

# 【2021 全國科學探究競賽-這樣教我就懂】

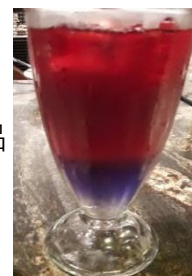
## 社會組 科學文章表單

文章題目：蝴蝶效應-蝶豆花的秘密

文章內容：(限 500 字~1,500 字)

我第一次接觸到蝶豆花飲品的時候，那紫色的漸層令我驚豔，忍不住讚嘆地說：「哇！這飲料也太美了吧」，接著就把手機拿出來幫它拍照，想為自己喝下如此夢幻的飲品留個紀念(右邊的圖片即為當時拍攝的)。

隨著蝶豆花的飲品逐漸盛行，我開始對它產生好奇，像是它的顏色是怎麼產生的？常喝這種飲料對身體會有什麼影響嗎？還有當時在菜單上看到這項飲品時，為何旁邊會註明孕婦請勿食用？因此我想要去瞭解美麗的像拍動翅膀之蝴蝶的蝶豆花，究竟會造成什麼樣的效應呢？



蝶豆花(*Clitoria ternatea*)為生長於熱帶地區的植物，含有豐富的花青素，只要加一點點花瓣遇熱就會產生顏色變化，因此被視為天然色素原料，常用於飲品的調色。在飲品調色的領域中，蝶豆花還可以變身喔！曾經看過一集<名偵探柯南>當中的犯案手法就是利用蝶豆花的變色，我才知道原來蝶豆花飲品遇到酸性會呈現紅色，遇到鹼性會呈現藍色，其原因為花青素的結構會隨著酸鹼而改變。而夢幻的蝶豆花飲品有著能舒緩眼睛疲勞的功效，因為蝶豆花中的花青素為天然抗氧化劑。

然而蝶豆花雖美，但只可飲用而不可直接食用喔！也就是說蝶豆花只能作為食用色素添加於飲品中，但是不要直接去吃它的種子、根部、豆莢等有藥性的部位，因為可能會導致嘔吐、拉肚子等等不舒服的情況。

最後就是來瞭解一下為什麼孕婦不宜飲用蝶豆花飲品了。蝶豆花中大量的花青素有抑制血小板凝集的成分，也會使子宮促進收縮，可能會導致孕婦出血，因此要避免飲用。同樣的也代表著月經的量比較多者或準備做手術者也要盡量避免飲用蝶豆花飲品喔。

雖然蝶豆花在台灣還沒有確定的食用規範，但是我們現在可以做的就是記住不要吃蝶豆花的實體部位，以及清楚以上須避免飲用的狀況，那麼偶爾來杯夢幻之蝶豆花飲品是可以的喔！



參考資料

<https://m.commonhealth.com.tw/article/79492>

<https://blog.worldgymtaiwan.com/healthy-food-butterfly-pea-flower-benefits-and-tips>

<https://m.mingpao.com/ldy/hotpick/20171109/1508843018203/%E8%9D%B6%E8%B1%86%E8%8A%B1%E8%8C%B6-%E7%BE%8E%E9%A1%8F%E8%AD%B7%E7%9C%BC%E7%B4%93%E7%96%B2%E5%8B%9E-%E4%B8%AD%E9%86%AB%E6%8F%90%E9%86%924%E9%A1%9E%E4%BA%BA%E6%85%8E%E9%A3%B2>

<https://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/1788589>

<https://keeper107.pixnet.net/blog/post/104579998>

<http://chemed.chemistry.org.tw/?p=27194>