



## 東南科技大學高教深耕計畫業師協同教學成果表

計畫 A：教學創新精進                      A2 厚植教師教學實力

對應本校中程校務發展：關懷社會    放眼國際

<b>課程名稱</b>	西餐實務製備		
<b>上課地點</b>	中正 106 西餐教室	<b>班 級</b>	餐旅一甲
<b>原授課教師</b>	梁才發	<b>業師姓名</b>	馬良翰

### 業師協同授課目的

本課程的目的，在於使學生學習西餐相關實務經驗與製作餐點，並藉由實做過程中，讓學生學習，並了解餐廳餐點製作及廚房作業流程與烹飪技巧。

### 課程紀錄

#### 1.課程表

日期	時間	授課主題	授課教師
3/27	09:20~12:10	煎鱸魚柑桔莎莎醬	馬良翰
4/10	09:20~12:10	辣味牛肉漢堡	馬良翰
5/23	09:20~12:10	甜椒洋蔥豬肉卷	馬良翰

2.人數統計：   30   人

### 具體成效

1.本學期業師協同教學授課方式：實務經驗分享     實務操作教學、實習課程  
輔導證照考試（證照名稱：                    ，通過人數：      人或考試日期          ）校外參觀、體驗學習（地點：                    ） 指導專題製作、專題競賽（專題或競賽名稱：                    ，獲獎人數：      人）

#### 2. 教學成效：

學生：業師以業界實務的經驗，與同學分享業界心得，並協助學生瞭解餐飲業的文化、職場倫理及烹飪技巧，對學生學習成效非常的好。

老師：使學生了解西式餐點歷史典故與來源，並藉由學習與業師實際工作經驗分享，讓學生更進一步的了解，職場與業界工作的甘苦。

問卷資料回饋(請同學上網填答 <https://forms.gle/DTMr7czZM8QECyqM8>)



上課照片(至少 8 張，請加簡要說明)



業師講解示範殺魚技巧



業師講解示範刀工技巧



業師教導同學烹飪技巧



業師講解示範烹飪注意事項



成品照：甜椒洋蔥豬肉卷



成品照：辣味牛肉漢堡



成品照：煎鱸魚柑桔莎莎醬



團體照



上課講義

## 香煎鱸魚佐柑橘莎莎醬

鱸魚 1pc

鹽 3g

黑胡椒 3g

匈牙利紅椒粉 5g

洋蔥粉 3g

橄欖油 5g

### 柑橘莎莎醬

葡萄柚 1pc

芒果 50g

香菜 3g

鹽 5g

黑胡椒 3g

作法：

1. 鱸魚取菲力下來，用紅椒粉 & 洋蔥粉，橄欖油醃
2. 葡萄柚、芒果切丁加入鹽 & 黑胡椒，橄欖油 & 香菜，即為柑橘莎莎醬



3.熱油鍋將鱸魚菲力煎熟至 2 面上色

4.淋上柑橘莎莎醬上盤，即完成



## 香烤甜椒洋蔥豬肉捲佐 BBQ 醬

洋蔥 1pc

黃甜椒 1/4pc

紅甜椒 1/4pc

豬肉片 10 片

綠櫛瓜 1/4pc

新鮮迷迭香 1pc

義大利綜合香料 3g

橄欖油 5g



## BBQ 醬

蜂蜜 10g

亨式烤肉醬 15g

墨西哥辣椒 5g

做法：

1. 洋蔥 & 紅甜椒 & 黃甜椒切成 1cm 的半月形

2. 綠櫛瓜切成 1cm 的圓片

3. 豬肉片依序放入洋蔥 & 黃椒 & 紅椒後將豬肉片捲起來

4. 蜂蜜 & 亨式烤肉醬 & 墨西哥辣椒混合再一起極為 BBQ 醬

5. 烤箱預熱 180 度，將豬肉捲刷上 BBQ 醬 & 綠櫛瓜撒上鹽胡椒淋上橄欖油，再放入新鮮迷迭香，

放在烤盤上

6. 烤 8 分鐘，上盤裝飾即完成





## 辣味牛肉起士漢堡、蒜味薯條

漢堡排 150g、炸地瓜片 30g、切達起士片一片、美乃滋 15ml、韓國泡菜 30g、  
是拉差辣椒醬 15ml、牛番茄片一片、布里歐修漢堡麵包一個、漢堡調味料適量

1. 烤箱預熱 200 度備用。
2. 將漢堡肉灑上少許調味料，煎至二面上色、放入烤箱中，烤約十分鐘至全熟，放上切達起士片  
備用
3. 漢堡麵包切半，放入烤箱中加熱，抹上泰式是拉差香甜辣椒醬
4. 依序放入蕃茄片、漢堡肉、韓式泡菜、炸地瓜片及美乃滋即可

### 漢堡肉

奶油 30g、梅花豬絞肉 300g、牛絞肉 300g、熟洋蔥碎 300g、牛奶 50ml

土司麵包 50g、雞蛋 1 粒、鹽、黑胡椒粉適量

1. 將土司麵包用果汁機打碎。
2. 洋蔥碎用奶油小火炒軟放冷，加入 1 的土司麵包、牛奶與雞蛋拌勻備用。
3. 將牛絞肉、豬絞肉，加入鹽胡椒粉攪拌均勻（至有黏性），再加入 2 所有材料混合拌勻，並摔打



至有彈性。

4. 蓋上保鮮膜，放入冷藏庫中，冷藏一小時備用。
5. 手上抹少許沙拉油，將漢堡肉餡作成肉餅，直徑約 10 公分厚度約 1.5 公分的肉餅放入冷藏庫備用即可。

### 炸地瓜片

地瓜片 300g、雞蛋二粒、玉米粉 50g、低筋麵粉 150g、泡達粉一小匙

冰水 200ml、鹽 1g

1. 將地瓜去皮切 0.5 公分厚片，
2. 雞蛋、玉米粉、低筋麵粉、泡達粉、鹽加入冰水調成糊狀備用
3. 將地瓜沾上少許麵粉再放入麵糊中入 180 度油溫中炸熟即可

### 蒜味薯條

蒜碎 100g、沙拉油 50ml、薯條 300g、鹽、黑胡椒碎適量

1. 取一醬汁鍋將 1/2 的蒜碎加入沙拉油炸至微黃，再加入另 1/2 的蒜碎拌勻，及成蒜油
2. 油鍋預熱 180 度
3. 將薯條放入油鍋中炸約三分鐘至金黃酥脆，撈起滴乾油份，拌入少許調味料及少許大蒜油拌勻即可。

### 漢堡調味粉

粗鹽 100g、 俄利岡葉 1g、香蒜粉 2g、匈牙利紅椒粉 3g

1. 將所有材料放入碗中，拌勻即可。

