課程名稱 [11/09開]總舖師心兮料理

課程屬性 台江分校　　課程編號 1102-1102T19

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11月09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

使用教材｜（已含講義與食材費用）
教 材 費｜ 1200 元
招生人數｜ 12 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	2021-11-09 晚上07:00～08:50	課程說明介紹	第一堂:課程說明 相見歡/選班代/防疫宣導 安南區社造課程導入
2	2021-11-23 晚上07:00～08:50	烏魚粄條	“美濃南瓜園的午餐”外燴發想的一道結合客家元素的臺菜海味蠱料理，主食材是七股台大海洋系鄭博士用心養的烏魚，材魚湯頭加上炸過烏魚的香氣，增加傳統”烏魚煮米粉”的蠱美
3	2021-11-30 晚上07:00～08:50	海菜鮮濃湯	海邊特有的海菜(紗仔)有豐富的葉綠素和膳食纖維質和膠原蛋白，碧綠的色澤用來煮海鮮特別對味，這道料理猶如海洋一般的生態縮影。
4	2021-12-07 晚上07:00～08:50	麻油雞酒麵線	麻油雞屬溫熱滋補食療，加上麵線特別適合濕冷的天氣食用，但脾胃濕熱、發炎中、感冒的人不太適宜進食。
5	2021-12-14 晚上07:00～08:50	香茅咖哩醬	適合大量製作後真空冷凍存放，蒸熱後可加蔬果、白飯、麵條食用，是後疫情時代居家方便快速實用的料理包。

6	2021-12-21 晚上07:00～08:50	課外餐飲觀摩/經典料理	傳承經典台菜料理典故介紹品嚐，校外課程需繳交保險費1人35-40元(教材費用支出)