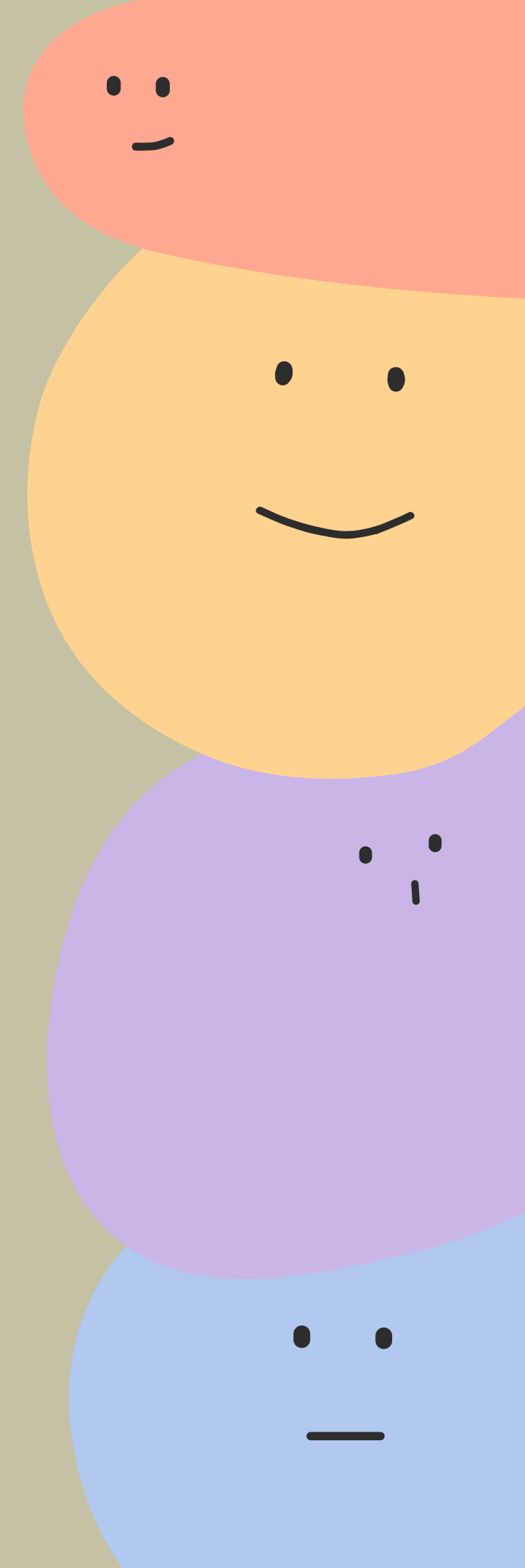
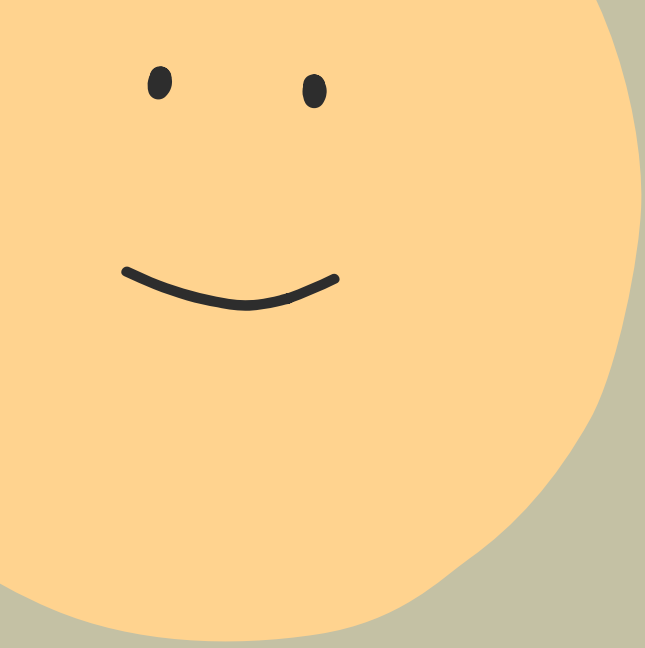


自主學習 -新型態肉品

50818吳怡瑾





目錄

01

動機與目的

04

兩者優缺點之比較

02

植物肉是甚麼

05

是否對人體有危害

03

人造肉是甚麼

06

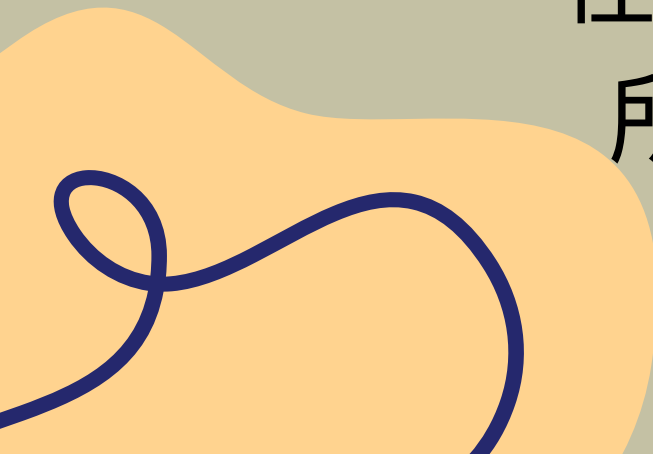
心得與反思





動機與目的

全球正面臨著許多環境和健康挑戰，
而其中之一是氣候變化和糧食供應。
植物肉的興起提供了一個可持續的解決方案，
因為它可以減少對傳統肉類生產的需求，
減少溫室氣體排放和自然資源的消耗。
現在會越來越多人因環保意識抬頭，而選擇食用素食，
但也有很多人希望想出折衷的方法
在近期有越來越多的文獻開始探討植物肉及未來肉的可行性
所以我想透過這次報告來研究未來肉是否有機會大量推廣
或是有更好的方案



01 植物肉是甚麼

植物肉/素肉基本上是由植物蛋白質製成的仿肉。生產的首個步驟是從大豆、小麥或豌豆等植物來源萃取蛋白質，然後將蛋白質萃取物加熱、擠壓和冷卻，使之具有肉的質感，最後加入其他配料及添加劑(例如調味劑及染色料)，以仿製肉的風味如漢堡、香腸、肉餃等。

01 人造肉是甚麼

未來肉是一種肉類替代品，以植物蛋白質為基礎，透過科技加工製造而成，旨在模擬動物肉的口感、味道和營養價值。這些產品通常使用大豆、豆腐、豌豆、紅藜等植物原料，經過特殊的加工和調配，使其在口感和外觀上與傳統肉類極為相似。

未來肉的製程依賴於生物科技和食品工程技術，包括細胞培養技術、蛋白質提取和組合等。這些技術使得未來肉能夠在不需要動物的情況下生產，同時減少對自然資源的消耗，降低對環境的負擔。

02 兩者優缺點之比較

植物肉優點：

- 1.健康：通常比傳統肉類含有更少的飽和脂肪和膽固醇，並且不含藉由動物生長過程產生的潛在致癌物質。
- 2.環保：生產植物肉所需的水、土地和能源相對較少，並且可以減少溫室氣體排放。
- 3.倫理：對動物的虐待問題不再成為問題，因為製造植物肉不需要屠宰動物。

02 兩者優缺點

缺點：

- 1.味道和質地：雖然品質已經大幅改善，但有些人可能仍然認為植物肉的口感和味道不及傳統肉類。
- 2.加工過程：製造植物肉所需的加工過程可能會涉及某些化學物質，對一些人來說可能不太健康。
- 3.營養：植物肉可能缺乏一些傳統肉類中的營養素，例如維生素B12和鐵質，但可以透過添加或補充來解決。

02 兩者優缺點

人造肉優點：

- 1.較接近傳統肉類：人造肉在口感和質地上更接近傳統肉類，因此更容易被肉食者接受。
- 2.營養：人造肉可以根據需要調整營養組成，以確保含有足夠的蛋白質和其他營養素。
- 3.倫理：製造未來肉不需要屠宰動物，因此可以減少對動物的傷害。

02 兩者優缺點

缺點：

- 1.技術和成本：製造人造肉的技術仍在發展中，成本可能比植物肉更高，使得價格較高。
- 2.環境影響：人造肉的生產過程可能仍然涉及較高的能源消耗和碳排放。
- 3.可接受程度：雖然口感和質地已經改善，但一些人可能仍然對人造肉產品的可接受程度存在疑慮，可能需要更長的時間來被廣泛接受。

03 爭議-是否對人體有危害

人造肉也不見得是「健康」的！為了做出更接近於真肉的口感與口味，未來肉加入了更多的食品添加物，這有違目前減少食品添加物的趨勢，且可能有更多黏著、保水的添加物，像是磷酸鹽等，會造成腎臟和骨骼的負擔。

除此之外，人造肉也可能會加入大量的調味料，讓未來肉含有較多的鈉離子，甚至可以達到真肉漢堡排的5倍之多，可能造成血壓負擔。因此，有高血壓或心血管疾病的患者就更要小心，千萬不要認為人造肉更健康而大量食用。

另外有人認為未來肉是化學合成品，長時間食用並不確定是否會有影響

03 爭議-是素食嗎

人造肉不是素食，也不是動物零殘忍。根據定義，純素飲食不包括食用肉類或任何形式的動物產品，因此培養肉再怎麼樣都不會被視為純素，因為製造合成肉所需的成分全部來自動物，而目前採取幹細胞的過程仍需依賴從活體動物內獲取，且最廣泛使用的培養基包含胎牛血清（FBS），這是從動物屠宰場收集的胎兒血液中提取的，雖然有新創公司正在將血清從產品中淘汰，但提取幹細胞的這些過程都會對動物產生痛苦或不適，而在養殖動物的過程中，動物生活的環境是否人道或舒適也是另一問題，也違反了維根主義者（Vegan）最在意的宗旨。

04 心得反思

植物肉和人造肉代表了食品科技在解決全球食品需求和可持續性挑戰上的一大進步。

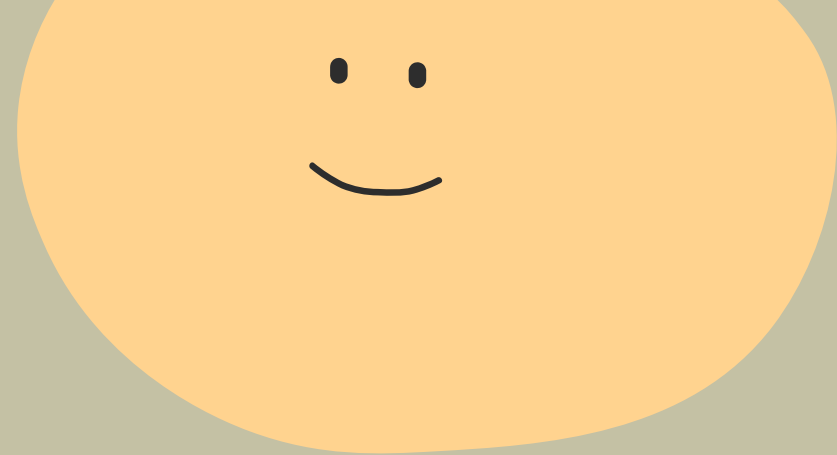
植物肉以植物為基礎，通常比傳統肉類更健康、更環保，並且不需要動物屠宰。然而，口感和質地仍需改進，部分人可能對其接受度持保留態度。相比之下，人造肉更接近傳統肉類的口感和質地，更容易被消費者接受，但製造技術和成本仍是挑戰。總體而言，這兩種替代肉類產品都在致力於減少對動物的壓力、減少對環境的負擔，並提供更多選擇給消費者。然而，要實現其潛力，仍需解決技術和成本等問題。未來，隨著技術的進步和市場的成熟，我們可以預見這些替代肉類產品將在全球食品市場中扮演更加重要的角色，為人們提供更健康、更可持續的食品選擇。

參考資料

<https://www.bowtie.com.hk/blog/zh/%E4%BA%BA%E9%80%A0%E8%82%89-%E6%A4%8D%E7%89%A9%E8%82%89/>

<https://beegood.com.tw/index.php/2024/01/19/160/>

<https://www.cipo.com.tw/%E6%99%BA%E8%B2%A1%E5%B0%88%E6%AC%84/%E4%BA%BA%E9%80%A0%E8%82%89%E8%B5%B7%E7%88%AD%E8%AD%B0%E7%B6%A0%E8%89%B2%E7%B4%A0%E9%A3%9F%E5%9C%88%E5%85%A7%E4%B9%9F%E6%9C%89%E6%96%B0%E6%BD%AE%E6%B5%81>



THANK YOU
So much

