

# 課程名稱 | 總舖師心兮料理

課程屬性 | 台江分校

課程編號 | 1101-1101T21

授課老師 | 蔡瑞成

最高學歷/ 長榮中學 美工科

相關學經歷/ 相關經歷

2010台灣美食展山珍海味館 駐館名廚 海味料理展示  
2016台灣美食展得時台灣館 駐館名廚 台菜料理展示  
2015/17台江思慕魚節美食展演  
2016台江國家公園 尋訪台江古早味相關展演  
2016台南政大書城 台灣辦桌文化傳承  
2018台灣美食展 台灣新廚服發表秀  
2018日本大阪難波和梅田車站推廣台南美食觀光  
2018台南市衛生優質餐廳  
2019~24台南市低碳飲食行動餐廳  
2015~22行政院農委會三星溯源餐廳  
2019台南美術館愛呷愛呷論壇美食展演  
2019台南美食節活動 辦桌神廚  
2020~23經濟部經典、傳承、山海臺菜餐廳  
2020~24環保署綠色惜食餐廳  
2022綠色餐飲指南消費者最愛餐廳  
2022/23/24法國米其林指南必比登推介  
2024全運會英雄宴主廚  
2024台江宴料理發表  
2024新加坡食品展台灣館美食展演  
2024新加坡大使館府城料理辦桌  
2024忠孝Sogo台南400風華宴  
2024竹北遠百竹北 台南400風華宴  
2024 全家聯名米其林鮮食 海鮮烘蛋燴飯 思慕魚粥

現職/ 東香臺菜海味料理 愛心總舖師外燴料理服務 廚藝總監

上課時間 | 每週二晚上07:00-08:50 第一次上課日期 2021年04月27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

「一府二鹿三艋舺」台菜的由來始於府城  
帶領學生學習台菜的典故和料理的精髓  
運用在地食材結合市場採買介紹

加上專業的實作課程  
學習並了解台菜的烹調技術與味道特性  
用愛化做行善的料理呈現  
培養台江料理行善團累計人力募集和義煮經驗  
傳遞食物的溫暖和感染力  
發揚百年台菜善的精神

## 2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 對料理有興趣喜歡動手下廚，有顆善良的心
2. 保持自主健康管理習慣，額溫超過37.5。盡速就醫在家休息
3. 上課需保持社交距離，勤洗手、全程配戴口罩
4. 穿戴頭巾圍巾廚房安全鞋
5. 上課前、後需清潔消毒環境
6. 用餐請避免交談、採公筷母匙，自備環保餐具

## 3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

學習講義讓學生課前準備並採買  
課堂協同學員實作完成料理  
課程方向預計在2023年  
建庄200年時端出10道台江國宴料理  
每一學年和學生開發兩道料理預計5年後完成展現

## 4. 如何取得學分？（評量方式）

平常隨堂實作完成  
分組烹飪分享呈現  
期末料理餐飲觀摩教學  
有時間參加義煮公益活動累計關懷經驗

## 5. 備註&推薦書目

- 以下國定假日停課一堂，課程順延！
  1. 04/02(五)-04/05(一)清明連續假期
  2. 06/12(六)-06/14(一)端午連續假期
- 特別說明，以下節日仍是正常上課！
  1. 5/1(六)勞動節
  2. 5/9(日)母親節

使用教材 | (已含講義與食材費用)

教材費 | 1200 元

招生人數 | 20 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 (9 週課程/一次上課 2 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2021-04-27 晚上07:00~08:50	課程說明介紹	第一堂:課程說明新教室啟用典禮 相見歡/選班代/防疫宣導 安南區社造課程導入
2	2021-05-04 晚上07:00~08:50	紅燒豬腳麵/節慶料理	五月感恩的季節，適逢母親節，動手為父母親煮一碗紅燒豬腳麵，循古禮為其父母添福壽。

3	2021-05-11 晚上07:00~08:50	紅蔥青蔥醬/海鮮寬麵/創新料理	臺江在地食材紅蔥頭，社造課程延伸開發紅蔥青蔥醬佐在地海鮮麵的創新做法。
4	2021-05-18 晚上07:00~08:50	大道公孝親日延期/鳳梨滷麵 / 節慶料理配合防	善的料理~鳳梨打魯麵教學 府城傳統習俗結婚喜慶，一種透過滷麵報喜並分享喜悅的特殊飲食文化。府城大滷麵的做法教學。
5	2021-05-25 晚上07:00~08:50	紅燒魚(紅饅) / 傳統料理配合防疫政策停課4周《	臺菜紅燒魚(紅饅)俗稱煮豆油糖，臺江沿海地區的特殊料理作法，先煎香魚在淋上醬油、糖、米酒、胡椒的調味，加上蔥薑蒜辣椒的味道，把魚的的特殊鮮甜味提出，入口既化的鮮甜好
6	2021-06-01 晚上07:00~08:50	彩蔬思慕魚餅佐紅蔥莎莎醬/創新料理配合防疫政	配合防疫政策停課4周(上課日期暫定6/29若有異動，會在群組告知) 臺江在地食材紅蔥頭和思慕魚的結合，社造課程延伸開發紅蔥
7	2021-06-08 晚上07:00~08:50	季節甜湯製作/傳統料理配合防疫政策停課4周《8/	在地季節水果結合傳統甜湯的作法，傳統中賦予料理創新的新活力。
8	2021-06-15 晚上07:00~08:50	分組料理實作分享配合防疫政策停課4周《9/7線	把上課教過的菜和烹調技法，應用辦桌呈現實作料理分享。
9	2021-06-22 晚上07:00~08:50	課外餐飲觀摩/經典料理配合防疫政策停課4周《9/	配合防疫政策停課4周(上課日期暫定7/20若有異動，會在群組告知) 專業台菜料理典故介紹品嚐，校外課程需繳交保險費1人35-40