課程名稱 「家」餐桌,料理與故事2

課程屬性 社會與生活　　課程編號 1031-4423

授課老師 李武昌（及江佩珊等老師）

最高學歷/ 成大附工機械科

相關學經歷/ 植栽專業年資50年
2007-至今 台南市社區大學自然與環境學程講師
2007-2010 台南市行道樹審查委員
2008年教育部第一屆「銀髮教育志工獎」
2011中華 民國第一屆全國終生學習楷模
2017-10-16過通行政院環境保護署環境教育人員認證

現職/ 台南市社區大學自然與環境學程講師

上課時間 每週二晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2014年03月04日（星期二）

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

"用愛心,才能料理出動人好滋味"喜歡料裡的你一定懂得這個感受!

學料理並不一定要向外學,其實,家裡的長輩就是我們的好老師,每日為家人料理的他們,就是每天用愛心為家人準備料理的一群料理達人.

規劃這門課便是希望向這些家餐桌的料理長們致敬 !

向挖空心思提供家庭餐桌上美食的長者，學習留住他們料理食物的手法,經由敘述,影像、繪畫，串聯人、事、物、味、留住老味道故事的食譜

所以,這不只是一門料理課,更是喚起你我家庭味蕾記憶的<家餐桌>生命之旅

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 對烹飪,食物故事有興趣者
2. 喜歡分享,願意參與本班期末所將舉辦的愛心辦桌募款活動

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

1. 邀請各家資深家庭料理長分享家庭美味故事與烹調撇步
2. 學習各家私房菜
3. 聆聽各家餐桌故事

4. 如何取得學分？（評量方式）

1. 學員需返家向家中長輩(爸.媽.阿公.阿嬤或姑姑叔叔.伯父伯母等)學習一道菜

並將過程紀錄下來,包括食譜及料理過程
2.紀錄方式:繪畫 攝影 錄影均可
3.期末將安排"家餐桌"料理分享會及紀錄展

5.備註&推薦書目

本課程另收材料費600-800元,上課第一週由班級自行收取,請學員準備

教 材 費| 1000 元
招生人數| 19 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）
學分收費| 1 學分 1000 元（6 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	2014-03-04 晚上07:00～09:50	產地到餐桌;漬味與醬	1.食物鏈與食物戀/上期課程回顧及開課說明/李武昌老師主講 2.第1-2道家料理: 漬與醬:和風醬+菜脯雞 用簡單的漬與拌技巧,留住季節的味道
2	2014-03-11 晚上07:00～09:50	夏天的菜與湯	1.第2-3道家料理:夏天的湯滋味+手捲壽司 /主廚:林玉雪 2.餐桌故事分享-打開我與家的味蕾記憶
3	2014-03-18 晚上07:00～09:50	豆腐與餛飩	1.第4-5道家料理:麻婆豆腐+餛飩湯 /主廚:吳美蓮 趙秀柔 2.餐桌故事分享-打開我與家的味蕾記憶 3.討論逛菜市場地點與時間
4	2014-03-25 晚上07:00～09:50	五穀與種籽的純然味道	1.第6-7道家料理:種籽的記憶-紫米粥 /主廚:怡樺媽媽 李武昌 2.餐桌故事分享-打開我與家的味蕾記憶
5	2014-04-01 晚上07:00～09:50	瑞士連線--分享瑞士男人的廚房	1.第7道家料理:瑞士家庭 /主廚:瑞士男人方玖樂 3.餐桌故事分享-瑞士男人和孩子進廚房，社會與學校全民一起 內容：以生活經驗與實際訪談內容,分享瑞士男人和孩子為何從小就會進廚房做料理？社會環境給了哪些動力？學校教育與軍隊教育有哪些助力？
6	2014-04-08 晚上07:00～09:50	秘密滋味	1.第8道家料理:秘密滋味 /主廚:神秘嘉賓 2.我家餐桌滋味分享-全班一人一道菜,話說我家的菜單