

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" 喜歡料理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:瑞士男人方攻樂 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