

# 苗栗縣竹南鎮教育會 函



地址：350 苗栗縣竹南鎮公義路 245 號  
承辦人：總幹事-彭懿慈  
電話：037-622009 轉 901 (0920-115882)  
傳真：037-625880

受文者：**本會各級學校**

發文日期：中華民國 107 年 5 月 1 日

發文字號：(107) 竹教字第 005 號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：普通

附件：實施計畫暨報名表

主旨：本會訂於 107 年 5 月 26 日（星期六）舉辦教師第二專長研習一

『客家創意佳餚之記憶中的媽媽味』，隨文附實施計畫、課程內容以及報名表乙份。

說明：

- 一、活動行程：詳如實施計畫。
- 二、即日起報名至 5 月 18 日（五）13：00 時前截止。
- 三、本次活動費用說明，請詳見活動計畫
- 四、活動費用-免費（限會員參加不含會員眷屬）。
- 五、請勿報名後臨時更換參加人員。

正本：本會各級學校

副本：本會

**理事長 林慶旺**

# 苗栗縣竹南鎮教育會 107 年度

## 「客家創意佳餚之記憶中的媽媽味」實施計畫

壹、目的：什麼是你記憶中的「媽媽味」？那道令你思念不已的料理，連結了家的情感與記憶，停留在舌尖上，也刻劃在心裡面。在生活步調忙碌而快速的今天，雙薪家庭多、小孩上安親班，全家要一起好好吃頓晚餐，並不容易。每個家裡都有廚房，當爐子的火一開、炊煙一起，家也就溫暖了起來。在許多人的成長經驗中，餐桌上的飯菜香充滿了家的幸福溫度，長大後，回想起媽媽做的菜，是既熟悉又難以忘懷的味道。

貳、依據：本會年度工作計畫及第 23 屆第 5 次聯席會議決議事項辦理。

參、指導單位：竹南鎮公所、苗栗縣教育會。

肆、主辦單位：苗栗縣竹南鎮教育會。

伍、協辦單位：君毅中學--餐旅群(餐飲管理科及觀光事業科)。

陸、活動經費：一律免費，由本會相關活動經費下支應，報請竹南鎮公所補助。

柒、參加人員：本次研習因受場地限制，以 35 人為限，為顧及會員權益，本次研習僅限本會會員(不包含會員眷屬)參加。依各校會員人數比例分配名額如下：

竹南高中	5 人	君毅高中	6 人	竹南國小	4 人	中興商工	3 人
竹南國中	2 人	照南國中	2 人	照南國小	2 人	海口國小	3 人
新南國小	2 人	山佳國小	2 人	大埔國小	1 人	大同高中	1 人
頂埔國小	1 人	竹興國小	1 人				

捌、報名方式與日期：即日起請向各校承辦人員報名，報名表如下。

玖、研習時間：107 年 5 月 26 日（星期六）08：00 至 12：00。

拾、研習地點：君毅中學-至善樓一樓中餐教室。

➤ 備註：

1. 各校報名人數超過分配名額時列為備取；報名未滿額時，以各校報名先後為錄取優先順序。

2. 本計畫若有未盡事宜得依需要隨時補充之。
3. 報名截止日期為 107 年 5 月 18 日(五) 13:00，逾時不候。
4. 活動當天請配合本會之分組。

-----

**「客家創意佳餚之記憶中的媽媽味」活動報名表**

研習時間：107 年 5 月 26 日（星期六）08：00 至 12：00						
會員姓名（請確實填寫，字跡務必工整）				性別		聯絡電話
編號	姓名	服務學校	職稱	男	女	行動電話
1						
2						
3						
4						
5						
6						

※ 報名表煩請於 5/18 之前回傳：cathy1116@mail.cish.mlc.edu.tw 信箱。

## 產品名稱：客家芋籤糕

107年5月26日

料號	材料名稱	數量	單位	
材料	1 芋頭	700	g	
	2	蝦米	30	g
		菜圃	50	g
		絞肉	50	g
		香菜梗	20	g
		胡椒鹽	20	g
	3	醬油	20	g
		糖/味精	5	g
		太白粉	60	g

### 製作過程

1. 將芋頭去皮切成粗絲。
2. 蝦米切碎、菜圃切碎泡水備用。
3. 將絞肉、蝦米、菜圃、炒香放涼加入香菜梗備用。
4. 將芋頭絲拌入炒香的步驟3拌勻，胡椒鹽跟太白粉鋪在鐵盤上，開大火蒸15分鐘。
5. 放涼切塊用油小火慢煎。

# 產品名稱：茴香紅藜割包

107年5月26日

料號	材料名稱	數量	單位
材料	1 中筋麵粉	600	g
	紅藜麥	30	g
	細砂糖	50	g
	泡打粉	10	g
	酵母	10	g
	茴香醬	50	g
	水	250	g
	黃地瓜	50	g

## 製作過程

1. 先將茴香洗乾淨晾乾，取出葉子加入沙拉油打成泥備用。
2. 中粉加紅藜麥、砂糖、泡打粉、酵母、茴香醬及水揉勻醒 20 分鐘。
3. 分割麵糰每一個 50g 桿成橢圓形，中間抹油對折，室溫發酵 10-15 分鐘。
4. 用大火蒸 6 分鐘即可。

\*再揉麵糰可揉入地瓜絲或是南瓜絲。

# 產品名稱：客家炆控肉

107年5月26日

料號	材料名稱	數量	單位
材料	1 五花肉	1200	g
	2 豬皮	200	g
	3 帶皮蒜頭	100	g
	4 八角甘草	10	g
	5 冰糖	100	g
	6 青蔥	50	g
	7 辣椒	10	g
	8 醬油	200	g
	9 米酒	200	g

## 製作過程

1. 先把五花肉,切成長塊,長6公分,厚度1.5公分備用。
2. 先把五花肉及豬皮川燙洗淨,起油鍋爆香五花肉及帶皮蒜頭,冰糖炒香到焦糖色。
3. 在依序加入調味料醬燒一下,放入清水小火炆煮2小時。