝膠網狀結構之強弱，即為果膠、酸及糖三者間交互作用的結果。較為理想的果膠凝膠條件為：(1) 果膠含量 0.6%-1.0%(2) 酸鹼值 2.8-3.3(3) 糖度 (含糖量) 60% 以上。

四 凝膠終點目視法：


利用長玻璃杯盛清水，以小湯匙或筷子沾一點果醬半成品，任其滴到水中，觀察落下



的速度及觸杯底後之散開情形，如迅速落底且觸底後呈團狀不易散開時，即達到凝膠終點。

五 注意事項及製品保存

1. 採摘草莓時應以手托果實，用採果剪將果柄剪斷，並儘量輕放入採果籃內，以免果肉擦壓傷造成果實軟爛。
2. 熬煮過程不須撈掉泡沫，因泡沫中含膠質。
3. 若熱充填溫度低於 87.7°C，玻璃罐則需要第 2 次殺菌。
4. 果醬開封後宜放入冰箱冷藏保存，並儘快於 2-4 週內食用完畢，並建議用乾燥乾淨的湯匙或工具挖取，以防水氣進入造成發霉。



體驗學習重點

1. 透過採果體驗認識草莓品種及營養價值。
2. 學習果醬製作技巧及製品保存方法。

