

## 2023 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章表單

文章題目：煮水餃小技巧

摘要：一直以來總有煮水餃需加冷水才能夠更 Q 彈的說法，於是想來探討是否加冷水才能夠讓水餃的皮更加 Q 彈。

文章內容：( 限 500 字~1,500 字 )

### 煮水餃的廚房小技巧

從很久以前開始，民間與網路上就一直有流傳著一種廚房小技巧，此技巧就是，為何大家總說「煮水餃就是要加冷水」呢？有的人還曾說加水的溫度也有著些許的差異，還有些人有著加水、加油與都不加的想法與成果心得。

所以，這次在「科學探究競賽—這樣教我就懂」我們一起來探討看看，是否加冷水才能夠讓水餃更加 Q 彈吧。

在網路上，有人曾去詢問過水餃店師傅，為何煮水餃要加冷水呢？而師父給他的回答則是，因為要讓水餃更容易熟透，就算水煮滾了肉餡也不會沒那麼快熟，所以要加冷水讓水的溫度降低之後再讓它煮滾，才能夠避免皮熟而餡不熟的狀況，從而讓水餃皮吃起來比較 Q 一些。

當然，也有其他廚師曾說他自己在煮都不加水的。而另一名在中央廚房工作的廚師也認為，加水其實並不是絕對必要的動作，「在水滾時將水餃放入，煮至再次水滾後，將火調至中火持續煮 4 到 5 分鐘即可，若是不解凍的冷凍水餃，則要持續煮約 6 分半鐘」，但最重要的還是需好好觀察水餃的狀況，等到「水餃的屁股完全膨脹並且朝上」即可起鍋。他還說如果不想加水又害怕沾鍋的話，也可以在鍋裡加一些香油。許多網友們看到此廚師說這煮法，都紛紛大讚專業。他還說在中央廚房天天做好幾萬顆，甚至連鎖門市也是從來都不加水的。

因此根據以上一些網路上的各種說法來講，若想要水餃能夠 Q 彈好吃又不沾黏的話，其實加冷水是最好的方法，因為要將鍋內的水降溫進而煮得更加熟透好吃。然而如果不想加水又想要水餃好吃，則是建議要加一些香油防止沾黏成一坨一坨的，進而使其水餃分離成一顆一顆，使其獲得美味的水餃，才是不錯的小撇步。

### 參考資料

生活誌>料理---笑笑貓 2022/07/17 最後更新 2022/07/18

煮水餃水滾時，到底要不要加冷水再煮？請廚師來解答，並分享 1 撇步讓水餃不沾黏！

<https://blog.icook.tw/posts/188760>

YAHOO 新聞>焦點---中時新聞網---莊楚雯 2022/9/15

煮水餃要加幾次水？廚師授「保證熟煮法」網讚爆---

<https://tw.news.yahoo.com/news/%E7%85%AE%E6%B0%B4%E9%A4%83%E8%A6%81%E5%8A%A0%E5%B9%BE%E6%AC%A1%E6%B0%B4%E5%BB%9A%E5%B8%AB%E6%8E%88%E4%BF%9D%E8%AD%89%E7%86%9F%E7%85%AE%E6%B3%95%E7%B6%B2%E8%AE%9A%E7%88%86-074027877.html>

註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，**將不予審查**。
2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，**將不予審查**。  
PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。
3. 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
  - 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、對齊該圖