活動2

利用不同脂肪油炸的薯條

**目的**

探討不同脂肪在油炸過程中的變化以及如何影響食物的外觀和味道。

**原理**

不同的脂肪有不同的煙點。當加熱至超越發煙點的溫度時，脂肪開始變質冒煙。游離甘油被釋放後，再分解為帶有刺激性氣味的丙烯醛。有些脂肪會變黑，過度冒煙令食品十分油膩。

**用具及材料**

|  |  |
| --- | --- |
| **用具** | **材料** |
| 磅小炸鍋/鍋溫度計夾子 | 薯條35克x 3 (105克)熔化的牛油200毫升菜籽油200毫升花生油200毫升廚房用紙 |

**步驟**

1. 把200毫升牛油放在鍋中加熱到150℃。
2. 加入35克薯條煮4分鐘。
3. 用夾子取出薯條並瀝乾。
4. 記錄炸薯條的外觀，香味和油的變化。

用菜籽油和花生油重複步驟1 - 4。

**結果**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **脂肪種類** | **油的顏色** | **冒煙** | **薯條的外觀** | **薯條的質地和香味** |
| **油炸之前** | **油炸之後** | **在油炸時****有/沒有****如有，****記錄溫度** |  |  |
| 牛油  |  |  |  |  |  |
| 菜籽油 |  |  |  |  |  |
| 花生油 |  |  |  |  |  |

**思考問題**

1. 哪一種脂肪在烹調過程中開始冒煙?
2. 哪一種脂肪在加熱後改變顏色?
3. 哪一種薯條的樣品是最脆?