

台北海洋科技大學餐飲管理系

2017 台北海大樂活餐飲－「上海菜廚藝技能研習」

活動簡章

一、活動目的：

上海菜一般分為「本幫菜」和「海派菜」：「本幫菜」乃相對於「外幫菜」，「外幫菜」是指各省移民帶入上海的菜。「本幫菜」則是傳統上海菜，特色是「濃油赤醬、重糖豔色」，也就是冰糖、醋、醬油都用得重，多用煨、燉、悶等調理方式，吃起來偏甜偏鹹，口味較厚重。而「海派菜」則是上海菜吸收了各家「外幫菜」的精華，產生的改良式上海菜。本次研習精選了 22 道「本幫菜」實作觀摩，讓全體學員可以快速的認識到傳統上海菜的美味精華。

二、活動內容：

（一）邀請對上海菜有興趣之全國大專校院、高中職相關科系以及本校全體教師與學生到場觀摩，由戴德和教師設計本次推廣之上海菜系本幫菜示範教學內容。

（二）展演菜色為紅燒獅子頭、砂鍋栗子燒雞、咕咾肉、紹興醉雞、紅椒雞球、乾燒大蝦、砂鍋白玉蟹粉煲、杭州東坡肉、子薑山鴨片、豆苗燒蓮藕、鮮豆瓣炒牛肉、八寶辣醬、乾煎兩面黃、上海烤麩、燒瓦塊魚、醬爆紅蟳、涼拌鴨條、無錫排骨、干絲炒牛肉絲、上海炒年糕、蔥烤鯽魚、蠶豆雪菜百頁，合計 22 道。

（三）學員們透過觀摩菜色烹調流程與討論分享，以促進大眾製備與品嚐上海菜之認知與專業技能，進而提升與會教師之教學示範實務能力。

（四）活動議程如下表一。

三、活動時間：

106 年 12 月 11 日(星期一)上午 10 時至下午 2 時。

四、活動地點：

台北海洋科技大學士林校區餐飲管理系中餐教室。

五、線上報名連結與 QR Code 如下：

<https://goo.gl/forms/tiVa4c76t9i1lYyk2>

六、交通資訊如附錄一。



表一、活動議程

時間	活動項目及講題	主持人／主講人
09:30~ 10:00	報到、領取資料	
10:00~ 10:10	開幕式	台北海洋科技大學 餐飲管理系 徐軍蘭 主任
10:10~ 12:10	上海本幫菜分組示範製備與觀摩	台北海洋科技大學餐飲管理系 戴德和副教授
12:10~ 13:10	上海本幫菜成品展覽與品評	台北海洋科技大學餐飲管理系 蕭志聖助理教授
13:10~ 14:00	學員交流與經驗分享	台北海洋科技大學餐飲管理系 戴德和副教授／蕭志聖助理教授
14:00~	賦歸	

附錄一

交通資訊(地圖、搭車資訊)

[大眾運輸]

◆ 發車時刻及路線圖請見台北市公車資訊 5284 我愛巴士網站)、臺北捷運公司

▶ 搭火車至台北火車站後可搭乘 [2](#) 、[215](#) 公車，於台北海大站下車。

▶ [2 公車](#)

請於臺北車站車站北 3 出口沿承德路步行約 200 公尺至[臺北車站](#)

([承德](#))站或[臺北車站\(鄭州\)](#)站上車，台北海大站下車。

- 起迄站名：台北海大 - 臺大醫院
- 頭末班車：05:40-23:00
- 分段緩衝：(往)社子國小二—捷運芝山站(文林)、(返)捷運芝山站

(文林)—洲美橋

- 收費方式：兩段票

▶ [215 公車](#)

請於臺北車站車站北 3 出口沿承德路步行約 200 公尺至[臺北車站](#)

([承德](#))站上車，台北海大站下車。

- 起迄站名：臺北海院 - 臺北車站
- 頭末班車：05:30-22:00
- 分段緩衝：洲美橋 — 涼州重慶路口
- 收費方式：兩段票

▶ 搭捷運 [2 號淡水信義線](#) 至 捷運石牌站、捷運明德站 及 捷運芝山站 後可搭乘 [536](#) 公車，於台北海大站下車。

► 536 公 車

請於 捷運石牌站 (東華)(西安)、捷運明德站 (東華)(西安)及 捷運芝

山站 (文林)上車，台北海大站下車。

- 起迄站名：台北海大 - 大同之家
- 頭末班車：05:40-22:00
- 分段緩衝：洲美橋 — 涼州重慶路

收費方式：兩段票

►搭捷運 2 號淡水信義線 至 捷運劍潭站、捷運士林站 後可搭乘 紅 10 公車，於台北海大站下車。

► 紅 10 公車

請於 捷運劍潭站 (中山)(基河)、捷運士林站 (中正)(中山)上車，台北海大站下車。

- 起迄站名：臺北海院 - 捷運劍潭站
- 頭末班車：05:30-00:00
- 假日頭末班車：05:30-00:00
- 收費方式：一段票

[自行開車]

◆ 國道一號至台北海洋技術學院士林校區

