

# 課程名稱 | 樂活洋食館-南洋泰國料理

課程屬性 | 社會與生活

課程編號 | 972-360

授課老師 | 葉東璋

最高學歷/ 立德大學休閒管理研究所碩士

相關學經歷/ 調酒監評證、教育部講師證、中餐丙級證照、調酒丙級證照、餐旅服務證照、南台科大、正修科大、中華醫事科大餐旅系講師、法國Maix's南區主任、環華企業家西餐主任、台北晶華酒店調酒師

現職/ 立德大學、台南市社區大學資深教師（任教六學期以上）

上課時間 | 每週三晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2008年09月03日（星期三）

課程理念



## 關於這一門課：

### 1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

近來，由於能源價格的上漲，使得政府相關單位開始倡導「節能省電」與「環保永續」的概念，恰巧與樂活族(LOHAS即Lifestyles of Health and Sustainability的縮寫)，以健康、環境責任及自給自足的型態過生活的定義互相呼應。而泰國菜與南洋一些國家料理的製作，除了就地取材與強調香料與香草的搭配使用，還會以天然水果入菜，再加上酸、甜、鹹、辣的特殊口感，讓吃過的人都會難以忘懷。台南最近也開了很多泰食館，不管昂貴還是平價，每家大多是高朋滿座。因此，本課程除了把樂活的觀念融入南洋料理之外，也安排了幾次泰國餐廳的品嚐，除此之外，更安排了幾堂餐廳籌備的課程，希望藉由『樂活洋食館-南洋篇』這課程，讓學員更了解南洋料理與樂活觀念的重要性。

### 2. 修此門課需具備什麼條件？

只要您是對餐飲有興趣的人都可以來參與，學員只需帶著一顆快樂學習的心來上課，不管你有沒有餐飲經驗或是餐飲相關執照，都可以在這堂課學到很多知識，學會自己料理南洋菜的技巧、品嚐學員自己製作的菜色，也可藉此結交許多同好

### 3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

上課由老師先講解示範，再由學員團隊分工完成，最後再一起品嚐。材料由老師準備，學員只需帶著一顆學習與品嚐美食的快樂心情來上課。

### 4. 如何取得學分？（評量方式）

前面的課程由老師教授，最後一堂課由學員做心得報告與成果分享，藉由團隊的分工與個人的成果的呈現，作為評分的標準。

教材費 | 3000 元

招生人數 | 24 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 3 學分 3000 元（18 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
----	------	------	------

1	2008-09-01 晚上07:00~09:50	課程簡介	教學方式簡介與南洋料理介紹
2	2008-09-08 晚上07:00~09:50	泰越春捲	泰越春捲有異於台灣春捲，除了口感不一樣之外，還可沾醬吃
3	2008-09-15 晚上07:00~09:50	凉拌木瓜絲	這一道是典型的泰國菜，以青木瓜入菜，搭配檸檬與其他蔬果，是一道結合酸甜鹹辣的道地泰國菜。
4	2008-09-22 晚上07:00~09:50	南洋雞肉沙嗲	這道菜來自於泰國南部，是一道知名的小點，與啤酒一起食用更有其獨特的風味，吃完之後，口中還會散發出胡椒與椰漿的濃郁氣息。
5	2008-09-29 晚上07:00~09:50	越南咖啡	藉由越南的濾沖壺所萃取出咖啡液，加上香醇濃厚的煉奶香，就是家喻戶曉的越南咖啡。
6	2008-10-06 晚上07:00~09:50	泰式南瓜椰奶甜湯	南瓜與椰奶的搭配，除了鹹食之外，甜食也是另一種新嘗試。
7	2008-10-13 晚上07:00~09:50	泰式椰漿紫米甜湯	這道甜點獨具南洋風味，以椰漿來襯托出紫米的獨特口感。
8	2008-10-20 晚上07:00~09:50	月亮蝦餅	之所以叫月亮蝦餅是因為這蝦餅未切之前圓圓大大的有如月亮一般，搭配特製沾醬，融合蝦餅的脆與蝦仁的鮮美，讓你吃了不絕於口，吃了還想再吃。
9	2008-10-27 晚上07:00~09:50	金錢蝦餅	顧名思義，這道菜之所以叫金錢蝦餅，就是因為其蝦餅的形狀像大型錢幣之故，最主要是以蝦餅沾上麵包粉，再下油去炸，口感與月亮蝦餅迥異。
10	2008-11-03 晚上07:00~09:50	泰式椒麻雞	這道椒麻雞要好吃，通常都會用去骨的雞腿比較好吃，而最重要的一個獨門密技就是花椒與紅辣椒所製作出來的花椒辣油，當它淋在剛炸好的雞腿上，在淋上芝麻，所散發出來的脆與香
11	2008-11-10 晚上07:00~09:50	檸檬烤豬肉	此道菜的特別之處即在用檸檬皮去調味，再用檸檬汁當沾醬，與紅蔥酥搭配食用，別具風味。
12	2008-11-17 晚上07:00~09:50	清蒸檸檬魚	一般處理魚料理，大多會用薑來去腥，可是南洋菜大多是用大蒜、紅蔥頭、檸檬與一些香料來去腥，也因為如此而創造出口味獨樹一格的檸檬魚。
13	2008-11-24 晚上07:00~09:50	南洋啤酒蝦	這道是越南的家常菜，最主要是用越南啤酒與高湯和一些香料一起熬煮，再與蝦一起蒸煮，充分融合啤酒與蝦，產生共鳴
14	2008-12-01 晚上07:00~09:50	泰式鳳梨炒飯	以新鮮鳳梨搭配椰奶與咖哩予白飯一起拌炒，充分展現出泰國風味的一道炒飯。
15	2008-12-08 晚上07:00~09:50	蝦醬空心菜	這道菜幾乎是每家泰國餐廳必備的佳餚，除了用蝦醬之外，蒜頭與蘇菜、辣椒的作用也是重要的技巧之一。
16	2008-12-15 晚上07:00~09:50	椰汁咖哩雞	這是一道標準的泰國料理，以椰漿搭配咖哩把雞肉的味道詮釋出來。
17	2008-12-22 晚上07:00~09:50	海南雞飯	海南雞飯是新加坡的美食，最特別的是它的飯是用雞湯、香料與香蔥與大蒜一起燉煮出來的，吃到口中除了米的芳香之外，還能感受到每粒米所蘊含的香料與雞湯的鮮美口感。
18	2008-12-29 晚上07:00~09:50	品嚐泰式餐廳(戶外教學)	實際到泰式餐廳品嚐料理

