

【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：鮮奶 + 油 = 鮮奶油？！

文章內容：(限 500 字~1,500 字)

1. 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
2. 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
3. 字體行距，以固定行高 20 點為原則

鮮奶油(Cream)又稱、淇淋、克林姆、忌廉，而鮮奶油絕對不是像字面上那樣是鮮奶加油。

鮮奶油其實是牛奶中最富含脂肪的部分，因為脂肪的密度比水低，所以剛擠出(未均質化)的生乳靜置一段時間後，脂肪球會慢慢浮上來，然後聚集在最上層，而這層濃稠的脂肪便是鮮奶油，再經過一些處理(殺菌等)就是市售的鮮奶油。在現今製作鮮奶油的方法是利用離心機來加速完成，但牛奶只要經均質化處理就不能分離出鮮奶油，是因為均質化會把脂肪球打碎並且能跟水分結合而防止油水分離，使牛奶裡的成分能更加均勻的分佈在牛奶裡面，所以鮮奶油是本身就存在於牛奶中，我們只是把它分離出來而已。

鮮奶油的顏色和質地會因為牧草和飼料而有所不同，牧草中含有一些類胡蘿蔔素類的天然色素，所以產出的鮮奶油通常會帶有一些淡淡的黃色，味道和質感都比較濃；而餵穀物奶牛所產的鮮奶油，通常呈現白色，味道較淡而且質地較鬆軟。

鮮奶油可大致分成兩類—植物性和動物性：

植物性：由棕櫚油和玉米糖漿氫化而來，因為植物性來源的材料中沒有乳脂，所以必須經過氫化來得到乳脂，再添加食用色素和人工香料來調整色澤和風味。

優點：價格便宜、打發後可做成任何形狀，也可染色並保有高穩定性，室溫下也可保持長時間不融化。

缺點：氫化後的反式脂肪，長期攝取會對身體及心血管造成危害。

動物性：由乳脂或牛奶製成。

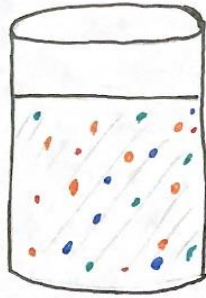
優點：相對健康且天然的油脂。

缺點：價格高，打發的效果較差，持久性也較差，室溫下很快融化。

在我們的日常生活中鮮奶油很常出沒在我們的身邊，只是我們可能沒有意識到，一般比較會出現在甜點裡，ex：鮮奶吐司、牛軋糖、鮮奶酪、烤布蕾、提拉米蘇、慕斯蛋糕、乳酪蛋糕、泡芙餡、冰淇淋、奶昔，在西餐常出現在義大利麵、玉米濃湯裡。鮮奶油含大量油脂熱量較高，平常要注意攝取量，不要讓自己置身於肥胖及心血管疾病的風險中。

- 乳脂肪
- 蛋白質
- 水份

- 維生素及礦物質
- 乳糖



剛擠出來的生乳

靜置
→
一段時間



經過靜置的生乳

參考資料

需註明出處。

LAce 美食料理資料庫 <https://a17989511.pixnet.net/blog/post/305228729>

維基百科 <https://zh.wikipedia.org/wiki/>

痞客邦 <https://nutto.pixnet.net/blog/post/428637797>

foodfashion <https://www.food-fashion.com.tw/>

雷咪 RAMI https://ramihaha.tw/cooking_cream/

痞客邦 <https://rulichsu.pixnet.net/blog/post/435599267>

註：

1. 沒按照本競賽官網提供「表單」格式投稿，不予錄取。
2. 建議格式如下
 - 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
 - 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
 - 字體行距，以固定行高 20 點為原則