

課程名稱 | 一起來(起酵)！

課程屬性 | 自然與環境

課程編號 | 1102-1102N08

授課老師 | 孟崇德

最高學歷 / B.Sc. Ecology

相關學經歷 / 環境教育，綠建築電氣系統設計，樸門永續設計教育講師

— B.Sc. Ecology — University of Calgary

— Electrical Engineering Technology — SAIT Polytechnic

— Permaculture Design Certificate — Permaculture Research Institute

上課時間 | 每週三上午09:00-11:50 第一次上課日期 2021年09月29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

我很愛跟微生物一起生活！要分享怎麼用益菌來讓基本的蔬菜變成更美味持久的美食！

2. 修此門課需具備什麼條件？

喜愛動手操作皆可

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

會用powerpoint分享一些理論和背景資料。也會一起來動手作不同的發酵產品！

4. 如何取得學分？(評量方式)

參與

使用教材 | 發酵物品的材料

教材費 | 300 元

招生人數 | 21 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	2021-09-29 上午09:00~11:50	發酵和保存食物的理論	了解怎麼養益菌，防止其他微生物生長。有什麼不同方法？來做一些基本的德國方式酸菜。
2	2021-10-06 上午09:00~11:50	乳酸發酵	蔬菜的發酵。一起作韓式泡菜。
3	2021-10-13 上午09:00~11:50	砂糖發酵/紅茶菌	Kombucha. 這種微生物有什麼不同。怎麼養？一起作汽水或康普茶。
4	2021-10-20	自然發酵麵包	怎麼養？跟一般的酵母有什麼不同？一起烤麵包！

	上午09:00~11:50		
5	2021-10-27 上午09:00~11:50	豆子！	作天貝 (tempeh)
6	2021-11-03 上午09:00~11:50	分享自己做的發 酵物品	Party! 我們帶來自己發酵的，分享怎麼做的，一起吃！