

華人膳食型態保健食品之 合作開發與產業化

陳淑芳 陳麗婷 張嫻婉 簡相堂

委託單位：經濟部技術處

執行單位：財團法人 食品工業發展研究所

中華民國九十九年十二月

華人膳食型態保健食品之 合作開發與產業化

陳淑芳 陳麗婷 張嫻婉 簡相堂

目 錄

	頁次
目 錄	I
表目次	IV
圖目次	VI
摘 要	1
1.商機：華人膳食保健文化及飲食觀念的演化價值	3
1.1 中華飲食文化的科學內涵與價值	3
1.2 中華傳統食品的飲食結構與意念	4
1.3 華人膳食的食療基礎與發展潛力	5
1.4 研究動機與方法	7
1.5 定義與範圍	8
2.他山之石：國外膳食文化開發案例	10
2.1 亞洲	10
2.2 歐洲	16
2.3 美國	25
2.4 各國推動飲食國際化之借鏡	27
3.現況：中國大陸膳食型態保健食品之開發	29

3.1 中國大陸特有食用原料與保健價值	29
3.2 中國大陸膳食型態保健食品之開發	32
3.3 產品相關之法規規範	39
4.現況：臺灣膳食型態保健食品之開發	44
4.1 臺灣飲食特色	44
4.2 臺灣特有食材及保健價值	48
4.3 臺灣膳食型態保健食品之研發狀況	55
4.4 臺灣膳食型態保健食品之開發	56
4.4.1 藥膳加工食品普及且多樣化	56
4.4.2 傳統保健飲品已大量工業化並廣為消費者接受	56
4.4.3 以女性為主的傳統養生膳食已產業化	57
5.新思維：華人膳食型態保健食品產業化之運作	62
5.1 面臨之問題	62
5.2 截長補短	64
5.3 創新模式	66
5.4 臺灣業者之作法	67
5.5 兩岸合作拓展商機	71
6.結論與建議	78
6.1 結論	78
6.2 建議	82
7.謝誌	84
8.參考文獻	85

表目次

	頁次
表 1-1 從藥典到食療-歷代本草呈列	5
表 1-2 華人分佈地區	8
表 2-1 歐盟 13 國具有代表性之傳統食品	20
表 2-2 歐盟 3 種食品及農產品之保護標章	24
表 2-3 各國推動傳統飲食現代化與國際化之作為	27
表 3-1 中國大陸保健食品可用/禁用之原料清單	29
表 3-2 中國大陸衛生部公佈可用於保健食品的真菌和益生菌名單	30
表 3-3 中國大陸衛生部公告之新資源食品名單	31
表 3-4 中國大陸藥膳分類—依功能分類	32
表 3-5 中國大陸藥膳分類—其他分類	33
表 3-6 1996-2007 年中國大陸藥食同源類原料使用頻率(前二十大)	36
表 3-7 1996-2007 年可用於保健食品原料使用頻率(前二十大)	37
表 3-8 1996-2007 年保健食品中功效成分使用統計	37
表 3-9 中國大陸註冊保健食品的主要配方類型及其百分比	38
表 3-10 中國大陸保健食品原料分類及使用頻率	39
表 3-11 中國大陸三種地理標誌保護制度	40
表 3-12 中國大陸地理標誌產品保護規定	41
表 4-1 臺灣常用藥膳	45
表 4-2 臺灣餐飲業者的餐食特色及經營重點	47
表 4-3 臺灣可供食品使用原料-草本與木本植物類	49
表 4-4 臺灣可供食品使用原料-草本與木本植物類以外	52
表 4-5 衛生署公告可同時提供食品使用之中藥材	54

表 4-6	臺灣月子餐廠商及其相關產品服務	61
表 5-1	臺灣月子餐廠商在中國大陸經營狀況	73
表 5-2	針對女性族群之保健食品產品特性	75

圖目次

	頁次
圖 1-1 具有食療功效的食材	7
圖 1-2 華人膳食保健食品定義	9
圖 4-1 2001~2007 年臺灣保健食品功效與對應原物料	55
圖 4-2 2009 年臺灣傳統保健飲品市場規模	57
圖 4-3 臺灣四物湯發展成四物飲的生命史	60
圖 5-1 華人膳食型態保健食品之開發思維	66
圖 5-2 延伸及善用中華文化的魅力	71
圖 5-3 中草藥的特色與發揮空間-連結中式養生的獨特性及故事性	72
圖 5-4 女性一生之生理變化	74
圖 5-5 保健飲品產品類別	77
圖 6-1 東西方膳食保健食品開發思維具有差異性	79

華人膳食型態保健食品之 合作開發與產業化

陳淑芳 陳麗婷 張嫻婉 簡相堂

摘要

目前全球保健食品多以西方膳食型態開發而成，臺灣與中國大陸之保健食品產業亦多追隨歐美日產品開發之腳步。但中華飲食文化及養生價值相當具有開發及演化的價值，包括中華飲食文化隱含的「生態觀念」、「營養觀念」與「美食觀念」，及其強調穀物、水果、禽畜及蔬菜充分結合，滿足人體基本的營養與養生需求。如何延續及演化中華飲食的精髓及價值，重新因應市場需求的變化，規劃未來華人膳食保健食品產業的發展藍圖，值得深入探究。因此，本研究主要的目的在思考如何結合產業價值鏈中上下游各種資源與能量，加速華人膳食型態保健食品之產業化應用與全球化推廣。研究發現：

1. 華人膳食飲食有其健康演化及商業化的價值。廣義的「華人膳食保健食品」，包括所有具保健功能或健康概念之中華美食；狹義則指中華傳統養生膳食。兩者皆蘊含中華傳統養生美食現代化、中華傳統美食健康化及健康元素中華美食化的概念。
2. 國際膳食文化開發經驗可做為發展借鏡。各國飲食特色差異，衍生之膳食文化及經驗亦不同，華人膳食保健食品的開發可分別學習不同的經驗。唯需學習國際經驗外，更需重視本質上的差異，進行優化改良，而非一昧的仿效，才能真正保留精髓，創造差異價值。
3. 中國大陸具食材供應基礎，唯較缺商業化力道。中國大陸具有豐富且具特

色的保健食材可做為華人膳食保健食品發展的基礎，尤其是中草藥。該產業長期受關注的眼光不少，唯較缺乏整合與轉化，人力資源、產品標準、功能驗證、品質管制及經營策略等商業化與國際化推動力量仍有不足。

4. 臺灣有精粹、整合及產品開發的實力。臺灣美食的種類相當多元，且具以中藥入膳之飲食特色，已為華人膳食保健食品的開發提供良好的發展實力與經驗，可應用於未來華人膳食保健食品的推展。
5. 產業發展關鍵在於現代化、健康化及美食化。現代化面臨困境、健康化大有可為、美食化亟待突破。後續成功運作仍需藉由標準化以加速其產業化，推動認證制度以確保品質與品牌效益。
6. 兩岸齊力有助於拓展國際商機。兩岸飲食文化背景相同，兩岸中草藥產業鏈的整合與合作，包括中華特有中草藥原料研究、功能特色的開發、產品的功效驗證、餐食的標準化、品管標準及後續飲食文化的包裝與故事行銷等，可共同合作爭取華人膳食保健食品在全球市場的商機。

計畫編號：10G436-01

委託單位：經濟部技術處 99-EC-17-A-01-06-0453-6

調查報告：第 99-4581 號

提出日期：中華民國九十九年十二月

研究人員：陳淑芳—財團法人 食品工業發展研究所副研究員

陳麗婷—財團法人 食品工業發展研究所副研究員

張嫻婉—財團法人 食品工業發展研究所副研究員

簡相堂—財團法人 食品工業發展研究所研究員兼企劃室主任

1.商機：華人膳食保健文化及飲食觀念的演化價值

中華飲食文化受到中國傳統的哲學思想、文化精神和思維模式等影響；而其豐富的飲食內容，則受到科學思想和食物結構等影響。

1.1 中華飲食文化的科學內涵與價值

據熊四智先生在《中國烹調概論》中指出，中國傳統的飲食科學思想，主要包括三大觀念，即天人相應的「生態觀念」、食治養生的「營養觀念」與五味調和的「美食觀念」。上述三大觀念，具體表現在食物的選擇、配搭和菜點的組成、製作與風格特色上。

天人相應的「生態觀念」，是指在食物的選擇上，是從天人合一出發，把人的生存與健康放在自然環境中，做到四季不同食，四方不同食。從古至今，中國的餐飲業和家庭烹煮，大多講究時令菜。即根據不同季節，選擇不同的食物原料，進行烹飪、食用。元朝忽思慧在《飲膳正要》中即列出「四時所宜」，即春氣溫，宜食麥；夏氣熱，宜食菽(綠豆)；秋氣燥，宜食麻；冬氣寒，宜食黍。

食治養生的「營養觀念」，是指人的飲食必需有利於養生，以食治疾，辨證施食，飲食有節，以此保正氣，除邪氣，從而使人健康長壽。所謂辨證施食，是指將食物的性能和作用，根據人體的特點和各種需要，恰當地配搭食用不同種類和數量的食物。飲食有節包含飲食數量的限制、質量的調節和寒溫的調節。

五味調和的「美食觀念」，是指透過對飲食五味的烹飪調製，創造出合乎時序與口味的新綜合性美味，達到飲食之美的最佳境界「和」。五味調和的美食觀念具體表現在菜餚的風格特色上，講究內容與形式的調和統一，在味道上強調

2.他山之石：國外膳食文化開發案例

由於各國所處的地理位置、氣候、生活方式等差異，因而以生長在此地理範圍內的食材而衍生之膳食文化以及對健康之意涵亦各具特色。本章將借鏡亞洲(日本、南韓、泰國)、歐洲(北歐四國與地中海沿岸國家)及美國等國家的膳食文化與相關保健膳食之開發經驗經驗，做為研究之參考基礎。

2.1 亞洲

(1)日本

日本飲食特色

日本飲食的基本概念就是「季節感」，亦即充分利用當令採收的新鮮食材及其原味，以精湛技藝細密處理後再品嚐。在烹調法方面，日本菜除使用當季食材外，同時也幾乎不使用動物性油脂，因此熱量低。因而日本食物才會因有益健康而受到歐美國家的重新認識。

日本在四世紀的大和時代，出現發酵調味料。但因後來佛教東來，穀物發酵而成的穀醬成為主流。701年的大寶律令上就記載，朝廷設置直屬的醬院，命人以大豆為原料作成醬。味噌、醬油到室町時代，已普及於一般百姓家中，進而塑造今日日本料理的雛形。日本雖不吃肉，但因其為島國，吃魚同樣可以維持營養均衡，因此形成今日獨特的飲食文化。

日本從鎌倉時代到安土桃山時代，禪從中國傳入，影響了日本的飲食文化。禪食為精緻料理，其樣式成為日本懷石料理的基礎。而隨茶道的興盛，可作為茶點的糕點相繼出現，而成為今日的和式糕點和菓子。室町時代，米普遍成為一般百姓的主食，魚則為主要副食，芥末醬以及生魚片料理開始普及。

3.現況：中國大陸膳食型態保健食品之開發

3.1 中國大陸特有食用原料與保健價值

目前中國大陸保健食品可使用的原料有：(1)普通的食物原料；(2)87 種既是食品又是藥品的物品；(3)114 種可用於保健食品的物品(見表 3-1)；(4)衛生部批准的新資源食品；(5)11 種可用於保健食品的真菌和 10 種益生菌菌種(見表 3-2)；(6)列入《食品添加劑使用標準》和《食品營養強化劑使用標準》的食品添加劑和營養強化劑；(7)一些列入藥典的輔料，如賦形劑、填充劑。

表 3-1 中國大陸保健食品可用/禁用之原料清單

SAMPLE

4.現況：臺灣膳食型態保健食品之開發

4.1 臺灣飲食特色

(1)臺菜融合大陸各省與世界主要飲食特色

臺灣四面環海、四季分明，兼具溫帶、亞熱帶與熱帶氣候，不僅漁類資源豐富，且整年盛產各種蔬菜及水果。臺灣的原住民有獨特的飲食製備方法，其中小米是原住民最重要的主食與釀酒的原料，另各種野菜、野生動物與水產動植物，也是重要的食物來源之一。自明朝末年起，閩南人與客家人渡海移民來臺人數增多，奠定今日臺灣飲食文化取向。日據時期，臺灣菜受到日本料理和烹調方式的影響。二次大戰結束，國民政府遷移來臺，各式各樣的外省菜也逐漸在臺灣廣為流傳。而近年來，西風東進，西洋菜也日益影響臺灣飲食。此外，亞洲料理，如日本菜、泰國菜、越南菜、韓國菜等，在臺灣亦各擁一片天。

臺灣美食的種類相當多元，且彙集中華與異國料理之傳承與融合，包容並蓄、極具特色，幾乎已超出原來所從出之美食範疇。在臺灣興盛、創新且聞名世界的臺灣美食(Gourmet TAIWAN)，包含在地美食、中華美食及世界美食等三類。在地美食包括原住民、日本殖民、外省移民、客家、臺灣特色菜餚及小吃等；中華美食包括川菜、粵菜、湘菜等八大菜系；世界美食則包括和漢料理、臺風洋食等；臺灣融合各式菜餚的精髓，發展出更具特色口味的美食與文化。而更廣泛的臺灣美食範疇亦包括在臺灣孕育而生的美食品牌，包括鼎泰豐小籠包、王品台塑牛排或三商巧福牛肉麵等。上述種種都可被定義為臺灣美食。

大陸及臺灣各地的家鄉味，可稱為鄉土小吃。民間的小吃在臺灣飲食界中紛紛隱潛於八大菜系之中，統稱為臺灣民俗小吃。進一步細分，小吃包含飲食與特產，兩者層次與處理方式不同。蘊含臺灣地理性與特色，可享受到不同的味道，體會鄉土情懷與歷史文化等深層的背景意義。臺灣的民俗小吃可為八大類，包含畜肉類、海鮮類、米麵類、豆類、素食類、糕餅類、飲料類、醬料類。

5.新思維：華人膳食型態保健食品產業化之運作

5.1 面臨之問題

從餐飲業的角度來看，無論就狹義或廣義之華人膳食保健食品產業化運作上，都必須面臨與克服中華傳統藥膳現代化、中華傳統美食健康化、以及健康元素中華美食化三個面向的問題。其中之關鍵就在如何現代化、健康化及美食化，同時仍保有中華傳統的特色。

(1)中華傳統藥膳現代化面臨困境

宋勝利(2006)在「中國藥膳食療發展諸問題芻議」乙文中，提出幾個中華藥膳發展的關鍵問題。包括：概念不清，定義混亂，遭遇法規障礙和行政干預；藥膳食療學界和業界缺乏聯繫與合作，使學界成果難以轉化為業界所應用，而業界亦缺乏科學指導致盲目發展；傳統中醫藥學遭受文化轉型的劇變與現代科學技術文明的衝擊，連帶影響藥膳之發展；全球保健意識抬頭，藥膳極具發展機會，但各界多無清楚認識亦未做好準備。

因此，宋氏建議組建藥膳食療行業協會，積極建立個人與企業、學界與業界、行業與政府、國內與國際等有效溝通管道和網路；制定各種定型產品品質標準、建立藥膳食療專業服務體系與行業自律體系，以規範行業行為和產業走向；導入現代科技，建立藥膳食療資料庫；加強知識產權保護與技術創新之成果轉化機制；加強宣傳力度，排除非業內消費者對藥膳食療的認識誤區；爭取藥膳食療學成為世界文化遺產。

(2)中華傳統美食健康化大有可為

6. 結論與建議

6.1 結論

- (1) 華人膳食飲食有其健康演化及商業化的價值
- (2) 國際膳食文化開發經驗可做為發展借鏡
- (3) 中國大陸具食材供應基礎，唯較缺商業化力道
- (4) 臺灣有精粹、整合及產品開發的實力
- (5) 產業發展關鍵在於現代化、健康化及美食化
- (6) 成功運作還需多方共同並進
- (7) 中華膳食保健食品推廣之創新模式

6.2 建議

- (1) 資源的多樣化及健康價值仍有開發空間
- (2) 標準化可加速華人膳食保健食品的產業化
- (3) 兩岸齊力有助於拓展國際商機

《華人膳食型態保健食品之合作開發與 產業化》

紙本定價:2000 點

全本電子檔下載：4000 點;亦可依各章節下載

電話 | 02-27326517

傳真 | 02-27329133

客服信箱 | itismembers@micmail.iii.org.tw

地址 | 10669 台北市敦化南路二段 216 號 19 樓

劃撥資訊 | 帳號：01677112

戶名：財團法人資訊工業策進會

匯款資訊 | 收款銀行：華南銀行—和平分行

(銀行代碼：008)

戶名：財團法人資訊工業策進會

收款帳號：98365050990013 (共 14 碼)

服務時間 | 星期一~星期五

am 09:00-12:30 pm13:30-18:00



經濟部技術處產業技術知識服務計畫

如欲下載此本產業報告電子檔，

請至智網網站搜尋，即可扣點下載享有電子檔。

ITIS 智網：<http://www.itis.org.tw/>

版權所有© 2011 經濟部技術處 產業技術知識服務計畫(ITIS)

經濟部技術處產業技術知識服務計畫專案辦公室 承辦