

FRANCESCA DI SPIRITO

University of Turin at the Department
of Science and Food Technology



ALBERTO BARRILE

★弘光科技大學餐旅管理系
助理教授

義大利料理 專業先修

- * 義大利肉類烹調技術
- * 地中海特色海鮮料理



健康飲食 課程

- * 地中海飲食
- * 咖啡因對健康探討



- * 義大利正統Pizza
- * 義大利正統手工麵
- * 特色區域烹飪-北義皮耶蒙特
- * 餐廳西餐冷盤-義大利沙拉
- * 餐廳菜單甜點
- * 特色區域烹飪-西西里



一日主廚課程



2018 ITALY Experience



LINE@ :
@hk292

04-2326-8880
台中市南屯區大墩十二街292號3樓

義大利料理 專業先修



- ▶ 招收專業人士(年輕廚師、廚藝科老師) 2天課程單元
- ▶ 09:00-12:00 | 13:00-16:00 (6HR/天)
- ▶ 2天課程單元，示範2套菜單(含前菜、麵食、主菜、甜點)
- ▶ 1單元5,800元
- ▶ 全修2單元 | 1單元4,000元

單元一 地中海特色海鮮料理

4/30(一)

用現代手法詮釋地中海
特色海鮮風味料理

- ● ● ●
- * 海鮮前菜
- * 手工麵餃
- * 地中海墨魚佐番茄
- * 巧克力派

5/01(二)

從前菜、麵食、主食、甜點
4道代表義大利的豐富菜色

- ● ● ●
- * 牛肉前菜
- * 手工麵疙瘩
- * 鮭魚主菜
- * 榛果甜點

單元二 義大利肉類烹調技術

5/28(一)

烹飪主食肉類經典
處理方式

- ● ● ●
- * 生小牛肉前菜
- * 蘑菇燉飯
- * 鴨胸主菜
- * 香草巴伐利亞

5/29(二)

現代簡約、原味義大利烹飪
並以甜點做為完美句點

- ● ● ●
- * 干貝前菜
- * 燉飯
- * 透抽主菜
- * 西西里瑞克塔筒(現代版)

一日主廚課程 One Day Chef

- ▾ 招收大眾人士 ▾ 09:00-13:00
- ▾ 以義大利烹飪或烘焙為課程專題
- ▾ 1堂2,800元
- ▾ 任選3堂以上 | 單堂2,500元
- ▾ 全修6堂 | 單堂2,000元

單元一 3/17(六)

- * 介紹義大利PIZZA歷史及演變，今為全球代表義大利的美食
- * 示範義大利8款經典Pizza
瑪格麗特、西西里、蘑菇香腸蔬食、番茄橄欖、4種奶酪
莫扎瑞拉奶酪、火腿



義大利正統PIZZA

單元二 3/19(一)

- * 完整介紹義大利美味冷盤，保持新鮮感並有豐富滋味
- * 示範經典冷盤
俄羅斯沙拉、雞肉沙拉、小牛肉
蝦子麥片沙拉、素食沙拉、
莫扎瑞拉奶酪和番茄



西餐冷盤-義大利沙拉

單元三 3/31(六)

- * 介紹義大利烹飪的主角PASTA，從各種麵粉至義大利麵點
- * 示範4道麵點
奶酪手工餃、肉醬寬麵
魚貓耳朵、香腸手工麵
和花椰菜



義大利正統手工麵

單元四 4/09(一)

- * 介紹義大利餐廳經典菜單甜點
- * 示範7款甜點
博納特、鮮奶酪、提拉米蘇、
香草巴伐利亞、巧克力布丁、
香草和肉桂醬、
巧克力慕斯



餐廳菜單甜點

單元五 4/24(二)

- * 介紹北義皮耶蒙特地區特色，代表性美食及其傳統
- * 示範4道料理
鮪魚沙拉、素食、松露、
小牛肉和馬鈴薯塔



特色區域烹飪-北義皮耶蒙特

單元六 5/07(一)

- * 從介紹西西里歷史文化，到影響羅馬，阿拉伯，西班牙的美味
- * 示範4道菜色
茄子和紅椒、鮪魚蔬菜、
鯷魚、沙丁魚和茴香菜麵



特色區域烹飪-西西里

單元一 地中海飲食

4/27(五)

* 講述代表地中海飲食三角的定義，
10個健康飲食密碼

* 示範2道地中海菜色
海鮮庫斯
雞肉米點



* 義大利巧克力，咖啡和茶介紹

* 深入探討咖啡因對健康益處、
刺激成份可否協助代謝功能

* 示範2道甜點
咖啡巴伐利亞
巧克力餅乾和咖啡醬



單元二 咖啡因 對健康探討

5/11(五)

 弘學苑
Hungkuang Lifestyle School

健康飲食課程

→ Food for
Healthy

- 招收大眾人士
- 以健康營養理念配合廚師實際演示，從地中海健康飲食出發，並融入東方健康傳統理念。
- 09:00-13:00
- 1堂1,600元
- 全修2堂 | 單堂1,400元