

產品開發期中報告

指導老師：胡永輝老師


班級：餐旅四乙

學號：4A1M0109


姓名：張佳瑋

目錄


| | | |
|-------|-------|-----|
| 豆乳雞 | ----- | p3 |
| 海帶蛋衣湯 | ----- | p4 |
| 鮭魚炒飯 | ----- | p5 |
| 鼓椒炒魚乾 | ----- | p6 |
| 南瓜米粉 | ----- | p7 |
| 三絲淋蒸蛋 | ----- | p8 |
| 茄汁燴魚片 | ----- | p9 |
| 玉米濃湯 | ----- | p10 |
| 桂花炒翅 | ----- | p11 |
| 海產粥 | ----- | p12 |
| 蚵仔煎 | ----- | p13 |
| 魚丸湯 | ----- | p14 |
| 心得 | ----- | p15 |

| | | | |
|---|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 豆乳雞 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| (1)紅豆腐乳 2 塊、醬油、蒜泥、糖、五香粉、玉桂粉 (2)椒鹽粉 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 雞胸肉剝塊，抓 1/2 小 T 鹽分解蛋白質 2. 雞胸肉塊加入 1/2 小 T 胡椒粉+1 小 T 糖+1 大 T 米酒+1/4 小 T 五香粉+1/4 小 T 肉桂粉+1 大 T 醬油膏+少許蒜末+1 顆全蛋 1 大 T 太白粉調味並醃製。 3. 將醃製過的雞胸肉塊加入豆腐乳+2 大 T 地瓜粉+3 大 T 麵粉拌勻，下鍋炸直至上色即可起鍋。 4. 蔥+蒜，炒乾撒在炸酥脆的豆乳雞塊上，最後再加 1 小 T 胡椒粉。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:雞胸肉 600 公克 副料:地瓜粉(粗粒)200 公克、九層塔 15 公克 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| |  | | |
| 烹飪時間 | | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.肉放入鍋油炸時間需快速，布染容易導致顏色不一。 | | | |


| | | | |
|---|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 海帶蛋衣湯 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 鹽、冰糖、香油 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 魚乾用清水洗淨後泡水，海帶也泡水，豆腐對開在。 2. 煮半桶水+柴魚下去燒，熬滾後把柴魚濾掉。 3. 小魚乾過油炸至乾，加入已煮滾的柴魚高湯中，加入 1 小 T 鹽+1 小 T 雞粉+1 大 T 米酒，下入蛋液+1 小 T 鹽+少許香油，放入豆腐，此時就不要再攪拌，等一會兒即可起鍋。 | |
| 材料 | | | |
| 主料: 海帶芽 50 公克、 雞蛋 2 粒 副料:小魚乾 50 公 克、柴魚 50 公 克、豆腐半盒 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.下蛋液時溫度需要夠高。 | | | |
| | | | |


| | | | |
|--|---|--|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 鮭魚炒飯 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 鹽、醬油、胡椒粉、香油 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 白米先洗淨，泡水，放入蒸 20 分鐘。鮭魚用鹽巴均勻抹在表面，蒸 8 分鐘後剝成碎末。 2. 2 大 T 油潤鍋，加入蒜末+2 顆蛋+鮭魚，再依序加入蔥花+1/2 小 T 胡椒粉+1 大 T 醬油+1 大 T 米酒拌勻，放入飯，加一大 T 香油，不停的翻動，直到米粒粒分明，上色即可起鍋。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:白米 500 公克 副料:鮭魚 200 公克、蔥 2 支、蒜頭 6 粒、雞蛋 2 粒 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1.米需泡到乳白色，再剛好蓋過的水即可。 2.鮭魚蒸熟後魚刺一定要取乾淨。 | | | |
| | | | |


| | | | |
|---|--|--|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 鼓椒炒魚乾 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 醬油、糖、香油、 胡椒粉、酒 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 魚乾泡水洗淨，豆乾切絲，青椒去內膜厚切絲，蒜頭切末，辣椒去籽切絲，豆鼓砲水。 2. 將豆乾放入鋼盆中，加入 15g 麵粉拌勻後入油鍋炸，至豆乾乾扁後撈出。魚乾過油，至乾扁後撈起。 3. 在鍋中放入 15 香油，再加入豆鼓、蒜末、魚乾、些許辣椒進行炒製，加入 120cc 水，加入調味品(1 大 T 醬油+1 小 T 糖+1/2 小 T 胡椒粉+1 大 T 米酒 1 小 T 黑醋)，最後放入蔥段和豆乾，炒熟後起鍋。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:小魚乾 100 公克 副料:五香豆乾 3 片、紅辣椒 1 支、 豆鼓 20 公克、青 椒半粒、蒜頭 3 粒 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| | | | |
| | | | |

| | | | |
|---|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 南瓜米粉 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 鹽、糖、胡椒粉、香油 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 南瓜去皮切絲，芹菜切段，豆芽去根，豬肉切絲，香菇去蒂切絲，米粉泡水。 2. 在鍋中加入 480cc 水，放入南瓜，熬煮至南瓜熟透。 3. 在肉裡加入 1/2 小 T 鹽進行醃漬，下油鍋泡熟後撈出，香菇入油至乾煸後撈出。 4. 南瓜湯中依序加入豬肉絲、香菇、豆芽、蘿蔔、120cc 水進行炒製，以 1 小 T 鹽+1/2 小 T 胡椒粉+1 大 T 米酒+1/2 小 T 雞粉+4.5g 香油調味，最後放入米粉拌炒，米粉炒乾後即可起鍋。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:米粉(乾)150 公克 副料:南瓜 150 公克、香菇 2 朵、芹菜 1 支、銀芽 30 公克、豬肉絲 30 公克 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| |  | | |
| 烹飪時間 | | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.南瓜一定要先煮到熟透。 | | | |


| | | | |
|--|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 三絲淋蒸蛋 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 鹽、糖、酒、香油、醬油、太白粉 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 豬肉切絲、筍切絲、薑切絲、蔥切絲切段。 2. 將 4 個雞蛋打入碗中。在鍋中放入 360cc 的水，加入 1/2 小 T 的鹽，水滾之後倒入蛋液中拌勻，再用保鮮膜蓋好。大火蒸 6 分鐘。 3. 在鍋中放入 480cc 的水，放入 1 小 T 醬油+1 小 T 糖+1/2 小 T 鹽+1 大 T 米酒+1 大 T 黑醋調味，接著依序放入肉絲、香菇、胡蘿蔔、辣椒、筍，煮至沸騰，加入以 1:1 水和太白粉勾芡即可。 | |
| 材料 | | | |
| 材料:雞蛋 4 粒、大里肌肉 50 公克、乾香菇(大)1 朵、桶筍 40 公克、辣椒 1 條、蔥 2 支、薑 20 公克 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.顏色需多加注意，不可太深。 | | | |
| | | | |


| | | | |
|--|---|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 茄汁燴魚片 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| (1)番茄醬、太白粉、糖、沙拉油、白醋、鹽 (2)醃料:鹽、太白粉、沙拉油、胡椒粉 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 鱸魚去魚鱗，從鰓剪開後，把內臟清乾淨，切掉魚頭魚尾，魚尾去骨後修剪漂亮形狀，魚身切片。 2. 洋蔥切粒，青椒去膜後切長條狀再斜切，蔥切蔥花，木耳頭切掉後切塊狀。 3. 魚頭、魚尾和魚片均加入 $1/2$ 小 T 鹽進行醃漬，隨後放入 $1/2$ 小 T 胡椒粉、2 大 T 米酒，1 大 T 低筋麵粉。 4. 以油溫 120 度先炸魚頭，從嘴巴將油淋下，再炸尾巴至站立定型即可，換炸魚片(從鍋邊下)，直至乾酥撈起。 5. 2 大 T 香油+番茄醬 3 大 T+240cc 水+1 小 T 醬油+20g 糖+1 大 T 白醋調味後，放入洋蔥+木耳+蒜片+紅蘿蔔+魚片(物使用炸瓢拌)，最後下青椒，起鍋擺盤。 | |
| 材料 | | | |
| 主料: 鱸魚 900 公克 副料: 洋蔥半粒、青椒半粒、黑木耳 40 公克、蒜頭 2 粒、雞蛋 1 粒 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.醬汁不可收得太乾。 2.魚頭和魚尾巴切面須注意。 | | | |
| | | | |

| | | | |
|---|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 玉米濃湯 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 糖、雞粉、鹽、黑胡椒、麵粉 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 玉米粒罐頭倒出來清洗乾淨，蒜頭切碎，紅蘿蔔切丁並用熱水燙過再用冷水沖，豬絞肉放濾網下油鍋炸。 2. 一大碗公水+豬絞肉+玉米粒+洋蔥+紅蘿蔔+玉米醬熬煮至滾，加入 1 小 T 鹽+1 大 T 糖+(1/2 小 T 胡椒粉+1 大 T 水拌勻)+1/2 小 T 鹽+1/2 小 T 雞粉調味。 3. 2 大 T 香油+蒜泥拌炒+3 大 T 麵粉，關火後快速拌炒，將炒好的一半的麵糊放入步驟 2 裡面，用打蛋器攪拌均勻，陸續下另一半麵糊+蛋液+蔥花+火腿，即完成。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:玉米醬 1 罐、玉米粒罐頭 1 罐 副料:洋火腿 60 公克、豬絞肉 80 公克、蔥 20 公克、蒜頭.30 公克、紅蘿蔔 50 公克 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.加蛋液時溫度一定要夠。 | | | |
| | | | |

| | | | |
|--|--|--|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 桂花炒翅 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 太白粉、醬油膏、鹽、糖、酒、白胡椒粉 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 木耳切絲，洋蔥切絲，蘿蔔切絲過水煮熟後瀝乾，火腿切絲，青椒去內膜後切絲，蒜切末，蔥切絲。 2. 在鍋中放入 3 大 T 香油，再把洋蔥放入拌炒，依序放入 240cc 的水+紅蘿蔔+蔥，加入調味料(1/2 小 T 鹽+1 小 T 糖+1/2 小 T 胡椒粉+1/2 小 T 雞粉+1 小 T 醬油+1 大 T 米酒)。翻炒過後在鍋中放入素粉翅和火腿，最後放入青椒和 1 大 T 香油，起鍋前加入蛋液，炒製塊狀後即完成。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:素粉翅 300 公克 配料:洋蔥 200 公克、雞蛋 6 粒、青椒 100 公克、黑木耳 100 公克、紅蘿蔔 60 公克、火腿片 100 公克 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| | | | |

| | | | |
|---|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 海產粥 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 雞粉、胡椒粉、豬油、鹽、酒 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 魚骨放入鍋中加水熬煮成高湯，雞脖子切段後也放入湯中，芹菜葉入湯中一起熬煮。 2. 芹菜切粒狀，蚵用太白粉洗淨，香菇去蒂後切絲，蝦去掉蝦頭蝦尾，背部剪開後去掉腸泥，花枝洗淨切塊狀過水煮熟後瀝乾，豬肉切片加入 1/4 小 T 鹽醃漬。米泡水至乳白色瀝乾。 3. 取高湯 4 勺，水滾開後轉小火，放入 1/2 小 T 鹽，放入米，持續攪拌到鍋中無水份即可。 4. 在鍋中放入 2 大 T 香油，置入香菇和豬肉拌炒，再取高湯 7 勺，接著依序加入調味料(鹽少許+1/4 小 T 雞粉+2 大 T 米酒+(1/4 小 T 胡椒粉與水拌勻後倒入鍋中)，把煮過的米放入湯中，再放入紅蘿蔔+蒜頭，熬煮到黏稠後放入花枝+蝦+蔥+芹菜+蚵+3 大 T 油蔥酥+1 小 T 香油，即完成。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:白米 8 兩 副料:豬肉 4 兩、 蝦子 5 隻、花枝 2 隻、蚵 3 兩、香菇 5 朵、芹菜 3 支、 蔥 2 支、魚骨 6 兩、雞脖子 3 支 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.下米煮時一定要攪拌，反則會黏鍋。 | | | |
| | | | |

| | | | |
|---|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 蚵仔煎 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 佐料:A.粉漿料:地瓜粉 200 公克、太白粉 100 公克、水 600 公克、鹽 3/4t B.調味料:海山醬 3T、番茄醬 2T、砂糖 3T、冷水 400 公克 C.芡芡料:地瓜粉 3T、冷水 3T | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 蚵仔先抓太白粉再沖洗瀝乾，小白菜分成筋和葉子都切成段，豆芽菜把根拔掉。 2. 醬汁:2 大 T 香油+3 大 T 海山醬+2 大 T 番茄醬+2 大 T 醬油膏+2 杯水+1/4 小 T 鹽+2 大 T 糖+(1:1=水:太白粉) 3. 潤鍋 2 次，放 5-6 顆蚵仔+豆芽+小白菜+蔥花+粉漿+蛋，當可滑動時，以甩鍋的方式翻面，再蓋上一點粉漿，旁邊可以加少許的油幫助不黏鍋，直至粉漿都熟透，上色即可。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:蚵仔 300 公克 副料:小白菜 150 公克、雞蛋 6 粒、豆芽菜 150 公克 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| 烹飪時間 |  | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |
| 1.潤鍋一定要確實，否則容易黏鍋 2.翻的時候須注意。 | | | |
| | | | |

| | | | |
|--|--|---|-----|
| 指導老師 | 胡永輝 | 製作人 | 張佳瑋 |
| 菜餚名稱 | 魚丸湯 | | |
| 調味料 | 份量 | 作法 | |
| 胡椒粉、鹽、酒、香油 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 芹菜和蔥都切成粒，花枝漿要剝碎。 2. 魚漿+花枝漿放入鋼盆中，以 1/4 小 T 鹽+1/2 小 T 胡椒粉+2 大 T 米酒+1 小 T 糖+1 大 T 香油+1 大 T 太白粉+1 大 T 麵粉調味，過程中不斷用手拌勻，微敲打，最後加入蔥花。 3. 擠成丸狀，用湯匙剝入熱水中，熟了魚丸會浮起來，撈起放入冰塊中，幫助熱漲冷縮。 4. 一碗公的水，水滾之前就先下魚丸，加入 1 小 T 鹽+1/2 小 T 雞粉+2 大 T 米酒+1/2 小 T 胡椒粉+1 小 T 香油調味，最後依序放入蔥+芹菜+油蔥酥 3 大 T，拌勻後即可起鍋。 | |
| 材料 | | | |
| 主料:虱目魚漿 8 兩、花枝漿 3 兩 副料:芹菜 2 支、蔥 1 支 | | | |
| 裝飾 | 照片 | | |
| |  | | |
| 烹飪時間 | | | |
| | | | |
| 器皿 | | | |
| 注意事項 | | | |

期中心得

雖然禮拜四從早上到晚有無限多的課，但到了晚上可以做菜就覺得精神變好好喔，從刀工、烹煮等，讓我學到了非常多，也學會了好好觀察食物，和在烹煮時的一些小技巧，還有很多實習學不到的東西，也增進很多，期待再學到更多不一樣的東西。