

課程名稱 | 來起酵中級班—深入乳酸發酵

課程屬性 | 自然與環境

課程編號 | 1102-1102N09

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11月10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，水果和牛奶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	2021-11-10 上午09:00~11:50	乾鹽式系列，鹽漬蔬菜系列Dry-salt ferments & Brined vegetable ferments	細細的切，直接加鹽的酸菜系列。比較粗的菜需要用鹽水。
2	2021-11-17 上午09:00~11:50	米糠床的酸菜Nuka zuke	養一個米糠床，做又快又香的酸菜！
3	2021-11-24 上午09:00~11:50	調味品Condiments	發酵的調味品有更濃更香的味道！

4	2021-12-01 上午09:00~11:50	乳酸發酵的水果 和水克菲爾Fruits & Tibicos	來做很特別的甜點！養水克菲爾，自己做汽水。
5	2021-12-08 上午09:00~11:50	優格和凱菲爾Yogurt and kefir	省錢自己做優格！
6	2021-12-15 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！