

中臺科技大學

USR Hub 計畫—原味再現，食力增進



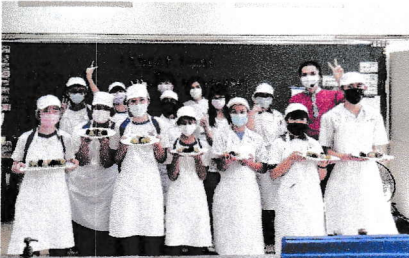

110 年度  
活動執行成果

計畫主持人：呂哲維



## 110 年度執行成果彙整

### 子計畫 2：USR Hub-原味再現，食力增進

執行策略與作法	執行成效
<p>1. 將原住民飲食文化融入課程，如：餐飲創意與美學、地方餐飲創新實務...等，並建構相關教材，更透過相關研習活動，以共學的方式分享計畫相關成果，共創原住民飲食文化的新契機。</p>	<p>1-1. 建構1份原住民特色食材創意點心食譜，分別為鹹豬肉圖騰刈包、山豬包、馬告鹹豬肉麻糬、樹豆地瓜麻糬、原味新風雙色薯樹豆起司球、薯圓紫芋西米露、東亞雙薯春捲、地瓜Q餅。</p> <p>1-2. 建構1份吉貝耍部落樹子特色餐點食譜，分別為塔香樹子梅花肉、樹子蔭瓜蒸肉餅、樹子醬滷肉排。</p> <p>1-3. 與各高中職餐旅類科合作，今年度與11所學校合作，入校進行各專業類科融入原住民教育議題的教學活動，參加師生人數達450人次以上。</p> <p>1-3-1. 10/9 羅東家商餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p> <p>1-3-2. 10/12 萬能工商餐飲管理科，臺灣原住民特色飲食專題發想與撰寫</p> <p>1-3-3. 10/18 水里商工餐飲服務科，原味點心製作研習活動</p> <p>1-3-4. 10/24 大明高中餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p> <p>1-3-5. 10/25 明道高中餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p> <p>1-3-6. 10/26 明道高中餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p> <p>1-3-7. 10/27 明道高中餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p> <p>1-3-8. 10/27 三義高中觀光餐飲科，廚藝美學研習活動</p> <p>1-3-9. 10/29 興大附農餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p> <p>1-3-10. 11/01 大興高中餐飲管理科，特色原味創意菜餚製作研習</p> <p>1-3-11. 11/08 羅浮高中餐飲管理科，特色原味創意菜餚製作研習</p> <p>1-3-12. 11/10 嶺東高中觀光餐飲科，原味點心製作研習活動</p> <p>1-3-13. 11/15 水里商工餐飲服務科，原味點心製作研習活動</p> <p>1-3-14. 11/20 明台高中餐飲管理科，廚藝增能研習活動</p>
	 
	<p>圖 B-1 專題教學講座合影      圖 B-2 明道高中廚藝教學活動合影</p>
	 
	<p>圖 B-3 水里商工廚藝教學活動合影      圖 B-4 羅浮高中廚藝教學活動合影</p>



子計畫 2：USR Hub-原味再現，食力增進

1-4. 於校內針對原住民飲食有興趣的師生舉辦各種相關講座，並透過廚藝增能專業成長社群之師生組成，建構原住民飲食文化推動小組，以參加各種相關活動。已舉辦3場次活動，參加人數達68人次，統計資料如表 A-2。

表 A-2 校內教學講座與活動統計表

項次	日期	活動內容	活動目標	參與人數
1	110/11/5	原味特色點心製作	種子學生至國小推動原住民飲食活動，將所學運用於競賽與活動之中	22
2	110/11/13	特色飲食增能研習活動	種子學生至國小推動原住民飲食活動，將所學運用於競賽與活動之中	20
3	110/11/27	原住民特色風味料理	種子學生將所學於系友回娘家活動中展示	20
4	110/11/29	原住民特色餐點發想與製作	種子學生參加 2021Canada International Gastronomy and Tourism Competition	6



圖 B-5 原味特色點心製作講座合影



圖 B-6 學生陳昱伽以原住民特色食材進行創作，參加2021Canada International Gastronomy and Tourism Competition，榮獲金牌

1-5. 由參與原住民特色飲食文化學習之廚藝增能專業成長社群同學於3/17、3/24、4/7，至檳榔國小進行多元飲食文化教育活動，介紹原住民飲食特色並帶領孩子動手做，共計6個班級參與，參與師生117人次。11/11、11/18至達觀部落帶領博屋馬國小進行小米點心製作，共計55人次參與。



圖 B-7 檳榔國小原住民飲食教育活動合影



圖 B-8 原住民飲食教育活動教學進行中

1-6. 9/18、9/19原住民特色飲食增能研習活動，提供餐飲科教師融入原住民特色飲食教學活動之相關課程活動，並建構教材。烘焙課程可配合麵包土司製作單元，製作小米、樹豆吐司；中式點心課程可結合發麵點心製作圖騰刈包、山豬包，或結合米食課程製作特色麻糬。



子計畫 2：USR Hub-原味再現，食力增進



圖 B-9 圖騰刈包 圖 B-10 山豬包 圖 B-11 原味特色麻糬

1-7. 12/26舉辦「西拉雅小旅行—走讀吉貝耍部落」，邀請30位各高中職餐旅群教師共同走入部落、認識平埔文化。

2. 將實地進入原住民餐飲業者的營業場域(如：南庄瓦祿部落樺木餐廳、谷關馬告的傳說...等)，並結合推動原住民文化的相關單位(如：臺灣原住民族學院促進會)、各餐飲業者，提供餐飲專業的諮詢、輔導，並利用實地的專業輔導，以達到技術轉移的最佳化。

2-1. 5/1協助原住民深耕德瑪汶部落於玉山高中舉辦德瑪汶跨部落美食比賽，擔任競賽評審。

2-2. 持續與大台中廚師業職業工會、大台中餐飲業職業工會合作，提供原住民餐飲業者專業諮詢服務。

2-2-1. 5/3參與大臺中廚師業職業工會會員代表大會。

2-2-2. 9/13協助大臺中廚師業職業工會辦理持證廚師衛生講習活動，講授餐飲證照面面觀。

2-2-3. 11/4參與大臺中廚師業職業工會會議。



圖 B-12 德瑪汶跨部落美食比賽評審 圖 B-13持證廚師衛生講習主講者

2-3. 9/11提供台南吉貝耍部落專業諮詢服務，餐點設計與餐器具採購規劃。

2-4. 9/15至台中達觀部落—德瑪汶部落廚房進行輔導，瞭解部落廚房於部落送餐的需求，以及特色產品的製作，未來將持續進行輔導。

2-5. 10/3至台南吉貝耍部落進行輔導特色餐點輔導，分別以部落特色食材—樹子進行餐點設計，以及部落現階段推行的旅遊行程設計團餐與套餐形式的餐點。

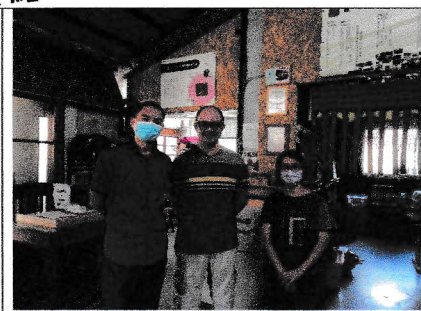
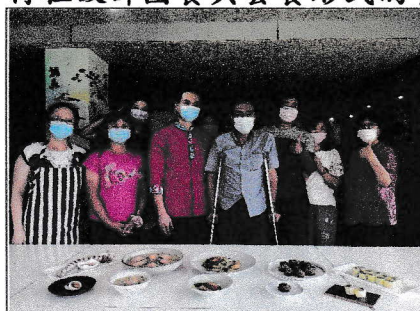


圖 B-14 吉貝耍部落輔導

圖 B-15 德瑪汶部落廚房輔導

2-6. 11/11、11/18至台中達觀部落—德瑪汶部落廚房進行小米特色餐點製作輔導。



## 中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

### 建構教材

#### 說明：

1. 原住民特色食材創意點心食譜，分別為鹹豬肉圖騰刈包、山豬包、馬告鹹豬肉麻糬、樹豆地瓜麻糬、原味新風雙色薯樹豆起司球、薯圓紫芋西米露、東亞雙薯春捲、地瓜 Q 餅。
2. 建構 1 份吉貝耍部落樹子特色餐點食譜，分別為塔香樹子梅花肉、樹子蔭瓜蒸肉餅、樹子醬滷肉排。



## 鹹豬肉圖騰刈包

刈包材料：(5~6個)

中筋麵粉 300g、速溶酵母 3 g、糖 30 g、水 160 g、紅麴粉適量、竹炭粉適量

馬告鹹豬肉材料：

馬告 10 鹹豬肉 1 條/斤、辣椒 1 支、蒜苗 1 支、醬油 1 大匙、米酒 1 大匙、烏醋 1 小匙、水 1 杯、糖 1/2 小匙

作法：

1. 中粉+酵母+糖+水入攪拌機，以 1 速拌勻 4 分鐘，再加入橄欖油，以 3 速拌打 8 分鐘，取出。
2. 將麵糰分割 2 個 30 克，其 1 染竹炭粉、另 1 備用，剩餘麵糰染紅麴粉。
3. 紅麵糰分割 45 克/個。
4. 將三種顏色(白、紅、黑)各排氣完成。
5. 做出圖騰造型，發酵，入蒸大火 20 分鐘。
6. 馬告切碎、蒜苗及辣椒切斜片、鹹豬肉切片。
7. 取鍋，入油爆香蒜白、辣椒，加入鹹豬肉、馬告拌炒，放入水稍煮滾 1 分鐘，入米酒、醬油、糖炒勻，最後入蒜綠、烏醋，即可。
8. 將炒好的鹹豬肉夾入刈包。





## 山豬包

材料：

中筋麵粉 300g、速溶酵母 3 g、糖 30 g、水 160 g、紅麴粉適量、竹炭粉適量、可可粉適量、地瓜餡 100 g

作法：

1. 中粉+酵母+糖+水入攪拌機，以 1 速拌勻 4 分鐘，再加入橄欖油，以 3 速拌打 8 分鐘，取出。
2. 將麵糰取 200 克染可可粉，再分割 40 克/個，剩下分別平均克數，各染竹炭粉、紅麴粉、白麵團做臉部部位。
3. 將各種顏色麵糰排氣。
4. 地瓜餡分割 20 克/個。
5. 取可可麵糰包入地瓜餡。
6. 做出山豬造型，發酵，入蒸大火 20 分鐘。





## 馬告鹹豬肉麻糬

材料：

麻糬—糯米粉 160g、大福粉 80g、細砂糖 80g、沙拉油 24 g、熱水 366 g

鹹豬肉—五花肉 300 g、蒜頭 40 g、鹽 5 g、糖 12 g、五香粉 3 g、米酒 30 g、粗黑胡椒粒 5 g、白胡椒粉 5 g

內餡—含油綠豆沙 300 g、馬告適量

表面—玉米粉 50g

作法：

1. 糯米粉、大福粉、細砂糖、沙拉油、分三次慢慢加入熱水攪拌均勻。
2. 入蒸鍋，蒸 25 分鐘，取出放涼備用。
3. 醃製好的鹹豬肉切小丁或是肉末狀，炒熟備用。
4. 乾馬告切碎，與含油綠豆沙攪拌均勻，備用。
5. 15g 馬告綠豆沙包入炒好的 10g 鹹豬肉末，整形成球狀備用。
6. 帶塑膠手套，取 30g 的放涼的麻糬壓扁，包入步驟 5 的鹹豬肉綠豆沙。
7. 表面裹上熟玉米粉，即可。





## 樹豆地瓜麻糬

材料：

麻糬—糯米粉 160g、大福粉 80g、細砂糖 80g、沙拉油 24 g、煮樹豆水 366 g

內餡—樹豆 100 g、黑糖 100 g、奶油 15 g、地瓜泥 300 g

表面—玉米粉 50g

作法：

1. 糯米粉、大福粉、細砂糖、沙拉油、分三次慢慢加入熱樹豆水攪拌均勻。
2. 入蒸鍋，蒸 25 分鐘，取出放涼備用。
3. 樹豆以壓力鍋煮 2 小時，取出樹豆加入黑糖，拌勻收乾水分，放入奶油拌勻，放涼備用。
4. 15g 地瓜泥包入 10g 黑糖樹豆餡，整形成球狀備用
5. 帶塑膠手套，取 30g 的放涼的麻糬壓扁，包入步驟 4 的樹豆地瓜餡。
6. 表面裹上熟玉米粉，即可。





## 原味新風雙色薯樹豆起司球

材料：黃地瓜 5 兩、紫地瓜 5 兩、蒸熟樹豆 3 大匙、起司片 3 片、熟杏仁角 1 杯、熟開心果仁 1 杯、綠櫛瓜 1 條、熟黑芝麻 1 杯

調味料：

(1) 鹽 1 小匙、白胡椒粉 1/2 小匙、沙拉醬 1 大匙、糖 1 大匙

(2) 抹茶粉 1 小匙、桂冠沙拉醬 1/3 條、蜂蜜 1 小匙

所需器具：平底鍋、蒸籠鍋、調理機、鍋碗瓢盆、衛生手套

作法：

1. 起司片分成小片後捏成小球、櫛瓜切圓厚片、開心果以調理機打碎成粗粒(與杏仁角大小相同)、調味料(2)拌勻成沾醬
2. 黃地瓜、紫地瓜分別切薄片入鋼盆蓋保鮮膜入蒸 30 分鐘至熟，取出趁熱各加調味料(1)、樹豆搗泥拌勻成糰
3. 取黃紫薯泥各半包入起司球揉成圓球狀，分別沾裹上熟杏仁角、開心果角、熟黑芝麻粒，壓緊搓圓即可
4. 乾鍋入 2 小匙沙拉油入煎櫛瓜片至兩面微焦上色且熟透取出排盤
5. 三色薯泥球置放於櫛瓜片上，佐沾醬即可





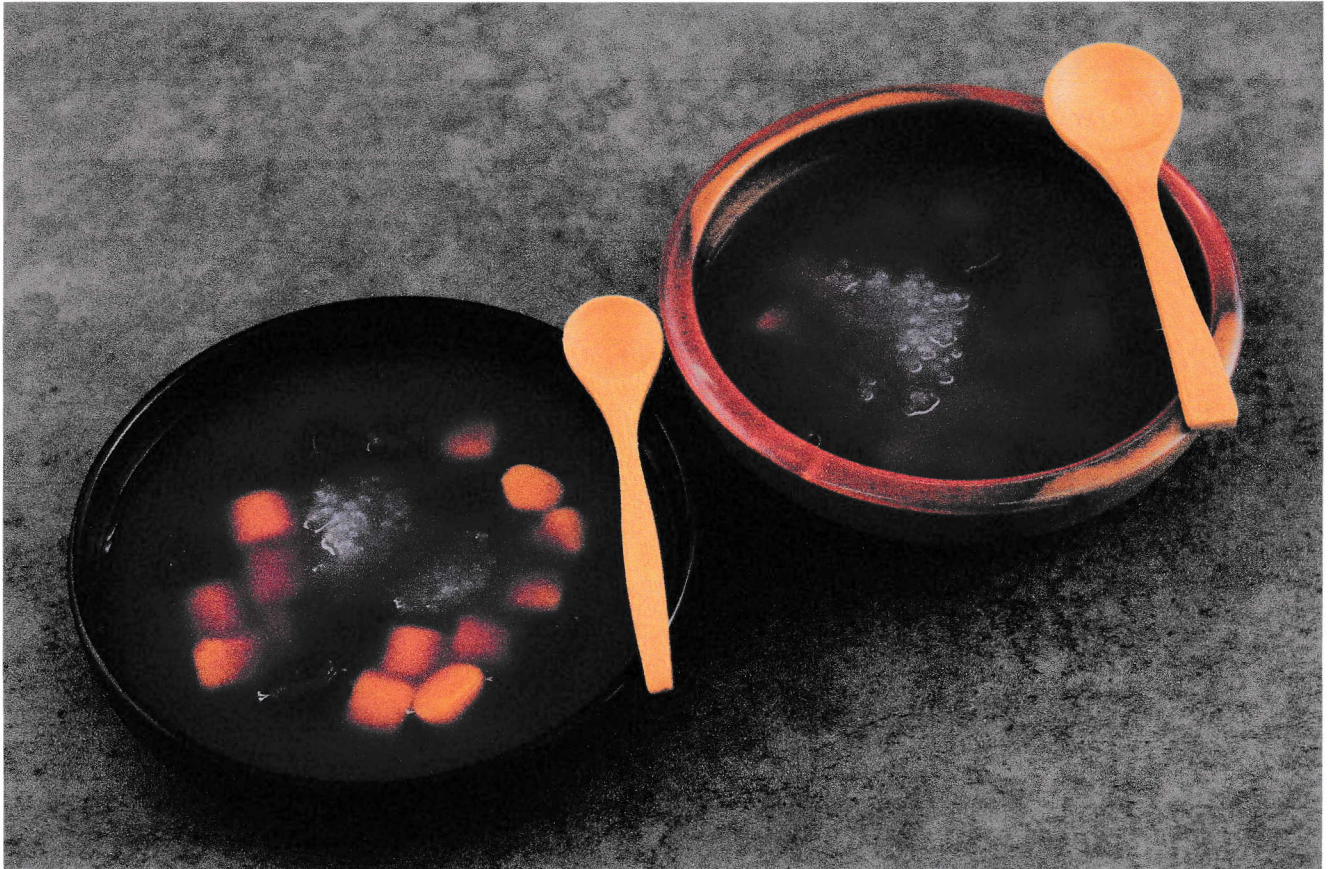
## 薯圓紫芋西米露

材料：

- (1) 黃地瓜 150 公克、樹薯粉 60 公克
- (2) 紫地瓜 150 公克、樹薯粉 60 公克
- (3) 芋頭 250 公克、紫地瓜 250 公克、水 2000 公克、細砂糖 140 公克
- (4) 西谷米 100 公克

作法：

1. 黃地瓜、紫地瓜、芋頭均削皮後，切塊，入電鍋中蒸熟。
2. 煮一水鍋，水滾入西谷米煮約 10 分鐘，至西谷米呈半透明狀，蓋上鍋蓋燜至西谷米呈透明狀，撈起泡入冰開水中。
3. 取蒸熟的黃地瓜 150 公克趁熱與樹薯粉 60 公克拌勻成糰，再搓成長條，切小塊，為金黃薯圓。
4. 取蒸熟的紫地瓜 150 公克趁熱與樹薯粉 60 公克拌勻成糰，再搓成長條，切小塊，為紫薯圓。
5. 取蒸熟的芋頭 250 公克、紫地瓜 250 公克，加飲用水 1000 公克攪拌成泥湯中，入鍋中再加入 1000 公克的飲用水、細砂糖 140 公克，煮滾後再放入煮熟的西谷米，即為紫芋西米露。
6. 煮一水鍋，水滾入黃金薯圓、紫薯圓，水再滾時加入 1 杯冷水，再煮至薯圓浮起，即可撈起放入紫芋西米露中即可。





## 東亞雙色薯春捲

材料：越南春捲皮 6 張、蒸熟黃地瓜泥 60 克、蒸熟紫地瓜泥 60 克、蘋果 1/2 粒、火龍果 1/4 粒、美生菜 1/8 粒、苜蓿芽 60 克、韓式蟹味棒 6 條、火腿片 3 片

調味料：

- (1) 鹽 1/2 小匙、白胡椒粉 1/4 小匙、糖 2 小匙
- (2) 希臘優格 1/4 罐、黃芥末醬 1 大匙、蜂蜜 1 大匙

所需器具：衛生手套、噴水罐、礦泉水、保鮮膜

作法：

1. 蒸熟地瓜泥趁熱分別拌入調味料(1)均勻、蘋果帶皮去籽切條泡加鹽冷開水後瀝乾、火龍果切條、美生菜洗淨切粗絲泡冰開水後瀝乾、火腿片切條，入鍋炒焦香起鍋備用、調味料(2)調勻成醬汁
2. 桌面或砧板擦淨，越南春捲皮以噴罐噴上礦泉水待稍微軟化後，放入適量雙色地瓜泥、蘋果、火龍果、美生菜、苜蓿芽、蟹味棒、火腿、醬汁，包捲起排盤即可





## 地瓜 Q 餅

材料：無鹽奶油 80 公克、棉花糖 150 公克、奶粉 60 公克、堅果 40 公克、蔓越莓果乾 60 公克、地瓜脆條 200 公克

所需器具：平底鍋、煎鑊、烤焙紙、砧板、菜刀、剪刀、熟食手套

作法：

1. 模型內鋪上烤焙紙，棉花糖剪小塊
2. 奶油放入不沾鍋加熱至融化，再放入剪對半的棉花糖，加熱攪拌至融化
3. 再加入奶粉拌勻，熄火，放入堅果、蔓越莓果乾、地瓜脆條，拌勻後
4. 倒入模型內，壓平、冷卻，再切塊，可再沾裹上奶粉





## 塔香樹子梅花肉

材料：樹子罐 3 大匙、九層塔 2 兩、梅花肉 1 片、蒜仁 6 粒、大紅辣椒 1/2 支、蔥 1 支、薑 20 克、青江菜 4 株、涼筍 1 個、杏鮑菇 1 支、紅蘿蔔 1/4 條

調味料：

1. 醬油 1 小匙、白胡椒粉 1/6 小匙、米酒 1 大匙、香油 1 小匙、太白粉 1 小匙、水 2 大匙
2. 醬油膏 2 大匙、米酒 1 大匙、糖 2 小匙、烏醋 2 大匙
3. 太白粉水 1 小匙

作法：

1. 九層塔取葉、蒜仁切片、辣椒切斜片、蔥切小段、薑切菱形片、涼筍切筍形片、杏鮑菇切長方厚片、紅蘿蔔切水花片、青江菜切修莖葉蒂頭後剖半
2. 梅花肉斜切片，加調味料 1 抓醃
3. 青江菜川燙熟排盤，涼筍、紅蘿蔔燙熟撈起
4. 梅花肉過油至熟瀝油，燒熱油入杏鮑菇炸至外表微焦上色撈起瀝油
5. 鍋入油爆香薑蒜片、蔥白段、辣椒片，入樹子、調味料 2、水 1 杯煮滾，入紅蘿蔔、筍片、梅花肉、杏鮑菇小火燒煮片刻，以調味料 3 芡薄芡、入九層塔葉、蔥綠段拌勻，盛入盤中即可





## 樹子蔘瓜蒸肉餅

材料：樹子罐 2 大匙、板豆腐 1 塊、乾香菇 1 朵、梅花豬絞肉 6 兩、蔥 1 支、薑 15 克、蒜仁 3 粒、馬蹄 6 粒、脆瓜 3 片

調味料：

1. 鹽 1/2 小匙
2. 黑胡椒粗粒粉 1/6 小匙、醬油 1.5 大匙、雞粉 1/2 小匙、米酒 1 小匙、香油 1 大匙、樹子罐湯汁 1 大匙

作法：

1. 樹子捏取肉去籽、板豆腐切片鋪深盤、乾香菇泡軟去蒂切小丁、蔥切蔥花、薑切細末、蒜仁切末、馬蹄拍碎後切粗粒、脆瓜切小丁
2. 絞肉入鋼盆加調味料 1 攪打 30 秒，加樹子肉、乾香菇、蔥白、薑末、蒜末、馬蹄、調味料 2 拌勻、再徐徐加入半杯水拌勻
3. 將調好的肉餡平鋪於豆腐上，上放幾顆未去籽之樹子，大火入蒸 15 分鐘取出
4. 撒上蔥綠即可





## 樹子醬滷肉排

材料：

1. 里肌肉 6 片(1~1.5 公分厚)、樹子罐 6 大匙、蒜仁 5 粒、薑 15 克、雞蛋 1 粒、地瓜粉 2 杯
2. 蔥 2 支、紅蔥頭 6 粒、薑 1 兩、大紅辣椒 1 支、洋蔥 1/4 粒、滷包 1 包

調味料：

1. 醬油 3 大匙、米酒 2 大匙、樹子罐湯汁 2 大匙、白胡椒粉 1/2 小匙、五香粉 1/2 小匙、糖 2 大匙、水 3 大匙、鳳梨肉(或木瓜肉)60 克
2. 糖 2 大匙、醬油 1 杯、米酒 3 大匙、白胡椒粉 1/4 小匙、水 6 杯

作法：

1. 調味料 1、材料 1 蒜仁、薑、蛋入果汁機打勻成醃汁
2. 里肌肉切斷筋肉泡入醃汁醃 1~2 小時，取出瀝乾，均勻沾上地瓜粉後，靜置返潮
3. 起油鍋燒至中油溫，肉排入油鍋炸熟外表金黃酥脆起鍋
4. 材料 2 紅蔥頭切片、薑切片、洋蔥切絲、蔥切長段，紅蔥頭、洋蔥、蔥段入熱油炸偏焦色撈起
5. 鍋入調味料 2 糖炒焦糖後入其餘調味料、樹子、炸焦蔥、紅蔥頭、洋蔥、滷包煮滾
6. 入排骨小火煮 3 分鐘，關火再浸泡 10~20 分鐘即可





中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/09

地點：羅東家商餐飲管理科



教學中



教學中



師生合影



與學生進行作品討論



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

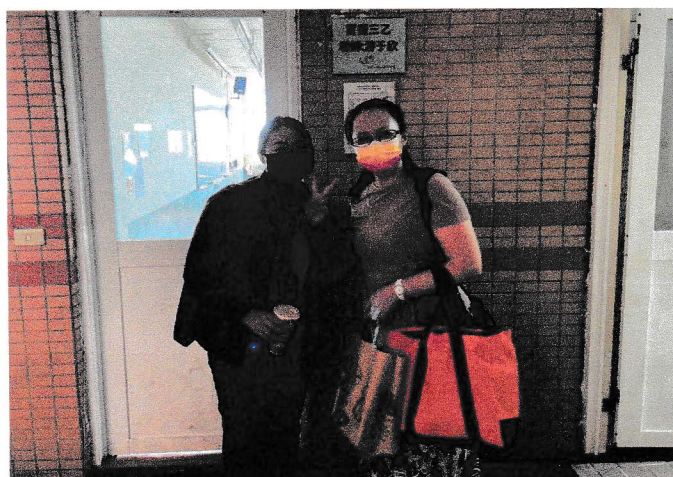
原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/12

地點：萬能工商餐飲管理科



大合影



與萬能工商教師合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/18

地點：水里商工餐飲服務科



教學中



教學中



師生大合影



師生大合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/24

地點：大明高中餐飲管理科



教學中



學生操作中



小組合影



與學生討論作品



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/25

地點：明道高中餐飲管理科



大合影



與明道高中教師合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/26

地點：明道高中餐飲管理科



大合影



與明道高中教師合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/27

地點：明道高中餐飲管理科



大合影



與明道高中教師合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/27

地點：三義高中觀光餐飲科



學生操作中



學生操作中



大合影



與三義高中主任、教師合影



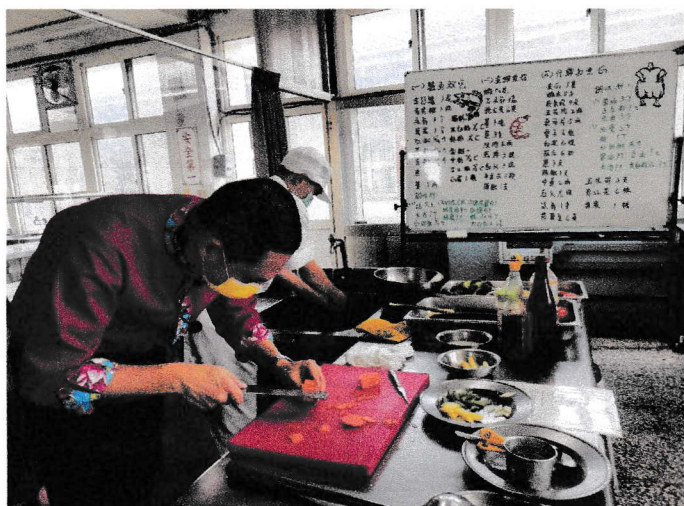
中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

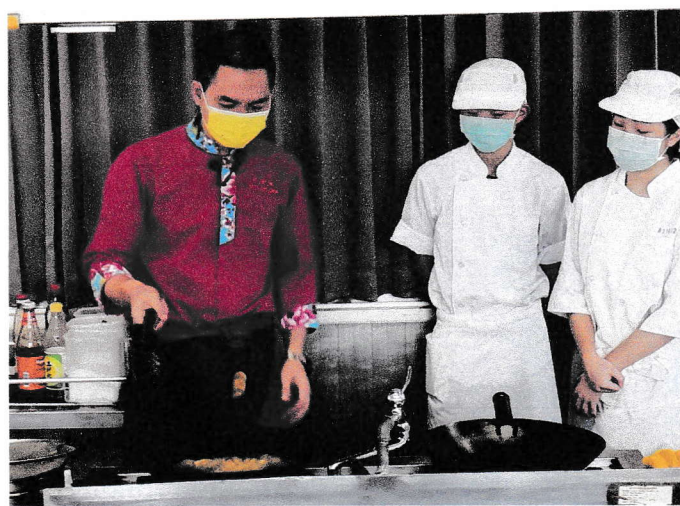
原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/10/29

地點：興大附農餐飲管理科



教學中



教學中



合影



教學示範作品



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/11/01

地點：大興高中餐飲管理科



教學中



學生操作中



大合影



與大興高中主任、教師合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/11/08

地點：羅浮高中餐飲管理科



學生操作中



大合影



與羅浮高中主任合影



教學示範作品



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/11/10

地點：嶺東高中餐飲管理科



教學中



與小組成員、作品合影



大合影



與嶺東高中教師合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/11/15

地點：水里高中餐飲服務科



教學中



教學中



大合影



大合影



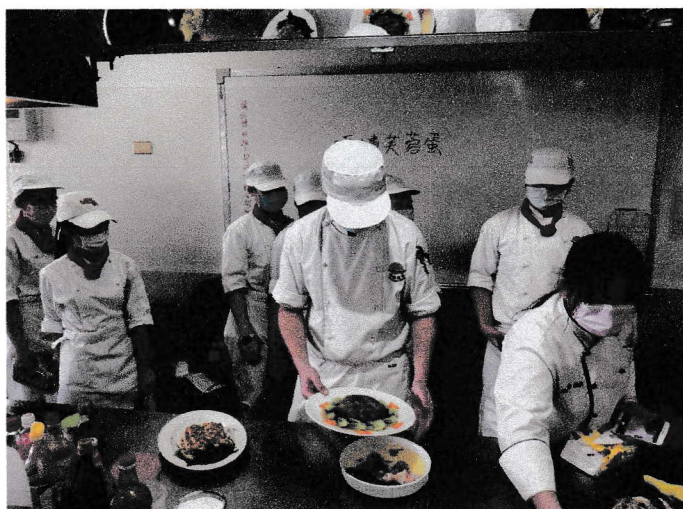
中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

## 專題講座

原住民教育議題融入餐旅群課程教學活動

日期：110/11/20

地點：明台高中餐飲管理科



教學中



與明台高中教師合影



大合影



教學示範作品



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

種子學生參與國際競賽

日期：110/11/29

說明：學生陳昱枷以原住民特色食材進行創作，參加 2021 Canada International Gastronomy and Tourism Competition，榮獲金牌







# 2021

## Canada International Astronomy and Tourism Competition

選手姓名：陳昱珈 Name : Chen, Yu-Chia	競賽項目/ Competition Item : A2·開胃菜展示/Appetizer Display	比賽產品名稱/ Product Name: 原民風味四小品/Four pieces of Taiwanese indigenous distinctive flavor
<b>一、材料/Ingredients :</b> 斑節蝦30g/Prawn 30g 過貓20g/Vegetable Fern 20g 馬鈴薯100g/Potato 100g 海蘆筍10g/Samphire 10g 刺蔥15g/Zanthoxylum ailanthoides 15g 鹽2g/Salt 2g 胡椒1g/Pepper 1g 紫薯醬10g/Purple potato sauce 10g 紫薯香料粉10g/Purple potato spices powder 10g	<b>二、材料/Ingredients :</b> 鹹豬肉100g/Salted pork 100g 樹豆10g/Pigeonpea 10g 章魚50g/Octopus 50g 小黃瓜15g/Cucumber 15g 甜菜根粉5g/Beetroot powder 5g 馬鈴薯20g/Potato 20g 鹽2g/Salt 2g 胡椒1g/Pepper 1g	
<b>三、材料/Ingredients :</b> 秋刀魚100g/Saury 30g 咖哩粉10g/Curry powder 10g 海苔1片/ 1 dried seaweed 墨魚醬10g/Cuttlefish sauce 10g 刺蔥醬10g/Zanthoxylum ailanthoides sauce 10g 鹽2g/Salt 2g 胡椒1g/Pepper 1g	<b>四、材料/Ingredients :</b> 鮪魚100g/Tuna 100g 馬告10g/Litsea cubeba 10g 乾燥魚皮5g/Dry fish skin 5g 黃櫛瓜15g/Zucchini 15g 胡麻油50g/Sesame oil 50g	
<b>一、做法/ Cooking Methods :</b> 1. 斑節蝦煎熟後沾上紫薯香料粉 2. 馬鈴薯蒸熟加入鹽與胡椒，拌入過貓與刺蔥 3. 將海蘆筍炒熟 4. 將所有元素擺盤即可 1. The prawns are fried with purple potato spices powder. 2. After the potatoes are steamed, mash the mud, add salt and pepper, and mix with vegetable fern and zanthoxylum ailanthoides. 3. Stir-fry the Samphire. 4. Put all elements on the plate.	<b>二、做法/ Cooking Methods :</b> 1. 將鹹豬肉打成慕斯後拌入蒸熟的樹豆 2. 章魚切成小段，小黃瓜切薄片醃漬 3. 馬鈴薯蒸熟後加入鹽、胡椒與甜菜根粉 4. 將慕斯放入模具後放上章魚，包上保鮮膜與錫箔紙入蒸20分鐘 1. Beat the salted pork into mousse and mix into the steamed Pigeonpea. 2. The octopus is cut into small pieces and the cucumber are sliced and marinated. 3. After the potatoes are steamed, mash the mud, add salt and pepper and Beetroot powder. 4. Place the mousse in a mold and place the octopus, wrap in cling film and tin foil and steam for 20 minutes.	



### 三、做法/ Cooking Methods :

1. 將秋刀魚去骨，鋪上咖哩魚慕斯與海苔後捲起入蒸20分鐘
  2. 盤底畫上墨魚醬後點綴上刺蔥醬即可
1. Remove the saury from the bone, spread the curry fish mousse with dried seaweed and roll in and steam for 20 minutes.
  2. Draw the bottom of the dish with the cuttlefish sauce suffix and the zanthoxylum ailanthoides sauce

### 四、做法/ Cooking Methods :

1. 將鮪魚生魚片熟成後用胡麻油煎到外表充滿香氣
  2. 盤底鋪上櫛瓜片後把沾裹上馬告粉的鮪魚切片擺上
1. The tuna sashimi is matured and then fried in Sesame oil until the outside is full of aroma.
  2. Spread the zucchini slices on the bottom of the plate and place the tuna slices covered in litsea cubeba powder.

### 產品理念/ Product Philosophy :

這四種開胃小點充分地融入了臺灣當地原住民的特色香料，利用山地野菜過貓讓馬鈴薯泥多了爽脆多汁的口感，刺蔥的清香當作醬汁、馬告的檸檬香與鮪魚充分融合，原住民的馬告鹹豬肉是非常有特色的，製作成慕斯之後拌入樹豆，樹豆是原住民傳統的農作物，富含20~22%的蛋白質以及許多豐富的營養價值。這四種開胃小點充分的展現了臺灣原住民得特色。

These four appetizers fully incorporate the special spices of the local aborigines in Taiwan. The use of mountain wild vegetables Vegetable Fern makes the mashed potato more crunchy and juicy. The fragrance of the zanthoxylum ailanthoides is used as the sauce, the lemon scent of the litsea cubeba and the tuna are fully integrated. The aboriginal bacon salted pork is very distinctive. It is made into mousse and mixed with pigeonpea. Pigeonpea is a traditional crop of the aborigines. It is rich in 20-22% protein and many rich nutritional values. These four appetizers fully demonstrate the characteristics of the aborigines of Taiwan.

競賽作品youtube 並附上網址連結/Please upload the video to theyoutube and refer to the following website :

<https://youtu.be/ELNRtsA-MIA>

產品照片 3 張/ 3pictures of the product :









中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

種子學生至國小推動原住民飲食活動

日期：110/03/17

地點：檳榔國小



種子學生與小朋友互動教學中



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



與檳榔國小主任合影



大合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

種子學生至國小推動原住民飲食活動

日期：110/03/24

地點：檳榔國小



種子學生與小朋友互動教學中



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



與檳榔國小主任合影



大合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

種子學生至國小推動原住民飲食活動

日期：110/04/07

地點：椽榔國小



種子學生與小朋友互動教學中



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



大合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

種子學生至國小推動原住民飲食活動

日期：110/11/11

地點：德瑪汶部落廚房（博屋瑪國小小朋友）



種子學生與小朋友互動教學中



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



大合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

種子學生至國小推動原住民飲食活動

日期：110/11/18

地點：德瑪汶部落廚房（博屋瑪國小小朋友）



種子學生與小朋友互動教學中



種子學生帶領小朋友製作特色餐點



種子學生帶領小朋友製作特色餐點




大合影



# 「原味再現 食力增進」原生香料運用體驗活動

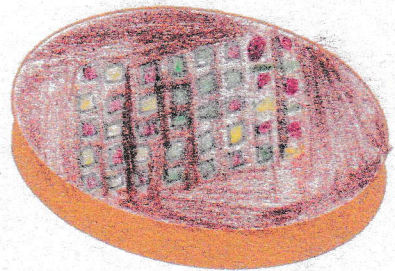
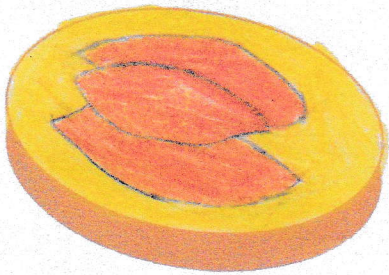
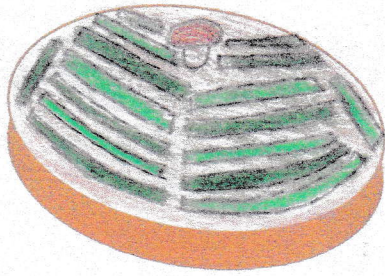
香料具有揮發性的芳香物質，分為天然香料、人工香料。  
 天然香料是取自於植物的根、莖、葉、種子，常運用於菜餚烹調，例如：九層塔、蔥、薑...等具有香氣的新鮮蔬菜，而有些香料則是乾燥後再使用，例如：胡椒粒、八角、花椒...等。然而，原生香料是指臺灣山林裡特有的香料，最常被原住民使用，例如：馬告、刺蔥、土肉桂...等。

<p>馬告，又稱為「山胡椒」</p> 	 <p>看起來黑黑的稱為森林裡的黑珍珠，有大有小</p>
 <p>聞起來有檸檬味</p>	 <p>手摸到粗粗的</p>
<p>刺蔥，又稱為「鳥不踏」</p> 	 <p>看到樹枝上有刺</p>
 <p>聞到了香菜味和檸檬味</p>	 <p>手摸到了刺刺的，揉一揉味道就跑出來了</p>



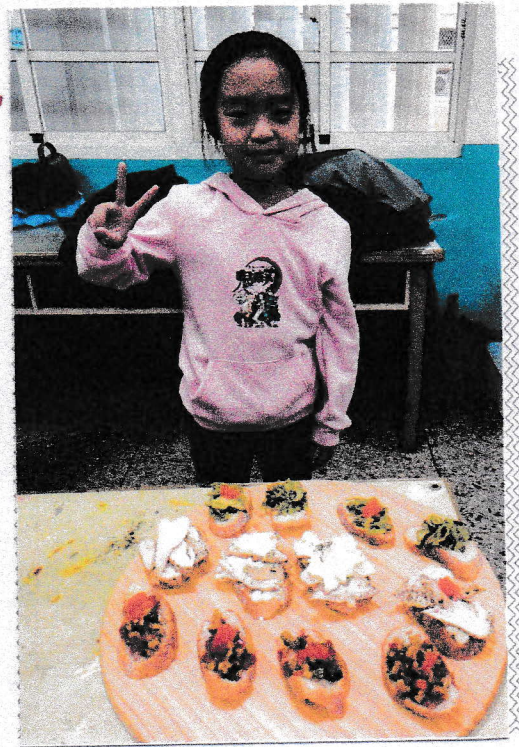
◎請你畫出活動製作的三種原生香料風味小點

馬告雞肉蛋沙拉、野菇佐刺蔥青醬、時蔬附刺蔥油醋



◎請寫出你的心得

今天我們去美勞教室做麵包。大哥哥  
大姊姊教我們做的。第一個野菇<sup>菇</sup>  
佐刺蔥青醬。把洋蔥切成一條一條的  
。在把香菇切成一片一片的。在把洋蔥和  
香菇炒一炒。在把九層塔打成醬。在  
把醬和洋蔥跟香菇<sup>菇</sup>炒一炒。在把做  
好的淋上法國麵包上面。第二個時蔬  
附刺蔥油醋。先把紅椒和黃椒跟  
小黃瓜切成一塊一塊。在加一些醬和  
蜂蜜。第三個馬告雞肉蛋沙拉。把  
一顆蛋的蛋黃和蛋白分開。在把蛋  
黃和蛋白壓碎。在加入美奶<sup>奶</sup>攪  
拌均勻。把它塗到法國麵包上面。  
在上面加上雞肉。我今天吃的很開心。  
謝謝爸爸媽媽和大哥哥大姊姊們。



不容易!



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

西拉雅小旅行 走讀吉貝耍

日期：110/12/27

地點：吉貝耍學堂



吉貝耍學堂 段洪坤老師簡報



吉貝耍學堂 段洪坤老師導覽



導覽中



特色午餐說菜





特色手作串珠體驗



大合照

親愛的老師：  
您好！

非常歡迎您參與「西拉雅小旅行—走讀吉貝要部落」的活動，在此提醒您活動當天早上為部落導覽，冬天的暖陽雖然舒服，但也請留意防曬，隨時補充水分。可自行準備帽子、水，期待與您一同走讀部落、認識吉貝要。  
我們12/26早上見！

中臺科技大學 食品科技系呂哲維 敬上  
0915-881909

日期：110年12月26日(星期日)  
時間：0930-1000 報到~相見歡  
1000-1200 吉貝要部落導覽  
1200-1330 吉貝要風味餐點饗宴  
1330-1500 吉貝要部落特色手作  
1500-1530 綜合座談~期待再相見  
地點：吉貝要部落學堂  
(臺南市東山區東河里29-1號)

行前通知與叮嚀

食材很創新並且十分可口

很用心準備~美味

咖哩飯真是太好吃了！裡面有香蕉，好驚艷。

很有特色的餐點

餐點的食材融入的很協調

餐點非常美味，結合在地特色，十分用心，未來希望可以應用在課堂上。

本活動的午餐設計由計畫主持人輔導、吉貝要學堂製作，根據問卷回饋滿意度非常的高



首頁 / 中文稿

## 「原」味再現「食」力增進-中臺科大邀您一起走讀吉貝耍

發稿時間：2021/12/27 09:22:27

(中央社訊息服務20211227 09:22:27)對大部分的民眾而言，原住民、平埔原住民、平埔族常常傻傻分不清？原住民飲食除了山豬肉、竹筒飯，還有哪些特色呢？這些都是中臺科技大學USR Hub「原」味再現「食」力增進計畫的推動主軸，希望透過計畫辦理各項原住民飲食教育活動，讓大家對原住民的飲食文化有更深一層的認識，進而接納及尊重原住民文化。

中臺科技大學創立於民國55年，創校以來秉持「技術專業、人文關懷」理念，培育許多大健康產業優質人才。同時，為善盡大學社會責任，積極申請USR及USR Hub計畫，希望藉此推動更多連結社區、解決偏鄉問題……等有意義的活動，其中「原」味再現「食」力增進USR Hub計畫，就是聚焦原住民飲食文化，除致力輔導部落餐廳，辦理原住民特色教學活動之外，更配合108課綱之議題融入教育，積極與各高中職餐飲、觀光科共備課程，協助將原住民教育融入專業課程活動，透過原住民飲食教育活動，讓學生們認識各種原住民的特色食材，以及如何運用。



藝術融入部落特色的裝置，此圖像述說明清時期西拉雅族的遭遇

因此，中臺科大食科系今日（110/12/25）特別舉辦一場「西拉雅小旅行-走讀吉貝耍部落」活動，邀請高中職校教師走進部落，身體力行以五感閱讀吉貝耍，讓參與活動的教師們可以對吉貝耍部落有更深刻的學習與體驗。這場活動邀請臺灣平埔原住民族文化學會段洪坤秘書長，帶領教師進行深度導覽，透過解說、走訪、手作、品嚐、體驗，認識吉貝耍，並進一步深度理解部落的發展與特色。中臺科大食科系呂哲維老師表示，USR Hub計畫讓學校可以透過專業的師資及資源，協助高中職校專題、自主學習與各種食品、餐飲...等專業課程，以大學端專業的教師群，提供學生與教師各種學習資源，共同培育專業人才。

中臺科技大學以大健康產業為校務發展主軸，近年來配合教育部政策，擘劃以在地連結、永續發展為核心的USR發展藍圖，透過主動積極連結區域學校資源，協助城鄉教育發展，讓



大學能夠對於在地區域有更多的貢獻與照顧。推動以來，成果豐碩有目共睹，未來將會持續深入探究在地需求，提供更多學校資源，以具體行動善盡大學社會責任。



中臺科大「原」味再現「食」力增進USR Hub計畫來到臺南西拉雅—進行走讀吉貝耍部落的活動



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

原住民餐飲業者或部落輔導

日期：110/05/01

地點：玉山高中—擔任德瑪汶跨部落美食比賽評審



各組講評、交流



各組講評、交流



參賽作品之一



評審群合影



中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

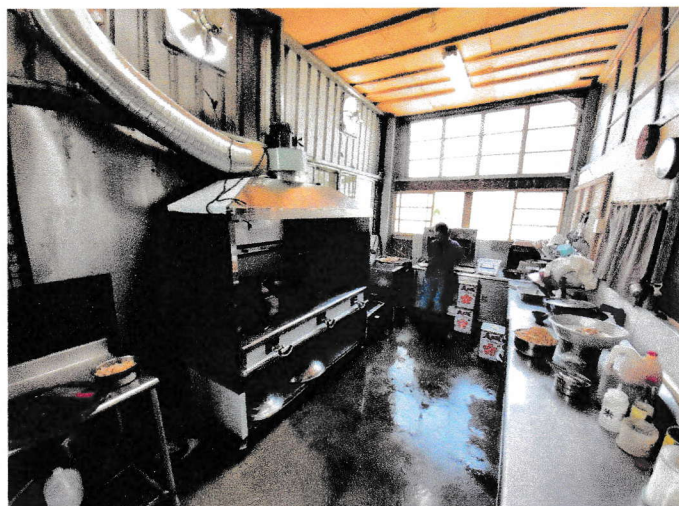
原住民餐飲業者或部落輔導

日期：110/09/15

地點：台中達觀部落



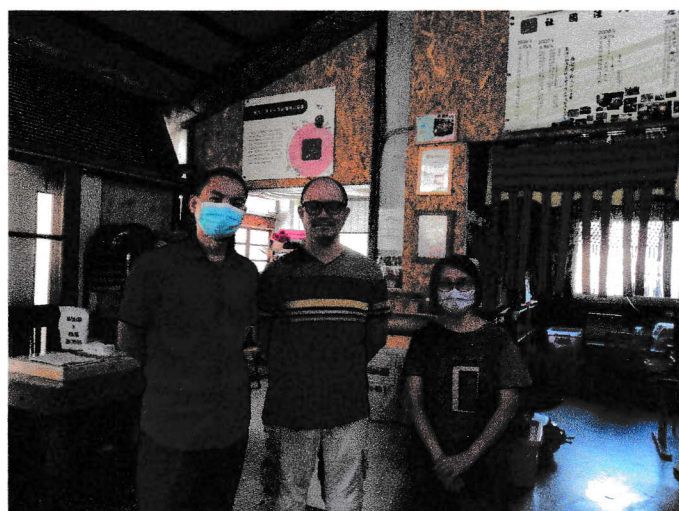
與部落廚房意見交流



部落廚房備餐現場



部落廚房供餐狀況



與部落廚房長期志工合影

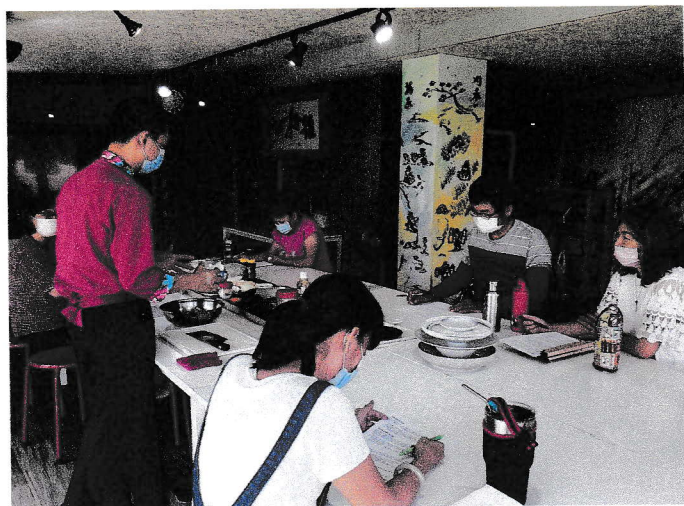


中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

原住民餐飲業者或部落輔導

日期：110/10/03

地點：台南吉貝要部落



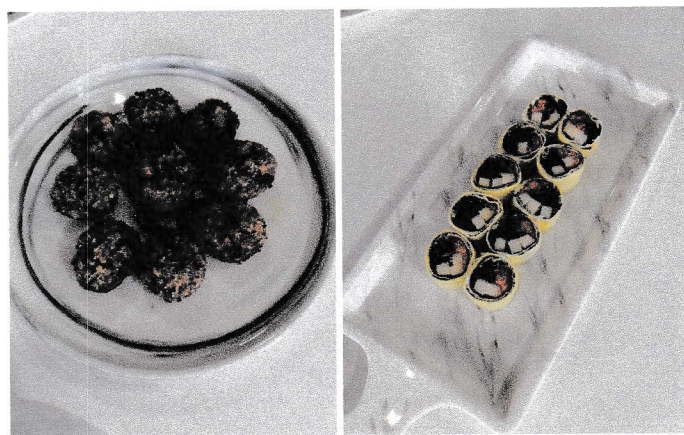
教學中



教學中



大合影



示範菜餚

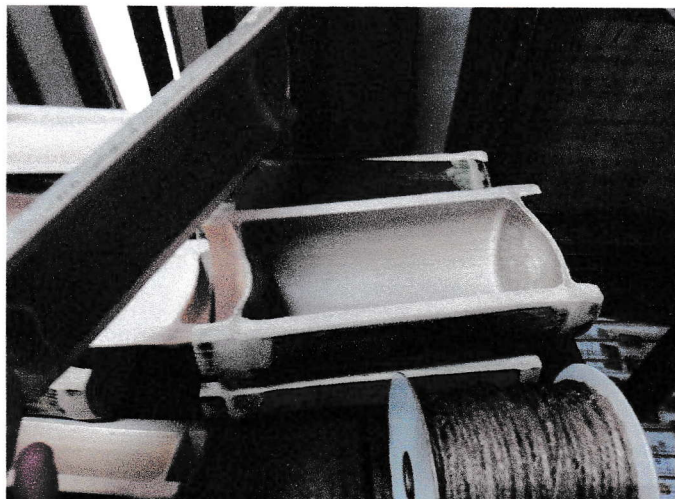


中臺科技大學 USR Hub 計畫—原味再現，食力增進

原住民餐飲業者或部落輔導

日期：110/11/11

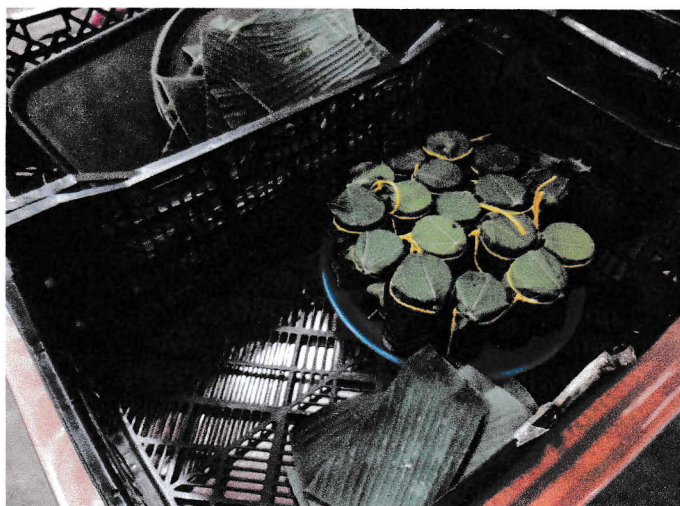
地點：台中達觀部落



竹製餐盒



原味特色餐盒



竹杯裝樹豆湯



種子學生大合影