



2/28 更新

本表僅供參考，內容及費用以官網課程說明為準

3/4(三)09:30-12:30

李佳其老師日式料理

1. 蒜香白魚春油菜
2. 牛奶洋葱雞肉南蠻漬
3. 鱈魚味噌煮
4. 螢烏賊香御飯

費用：2300 元 (本課程無優惠)

3/7(六)10:00-13:00

程安琪老師中式料理

1. 青炒鱈糊
2. 上海涼拌海蜆
3. 紅燒肉/菜飯
4. 老鹹菜筍絲/拌麵
5. 什錦魚羹
6. 韭香鍋餅

費用 2600 元 (本課程無優惠)

3/8(日)10:00-12:30

黃迺恆老師假日輕療癒食刻

- 廚房 × 影像 × 早午餐
1. 法式蒜香奶油酪梨鮮蝦開放三明治
 2. 桂花烏龍沁飲

費用 2200 元

3/10(二)09:30-12:30

林明燦老師台式料理

1. 蛋黃大蝦
2. 六合金盞雞
3. 七巧玲瓏魚
4. 五味軟絲(經典五味醬)
5. 乾煎豬肝

加碼：蝦頭蛤蜊味噌湯

費用 2500 元 (本課程無優惠)

3/11(三)09:30-13:00

劉成玉老師韓式料理

1. 蘿蔔燉鯖魚
2. 豬龍骨馬鈴薯
3. 糖醋肉
4. 涼拌冬粉
5. 蔬菜拌飯

費用 2300 元

3/13(五)09:30-12:30

黃郁香老師全素抓餅

1. 全素抓餅〈酥餅，紐西蘭酥油〉
 2. 全素餡餅
- 加碼：蔥油餅〈五辛素〉

費用：2200 元

3/14(六)09:30-12:30

雷廣隆老師泰式料理

1. 蒜香梅花豬
2. 酸辣拌鴨肉
3. 酸辣鴨湯
4. 涼拌青芒果

費用：2300 元

3/16 (一)09:30-12:00

羅因生老師烤糖酥

1. 杏仁烤糖酥
2. 南瓜子烤糖酥
3. 腰果烤糖酥
4. 黑芝麻核桃烤糖酥

費用 2300 元 (本課程無優惠)

3/19(四)09:30-12:30

李志龍老師客家料理

1. 萬筍金桔海蜆絲
2. 春筍小卷燴板條
3. 海味客家醬燒肉
4. 香炒海瓜子

費用：2300 元 (本課程無優惠)

3/21(六)09:30-12:30

吳國棟老師

上海醃篤鮮假日班

1. 齋烤雞
2. 醃篤鮮
3. 芋頭雞骨醬
4. 粉蒸排骨
5. 老鹹菜黃魚煨麵

費用：2500 元 (本課程無優惠)

3/22 (日)13:30-16:30

何文熹老師

包種茶費南雪與帕瑪森比斯吉

1. 包種茶費南雪(示範)
 2. 帕瑪森乾酪比斯吉(實作)
- 費用：2300 元 (本課程無優惠)

3/23(一)13:30-16:30

呂俊賢老師奢華新版廣東菜

1. 生拆膏蟹麻婆豆腐
2. 胭脂蝦番茄滑蛋
3. 家鄉梅菜蒸海魚
4. 酸菜鮑魚拌麵

加碼：乾煸四季豆潤餅

費用 3300 元 (本課程無優惠)

3/26(四)09:30-12:30

劉雪玲老師客家料理

1. 白切鵝
2. 客家大湯圓〈大湯圓做法〉
3. 拐絲炒鴨肉
4. 客家炒小卷

費用 2300 元 (本課程無優惠)

3/28(六)09:30-12:30

林聖智老師蔬食日式居酒屋

1. 全素明太子醬
2. 全素塔塔醬
3. 爐烤山藥明太子
4. 日式和風醬
5. 香煎櫛瓜明太子
6. 炭香素叉燒
7. 日式漬菜叉燒飯
8. 塔塔揚出豆腐
9. 時蔬和風沙拉
10. 天婦羅醬

費用 2200 元 (本課程無優惠)

3/28(六)13:30-16:30

林聖智老師蔬食創業小吃

1. 脆皮筍香肉圓 (麵糰型)
2. 清蒸紅麴肉圓 (麵糰型)
3. 白米醬 (肉圓沾醬)
4. 腐乳味噌醬 (沾醬)
5. 素食蚵仔煎
6. 四神湯

費用 2200 元 (本課程無優惠)

3/2(一)09:30-12:00

陳文凱老師中式料理

老師已有排課，菜單近日更新
