



主題營隊

## 台東創意廚藝教室

### 一、計畫緣起

公益平台基金會為培育花東的觀光餐飲人才，讓花東在地的專業餐飲人士，以及對餐飲有興趣並具高度學習意願之青年，有機會與國際主廚進行中西式廚藝交流，並有實務操作的機會學習烹煮夏威夷或西式料理，特舉辦「2018 台東創意廚藝教室」，邀請夏威夷大學的教授 Prof. Daniel and Alice Swift 夫婦進行授課與創意廚藝示範。

### 二、計畫目標

- (一) 以夏威夷、南加州傳統與創新料理為主軸，認識夏威夷與南加州飲食文化。
- (二) 透過夏威夷與台東的交流，讓學員了解如何運用在地食材製作創意料理。
- (三) 結合線上學習與實作模式，探索遠距廚藝教學的方式。

### 三、計畫時間

- (一) 初階課程：7月4日至7月7日，對餐飲有熱情之在學高中生
- (二) 進階課程：7月9日至7月12日，具基本餐飲知識之專業廚師或教師

### 四、活動地點

國立台東專科學校（台東縣台東市正氣北路 911 號）

### 五、辦理單位

- (一) 主辦單位：公益平台文化基金會
- (二) 協辦單位：國立台東專科學校

### 六、參與對象

- (一) 初階課程：對餐飲有熱情之高中高職學生，24 位。
- (二) 進階課程：具餐飲知識餐飲教師與在地廚師，12 位。

### 七、師資介紹

主廚：Daniel Swift Ed.D, CMB, CEC  
夏威夷檀香山太平洋烹飪學院餐飲系教授

講師：Alice Wu Swift Ph.D

夏威夷檀香山私立 Kamehameha 學校 教學設計資深講師

## 八、課程規劃

### (一) 課程主題

四天的課程皆由美籍主廚 Daniel 及講師 Alice 設計，依據夏威夷、烘焙及南加州料理主題提供 6-8 道食譜進行教學，並設計線上學習教材供學員事先預習及研讀，降低全英文授課的挑戰。

初階及進階教室的授課主題相同，唯課程進行的節奏以及引導程度上有不同層次。講師 Alice 表示，教學課程的設計除了可讓學員認識夏威夷及南加州的特色料理，亦能讓擁有不同餐飲背景的學員學習及回顧最基本的烹飪及烘焙原理，成為未來創新與傳統料理融合的出發點。也因主廚 Daniel 具有 18 年豐富的教學經驗，可依各組程度及需求做不同層次的引導教學，能視現場學員的需求即時做課程調整及示範。

### 課程表

時間	內容	地點	備註
08:30-08:45	報到	學生餐廳	7/4 & 7/9 開幕
08:45-09:05	開場	學生餐廳	
09:05-10:00	教學示範 Demonstration through Mo'olelo (Story)	西餐教室	
10:00-12:30	廚房實作 Hands-on Lab Day 1: 夏威夷現代料理 Day 2: 烘焙主題 Day 3: 南加州料理 Day 4: 無國界料理	西餐教室	
12:30-14:00	用餐交流 Lunch and Building Pilina (Relationships)	學生餐廳	
14:00-14:30	整理&回饋 Cleanup and Ho'omana'o (Reflection)	西餐教室	問卷回饋

### (二) 線上教學網站 [www.alicewuswift.com](http://www.alicewuswift.com)

## 九、執行概況

### (一) 學員招募

1. 報名資格：台東當地對餐飲有興趣之高中生，以及具餐飲相關背景之專業人士，經校方及工作單位推薦者即可報名。
2. 報名方式：一律採線上報名，需簡述報名動機及餐飲背景供主辦單位審核。

3. 共 36 位學員錄取，其中 24 位初階學員來自台東縣私立均一高級中學、國立台東專科學校、私立公東高級工業職業學校、國立成功商業水產職業學校等。12 位進階班的專業人士則包括上述各校的餐飲系教師、在地民宿業者及飯店主廚。

#### (二) 食材採購

1. 依據主廚事先列出的食材和器材清單進行採購及數量核對。雖然主廚不盡熟悉台東在地容易取得的食材，但給予主辦單位十足彈性來做調整，因此最後以鬼頭刀及當季蔬菜，取代原食譜所列的鮭魚及洋香菜巴西里或朝鮮薊等進口食材。
2. 所需食材則商請均一廚房平時合作的廠商報價。均一伙食秘書提供平時蔬果、雞、豬、蛋及地球村等五家廠商聯繫方式。活動期間遇到周一、二市場休市，需要事先規劃及安排食材的保存方式，以避免休市所帶來的不便。而新鮮蔬菜等不易久放的食材，也需事先和廠商協調分批進貨，才能確保食材新鮮度。

#### (三) 場地

由於是首屆舉辦廚藝教室，考量均一學校廚藝教室尚未完工，在夥伴們場勘過私立公東職業學校及國立台東專科學校的餐飲教室後，認為東專的專業設備及烘焙教室場域較公東高工來得完善，最終決議和東專簽定合作備忘錄，邀請其成為協辦單位。除了提供場地及協助招生宣傳外，東專校方也展現十足誠意，撥經費整修有十多年歷史的西餐教室空調系統及工作台爐灶，並於活動期間動員系上老師及學生義務協助講師及學員熟悉場地及器材設備，全力支持兩梯次的廚藝教室。

#### (四) 課程教學

1. 有別於台灣技職學校普遍以考取證照為導向、墨守食譜規範的教學，主廚特別展現靈活運用的教學方式，舉凡鼓勵學員大膽嘗試不同食材的組合，提醒要密切觀察烹調過程中的食材變化，不斷的嘗試味道來做調整，才能呈現完美料理。而主廚也將現有或剩餘的食材靈活運用於其他料理來增添風味，讓學員從中學習隨機應變的重要及安排的巧妙。
2. 依據每日的主題課程規劃，3 個半小時內需完成 6-8 道食譜的教學示範與廚房實作看似過於挑戰，但和主廚溝通後，得知因不確定課程進行的流暢度及擔心突發狀況，所以多預備以做為備案。而實際執行過程中，為節省發酵或等待烤箱溫度的時間，在示範教學後，各組也會取得事前預備好的半成品再各自完成料理。
3. 除了每日主題教學及示範外，主廚也樂於和學員分享在餐飲界一路走來所學習到的人生經驗。對於還在就學的初階學員，包括學習態度、眼神站姿、做事的積極度及凡事不浪費等提醒，期許他們未來不論是否繼續待在餐飲業，這些好的品格都是幫助未來成功的必備條件。而對於進階學員，主廚則是鼓勵他們持續多方嘗試，不停止學習新知，例如廚師不見得都懂烘焙，但 Daniel 在過去則因著有烘焙這項專長，為他帶來更好的工作機會。

#### (五) 執行檢討

首屆舉辦的台東創意廚藝教室，在不熟習工作模式，加上和主廚、講

師的事前溝通僅能透過 email 往返的前提下，在事前的準備工作需要花費額外心力確認場地及課程設計等細節，但透過團隊合作及講師給予的彈性空間，兩梯次的廚藝教室仍圓滿完成。主廚和學員最大的收穫來自於透過「美食」這個世界共同的語言，能跨過語言隔閡相互交流學習。以下列舉此次活動遇到的挑戰及所建議未來作法：

#### 1. 挑戰

##### (1) 語言

由於主廚 Daniel 以全英文授課，雖有現場人員協助翻譯，但多少影響課程進行的節奏及流暢度。再加上講師 Alice 所預備的線上教學教材及工作本也以英文為主，對大部分學員來說在閱讀上恐怕較為吃力。

##### (2) 學員的餐飲背景

初階及進階學員的餐飲背景及資歷不盡相同，有初階學員第一次使用刀具切菜，但餐飲系學生則具備基本的烹飪技巧；進階學員的餐飲系教師及五星級飯店主廚的餐飲資歷也截然不同。雖可互相交流及學習，但恐難一次滿足學員欲學習進階廚藝技巧的期待。

#### 2. 未來作法

(1) 針對課程進行中的翻譯，建議事先商請中英流利的翻譯人員協助，以避免講師需要同時講解及翻譯而影響課程進行的流暢度。另外線上的教學教材，建議於活動 1-2 週前提供給學員事先預習，查考單字以了解課程內容。

(2) 針對完全沒有餐飲背景的初階學員，可安排餐飲系的老師或學生在旁指導基本技巧；而針對進階課程的餐飲專業人士，可重新討論課程內容及設計，安排參訪行程做業界的相互連結，以滿足不同期待。

## 十、學員回饋

### 鐘宜庭 / 公東高工

學到如何運用多餘的食材，才能達到控制成本，不浪費。主廚也與我們分享自己在業界的一些經驗，如何控管成本以及用甚麼態度學習才能成功。

### 張照紫 / 台東專科學校

主廚很用心地在教學。今天製作的芋頭(Poi)，大家吃起來不太喜歡，主廚馬上就用不同的方式做了一道料理，很被大家接受。我喜歡這種上課方式，很活潑、很彈性，不用照著食譜上一步一步做，而是可以按自己的方式做料理。

### 林志偉 / Mata 家屋

學習到一些烘焙的基本觀念，並了解所有的料理方式都是由幾種元素所組成的。往往我們自己做廚師的工作，常常為了華麗顏色的料理及擺盤，忽略了食物及食材最初記憶中的味道。

## 十一、活動照片

### 台東創意廚藝教室



1	2
3	4
5	6

- 1-2. 講師 Alice 及主廚 Daniel 為初階教室學生進行教學示範及說明。
3. 學員於課程最後一天運用所學來呈現創意料理。
4. 透過分組合作，進階學員彼此交流與切磋廚藝。
5. 主廚 Daniel 協助學員裝飾創意料理-辣椒巧克力麵包。
6. 進階班的學員包含在地餐飲業者(左一)及餐飲系的老師(中間二位)。