

【附件 2】教案格式

臺南 400 主題優良教案甄選

一、教案名稱：臺南 400 飲食文化初探與創新

二、設計理念：

臺南府城 400 年結合了移民、殖民時期的文化，承載歷史的記憶，飲食習慣改變及在地特色食物形成了多樣化且經典的臺南美食小吃文化。藉由飲食文化的探索，了解臺南的獨特性和豐富性，並且將傳統美食和烹調方法解構再創新，希冀學生以這樣的方式了解感受地方文化、風土文情和歷史。此教案設計理念參考 Borich 在「有效的教學法」一書中提到有效教學包含課程內容明確，表達清晰、多元化教學任務導向的教學、引導學生學習、確保學生成就感等五項關鍵行為。以五項關鍵說明本課程設計之理念：

(一)課程內容明確，表達清晰：說明臺南 400 系列活動之意義，身為餐飲人對於臺南府城美食的認識來規劃課程內容，循序漸進的課程內容以符合具邏輯與程序。

(二)多元化教學：教學方式多元富彈性，在講課過程中能善用問答討論的教學方式，並且以時事與圖文教材來連結學生的學習經驗。

(三)任務導向的教學：在課堂的引起動機與分組討論，清楚說明每一堂課程的學習目標與討論內容。

(四)引導學生學習：引導學生融入課程內容中，進行實作練習，藉由小組討論活動與分工，能主動的投入學習，完成所分配之任務。

(五)確保學生成就感：讓學生能理解課程的內容，從中建立學習自信。並且於在課程教學的活動設計，從小組討論中鼓勵學生探索及發現問題，幫助學生了解學習內容。因此本主題課程以成果展競賽方式呈現各組作品，搭配各組說菜及教師講評，讓學生透過競賽有習得成就感。

三、設計架構：含學習目標概念分析與架構圖



四、教學活動設計：

| | | | |
|-------------|--|--|---------------|
| 實施年級 | 餐飲科三年級 | 總節數 | 共 6 節， 300 分鐘 |
| 實施人數 | 餐三 1-32 人、餐三 2-35 人、餐三 3-30 人。共 97 人 | | |
| 總課綱 核心素養 | <ul style="list-style-type: none"> ● A3 規劃執行與創新應變 ● B3 藝術涵養與美感素養 ● C2 人際關係與團隊合作 | | |
| 核心素養 | <ul style="list-style-type: none"> ● U-A3 具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為因應新的情境或問題。 ● U-B3 具備藝術感知、欣賞、創作與鑑賞的能力，體會藝術創作與社會、歷史、文化之間的互動關係，透過生活美學的涵養，對美善的人事物，進行賞析、建構與分享。 ● U-C2 發展適切的人際互動關係，並展現包容異己、溝通協調及團隊合作的精神與行動。 | | |
| 學習重點 | 教材 研究 分析 | <ul style="list-style-type: none"> ● 1.教材重點： <ol style="list-style-type: none"> (1) 了解臺南 400 年之飲食文化，包含荷蘭統治時期（1624 年-1662 年）、明鄭時期（1662 年-1683 年）、清朝統治時期、日治時期（1895 年-1945 年）、戰後時期及臺灣發展（1945 年至今）等五階段的飲食文化。 (2) 了解各階段飲食文化中的食材、菜餚，並了解其製作過程。 (3) 復刻菜餚，重現當時期之飲食特色。 (4) 將菜餚重組解構，以創新方式呈現，實現「越在地越國際」的實踐。 ● 2.教材特點： <p>透過歷史文本記錄中了解食物文化，並藉由實作從復刻到創新，進而創在在地飲食文化走向國際的可行性。</p> ● 3.教材難點： <p>隨著全球化時代的變遷，食物的歷史基因該如何永續?臺南 400 年飲食文化資料來源有限，五個階段的資料搜尋與彙整皆以網路來源為主，學生能透過此課程初探臺南飲食文化的面貌，但深度研究有其限制之處。</p> | |
| | 學生 學習 經驗 分析 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生具備安全衛生的洗滌及切割流程之知識，並且具備基礎刀工（絲、末、丁、條…等）與基礎烹調之技能（炒、炸、蒸、煮、燴、拌…等）。 2. 學生以於一年級考取中餐丙級，具備基礎中餐技能；二年級菜單設計課程已習得進階中餐，可獨立操作菜餚之能力；三年級上學期宴席課程已習得冷盤及海鮮料理、涼拌菜與蔬菜以及豬肉、牛肉、鴨肉、魚肉等宴席料理。 3. 可以加入歷史課，學生有基礎臺南歷史的認識。 4. 三個班級各有 1/3 同學選修導覽解說課程，並對臺南歷史文化有更深度的文化認識。可由選修此課程的同學作為各組飲食文化資料蒐集與成果展出時的說菜員。 | |

| | |
|-------------|---|
| 學習表現 | <ul style="list-style-type: none"> ● 餐旅-專-餐導-A-d 觀光餐旅業的發展過程 ● 餐旅-技-廚技 I-C-a 食材的認識與分類 ● 餐旅-技-廚技 I-C-c 各類食材的特性、處理方式及儲存 ● 餐旅-技-廚技 I-G-a 各類基礎烹調法的認識 |
| 議題 | <p>學習主題</p> <p>多元文化教育議題學習主題與實質內涵</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 我族文化的認同 ● 文化差異與理解 |
| | <p>實質內涵</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 多 U1 肯認並樂於宣揚我族的文化。 ● 多 U3 探討不同群體的文化，並能從各文化群體的觀點進行分析。 |
| 臺南400 | <ul style="list-style-type: none"> ● 臺南府城400年結合了移民、殖民時期的文化，承載歷史的記憶，飲食習慣改變及在地特色食物形成了多樣化且經典的臺南美食小吃文化。藉由飲食文化的探索，了解臺南的獨特性和豐富性，並且將傳統美食和烹調方法解構再創新，希冀學生以這樣的方式了解感受地方文化、風土文情和歷史。 |
| 所融入之學習重點 | <ul style="list-style-type: none"> ● 資訊教育 ● 多元文化教育。 |
| 與其他領域/科目的連結 | <ul style="list-style-type: none"> ● 國文-飲食文學:透過作家與歷史學者書寫食物或飲食來訴說食物與時間的故事，了解食物在歷史的座標與軌跡。學生也能藉由飲食文學的筆繪，揣摩書寫飲食的面向，以文字傳達傳統的創新飲食。 ● 導覽解說-學生將導覽解說課程所學之解說技巧進行說菜。 |
| 教材來源 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 呂哲維、陳楨婷(2016)。中餐烹調 I。高雄市:全華圖書股份有限公司 2. 夏文媛、吳錦芬、尹淑萍(2019)。觀光餐旅業導論(上冊)。臺北市:基峯出版社 |
| 教學設備/資源 | 電腦、投影機、廚房餐廚具設備、麥克風、展示桌 |
| 學習目標 | <p>餐旅-技-廚技 I-1 了解臺南飲食文化與食材，並能應用相關知能解決問題。</p> <p>餐旅-技-廚技 I-2 運用基本中餐烹調機具與工具，並能應用科技在專業實務操作。</p> <p>餐旅-技-廚技 I-3 運用中餐烹調基礎刀工與烹調方法製作臺南料理。</p> <p>餐旅-技-廚技 I-4 運用盤飾菜餚搭配及展臺布置，具備餐飲美學之素養。</p> <p>餐旅-技-廚技 I-5 重視食品衛生安全，組員由工作中學習互助合作，以建立中餐從業</p> |

| | | |
|------|---|--|
| | 人員職場倫理及職場衛生安全習慣。 | |
| 教學型態 | <input type="checkbox"/> 個別班級教學 ■ 班群教學 <input type="checkbox"/> 全學年教學活動 <input type="checkbox"/> 跨學年教學活動 <input type="checkbox"/> 戶外教學 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 教學目標 | 單元目標 | 具體目標 |
| | <p>【認知】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識臺南 400 年之飲食文化 2. 認識臺南 400 年飲食之食材其製作過程 3. 了解美學如何運用在臺菜精緻化的呈現 <p>【情意】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 培養對地方文化的根本產生興趣，並主動探究其價值。 2. 激發創意發想。 3. 建立積極參與的學習態度。 4. 培養學生認識文化的豐富與多樣性。 <p>【技能】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能利用「料理臺灣」、「食力 foodNEXT」、「Food Design Studio」、「旅讀」…網站，以「臺南飲食」、「臺南歷史」、「飲食美學」等關鍵字進行搜尋。 2. 學生能善用工具完成實作活動。 3. 學生可以結合不同的刀工、烹調法完成創作 4. 學生可以於成果展示時，進行說菜。 | <ol style="list-style-type: none"> 1-1 學生能透過關鍵字的搜尋，彙整臺南在荷蘭統治時期（1624 年-1662 年）、明鄭時期（1662 年-1683 年）、清朝統治時期、日治時期（1895 年-1945 年）、戰後時期及臺灣發展（1945 年至今）等五階段的飲食文化特徵。 1-2 學生能敘述臺南 400 年之間五個階段的飲食特色，並了解其食材與烹調方法。 1-3 學生能將美學概念融入成品實作，提升從口味到品味的內涵。 2-1 希冀共同創造在地飲食文化創新的願景。 2-2 藉由實作中展現料理風貌的多樣性。 2-3 能表現積極參與課堂活動的態度。 2-4 能增進善用資訊解決問題，彙整資訊。 3-1 學生藉由文章的搜尋，可以閱讀瀏覽臺南府城 400 年的飲食相關文獻紀錄，並將其彙整分類。 3-2 學生透過實作活動，藉由資料蒐集所彙整之在地食材、地方文化等，呈現傳統菜餚與創新菜餚。 3-3 從菜色設計、餐點擺盤到展臺(氣氛)營造，打造飲食精緻化。 3-4 學生於實作成果中，展現說菜之能力。 |

| 教學活動 (單元/節次) | 教學活動內容及實施方式 | 實施時間 |
|-----------------|---|---|
| | <p>一、準備活動</p> <p>(一)課前準備</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 設計教學主題 2. 歸納整理教學資料 3. 設計編寫教案 4. 製作學習單、各組材料單 5. 各種器具與材料之前置 <p>(二)課間準備</p> <p>將班級進行分組，一組 6~7 人，一共分為 5 組。組員工作分配可分為說菜解說員、展臺布置、菜卡設計、菜餚製作...等。</p> <p>(三)課後作業</p> <p>小組製作成果冊，內容包括:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 年代歷史背景 2. 小組復刻年代菜餚一道(材料、流程、照片) 3. 小組將菜餚解構再創新(創作理念、材料、流程、照片) <p>二、發展活動</p> <p>(一)引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師透過講述 2015 年 CNN 曾介紹臺南市為「Taiwan' s food capital」-臺灣的美食之都。2024 年臺南獲選 CNN 「最佳參訪地」，是臺灣唯一獲選城市。並提出臺南是臺灣最早發展的區域，古蹟數量最多，小吃更是聞名全臺。隨著歷史文化的變遷，不同族群的擴展，更隨著全球化、大眾媒體的推波助瀾，美食小吃以不同的面貌呈現。 2. 以 PPT 臺南美食圖片引起學生過去的飲食經驗，臺南鱔魚意麵、臺南擔仔麵為例，引導學生提出食物的特色。如鱔魚意麵特色為具有鍋氣、甜度高、有洋蔥、油炸意麵...等，烹調為大火快炒，放入油炸的意麵為的是吸收醬汁。 <div data-bbox="464 1615 799 1926" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="818 1706 938 1818" data-label="Text"> <p>風味: 主材料: 配料:</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> 3. 師生討論新聞「臺南米其林星級餐廳連 2 年掛零 網友一片歡呼『感謝放過』」，從中探討臺南美食的特性，並引導學 | <p>課前準備:2 週</p> <p>發展活動</p> <p>(一)引起動機與課堂講述 50 分鐘</p> |

生對於米其林餐廳菜餚與臺南美食輪廓相互結合之下，會產生什麼亮點？

(二)教學活動

教學活動主要分為飲食文化典故資料蒐集與學生實作兩部分進行。

1. 第一堂課(3 節宴席烹調課程)

- (1) 分組討論:全班分為 5 組，隨機抽籤負責蒐集的年代，分別為荷蘭統治時期（1624 年-1662 年）、明鄭時期（1662 年-1683 年）、清朝統治時期、日治時期（1895 年-1945 年）、戰後時期及臺灣發展（1945 年至今）等五階段的飲食文化。
- (2) 每一組針對該年代搜尋一道代表料理、小吃或食材，了解該臺南於該年代的歷史文化。小組搜尋資料並彙整，進一步了解其製作方法、步驟。
- (3) 教師引導如何將料理進行解構，將其特色列點出來。
- (4) 小組運用解構重組原理，構思創新菜餚。
- (5) 小組開立材料單，教師統一彙整，並與各組討論流程與可行性。

2. 後續討論:菜卡製作、展臺布置

(二)教學活動

小組分組討論 100 分鐘



- (1) 菜卡製作(復刻菜餚之典故、創新菜餚之理念)
- (2) 挑選盛裝菜品之容器

2. 第二堂課(3 節宴席烹調實作課程)

- (1) 依照各組食作材料配分，5 組學生各自進行實作。
- (2) 各組進行菜餚洗滌、切割等前置作業。
- (3) 課程進行中，教師以走動式教學，協助指導各組。各組完成一道復刻當年代的菜餚，以及完成一道創新菜餚。
- (4) 學生鋪設桌巾並進行展臺佈置、擺放菜卡。
- (5) 各組學生發表成品說明，講解利用復刻菜餚的那些元素來延伸創意菜餚的構想。
- (6) 善後清潔。

3. 課後作業

成果報告的撰寫內容須包含:展臺成品照、心得感想、復刻菜餚與創新菜餚食譜、做法流程、典故與理念敘述

四、教學評量

1. 為兼顧學生的認知、情意、技能等三方面的表現，因此採多元方式進行評量。
2. 課程發展以全班分組方式進行實作，以落實教學創新與教學理念的活化。
3. 課程評量標準:菜卡設計 10%、小組討論學習單 20%、實作流程 30%、展臺布置與介紹 10%、成果報告 30%。

(二)教學活動

1. 烹調實作與展臺擺設 90 分鐘
2. 成品展示、各組說菜 60 分鐘

教學注意事項

- 一、課堂講授及教學示範，讓教學理論與實務操作並重。
- 二、蒐集相關的教學示範影片，除了搭配影片的教學，並詳細的實際示範操作，讓學生能加深印象，有更好的學習表現。
- 三、進行各項評量，瞭解學生的學習成效。
- 四、讓學生分組討論及操作，培養學生團隊合作及分工，並養成正確的工作態度及衛生習慣。

教學活動內容-引起動機



說明臺南 400 相關活動，以及身為餐飲人的大家可以以什麼樣的行動來認識探索臺南的歷史脈絡。



教師講述 2015 年 CNN 曾介紹臺南市為「Taiwan's food capital」-臺灣的美食之都，並以 PPT 臺南美食圖片引起學生過去的飲食經驗。



引起學生的飲食經驗後，再引導如何將料理進行解構，將其特色列點出來。



教師說明荷蘭統治時期（1624 年-1662 年）、明鄭時期（1662 年-1683 年）、清朝統治時期、日治時期（1895 年-1945 年）、戰後時期及臺灣發展（1945 年至今）等五階段的飲食文化特徵。

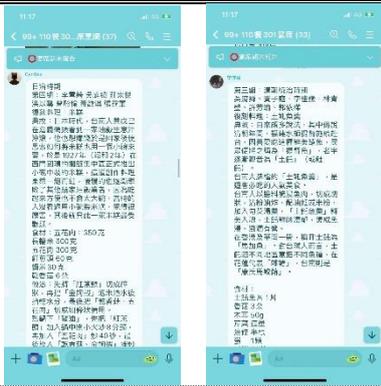
教學活動內容-學生分組討論



每一組針對該年代搜尋一道代表料理、小吃或食材，了解該臺南於該年代的歷史文化。



小組搜尋資料並彙整，進一步了解其製作方法、步驟。



小組開立材料單。



挑選盛裝菜品之容器

課程作業:完成小組學習單之撰寫

教學活動內容-學生分組實作



各組進行菜餚洗滌、切割等前置作業。



教師以走動式教學，協助指導各組。



教師以走動式教學，協助指導各組。



學生鋪設桌巾並進行展臺佈置、擺放菜卡



菜卡製作包含復刻菜餚之典故、創新菜餚之理念。



各組完成一道復刻當年代的菜餚，以及完成一道創新菜餚。



各組學生發表成品說明，講解利用復刻菜餚的那些元素來延伸創意菜餚的構想。



學生與作品合照。

五、 教學成果與省思：

(一)學習者心得

1. 餐三 2 學生宋○○學習心得：

眾人皆知臺南以豐富的飲食文化而聞名，藉由這次臺南 400 的活動，讓我了解到了更多臺南各個時期飲食文化背後的故事及小吃，並且與組員們復刻臺南以前的傳統食物並用一些相同的元素或調味料創造出創新料理。我們這組的題目是明鄭時期，當時因為鄭成功到臺灣時，老百姓就是獻上虱目魚做為貢品，因此我們也將虱目魚作為我們的主題，復刻出三樣臺灣常見的虱目魚料理。然而創新料理是以中菜西吃的想法來做創新的發想，將虱目魚的精華利用，以魚柳、魚皮、魚肚製成三道菜，前菜煙燻虱目魚肚佐金沙醬、湯品馬賽虱目魚湯、主菜炸魚薯條。

2. 餐三 2 學生楊○○學習心得：

這次的臺南建城 400 復刻菜餚我們選擇的是清領時期的擔仔麵，擔仔麵可說是臺南相當著名的小吃，但許多人卻不知道他的做法，藉由這次的活動，我們不僅了解了擔仔麵的歷史及作法，還將擔仔麵融入了日式料理廣島燒中，做成了創新料理。雖然在一開始選擇要做什麼創新料理時花了很多心思去想，但最後在大家都分工合作下順利的完成了，而看著組員們集思廣益創作出來的料理，心中有著滿滿的成就感，這次活動真的是個很特別的體驗。

3. 餐三 2 學生曾○○學習心得：

在這堂製作臺南 400 相關食物的過程中，我們選了「戰後時期及臺灣發展」那時期產出的料理，搜尋過程中，我們也發現很多食物都是那時候發展出來的，但最後我們決定來製作「蝦捲章魚燒」，製作這道菜品的緣由是因為在歷史當中臺灣曾被日本殖民過，於是我們找了日本相關的食物「章魚燒」，也藉由運用在地蝦捲和章魚燒來個組合，讓口感不像外面遇見的普通章魚燒，而是咬開有驚喜感，也能讓它們可以混合在一起，不會很突兀，我們也在擺盤上面讓它們不是平凡的六顆擺法，而是使用竹叉串成三顆一串的組合，組成三串，並在上面做上裝飾，讓它們看起來不單調，我們也在傳統蝦捲的擺盤上，擺出花造型的樣式，讓成品更能凸顯創意的擺法，也在這次課程中，運用想法創造組成出一道料理，讓我學到很多，很高興可以有這個機會參與這項活動，也在此次活動中獲得第二名的成績！

(二)教師教學心得與反思

優點：

1. 在說明課程主題與成果展競賽時，與學生相互討論列舉出小組分工。依據小組任務，由學生自行分組，讓組員工作較為一致，能夠在討論過程中將主題討論加深加廣。
2. 學生配合程度高，遇到問題時願意主動求助。
3. 與以往宴席烹調實作的組別不同，學生可以與其他未有合作經驗的同學產生不同的刺激與討論。

缺點：

1. 雖為已作任務分組，但仍有 1~2 位同學能力落差較大，無法跟上進度。
2. 因教學對象為三年級學生，有準備統測之壓力，因此在課後討論的部分，每組進度與狀況有落差。

(三)觀課會談紀錄

教學觀察（公開授課）－觀察後回饋會談紀錄表

授課教師：_○○○_任教年級：_三年級_任教領域/科目：_宴席烹調_
回饋人員：_○○○_任教年級：_三年級_任教領域/科目：_旅遊實務_
教學單元：_臺南 400 主題教學；教學節次：共_3_節，本次教學為第_2_節
回饋會談日期：_113_年_4_月_10_日地點：_家事科辦公室_

請依據觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

1. 清楚說明課程內容與示範教學，學生會主動提問，建立正向的教學氛圍。
2. 小組分工合作完成成品，並透過教師綜合講述給予建議。

二、教與學待調整或改變之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

問題:課程內容豐富略緊湊，學生於小組分工上無法參與每個細節、充分

三、授課教師預定專業成長計畫（於回饋人員與授課教師討論後，由回饋人員填寫）：

| 成長指標 | 成長方式 (研讀書籍、參加研習、觀看錄影帶、諮詢資深教師、參加學習社群、重新試驗教學、其他：請文字敘述) | 內容概要說明 | 協助或合作人員 | 完成日期 |
|------|---|---------------------------------|---------------------|--------------|
| | 參加教師研習「廚藝選手培訓技巧與創意發想」 | 深耕教師專業能力與專業，增進教學內容之多元性，提升課程教學成效 | 崑山科技大學餐飲管理及廚藝系洪廷瑋教授 | 本學期 111-2 |

四、回饋人員的學習與收穫：

教師於課程中講解臺南飲食文化與中餐烹飪專業知識、認識中餐食材、特性、選購及前處理方式，充分引發學生的學習動機。學生在實作時非常投入，於中餐技能與理論相互結合，進而增進學生主動去練習與創新的動力。

有良好正向的班級經營氛圍，在教師提問時，學生能態度積極發表，老師也能及時獎勵，師生具有良好的互動。

六、 參考資料

(一)書籍

1. 郭正宏(2021)。臺南旅圖速寫。臺北市:健行文化出版有限公司。
2. 卓克華(2008)。臺灣舊慣生活與飲食文化。臺北市:蘭臺出版社。
3. 蘇峯楠(2020)。行走的臺南史：府城的過往與記憶。臺北市:玉山社出版公司。
4. 吳國泰(2003)。臺南市小吃文化研究。臺南師範學院。
5. 傅培梅(2006)。培梅名菜精選。香港:萬里機構飲食天地出版社。

(二)網路資料

1. 【越在地越國際】臺南，一個不斷創新的傳統（上）「點心之城」的興起(2021)。換日線，2024年2月15日取自 <https://crossing.cw.com.tw/article/14528>
2. 臺南美食怎麼吃？21樣正港臺南味 帶你品味府城獨有飲食文化！(2019)。食力，2024年2月15日取自 <https://www.foodnext.net/life/culture/paper/5357273097>
3. 吳昭明(2024)。臺南點心文化的時空背景——民國70年為界。中華時報，2024年2月18日取自 <https://www.cdns.com.tw/articles/939973>

七、 附件

(一)上課 PPT

| | | |
|---|--|---|
| <p>台南400飲食文化初探與創新 餐飲科 黃瑩榕老師</p> | <p>以「食、穿、樂」三個角度探索台日文化交疊的庶民文化</p>  |  |
| <p>風味: 主材料: 配料:</p>  |  |  <p>風味: 主材料: 配料:</p> |

| | | |
|---|---|---|
|  |  | <p>查查看</p> <p>臺南五階段歷史各有什麼飲食特色?</p> <ul style="list-style-type: none"> • 荷蘭統治時期 (1624年-1662年) • 明鄭時期 (1662年-1683年) • 清領統治時期 • 日治時期 (1895年-1945年) • 戰後時期及台灣發展 (1945年-至今) <p>或者，哪些小吃或料理是由這五階段中所萌芽的呢?</p> |
|  |  |  |

(二)學生學習單



台南 400 飲食文化初探與創新課程學習單

班級：_____ 組別：_____ 組員姓名：_____

_____ 時期

復刻料理：

典故：

食材：

做法：

創新料理：

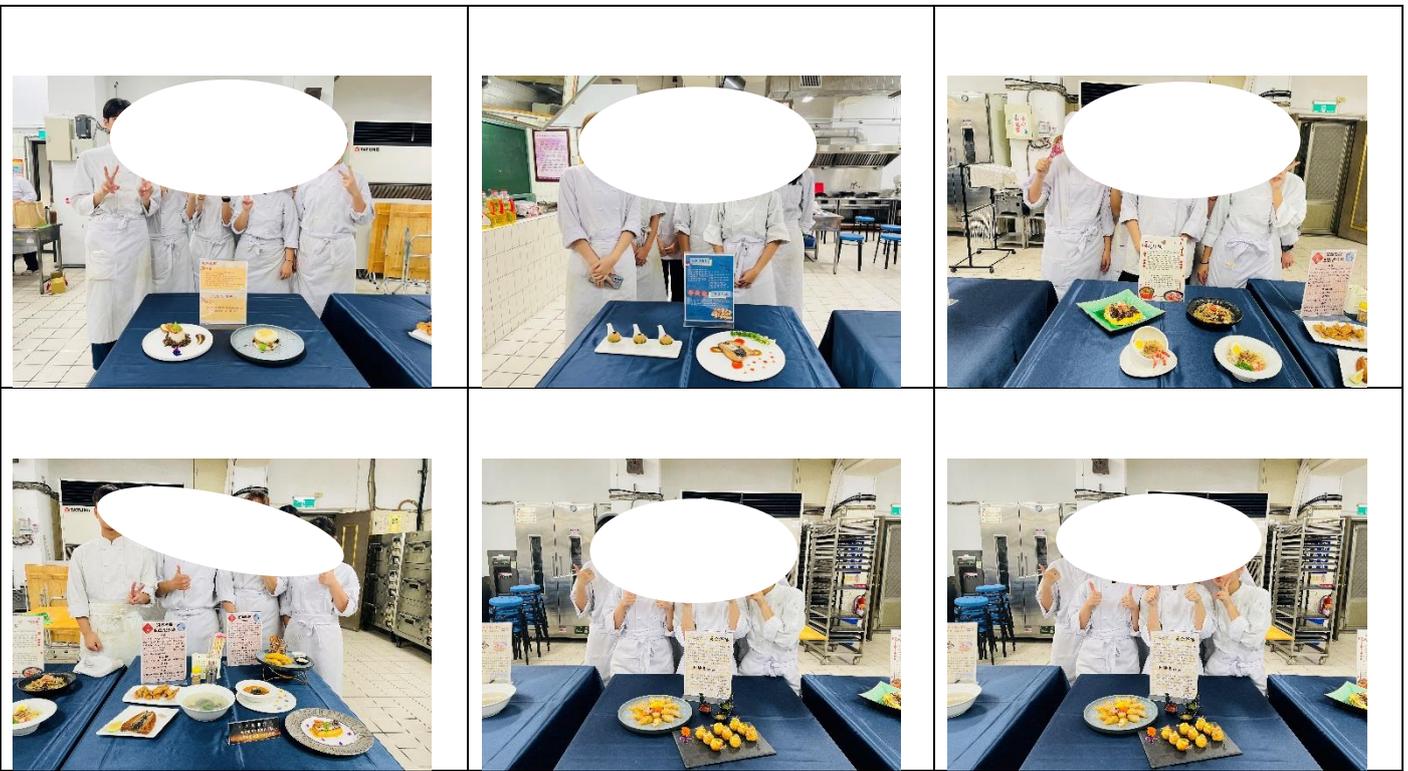
理念：

食材：

做法：

(三) 學生成果展示





(四)菜卡設計

| | |
|---|--|
| <div style="text-align: center;">  <h2>明鄭時期</h2> <h3>主題:虱目魚</h3>  </div> <p>典故： 那虱目魚為什麼會叫虱目魚呢？因為當時鄭成功到台灣時，老百姓獻上虱目魚做為貢品，鄭成功用濃濃的閩南語泉州腔問：「啥乜魚（什麼魚）？」，由於「啥乜」聽起來音近「虱目」，百姓便以此為魚名。因此另稱國姓魚。</p> <p>復刻料理： 煎虱目魚肚、酥炸虱目魚柳、虱目魚皮湯</p> <p>食材： 虱目魚肚、虱目魚柳、虱目魚皮、薑</p> <p>做法： 虱目魚肚煎至兩面金黃；虱目魚柳抓醃後裹地瓜粉炸至金黃；滾水加虱目魚皮、薑絲、調味即可</p> | <div style="text-align: center;">  <h2>創新料理</h2> <h3>理念：</h3>  </div> <p>將虱目魚的精華利用，以魚柳、魚皮、魚肚分別作成前菜、湯、主菜；前菜煙燻虱目魚肚佐金沙醬，將常見的煎虱目魚肚中菜西吃搭配醬汁呈現；湯品馬賽虱目魚湯將傳統的鱸魚換成虱目魚皮映襯台灣小吃虱目魚湯；主菜炸魚薯條，炸魚薯條是一道源自英國的熟食，改用炸魚薯條的做法加入虱目中西融合。</p> <p>食材： 虱目魚皮、無刺虱目魚肚、虱目魚柳、馬鈴薯、洋蔥、紅蘿蔔、西芹、小番茄、番茄膏、鹹蛋黃</p> <p>做法：</p> <ul style="list-style-type: none"> 前菜：虱目魚肚煎後熟煙燻，鹹蛋黃炒成金沙醬，虱目魚肚切小塊擺盤 湯：洋蔥、紅蘿蔔、西芹切丁炒軟後加番茄膏、高湯，再把魚皮煮熟擺盤即可 主菜：馬鈴薯切條炸熟，魚柳醃製裹麵糊炸至金黃，搭配醬汁擺盤即可 |
|---|--|



黃金蝦捲

典故:1965年周進根先生於安平運河旁賣擔仔麵情景,當時麵一碗三元,滷蛋一元,在過去,蝦捲包肉的比例高於蝦子,周進根希望客人能每一口都品嚐到蝦子的滋味,因此他將蝦捲作改良。此創意蝦捲一推出驚為天人,起初在安平的觀音亭做販售,僅供應於下午三點至四點,且無招牌可供辨識,常常讓想吃的饕客鑽羽而歸。

エビ焼き (Ebiyaki)

理念:新舊結合,和曾經被日本殖民所帶來的飲食影響,結合台灣在地蝦捲和日式章魚燒的全新料理,外表看似普通的章魚燒,咬下是不尋常且驚喜的在地蝦捲。



擔仔麵

大家知道「度小月」這個名字是怎麼來的嗎?擔仔麵的發源時間,可以追溯到清末光緒年間,發明者是一位靠捕魚維生的討海人-洪芋頭。

台南的夏季,總是有許多的颱風侵襲,沒辦法出海捕魚,嚴重影響了生計,在這個不景氣的淡季就被稱為「小月」,以捕魚為業的洪芋頭秉持著「加減賺錢」的心態挑著扁擔沿街叫賣,靠著叫賣麵食度過小月,故將小攤販取名為「度小月擔仔麵」。吃過擔仔麵的人或許會認為好小一份,但對當年的討海人來說卻是剛好,正值炎熱的夏天,容易讓人食慾不振,加上吃太飽的話也沒有辦法做苦力活,所以擔仔麵也做的比較小份,在當時可是被歸類於點心的呢!

傳統的擔仔麵都是用坐煮的,因為使用的鹼麵本來就是熟的,稍加燙過就可以起鍋了,不需像日式拉麵那樣用力的將水甩乾,進而發展出了坐煮文化,是其他地方少見的特殊文化。

創意理念

擔仔麵,難道只能是一碗湯麵的樣子嗎?

廣島燒,難道只能用日式炒麵嗎?

為了顛覆這些可能性,我們決定使用吸肉肉燥醬汁的油麵,與廣島燒做結合,取代日式炒麵,融合台式與日式,創造出獨一無二的特色料理,讓大家品嚐到換了新面貌的台南小吃擔仔麵的食材可以不只是做出擔仔麵,廣島燒的元素,也可以充滿台味,這正是創新料理的靈魂所在!



汕頭魚麵



典故:

卓家魚麵創主人卓古益表示,他本人在台灣出生,父母都是汕頭人,所以才會稱作汕頭魚麵,而汕頭並沒有魚麵這種食物,卓古益的祖父是做魚餃的,卓古益意外發現做魚餃剩下的邊角料切一切煮一煮味道特別好,因此也才開始研究魚麵的製作,主要材料選用曾因多刺難以食用而被海港人棄之如敝屣的狗母魚,因此也可以被稱作是狗母魚麵。所以汕頭魚麵可以說是道道地地出生在台南

做法:

- 1.魚內去頭去骨 皮內分離取魚片
- 2.魚內冷藏4~6小時 吸收水分增加粘稠度
- 3.冰過的魚內用絞肉機打成魚漿
- 4.放入適量鹽巴與白胡椒粉揉捏 摔打魚漿至有彈性
- 5.魚漿切割整團 灑上適量太白粉後 用玻璃罐碾成片狀 摺疊用刀切成條狀
- 6.魚麵滾水川燙熟後撈起 灑上些許碎肉絲、紫菜、燙青菜即可

<https://smiletaiwan.cw.com.tw/article/6765>



肉燥魚腐千層魚麵

創意理念:

我們將傳統魚麵以千層麵型態呈現,中間則以經典的台灣味-肉燥作為醬料,肉燥鹹香與魚漿麵片的鮮味結合在一起,上頭灑上狗母魚豆腐與千層麵搭配,特殊口感及經典台式風味帶給令饕客眼前一亮的料理。

做法:

- 1.將魚漿平鋪入容器內 下一層鋪肉燥以此處理方式鋪滿容器
- 2.烤溫180/180烤約10分鐘
- 3.烤完之後切出一小塊後,把剛炸好的魚豆腐擺入盤中

荷蘭統治時期



復刻料理:虱目魚湯

典故:

於荷蘭人據臺時期即有養殖紀錄,早期魚苗來源依賴近岸河口捕撈之天然苗



創新料理:金樹魚花

理念:

台南400年的歷史有著許多時期,其中荷蘭時期引進台南最具代表性的水產-虱目魚,料理主體為炸春捲,餡料以虱目魚材料為主,醬汁以荷蘭時期傳統吃番茄的醬汁-薑泥醬油作為搭配。利用虱目魚創造出不同於傳統的料理種類,並加入傳統醬汁為炸春捲增添風味



TAINAN 400

蚵仔煎

典故：

1661年，鄭成功軍隊登陸台南，與荷蘭交戰，不幸被斷了糧食，為了讓士兵充飢，靈機一動就地取材，以台南盛產的蚵仔、肉類、青菜等食材，淋上以蕃薯粉和其他粉調製成的粉漿，以油鍋煎成餅，也成了現在「蚵仔煎」的原型。

(資料來源：遠見雜誌)

食材：

- 材
- 1.蚵仔適量
- 2.小白菜適量
- 3.蛋兩顆
- 4.蔥適量
- 漿
- 1.太白粉+地瓜粉+水
- 醬
- 1.海山醬



蚵時記趣

理念：

本組使用台南在地蚵仔，和有機小白菜，符合SDGs中的氣候行動和保育陸域生態的理念，本組想將原本較為扁平的蚵仔煎做成像章魚燒一樣的立體圓形感，再搭配海山醬，讓整個蚵仔煎的口感和味道更加有層次。

食材：

- 1.蚵仔適量
- 2.小白菜適量
- 3.蛋三顆
- 4.蔥適量
- 麵糊
- 1.低粉200g
- 2.水600cc
- 3.蛋三顆
- 4.牛奶20cc
- 醬
- 1.海山醬



復刻菜—周氏蝦卷

典故：

周氏蝦捲由周學長的父親-周進根先生所創始，但其實早在多年前，周學長的祖父就已開始從事魚丸類小吃，之後由父親接手時便賣起了自助餐，現在遠近馳名「蝦捲」就是其中的一道菜，1980年時，有著外燴手藝的父親將原本的臺南蝦捲配方加以改良，改良後手工製作的蝦捲料好實在，風味獨特，吃過就讓人難以忘懷，是店裡的招牌！係因店址位於安平，民眾便將此稱為安平蝦捲，但有鑒於商譽問題，需要消費品牌，因此用本身之姓氏「周」為店號，開啟了「周氏蝦捲」。

(資料來源：逢甲週報)

創意菜—蝦心如意

創意理念：

本創作料理是延續台南特色小吃—周式蝦捲，以蝦子及花枝漿、豬網膜做為主材料 其中底部以餛飩皮作為容器，裡面盛裝用豬網膜包花枝漿，中間則以蛋沙拉做為口感上的層遞，最後放上一隻完整的火焰蝦展現出最具這道菜餚的特色。



復刻料理：蚵仔煎

典故：鄭成功軍隊登陸台南，與荷蘭軍隊交戰期間，因糧食不足而就地取材，以番薯粉和其他穀粉打漿，混雜各種找得到的海產、肉類、青菜等，以油鍋煎成餅，此即蚵仔煎的原型。

做法：

- 1.將太白粉地瓜粉混合1:2
- 2.鍋中加入蚵仔 白菜
- 3.炒至半熟加入粉漿
- 4.悶熟後加蛋，將蚵仔煎翻面蓋在蛋上。



創新料理：蚵仔煎捲餅

理念：

現在許多的蚵仔煎還是坐在店面裝盤食用，或者是外帶用餐盒裝，得要回家或是找地方坐著吃，我們決定將蚵仔煎做成可以手持式的，方便攜帶，也可以隨時吃，又不需要使用餐具。

做法：

- 1.將太白粉地瓜粉混合1:2
- 2.鍋中加入蚵仔 白菜
- 3.炒至半熟加入粉漿
- 4.倒入粉漿，稍微定型後往內卷
- 5.煎至焦脆脆起鍋



