

【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：加拿大的「液體黃金」-楓糖

文章內容：

一片片的紅葉子在秋天飄落，世界上 75%的楓糖都是由加拿大產出的，在那裡楓糖漿有著「液體黃金」的稱號。春天來臨時，他們在樹上掛桶子或把樹鑿洞，將蒐集到的樹汁熬煮，就變成大家耳熟能詳的楓糖漿了。

在人火食這個專業烘焙網站中介紹到楓糖漿的色澤與口感有關，分別有四種色澤，「金黃色」：『楓』味較淡，有淡淡香草香氣，適合直接加在冰淇淋、鬆餅、法式吐司或新鮮水果上；「琥珀色」：是一般印象中鬆餅上的楓糖味，也適合加在咖啡裡，不太會影響風味；「棕色」：味道明顯，適合加在優格或早餐燕麥片裡，也適合需要凸顯楓糖味的烘焙使用；「深棕色」：味道非常突出，風味更醇厚。



由左至右為金色、琥珀色、棕色、深棕色 (PIC : goo.gl/XeZWia)

世界傳媒聯播網指出楓糖漿有四大優點，「純天然的糖份」：楓糖屬於低糖食品，相較於蔗糖、蜂蜜、精緻砂糖，楓糖不僅甜度適中，含糖量只有 66%，即使是糖尿病患者也可適量攝取；「可以預防糖尿病」：化合物具有抗氧化及抗癌特性，楓糖本身鈉含量低，能保護肝臟、協助預防乳癌、大腸癌等癌症、裨益微生物群系，也有降低血糖的本事；「堤身人體免疫力」：楓糖漿富含的鋅，每 60ml 就含有人體每日必須的 18%，鋅是提升免疫力的重要元素；「具養顏美容的功效」：多達 54 種多酚，這些多酚具有抗氧化作用，其抗老化效果甚至比紅酒還更優異。不僅如此，楓糖漿還含有能夠消除水腫的鉀，以及維生素 B 群、鈣、鎂、鋅等多種礦物質成分，可以增強體力，養顏美容。楓糖對於人體的益處多多，是男女老少皆宜的健康食品。

據馬薩諸塞州楓葉生產者協會稱，一瓶未開封的楓糖漿可以無限期保存。即使打開后，如果將它放在冰箱中，也可以使用數年。加拿大人自豪的楓糖是純天然食品，具美味又健康，絲毫不愧對於有「液體黃金」的美稱。

參考資料

看頭條-10 個幾乎不會過期的食品 <http://www.fafa01.com/post553839>

世界傳媒聯播網-秋季大自然甜蜜的饋贈：楓糖的營養價值 <https://www.timelog.to/a161365890>

人火食-烘焙時楓糖的選擇 <https://reurl.cc/xgApEb>

泛科學-鬆餅好朋友！你知道甜滋滋楓糖漿怎麼來的嗎？ <https://pansci.asia/archives/191853>

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