

崑山科技大學

餐飲管理及廚藝學士學位學程

四年制大學部

專題製作報告

大學生對於台式麵包及法式麵包之看法比較

組員：4020O053 凌昕渝

4020O086 鄭琬蓁

4020R059 徐偵榕

指導老師：洪綺吟老師

中華民國一百零五年三月

專題製作報告授權同意書
Project Practice Report Authorization Letter

本授權書所授權之報告為本組在崑山科技大學 資訊管理系 系 105 組 105 學年度第 2 學期修習專題製作課程之報告。
I/We (the Principal), _____, hereby authorize Library and Information Center of K.S.U. (the Agent) to gain access our project practice report at Department of _____ # K.S.U. on the _____ (first/second) semester in Academic year of _____.

專題名稱(Report Title): 大學生對於台式麵包及法式麵包之看法比較

本組就具有著作財產權之報告全文資料，同意提供本校圖書館典藏，並同意圖書館因典藏之目的就該資料進行必要之數位化重製，且依圖書館法、著作權法規定，提供讀者利用。

The Principle agrees with not only the Agent on digital reforming the full text for repository but also the users on having the access to the report according to Library Law and Copyright Law of R.O.C.

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書，依本授權之發行權為非專屬性發行權利，依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。

The statement above is no need for making inalienable agreement and authorization contract. Copyright for the full text is non-exclusive license. The Principal would not get paid for any applications of the full text.

請勾選授權公開年限及範圍(請勾選一項):

Date of scope for publication (select either and make a check in it):

- 立即公開 (Immediate open)
- 五年後公開 (Open for access after five years)
- 三年後公開 (Open for access after three years)
- 校園內公開 (Open for access within K.S.U.)
- 館內典藏 (For repository within the library)

指導老師簽名(Instructor's Name): 洪清明

學生簽名(Student's Name):
陳偉哲
黃曉晨
趙明瑜

學號(Student Identity No.):
4020R059
4020086
4020053

(簽筆正楷/Autograph in regular script)

(務必填寫/Required field)

摘要

本研究的目的是在於探討大學生對於台式與法式麵包的看法，針對受試者的麵包購買現況以及對台式與法式麵包各個面向的認同度進行調查，受試者為崑山科技大學各年級的大學生，資料蒐集的工具是自編問卷。研究結果顯示，大學生對於台式麵包的認同度較高，但對其健康認同度不如它們對法式麵包的健康性認同度高，台式麵包口味多樣性、外觀精緻、價格平易近人、內餡豐富、有獨特性、造型多變、具有創新、可塑性，相較之下認同法式麵包口味多樣性、外觀精緻、價格平易近人、內餡豐富、有獨特性、造型多變、具有創新、可塑性的受試者便少了很多，由此可知台式麵包相較法式麵包的競爭為高，因此本研究提出一些建議，來扭轉大家對台式麵包舊有的看法，以利提升台式在麵包市場的競爭力。

關鍵詞: 台式麵包、法式麵包、認同度

目錄

摘要	1
目錄	2
第一章 緒論.....	3
第二章 文獻探討	
2-1 台式麵包.....	4
2-2 法式麵包.....	7
2-3 台式麵包及法式麵包市場分析.....	11
第三章 研究方法.....	13
第四章 結果與討論.....	15
第五章 結論.....	22
參考資料.....	23
附錄 問卷.....	24

第一章 緒論

1. 研究動機及目的

在新石器時代麵包就已經出現了，為最古老的人造食物之一。麵包在歷史上和現代都是作為一個重要的主食，所謂麵包就是以黑麥、小麥等糧作物為基本原料再加水、鹽、酵母等其他成分製成麵團，以烤、蒸、煎的方式加熱製成的食品。麵包現今在台灣有越來越多的選擇，台式、日式、法式、義式、泰式等種類繁多，呈現出多元的文化特色。為了瞭解現在大學生對於台灣麵包文化的認知，並了解台式麵包的市場競爭力與需改進之處，本研究特針對法式麵包與台式麵包做為比較，並透過問卷探討大學生對於台式及法式麵包的看法。

2. 研究問題

本研究有三項研究問題如下：

- (1) 大學生購買麵包的現況為何？
- (2) 大學生對台式麵包的看法為何？
- (3) 大學生對法式麵包的看法為何？

3. 本專題報告之架構

此專題報告架構主要分成五部分。第一章探討研究背景與動機，說明為什麼要做此研究，動機為何，並提供相關的背景資料；第二章呈現所收集的文獻，以瞭解台式與法式麵包的歷史、現況跟未來趨勢加以討論；第三章則說明本研究的研究方法與工具，針對麵包擬定一份問卷再發放給研究對象填寫；第四章則將受試者所填寫完的問卷回收，分析並將統計數據做為參考資料用；最後，依上述探討出本研究報告的最終結果與建議並陳述於第五章中。

第二章 文獻探討

本章節主要探討台式麵包、法式麵包的歷史發展、現今在台灣的發展情形以及未來在台發展趨勢，還有台式跟法式麵包的市場分析。

2-1 台式麵包

首先介紹的是台式麵包的發展，分成四部份，第一部份先簡單介紹台式麵包的歷史，第二部份則討論台式麵包的現代發展，再分析台式麵包的未來趨勢，最後簡單介紹幾款台式麵包的做法。

1. 台式麵包發展歷史

在西方通常將麵包作為主食，但是台灣是以米食為主的國家，所以通常只把麵包當作點心。台灣人吃麵包，大概是最近一百二十年前的事情，隨著日本治理台灣時期而迅速成長。麵包在台灣用台語講稱為「ㄉㄤ」，源自「河洛話」，而這個名稱的使用開始於日本殖民台灣期間。日本過去吃的是唐朝的酒饅頭、宋朝的饅頭，這些都是屬於漢文化的東西。他們過去和漢人一樣，覺得麵粉、酒糟所做出來的東西，必須透過用蒸的方式才能展現出其美味，而跟著中華文化的流傳，日本人也吃了這些食物約一千多年的時間。明治維新之後，日本人到了歐洲，看到了麵包，發現原來麵粉製品可以不是用蒸的，而可以用烤的，於是日本人的麵包開始有了新吃法。在日治時期，台灣也跟著日本流行的脈絡，之後的克林母麵包、吐司、菠蘿麵包…等，都是在這個時期帶入台灣，因此也有說台灣的菠蘿麵包起源於日本的哈密瓜麵包。但在1930年之前，麵包在台灣仍然是少見的食物，直到1950年韓戰發生，美軍協防台灣之際，因吃不習慣在地的饅頭而在1962年成立了『麵包技術人員技術訓練班』，積極推動科學化烘焙技術（大地烘焙，2012），培養出一批批的烘焙師傅，才讓麵包在台灣開始受到重視，經過文化的發展才有現在的台式麵包，所以吃台灣麵包同時也是在品嚐台灣的文化，也符合樂沐法式餐廳主廚陳嵐舒所說的，「料理不僅只是食物，而是擁有深厚的文化內涵」（陳嵐舒，2015）。

2. 現代發展

至今，麵包在台灣已經是越來越普遍的食物了，也有很多人開始將麵包當成一種主食。1962年美國在台成立麵包技術人員技術訓練班後，麵包在台灣的地位慢慢提升。在民國80年代以後，日本機器設備導入，麵包店如雨後春筍般出現，加上日本連鎖麵包企業(如東客、山崎、聖馬麗)進駐台灣，種種因子的相互影響之下，大幅度地改變了台灣民眾的飲食文化，麵包從此在台灣蓬勃發展，但是台式麵包受到日本的影響很大，日本把麵包當作點心或是一餐，是單獨存在的東西。日本之所以可以把麵包變成這麼有力量、而有影響力是因為他們已經在麵包的製作過程以及成品中融入了自己的價值與文化上的背景。而發展迄今，台式麵包不像日式麵包講究過程繁複、沒有和菓子的華麗豐富，相反地，走的是比較樸實簡單的路線，看似平凡卻又夾帶著滿滿的創意、口味多變。從最開始改良自日本美濃麵包的菠蘿麵包到加上蔥的蔥花麵包、肉鬆麵包以至於麻糬麵包，都能做為台式麵包的象徵。在2008年更是台式麵包在國際間大放異彩的重要時刻，因為在這一年麵包師傅吳寶春帶領著台灣團隊在法國巴黎舉行的樂斯福世界盃麵包大賽(Coupe du Monde de la Boulangerie)奪下亞軍，更在2010年代表台灣打敗其他九國選手，獲得世界盃個人麵包大賽冠軍，使得台灣麵包更為人所知，是將台式麵包推向國際的一個重要里程碑。然而食材、滋味跟技術是將一道料理變成一個文化的重要元素。食材，最能反映風土最能夠在第一時間給人這個地方的印象，再來則是滋味，滋味可以反映出人們的回憶、情感。最後才會是技術，技術是基於要發展這兩件事情才會有的(台灣麵包論壇，2015)。正如香港美食作家歐陽應霽在自己的書中所佩服讚嘆的：「吃一口麵包，吃出大地自然的真味，身在台北，心繫未來」(歐陽應霽，2012)。另外，台灣麵包的食材，當然不能辜負台灣水果王國的美名，也常融入在麵包的製作當中，成為台式麵包的特色之一，因此台式麵包不再單單只是饅頭、吐司、菠蘿，而是融合了在地盛產的水果所創造出令人驚艷不已的作品。2010年世界盃麵包大賽冠軍吳寶春師傅也是將麵包結合水果讓世界看見屬於台灣的創意，畢竟好的廚師必須不斷品嚐、貼近大眾的味蕾，才能做出大家喜歡的美味(吳寶春，2010)。

3. 未來趨勢

麵包在台灣越來越受到重視，人人都愛吃麵包甚至將它當成正餐。現代，麵包也不是只能在麵包店才買的到，不管是大賣場、網際網路還是便利商店都可以看到麵包的蹤影，相信在未來麵包的版圖將會越擴越大。台灣麵包市場也越來越多元化，要吃花俏內餡的、有機健康的、異國風味的，通通都有；不管是內包蔥花肉鬆的台式麵包、紅豆奶油的日式麵包，還是外脆內韌的法國麵包，在現今有小吃王國稱號的台灣到處都找的到。雖然台式麵包可選擇性高，但在這風起雲湧的麵包戰國時代，台灣的麵包要永續生存，還要靠更多的創意加入。現在人們越來越喜歡創新的東西，產品越有創意、越獨特越能吸引消費者購買的慾望。例如目前很少見到米與麵包的結合，但台灣人許多節慶都是在吃糯米食，如春節吃的年糕、端午節吃的粽子、七夕吃的白糖粿、冬至的湯圓、喜慶時吃的油飯、米糕，還有紅豆飯、八寶飯，都是糯米做的，或許未來能夠研發出像是米漢堡一樣，用白米來代替傳統的漢堡，研發更多將米放進麵包的可能。雖然創新的重要性不言而喻，但總也有些是盲目的跟隨，一旦外界有什麼流行就開始一窩蜂的追隨，也不在乎出來的產品是不是預期的產品，或是有沒有符合自己、消費者與市場的需求，一味的仿造而失去了廚師最該有的創新的精神。樂沐法式餐廳主廚陳嵐舒在 2015 台灣麵包論壇上提出特色並不是只是加了一個什麼樣的食材進去，而是要思考加了食材進去，它怎麼樣變化，變化出一個想要的結果。想得更細緻，才會有一些出人意料的驚喜在。這樣盲目的跟隨下會發生許多問題，像是食材相剋，可能會發生運用之食材本身都是對的，但將一些特定食材加上其他食材可能會產生對人體有害的物質，像是紅糖跟牛奶、蜂蜜跟豆漿等等，很多廠商在製作過程中並沒有想到這一點，只為了節省成本賺取更大的暴利，不僅傷害人體更是辜負了消費者的期望。在這樣情況下做出的麵包是沒有感情、生命的，麵包師傅閔言樂也曾說過大型食品公司已研發出不刺激眼淚的洋蔥，未來必能做出沒有味道的麵包（閔言樂，2012）。身為一個廚師，必須了解食材，徹底要求發揮極致，吃得健康才是料理的真諦，未來要結合更豐富的食材、更多元的創意、更細膩的情感以賦予台式麵包一個新的生命。

4. 台式麵包做法

以下選了三種最具代表性的台式麵包簡單介紹。(食譜來源:愛料理食譜網;
<https://icook.tw/>)

(1) 青蔥麵包:

材料:

高筋麵粉 700g、鮮奶約 430g、雞蛋 1 個、細砂糖 40g、無鹽奶油 40g、鹽巴 5g、
新鮮酵母 18g、青蔥 2 大把

做法:

先將麵粉、鮮奶、雞蛋、砂糖、鹽巴攪拌成糰，再加酵母攪拌均勻接著加入奶油
拌至麵團光滑有薄膜，靜置 50 分鐘，分割成小麵糰，揉圓，抹上蛋液鋪上蔥花，
置於烤箱 200 度烤 18 分鐘即可。

(2) 波羅麵包:

材料:

- A. 高筋麵粉 150g、低筋麵粉 50g、糖 40g、鹽 1g、酵母 3g、奶粉 15g、水 100g、
全蛋 25g、奶油 20g
- B. 奶粉 5g、低筋麵粉 80g、無鹽奶油 50g、糖粉 40g、蛋黃 1 個

做法:

將材料 A 攪拌均勻成糰至可以拉出薄膜狀態，接著發酵 60 分鐘，將 B 粉類拌勻成
波蘿皮，桿平放入塑膠袋裡冰冰箱，把發酵完的麵團分成小圓球蓋上波蘿皮，刷
上蛋液，置於烤箱 180 度烤 20 分鐘即可。

(3) 肉鬆麵包

材料:

高筋麵粉 700g、鮮奶約 430g、雞蛋 1 個、細砂糖 40g、無鹽奶油 40g、鹽巴 5g、
新鮮酵母 18g、美乃滋適量、肉鬆 100g

做法:

麵粉、鮮奶、雞蛋、砂糖、鹽巴攪拌成糰，再加酵母攪拌均勻接著加入奶油拌至
麵團光滑有薄膜，靜置 50 分鐘，分割成小麵糰，置於烤箱 180 度烤 18 分鐘出爐
放涼，抹上適量美乃滋鋪上肉鬆即可。

2-2 法式麵包

這一節主要介紹的是法式麵包的發展，分成四部份，第一部份先簡單介紹法式麵包的歷史，第二部份則是探討法式麵包的現代發展，第三部分分析法式麵包的未來趨勢，最後再介紹法式麵包的製作方法。

1. 法式麵包發展歷史

最先法式麵包大多是以棍子形狀來呈現，因此棍子麵包就成為法式麵包最早的代名詞，但法式麵包並不僅只有長棍麵包（法語：baguette），相反地，法式麵包的種類很多，名稱也不同，後續形狀也開始改變，不再是只有棍子的外型（許正忠、柯文正，2014）。在法國，由西元六世紀始，城中出現專業的麵包舖，由於當時的查理曼國王了解麵包在經濟民生上重要性，且麵包在製作上的衛生條件需要公權力的管理，所以他成為法國第一個意識到要有足夠的麵包舖和安全與衛生兼顧才能維持人民生活的國王。在西元六世紀前，麵包師並沒有自己專屬的火爐，因為當時的房屋多半是木頭砂石建築而成，一旦房子著火則易釀成巨災，因此火爐都建在遠離住屋的河邊，既有水源可以及時滅火，還有水車坊磨麥粉。直到聖路易時代，麵包師不必有自己的爐子，可以和其他麵包師一起向修院教會租借火爐烤麵包。

法國麵包發展的轉捩點在十七世紀初，當時來自義大利的瑪麗-梅第奇(Marie de Medicis)和法王亨利四世結婚，她從義大利請來麵包師做出一種新式軟麵包。不同於過去法國人做的粗糙，義大利麵包師帶來新的篩粉技術，使麵包做出更佳、更細緻的口感外，並引進了啤酒酵母來發酵麵包，並且在裡面加了奶油，讓麵包更酥脆。這種新研發出來的麵包表皮酥脆，麵心柔軟綿細，這也是法式麵包細緻化的開始，不過因為酵母保存不易，經常使麵包敗壞，因此後來在路易十四時期一度遭到禁用。而棍子麵包的普及與都市的發展有著相當密切的關係。在十九世紀前城市的發展還不是很發達的時代，一般人都是買重達幾公斤的車輪式大麵包，以便較長期的存放與食用，因此麵包的體積和保存就成為重要條件。到了二十世紀，城市逐漸興起，中產階級慢慢成型，人們對麵包的要求越來越高，因此麵包不再像以往一大塊，攜帶保存都不容易的形式，而是在居家附近買到像棍子一樣

細長的短期、小量之新鮮麵包了，也漸漸地取代傳統大得像車輪的圓麵包了(美食天下雜誌，2004)。

2. 法式麵包現代發展

身為民生級的食品，棍子麵包是有一定的規格：70公分長，6公分厚，重量在250公克上下，價格還必須由政府制定不可隨意喊價，且在巴黎每年都舉辦棍子麵包大賽，可見棍子麵包普及的程度。棍子麵包的好壞看的是麥粉的品質、水質的純淨、酵母的種類、發酵的時間以及添加的鹽。舉例來說，巴黎著名的麵包師Poujauran曾是法國總統府艾麗絲宮的棍子麵包提供者，其棍子麵包味道好且越嚼越香，有請專人栽種的有機麥粉，淨水器淨水，至少八小時的發酵時間，還有不外傳的人工桿麵技術。烘烤完成最後幾分鐘，在表皮上灑水，使其蒸發產生二氧化碳，才能形成表皮的金黃和酥脆。好的棍子麵包表皮要金黃酥脆，麵心要柔軟結實，組織均勻綿細表示發酵完整充分；麵心若是過於稀鬆，不但失去咬勁也失去喫麵包的樂趣。表皮聞起來要散發一股淡淡的榛果香，甚至帶一絲焦糖香味，入口咀嚼馬上有麥粉的甜味湧現，才是麵包的最佳狀態。

法國人將棍子麵包分為幾種吃法：將棍子麵包縱剖塗奶油和果醬搭配咖啡和果汁是經典法式早餐，也可夾蔬菜火腿乳酪做法式三明治，就成為我們說的潛水艇。而法國麵包還有一項妙用：因為法國菜醬汁變化多，法國人喜歡在吃完菜後，用麵包將盤裡的剩餘醬汁揩乾吃掉，主菜後的乳酪更是非棍子麵包不可，將乳酪放在麵包上一起入口，享受麵包和乳酪結合時帶來的奇妙滋味。還有很多法國人在等上菜時候，沾紅酒也能吃上好幾塊麵包！喝馬賽魚湯時會附上蒜味蛋黃醬和小酥餅crouton，而小酥餅就是將棍子麵包切成圓片狀加橄欖油烤乾後做成的。儘管麵包在法國餐桌上的重要性這麼大，但是好的麵包舖子卻越來越少了。一部份因素是，這是個酬勞低工時長的累人工作，更大的原因是超市的工業化麵包取代傳統麵包，然而更重要的是，法國人也喫得越來越少。最近更有半成品的麵包上市，拆開包裝，依指示溫度時間，放進烤箱，即可享受剛出爐的美味麵包了(美食天下雜誌，2004)。

3. 法式麵包未來趨勢

在世界各地都有來自其特色口味的麵包，相信除了當地代表性的麵包外，還包括了運用當地獨有食材做成的風味麵包，然而現在台灣坊間的麵包店不只看見我們自己的台式麵包，我們可以看到很多種類的麵包像是日式、丹麥、歐式等麵包，甚至在夜市也能見到印度的口袋餅、烙餅等。近幾年台灣蓬勃發展的烘焙業，不斷孕育許多實力雄厚的烘焙人才，純熟穩定的產業發展更需要烘焙賽事的刺激與活絡，如法國的世界指標性烘焙賽事—路易樂斯福盃，由品牌投入大量資金與人力，打造了榮譽殿堂的目標，不斷推動與時俱進的烘焙創意與技術。台灣烘焙口味受各國文化多元影響，國際化與在地化的巧妙結合更是未來烘焙市場的未來趨勢。

4. 法式麵包作法介紹

以下選了三種傳統的法國麵包做簡單介紹（食譜來源：法國藍帶東京分校，2001）

(1) 鄉村麵包(份量：470G 麵包 2 個)

材料：

法國麵粉 400g、黑麥粉 100g、鮮酵母 20g、鹽 10g、水 320g、發酵麵糰 100g、黑麥粉適量

做法：

烤箱預熱至 230 度 C，將法國麵粉和黑麥粉混合過篩之後，放在工作臺上並從中間做一個凹洞使液體不易流出，依序加入酵母和鹽並分開左右兩邊，在加水但要先保留一些以便調整麵糰的軟硬度，用手將酵母拌溶，再混合鹽拌一拌，用手後，水分不夠可再加入剩餘的水，再工作臺上甩麵糰，甩打時順手將麵糰對折把空氣包入麵糰中，再 90 度換邊後再重複 5 次，成糰後將麵糰壓平並加入發酵麵糰指慢慢將麵粉往中心拌，一手攪拌、一手用刮板將麵粉向內攪拌，將麵粉拌成糰整成圓柱狀後再重複甩打和包入空氣的動作持續約 10 分鐘，待表面呈光滑狀後，放入盆子中蓋上保鮮膜發酵約 45 分鐘，第一次的發完成後會比原先麵團大 2~3 倍。工作臺上撒粉，將麵糰取出將麵糰分割成 470G/個，再重複甩打包入空氣之動作，將麵糰揉至光滑面後揉成球狀蓋上布巾鬆弛 15 分鐘，取出收口朝上並用手掌心壓平麵團擠出空氣，使麵團呈橢圓形，將麵糰上方的 1/3 往下折後以手指壓緊，對

折的地方用掌心壓出空氣，再將下面 1/3 往上折後以手指壓緊，對折的地方用掌心壓出空氣，在將麵糰對折並用力將收口封緊，收口朝下並將雙手放在麵團中央輕輕搓揉，收口密合後，再輕輕搓揉成長約 25CM 兩端呈尖的長條狀，收口朝下放在鋪好烘培布的烤盤上，蓋布巾發酵 1 小時 30 分鐘，待麵團呈原來的兩倍大後即完成發酵，此時再將黑麥粉撒在麵糰上，用刀片在麵糰表面劃痕，在烤箱中放入裝有水的鐵容器，麵包入爐烤約 40 分鐘，出爐後表面呈金黃色，敲打麵包底部是否有清脆聲。

(2) 法國麵包(份量：230G 麵包 4 個)

材料：

法國麵粉 500g、鮮酵母 5g、鹽 9g、水 320cc、發酵麵糰 100g、奶油適量

做法：

烤箱預熱至 220 度 C，麵糰做法與上述鄉村麵包一樣，發酵 45 分~1 小時，麵糰發酵好後，在工作檯上灑上些許麵粉，並將麵糰放在工作檯上，再將麵糰分割成 4 個 230g 的麵糰後將之搓成鴨蛋形狀，蓋上布巾，在室溫下鬆弛 20 分鐘後用手掌將空氣壓出，將麵糰上方的 1/3 往下折後以手指壓緊，壓出空氣，再將下面 1/3 往上折後以手指壓緊，再用手指壓出空氣，然後將收口封緊，收口朝下並用雙手在麵糰中央輕輕搓揉呈 45cm 長的長條狀，再將兩端以兩手反方向滾成細尖形狀，將烤盤上的烘焙布中央拉起隔開待烤麵糰，麵糰間的距離不能太近，且收口朝下擺放，蓋上布巾發酵 1 小時 30 分鐘至原本的兩倍大，烤盤上塗些許奶油，將麵糰放上烤盤再以刀片斜切表面約 5~6 刀，烤箱內放一碗水，入爐烤約 20 分鐘即可。

(3) 農夫麵包(份量：320g 麵包 3 個)

材料：

法國麵粉 400g、全麥粉 100g、鮮酵母 10g、鹽 10g、水 350cc、發酵麵糰 100g、奶油適量

做法：

烤箱預熱至 230 度 C，麵糰做法與上述鄉村麵包一樣，發酵 45 分~1 小時，麵糰發酵好後，在工作檯上灑上些許麵粉，並將麵糰放在工作檯上，再將麵糰分割成 3 個320g的麵糰後將其空氣完全擠出後再用手將之滾圓，蓋上布巾鬆弛15分鐘後，將麵糰上方的 1/3 往下折後以手指壓緊，壓出空氣，再將下面 1/3 往上折後以手

指壓緊，再用手指壓出空氣後對折並用力將收口封緊，收口朝下由麵糰中央輕輕搓揉呈兩端細尖 26cm 長的長條狀，收口朝上並將平的一端向內對折 1/3，再將對折面朝下搓揉成三角形胡蘿蔔狀，將烤盤上的烘焙布中央拉起隔開待烤麵糰，麵糰間的距離不能太近，且收口朝下擺放並在表面灑上些許麵粉，以刀片劃滿八字狀，蓋上布巾發酵 1 小時 30 分鐘至原本的兩倍大，烤盤上塗些許奶油，將麵糰放上烤盤，烤箱內放一碗水，入爐烤約 30 分鐘即可。

2-3 台式與法式麵包市場分析

因為台灣烘焙市場愈來愈成熟，懂得吃麵包的人也愈來愈多。美食玩家葉怡蘭觀察，美食顯學年代，消費者學習追逐食物背後的故事與精華，這樣的風氣也帶動麵包文化（天下雜誌，2011）。然而台灣烘焙業為一具發展潛力之產業，且近年來麵包店導向複合式經營，消費者到麵包店不只是單純的買麵包，更常停留在店內，享受味覺、視覺、聽覺和嗅覺等各種感受，讓台灣傳統麵包店走向以高品質及差異化的方式吸引消費者。不同類型的麵包店以各自的特色擴展，如何以其獨有的特色營造讓消費者印象深刻的環境，則為一重要的趨勢（崑山科技大學，2007）。價格較便宜的麵包種類通常屬於台式甜麵包，台式甜麵包是為了要迎合台灣人口感所製作出的麵包，台灣人喜歡吃軟的，然後有內餡的（就愛健康無添加-痞客幫，2013）。

台灣麵包市場每年有超過 250 億的產值，使得麵包業者紛紛尋求快速製作出「香酥 Q 軟又賣相好又低成本麵包」的捷徑，於是各種香精、色素、改良劑、乳化劑、膨鬆劑、糖精、益麵劑等人工添加物在麵包市場中廣泛地被運用。其實，麵包內藏的問題早已存在，近期胖達人麵包標榜天然，卻被查出添加人工香精的欺騙消費者事件，才讓全國民眾開始重視麵包的原料及製作過程的安全性。在吃麵包前，對麵包的製作過程及麵包可能的人工添加物多些認識，將有助於選購安心且美味的麵包（啟新健康世紀，2015）。此外，市場也出現了一波台式連鎖麵包店的浪潮。在台灣以平價咖啡、蛋糕為主打商品的 85 度 C，是第一個大規模打出現場烘焙的連鎖店。在台灣，85 度 C 三百二十三家分店中，在短短時間內開了六十五家麵包坊，二〇一〇年的目標，還要開到一百家以上。連鎖麵包店為什麼能夠獲得消費者的青睞？岩島成營運協理魏碩祺觀察，連鎖店有量的規模，因此在品牌辨識、原料價格談判，或取得國外資源與交流上，都比零售店更有優勢。就

連便利超商也加入戰局，如統一超商、萊爾富除了原有的袋裝麵包，在部份分店加入現烤麵包；全家便利商店更將麵包列為主要的戰略商品，推出「超麵包」系列，挑戰市場對便利商店麵包「可接受，但沒有期待」的評價(天下雜誌，2011)。

台灣市場目前也有許多麵包店因應潮流，推出複合式的經營方式，如常春藤，而常春藤屬文教型商圈，附近多為住宅、學校、辦公、補習班，麵包也是商圈消費者在選擇點心類食品的首選。因此，對此商圈的消費者而言，麵包店或咖啡點心坊的林立，是不可或缺的一環(常春藤咖啡點心行銷企畫案，2005)。

不同於台式麵包，法式麵包在台灣的市場營運主軸主要希望能讓消費大眾們能真正品嚐到道地且實在的法國美食，也期望能將真正的法國烘焙工法傳授給鄉親，提供給他們一個不用出國就可以吃到法國的烘焙食品的機會。所謂法式軟包或稱台式歐包指的是外形有如歐式麵包，外層脆硬、體積較大，內裡卻有如台式麵包的鬆軟，外酥內軟的特性完全迎合國人喜歡的麵包口感。法式軟包做得相當徹底，在法式軟包店內看不到傳統香蔥麵包或肉鬆等台式麵包的食材，而是起司、蔓越莓等西化食材，完全與本土傳統烘焙坊劃清界線(中時電子報，2013)。

法國麵包只有用老麵來做比較多，麵包比較注重香味，注重原味的存在。法國麵包太硬常無法迎合台灣人的胃口，但還是會有很多店家堅持之後就抓住客人的胃了，堅持不加改良劑，用天然的奶油，藉以跟市場其他類似的商品區隔出差異性。法國麵包本身就是自然，不會放太多的材料，只有麵粉、水、鹽、酵母，做出來的麵包比較有原始的香味，吃了不會脹氣，重點是吃得健康(客家新聞雜誌，2010)。

法式麵包常運用的行銷策略如人氣冠軍麵包試吃，抓緊出爐時間，下午茶時間，烘焙坊人潮沒停過，不同於傳統走的「明亮路線」，挑高店面，加上半開放式廚房，再加上產品多元化，平均每天要供應 80 個幾個麵包品項。抓住這些特質與策略就可以讓連鎖法式麵包一年賺進一億五千元(TVBS 新聞，2012)。

第三章 研究方法

本章將介紹本研究之受試者資訊、研究工具及方法。

1. 受試者

本研究共包含二百位受試者，分別是 103 個女生 97 個男生，皆為崑山科技大學餐飲管理及廚藝系的學生，來自四個年級，其中以三年級的學生比例最大(46%)。

2. 研究工具

本研究針對台式與法式麵包自擬一份問卷，問卷分成三部份，首先是個人資料，第二部份則是詢問受試者購買麵包的習慣，像是次數、原因等等；最後再讓受試者填答其對於法式麵包與台式麵包的看法比較。

3. 研究方法

研究方法分為兩種。首先是運用網路蒐集有關台式麵包和法式麵包的相關報導資料，加以篩選彙整並分析討論，其次是問卷調查，這次調查一共印製了 200 份問卷再針對大學生去發放填寫，了解大學生對於法式、台式麵包的看法，再將填寫完的問卷回收統計成數據供之後的研究做為參考。

4. 研究流程

本研究主要是探討大學生對於台式及法式麵包的看法比較，研究流程共分成五大步驟。首先，先確認研究動機後，針對相關文獻加以收集資料。在設計完問卷之後即可發放問卷讓大學生填答，將回收之問卷所得到的資料經過統計分析處理，最後得到本研究之研究結果與建議。相關研究流程繪製如圖 1 所示。

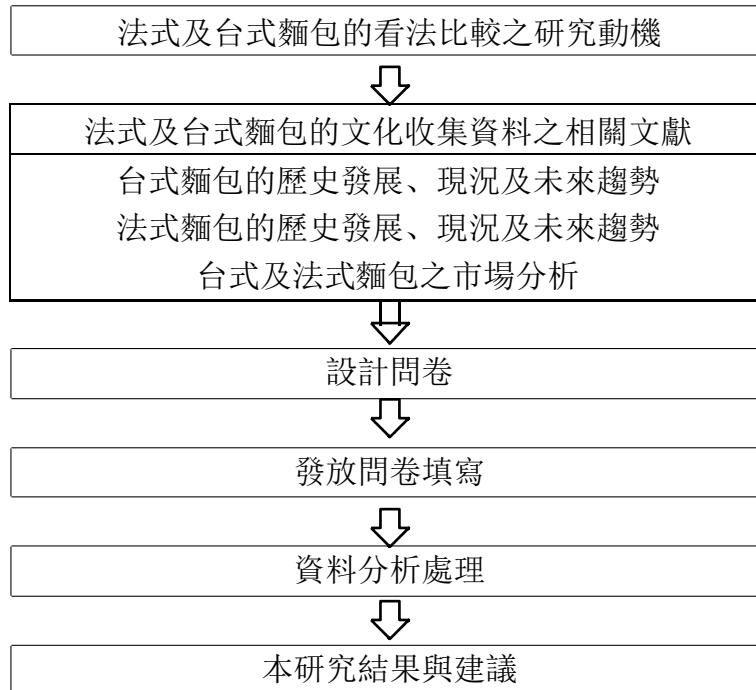


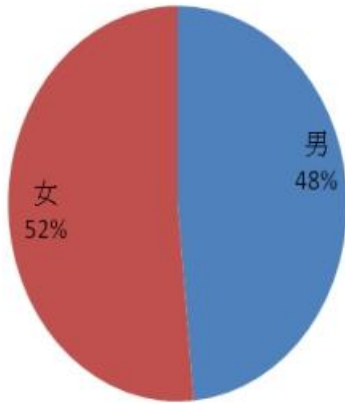
圖 1 本研究之研究流程

第四章 結果與討論

本章將呈現針對大學生對台式麵包和法式麵包的看法所做問卷調查結果，共發出 200 份問卷，回收 200 份，回收率為 100%。問卷調查結果分析如下所示。

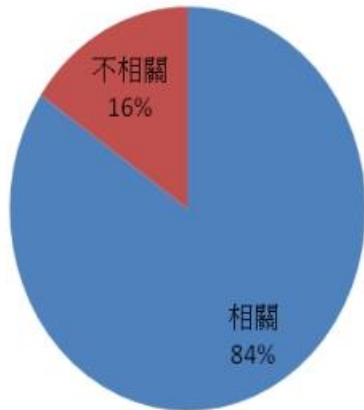
第一部分為個人資料

1. 請問您的性別？



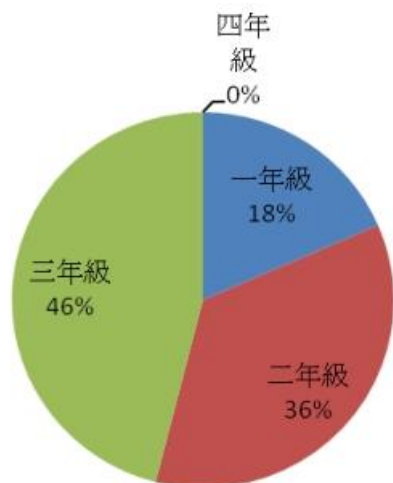
如左圖，經由本問卷調查，女生佔了 52%，男生佔了 48%。

2. 請問您的科系是否與餐飲科相關？



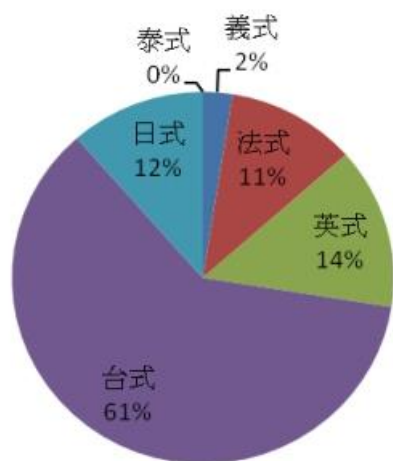
如左圖，經由本問卷調查，餐飲相關科系佔了 84%，非餐飲相關科系佔了 16%。

3. 請問您的年級?



如左圖，經由本問卷調查，一年級佔了 18%，二年級佔了 36%，三年級佔了 46%。

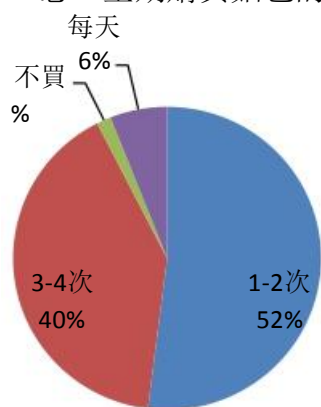
4. 請問您常吃的料理?



如左圖，經由本問卷調查，常吃台式料理的佔了 61%，英式佔了 14%，日式佔了 12%，法式佔了 11%，義式料理佔了 2%，由此可之絕大多數受試者最常吃的料理是台式的料理。

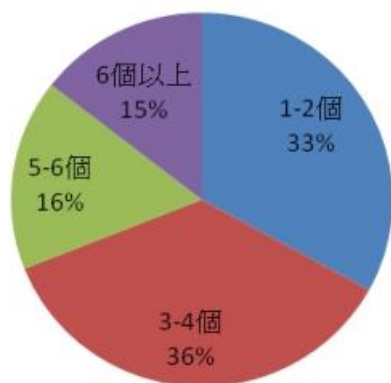
第二部份 依照您的個人情況作答，勾選最適合的欄位

1. 您一星期購買麵包的頻率為



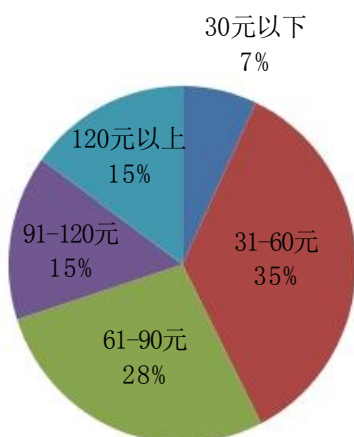
如左圖，經由本問卷調查，一星期購買 1-2 次麵包的人最多，佔了 52%，3-4 次的次之，佔了 40%。

2. 您一次購買的麵包數量為?



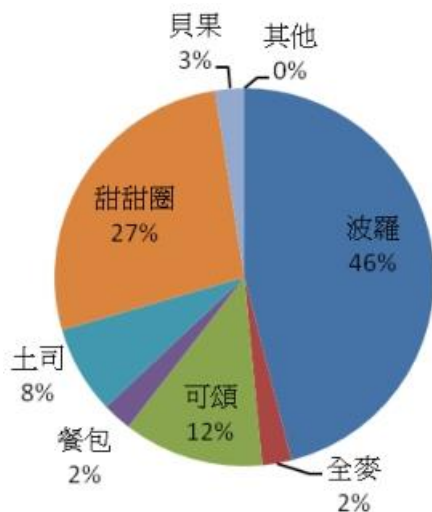
如左圖，經由本問卷調查，一次購買 3-4 個麵包的最多，佔了36%，1-2 個麵包的人次之（33%）。

3. 您一次購買麵包的金額為?



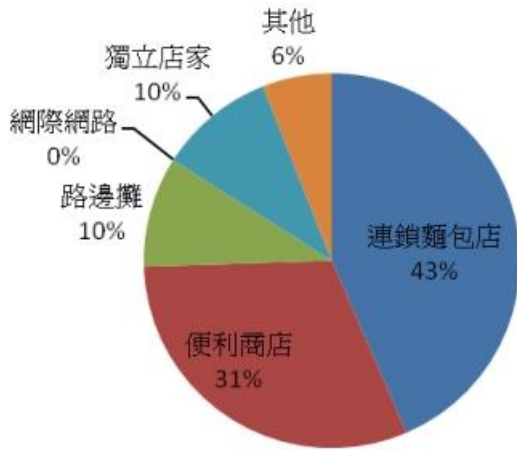
如左圖，經由本問卷調查，一次購買麵包金額 31-60 元的人最多（35%），61-90 元次之

4. 您最常購買的麵包種類為?



如左圖，經由本問卷調查，常買波羅及甜甜圈的人佔了多數，分別為46%及 27%，可頌佔了 12%，吐司佔了 8%，則極少數人常買貝果、餐包及全麥麵包。

5. 您購買麵包的地點為?



如左圖，經由本問卷調查，多數人都在連鎖麵包店及便利商店購買麵包，分別為 43%及 31%，其他通路則占少數。

6. 您購買麵包的原因為?



如左圖，經由本問卷調查，多數人購買麵包的主要原因為好吃及便宜，分別為 44%及 27%。

第三部份

	非	同	沒	不	非
	非常 同意	同意	沒 意見	不同 同意	非常 不同意
1.我覺得台式麵包口味多樣性	102 人 (51%)	90 人 (45%)	5 人 (3%)	3 人 (1%)	0 人 (0%)
2.我覺得台式麵包外觀精緻	60 人 (30%)	84 人 (42%)	30 人 (15%)	21 人 (11%)	5 人 (2%)
3.我覺得台式麵包價格平易近人	93 人 (46%)	102 人 (51%)	5 人 (3%)	0 人 (0%)	0 人 (0%)
4.我覺得台式麵包內餡豐富	89 人 (45%)	76 人 (38%)	7 人 (4%)	25 人 (12%)	3 人 (1%)
5.我覺得台式麵包很有獨特性	58 人 (29%)	74 人 (37%)	35 人 (17%)	26 人 (13%)	7 人 (4%)
6.我覺得台式麵包較營養健康	61 人 (30%)	50 人 (25%)	39 人 (20%)	28 人 (14%)	22 人 (11%)
7.我覺得台式麵包很有飽足感	47 人 (23%)	72 人 (36%)	37 人 (19%)	35 人 (17%)	9 人 (5%)
8.我覺得台式麵包造型多變	87 人 (44%)	91 人 (45%)	11 人 (6%)	8 人 (4%)	3 人 (1%)
9.我覺得台式麵包口感偏硬	0 人 (0%)	8 人 (4%)	12 人 (6%)	124 人 (62%)	56 人 (28%)
10.我覺得台式麵包具有創新、可塑性	76 人 (38%)	90 人 (45%)	22 人 (11%)	7 人 (4%)	5 人 (2%)

表 4-1 受試者對台式麵包的看法

1.我覺得法式麵包口味多樣性	2 人 (1%)	28 人 (14%)	19 人 (10%)	79 人 (39%)	72 人 (36%)
2.我覺得法式麵包外觀精緻	9 人 (5%)	7 人 (4%)	29 人 (15%)	87 人 (42%)	68 人 (34%)
3.我覺得法式麵包價格平易近人	36 人 (18%)	29 人 (15%)	4 人 (2%)	75 人 (37%)	56 人 (28%)
4.我覺得法式麵包內餡豐富	10 人 (5%)	28 人 (14%)	39 人 (20%)	66 人 (33%)	57 人 (28%)
5.我覺得法式麵包很有獨特性	47 人 (23%)	69 人 (35%)	37 人 (19%)	43 人 (21%)	4 人 (2%)
6.我覺得法式麵包較營養健康	62 人 (31%)	84 人 (42%)	22 人 (11%)	17 人 (9%)	15 人 (7%)
7.我覺得法式麵包很有飽足感	54 人 (27%)	65 人 (33%)	48 人 (24%)	30 人 (15%)	3 人 (1%)
8.我覺得法式麵包造型多變	15 人 (8%)	38 人 (19%)	34 人 (17%)	72 人 (36%)	41 人 (20%)
9.我覺得法式麵包口感偏硬	74 人 (37%)	82 人 (41%)	19 人 (9%)	20 人 (10%)	5 人 (3%)
10.我覺得法式麵包具有創新、可塑性	45 人 (23%)	72 人 (36%)	37 人 (18%)	36 人 (18%)	10 人 (5%)

表 4-2 受試者對法式麵包的看法

問卷調查結果分析

由表 4-1 及 4-2 調查結果可以發現大多數受試者認同台式麵包口味的多樣性(非常同意 51%，同意 45%)、外觀精緻(非常同意 30%，同意 42%)、價格平易近人(非常同意 46%，同意 51%)、內餡豐富(非常同意 45%，同意 38%)、有獨特性(非常同意 29%，同意 37%)、造型多變(非常同意 44%，同意 45%)、具有創新、可塑性(非常同意 38%，同意 45%)，相較之下認同法式麵包口味多樣性(非常同意 1%，同意 14%)、外觀精緻(非常同意 5%，同意 4%)、價格平易近人(非常同意 18%，同意 15%)、內餡豐富(非常同意 5%，同意 14%)、有獨特性(非常同意 23%，同意 35%)、造型多變(非常同意 8%，同意 19%)、具有創新、可塑性(非常同意 23%，同意 36%)的受試者便少了很多，由此可知台式麵包相較法式麵包的競爭力為何。

另一方面，大多數受試者認同法式麵包營養健康(非常同意 31%，同意 42%)，相較之下認同台式麵包營養健康的受試者便少了一些(非常同意 30%，同意 25%)，由此可知較多數同學認為法式麵包較台式麵包更為營養健康，也就成為台式麵包

可以改善以提升其市場競爭力之處。

第五章 結論

本研究的目的是在於探討大學生對台式與法式麵包的看法，調查受試者購買麵包的現況及對台式、法式麵包的認同度。調查結果發現大多數受試者認同台式麵包口味的多樣性、外觀精緻、價格平易近人、內餡豐富、有獨特性、造型多變、具有創新、可塑性，相較之下認同法式麵包口味多樣性、外觀精緻、價格平易近人、內餡豐富、有獨特性、造型多變、具有創新、可塑性的受試者便少了很多，由此可知台式麵包在台灣的麵包市場競爭力潛力無窮，甚至比法式麵包更具競爭力。但大多數受試者認同法式麵包營養健康，而認同台式麵包營養健康的受試者便少了一些，由此可知法式麵包在受試者眼中具備營養健康的特色，而這項特色台式麵包較為缺乏的，也就成為台式麵包可以改善以提升其市場競爭力之處。受試者會感覺法式麵包營養健康似乎其來有自。一般而言，法式麵包使用的食材原料較單純，使用天然酵母、麵粉，少鹽少油低熱量。而台式麵包為了增加其產品與餡料的多樣性，相較於法式麵包，食材與原料運用之種類較為繁複，難免讓消費者感覺食材不營養或麵包或許不是那麼健康，甚至有添加防腐劑的可能性。

這樣的調查結果可以彰顯若台式麵包要再更提升市場競爭力所能夠採取的策略。賣方應該要改變一些做法讓消費者知道台式麵包也可以吃得健康，例如：在賣場的麵包陳列櫃列出所有原料，讓消費者知道台式麵包的製作材料都是純天然的，可以安心食用。賣場採取開放式廚房，也可以是一種讓消費者感到安心的方式，因為將製作過程以及使用原料完全呈現在消費者的眼前，讓消費者清楚知道他們所食用的麵包是由甚麼構成的，也才能夠減輕他們的疑慮。最後，台式麵包內含的食材可以使用具有安全標章品牌之原料及食材，強調產品中的原料經過安全認證以及其營養價值，也可透過和在地小農合作，在台式麵包中運用各地特色食材，例如：大甲芋頭、宜蘭三星蔥、屏東萬丹紅豆，提升產業形象，也可以更加強消費者對產品食材的信心。

從本研究得知在台灣的麵包市場中，台式麵包較法式麵包具有競爭力，受試者對台式麵包認同度較高，所以該保存並彰顯它的優點，改善缺點，扭轉消費者對台式麵包的刻板印象。本研究初步探討了在台灣大學生消費者對台式麵包及法式麵包的看法，但研究結果在詮釋上仍有所受限，因受試者皆為崑山科技大學的學生，因此本研究結果並不能夠代表所有大學生立場，也無從得知其他族群消費

者對台式與法式麵包的看法為何，建議未來相關研究能加入其他學校學生或其他年齡層受試者的看法，甚至將消費者對台式麵包與其他類型的麵包做比較與調查，對台灣麵包的市場競爭力能提供更進一步的資訊。

參考文獻

- TVBS 新聞台 (2012)。台麵包 hot! 食材在地化。取自
<http://news.tvbs.com.tw/old-news.html?nid=11647>
- 大地烘焙坊。「寶島台灣麵包熱點」。取自
<http://laterre23.pixnet.net/blog/post/47143018-寶島台灣麵包熱點>
- 台中好生活生活雜誌 (2015)。台中市政府新聞局。
台灣麵包論壇。取自
<https://www.facebook.com/台灣麵包論壇-916815868357295/>
- 艾米尼亞法式烘焙。取自 <http://mmweb.tw/55716/>
- 吳寶春 (2010)。吳寶春的味覺悸動。時報文化出版企業股份有限公司。
- 忠道的巴黎小站@痞客邦。取自
<http://bourgogne.pixnet.net/blog/post/15147564-棍子麵包的故事>
- 法國藍帶東京分校 (2001)。法國麵包基礎篇。大境出版社。
- 客家新聞雜誌 (2010)。公館飄香。取自
<http://blog.roodo.com/hakkaweekly/archives/11246229.html>
- 徐婉卿 (2013)。320 億市場新霸主，法式軟包征服挑剔台灣嘴。中時電子報 1845 期。取自 <http://magazine.chinatimes.com/ctweekly/20130729004195-300106>
- 徐嘉蔓、鍾彩玲、江宗修、王志綱、林文鴻 (2014)。食品業行銷策略之研究以歐香麵包為例。育達商業科技大學。取自
<http://ir.ydu.edu.tw/retrieve/9604/98401752.pdf>
- 崑山科技大學 (2007)。常春藤咖啡點心行銷企畫案。取自
<http://ir.lib.ksu.edu.tw/bitstream/987654321/745/1/>
- 啟新健康世界-重新定位麵包的健康新觀念。取自
<http://www.ch.com.tw/indexhome.aspx?mf=0&chapter=ABB021201>
- 就愛健康無添加@痞客邦 (2013)。取自
<http://ccwarm20120623.pixnet.net/blog/post/36432556->
- 閔言樂 (2012)。古風歐陸麵包。橘子。
- 歐陽應齋 (2012)。味道台北。大辣出版有限公司。
- 謝明玲 (2011)。土洋麵包大戰，搶三〇〇億市場。天下雜誌 438 期。取自
<http://www.cw.com.tw/article/article.action?id=5000740&page=2>
- 愛料理食譜網。取自 <https://icook.tw/categories/336>

附錄

大學生對台式麵包和法式麵包的看法比較

各位同學您好：

這是一份研究大學生族群對台式麵包以及法式麵包看法的問卷。本問卷包含台式麵包與法式麵包的相關問題，請詳細閱讀後再填答。本問卷採匿名方式，所得資料只做為本研究論文應用及參考，您的寶貴意見對於我們的研究將有莫大幫助，懇請並感謝您的協助與支持。

崑山科技大學餐飲管理及廚藝學士學位學程
指導老師：洪綺吟老師
組員：凌昕渝 鄭琬蓁 徐偵榕

◎第一部分

請依照您的個人資料在下方每一題的欄位勾選

1. 性別： 男 女
2. 請問您的科系： 餐飲相關科系 非餐飲相關科系
3. 請問您的年級： 一年級 二年級 三年級 四年級
4. 請問您常吃的料理： 義式 法式 英式 台式 日式 泰式 其他

◎第二部分

下列問題請依照您的個人情況作答，勾選最適合的欄位

1. 您一星期購買麵包的頻率為：
 1-2 次 3-4 次 幾乎不買 幾乎每天
2. 您一次購買麵包的數量：
 1-2 個 3-4 個 5-6 個 6 個以上
3. 您一次購買麵包的金額為：
 30 元以下 31-60 元 61-90 元 91-120 元 120 元以上
4. 您常購買麵包的種類：
 波羅 全麥 可頌 餐包 吐司 甜甜圈 貝果
 其他_____
5. 您購買麵包的地點：
 連鎖麵包店 便利商店 路邊攤 網際網路 獨立店家
 其他_____
6. 您購買麵包的原因：
 好吃 便宜 快速 健康 習慣 方便 其他_____

◎ 第三部分

勾選最適合的欄位

	非 常 同 意	同 意	沒 意 見	不 同 意	非 常 不 同 意
1.我覺得台式麵包口味多樣性					
2.我覺得台式麵包外觀精緻					
3.我覺得台式麵包價格平易近人					
4.我覺得台式麵包內餡豐富					
5.我覺得台式麵包很有獨特性					
6.我覺得台式麵包較營養健康					
7.我覺得台式麵包很有飽足感					
8.我覺得台式麵包造型多變					
9. 我覺得台式麵包口感偏硬					
10.我覺得台式麵包具有創新、可塑性					
11. 我覺得法式麵包口味多樣性					
12. 我覺得法式麵包外觀較精緻					
13. 我覺得法式麵包價格平易近人					
14. 我覺得法式麵包內餡豐富					
15. 我覺得法式麵包很有獨特性					
16. 我覺得法式麵包較營養健康					
17. 我覺得法式麵包很有飽足感					
18. 我覺得法式麵包造型多變					
19. 我覺得法式麵包口感偏硬					
20. 我覺得法式麵包具有創新、可塑性					

◎ 第四部分

整體而言，我覺得台式麵包勝過法式麵包的原因是：_____

整體而言，我覺得法式麵包勝過台式麵包的原因是：_____

~ 問卷到此結束，謝謝您的協助 ~