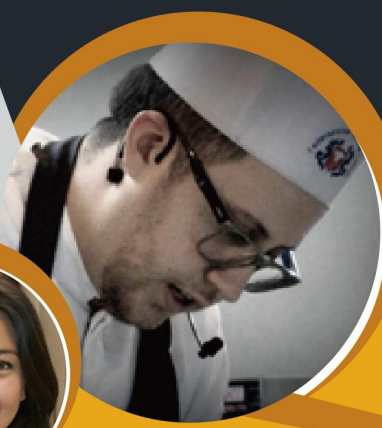


# FRANCESCA DI SPIRITO

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