



香蕉乾燥產品介紹

◎文·圖／林怡如¹、李穎宏²、陳正敏³

前言

香蕉(*Musa sapientum* L.)為芭蕉科芭蕉屬作物，英文名為Banana，是臺灣重要果樹，種植面積達13,344公頃(圖1)，總產量291,292公噸(102年農業統計年報)。香蕉具有獨特的風味，清香爽口，果肉質地柔軟，易剝皮，營養價值高，富含鉀、維生素B及維生素C等，除可做為碳水化合物主要來源外，香蕉也含有對人體有益的膳食纖維，常食用可以幫助腸道蠕動，加上目前外食人數眾多，飲食漸趨西化，膳食纖維的攝取極易缺乏，因此香蕉在市場上很受民眾的喜愛。但黃熟的香蕉貯放時間短(圖2)，若



圖1. 香蕉為臺灣大宗果樹之一



圖2. 香蕉不易保鮮，糖架壽命短。

能發展各種的香蕉加工產品，除能延長食用時間外，更能提高香蕉的附加價值；但因香蕉富含醣類、單寧及多種酵素等，在加工過程中極易褐變，造成顏色、營養及風味的劣變，嚴重影響產品的品質。因此，開發符合市場的消費需求，並具有良好品質的香蕉加工食品極具重要，本文簡要介紹香蕉的乾燥加工產品。

一、乾燥食品

將整條香蕉去皮後，烘乾製成純天然的香蕉果乾產品(圖3)，或添加醣類製成糖度較高的香蕉乾。另外，將香蕉去皮後切片，經烘乾後可以製成香蕉片，或利用真



圖3. 香蕉乾

空油炸製成香蕉餅乾(圖4)；也可以將切片的香蕉，以牛奶浸漬後經70~80℃烘烤，再經油炸製成香酥的牛奶香蕉片；或取熱風乾燥後的香蕉片，經微波膨化形成香蕉脆片。

「香蕉粉」(圖5)也是香蕉重要乾燥食品之一，在日本、北美及西歐等國家都深受歡迎，目前有2種型式的香蕉粉加工產品：一種以青香蕉為原料，加工成富含澱粉的產品；另一種以成熟香蕉為原料，加工而成以糖為主的產品。香蕉粉可以當成原料使用於冰品、烘焙和麵條等食品加工製作中，例如當炎熱

夏季時，可以製成香蕉冰食用，具有消暑作用；或製成沖泡式即溶包，方便



圖5. 香蕉粉



圖4. 香蕉餅乾

攜帶及食用，增加香蕉的多元利用。

二、保健食品

香蕉及香蕉皮富含多種人體所需的營養成分，是一種營養價值極高的水果，除可做鮮食外，更具有發展成為保健食品的潛力。香蕉含有多醣及多酚，該多醣具有抗腫瘤活性及抗氧化作用，而且香蕉皮所含的單寧具有抑制細菌作用，因此，可以利用萃取方式，取出香蕉的多醣及多酚，開發成保健食品。

未來展望

香蕉不易保鮮容易腐爛，櫥架壽命短，若能發展香蕉的全果加工技術及系列加工與保健產品，除能延長櫥架壽命外，更能提高香蕉的多元利用與商品價值。此外，當香蕉量產時進行食品加工，則可以穩定香蕉的產銷。因此，香蕉加工食品的研發，對於香蕉產業的發展，具有重要的意義。