

# 臺灣飲食文化面面觀之 師食史事-臺灣飲食文化探究

國家運動訓練中心/海青工商 王薪婷歷史 老師

## 一、設計理念

臺灣素有「美食王國」之美譽，綜觀我們日常生活中常見的美食料理，其實涵蓋多國特色、多元文化的豐富選擇，更甚者還有結合異國風味與臺灣本地特色的「新創美食」，豐富了臺灣人的餐桌與胃腸。

然而，這樣的「來者不拒」、「兼容並蓄」的多元性，其實深受臺灣特殊歷史發展影響，我們可以透過歷史時序之爬梳，細看不同時期的統治者、移民者為本地帶來怎樣的影響與刺激，逐步形成我們今日的飲食樣貌。

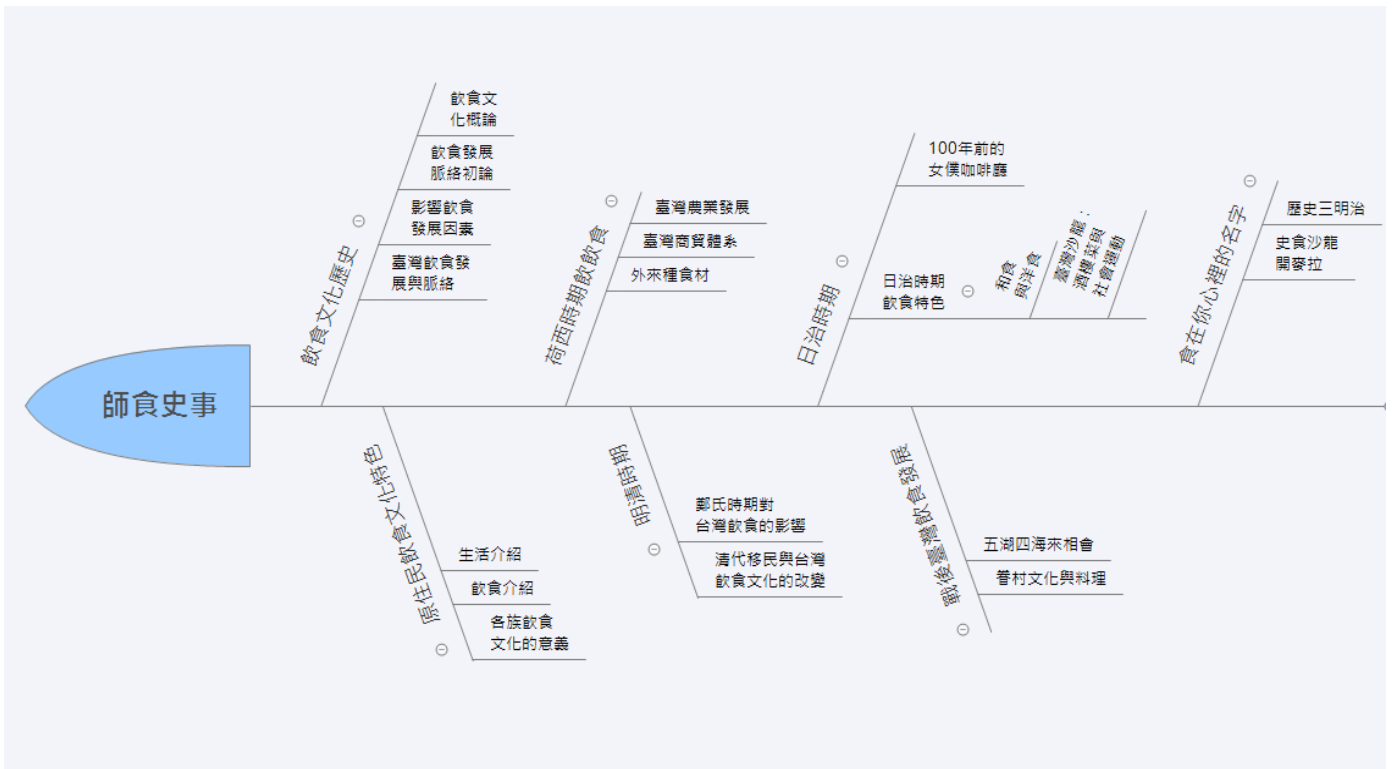
從早期原住民的文化中看，飲食特色呈現濃厚地山野原貌，還可從各種與主食相關的祭祀、慶典中，看出人與自然的互動。十七世紀以後，荷西兩國將臺灣捲入大航海時代的貿易鏈，各種外來食材隨之來臺，大量豐富了臺灣飲食的內涵。明鄭至清領，是漢人文化移植臺灣的重要基礎，閩菜、粵菜的移入，奠定了今日臺菜與客家菜的根基。到了日治時期，在西化浪潮的刺激下，洋食與和食一起傳入臺灣，飲食樣貌增添了「摩登」元素。及至戰後，開啟獨特的「眷村文化」及「眷村菜」世代，直到今日地球村的浪潮下，許多異國美食皆在臺灣落地生根。

本課程即是建立在部定歷史第一冊臺灣史發展的基礎，從學生日常飲食經驗出發，細探不同時期、不同政權與不同移民為臺灣帶入哪些不同的食材與飲食習慣，而這些飲食內涵又可以對應回哪些歷史事件或社會背景與價值觀的演變，並搭配國家檔案中有關臺灣飲食的文獻與照片等資料為佐證，強調飲食背後歷史與文化的作用力。

透過檔案分析，結合 canva、padlet 等資訊媒材，引導學生從過往生命經驗中尋找「飲食記憶」，先從自己喜歡或印象深刻的料理著手，深思該道料理對自己的意義為何，再進一步探究其背後的文化體系，並能舉一反三理解各種料理背後可能蘊含的文化價值，乃至能以美食進行國際交流，落實情義表述與國民外交之素養。

當學生能依據教師指引，逐步了解飲食與歷史文化之密切關聯後，於課程最終結合文化創意產發訓練，期許學生能統整所習得內容，依臺灣現有之各類飲食體系為題，創造符合該文化意象又兼具個人特色的「創意三明治」，同時結合 AI 影像生成、社群媒體編寫等技能，設計宣傳作品的廣告，將臺灣飲食文化精髓發揚光大。

## 二、單元架構 (可以圖表搭配文字簡要說明單元課程架構)



## 三、教學設計

領域/科目	跨領域多元選修	設計者	王薪婷
實施年級	二年級	總節數	共 <u>8</u> 節， <u>400</u> 分鐘 (每週兩節連授，共四週)
單元名稱	師食史事		
<b>設計依據</b>			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 歷 1a-V-3 比較過去與現在的異同，並說明過去與現在的關聯性。</li> <li>● 歷 1b-V-2 辨識、解釋不同歷史時期的變遷與延續。</li> <li>● 歷 2c-V-2 省思歷史發展的多重面向，珍視融合多元族群、文化的社會體系及人權的價值。</li> <li>● 歷 3b-V-1 根據主題，進行歷史資料的蒐集、整理與分類。</li> <li>● 地 3c-V-1 參與小組討論，與他人共同思考資料的意義並判別資料的可靠性。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 社-U-B1 運用語言、文字、圖表、影像、肢體等表徵符號，表達經驗、思想、價值與情意，且能同理他人所表達之意涵，增進與他人溝通。</li> <li>● 社-U-B3 體會地理、歷史及各種人類生活規範間的交互影響，進而賞析互動關係背後蘊含的美感情境。</li> <li>● 社-U-C2 發展適切的人際互動關係，並展現相互包容、溝通協調、社會參與及服務等團隊合作的精神與行動。</li> <li>● 社-U-C3 珍視自我文化的價</li> </ul>

	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 歷 Bb-V-1 早期移民的歷史背景及其影響。</li> <li>● 歷 Bb-V-2 戰後來臺的各方移民。</li> <li>● 歷 Pa-V-3 殖民統治下的原住民、原住民族。</li> <li>● 歷 Pb-V-1 人群移動的背景與型態。</li> <li>● 歷 Ta-V-1 大航海時代的物種交流與影響。</li> <li>● 地 Ca-V-3 臺灣的移民社會與多元文化。</li> </ul>		<p>值，尊重並肯認多元文化，關心全球議題，以拓展國際視野，提升國際移動力。</p>
議題融入說明	議題/學習主題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 原住民族教育：認識部落與原住民族的歷史經驗、原住民族文化內涵與文化資產</li> <li>● 多元文化教育：我族文化的認同、跨文化的能力</li> </ul>		
	實質內涵	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識部落與原住民族的歷史經驗：原 U4 認識原住民族被殖民的歷史經驗，尤其是土地與文化受侵害的過程。</li> <li>● 原住民族文化內涵與文化資產：原 U12 了解當代社會環境變遷下的原住民族文化傳承議題。</li> <li>● 我族文化的認同：多 U1 肯認並樂於宣揚我族的文化。</li> <li>● 跨文化的能力：多 U5 具備跨文化省思的能力。</li> </ul>		
與其他領域/科目的連結		<ul style="list-style-type: none"> <li>●</li> </ul>		
<b>學習目標</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生能瞭解飲食樣貌的多元化。</li> <li>● 學生能概述臺灣政權變遷如何影響飲食文化與社會風氣。</li> <li>● 學生能認識不同時期進入臺灣的移民文化如何融匯成今日臺灣的飲食文化。</li> <li>● 學生能舉例自己家鄉菜餚的特色及其背後的歷史文化意涵。</li> </ul>				

學習活動設計		
學習活動內容及實施方式 (含時間分配)	學習評量	備註
<p><b>第一週課程</b></p> <p><b>第一節課</b></p> <p>1、引起動機(20mins)</p> <p><b>餐桌名偵探：「You Are What You Eat」</b></p> <p>人如其食，你吃進去什麼，食物的營養就反映在你的樣貌與身材上，反過來說也是如此，你的生活樣態、文化價值與觀念思維，也會大幅度地影響你選擇的餐食。</p> <p>偵探遊戲中有一種方式，是蒐集別人的消費發票，觀</p>		

察上頭載列的購物細項，進一步推理此人的晚餐內容、身分類別、經濟水平等各項資訊。現在，讓我們也來試試看，利用一個人的「餐食選擇」推理他的生活狀態及文化背景等各項資訊。

#### (一)從自身出發

請學生依序回答自己當天早上的早餐內容，並藉由教師逐步引導深入探究選擇該項餐食的原因。例如：「選擇麵包，因為上學快遲到，方便快捷」、「選擇總匯三明治，因為肚子很餓，怕撐不到中午午餐」、「選擇蛋餅，因為喜歡麵食類」等，逐步引導學生反思自己習以為常的餐食選擇背後，可能隱藏許多生活資訊。

教師可依班級人數多寡，決定是否要求所有學生回答，或者抽點部分同學回答。

#### (二)推理他人體驗

教師提供數個不同的餐桌案例，在隱匿案主身分資訊的前提下，僅提供其餐食內容，讓學生分組討論，以該菜單為線索，推理案主的國別、身分、職業等訊息，待各組側寫出人物特徵後，再公布案主真實身分資訊，以對應學生推理是否正確。

例如：某位貴婦豐盛的西式午餐、某位外送員只以一個飯糰填飽肚子的晚餐、某位藝人維持身材的去油減糖餐或運動員降重增肌的餐食搭配等等。

透過活動，加深學生對「飲食選擇可以反映生活背景」的基礎觀念，以便順利帶出後續課程主題：飲食文化發展脈絡。

- 學生能理解遊戲規則，並能清楚論述自己當天早餐的內容及選擇動機。

- 學生能在教師引導下，推理出各項線索中指涉的人物背景，並理解該人物的選擇動機。

## 2、發展活動(30mins)

### 一、飲食文化概論

#### (一)何謂飲食文化？(7mins)

教師向學生說明「飲食文化」的基礎概念，為後續課程發展設定明確定位。

教師可播放「中華飲食文化基金會」所製作之影片：〈飲食如何有文化〉

<https://youtu.be/dP0-cp09-9c?si=1KIwoiyiTaCDHVAA>(約 2mins)

影片播放完畢後，可適度引導學生歸納出不同國家的飲食特色，加強學生對飲食文化的印象。

### (二) 為何要學習飲食文化?(8mins)

1. 理解自身族群的物質文明和精神文明的發展，進而豐富自身內涵。

2. 理解禮儀和習俗的演變。

3. 理解不同地區、民族的飲食風情特色，以及彼此相互間的交流融匯。

教師可播放 Youtube 影片〈華人飲食文化禁忌〉

<https://youtu.be/yI4o9dIXfKI?si=87zjDDxpJTT5YjnF> (約 4mins)

，深入說明理解不同飲食文化的重要性，不僅是理解自我文化價值的媒介，更是地球村公民接觸他國文化時必備的尊重與包容基礎。

## 二、人類飲食發展脈絡初論(10mins)

### (一) 從生食轉為熟食：「火」的發現與運用

教師簡單說明人類文明史上「已知用火」的時間點及其影響。

教師可延伸說明「熟食」所象徵的文明意義，並簡單脈絡性地向學生介紹「烹飪」方式由簡到繁的演變，例如：以臺灣最常見到的中國飲食文化為例，炒、爆、溜、滷等烹調方法大約在宋代逐步成熟。

## (二) 從「消費者」到「生產者」：農業革命

教師說明自新石器時代人類得以自行產食以來，對飲食條件穩定發展產生的影響基礎。

### 三、影響飲食發展的因素(5mins)

教師可引導學生討論、歸納會影響不同飲食文化生成的可能因素，如：氣候、地理位置、地形、教育水平、經濟能力、信仰、傳統文化……等。

## 第二節課

### (接續上節課程持續發展活動 35mins)

#### 四、臺灣飲食發展與歷史脈絡初論

##### (一) 「美食王國」之名怎麼來?(5mins)

教師引導學生臺灣為何有「美食王國」之稱？可從夜市小吃種類多元豐富、各國料理皆可在臺灣品嚐到、臺灣本身物產豐饒所以食材豐富、臺灣匯聚各國不同文化交雜等面向切入探討。

##### (二) 遨遊四百年口味變遷(8mins)

教師透過簡略臺灣史引導，複習臺灣歷史各代政權發展及文化特色，逐步聚焦於不同時期的統治政權或主要移民群體對臺灣飲食發展帶來的改變。

教師播放「中華飲食文化基金會」所製作之影片：〈臺灣飲食文化〉<https://youtu.be/iL-wOR0mXQE?si=Fblie7cDn9Zozajp> (約 3mins)，使學生思考既有的歷史知識與飲食文化發展。

#### 五、原住民飲食文化特色

(一)原住民族的生活(3mins)

1. 採集、狩獵、漁撈為常見的食材取的方式

2. 亦有粗耕農業發展

3. 食材與食具大多就地取材，較天然

4. 較少有精緻加工

5. 教師可視情況補充《東番記》中關於「百草膏」的記載，藉以凸顯原住民族飲食文化中「取自於自然」的特色。

(二)常見的原住民族飲食介紹(10mins)

教師可詢問學生曾經在什麼樣的情況下吃過哪些原住民特色料理，並以學生的回答進行深入介紹。

可預先準備常見的選項如：

1. 石頭火鍋（著重於鍋具與加熱方式的特色）

2. 小米粽（**abai**）及竹筒飯

3. 鹽烤魚、溪蝦、溪魚

4. 石板烤山豬肉

5. 吉拿富 cinavu

教師可視班級同學反應情況或各校所在地之族群特色彈性選擇代表性食物作為介紹，並延伸出現在仍常見到的食品，小米酒馬拉桑、小米甜甜圈等。

(三)原住民族飲食的文化意義：由小米甜甜圈帶出以小米為例的文化意涵(9mins)

1. 關於小米傳說的共通性：神聖性、不可浪費。

2. 不同族群對於小米來源的傳說：

(1)以排灣族為代表：自蘭嶼傳入臺灣。

(2)以達悟族為代表：自臺灣傳入蘭嶼。

3. 不同族群的小米傳統祭儀：

(1)布農族小米進倉祭：封閉性的，對小米的態度珍之藏之、害怕外人搶奪，注重自身族群權益。

(2)卡那卡那富族米貢祭：開放性的，廣邀親友、族人乃至他族的朋友一同參與，強調分享的意義。

### 總結活動(15mins)

#### 原住民傳統美食的保存與轉型

教師播放影片〈部落傳統美食也有 SOP!?!〉

[https://youtu.be/axp9dgPqeHc?si=T2AkhSBf-](https://youtu.be/axp9dgPqeHc?si=T2AkhSBf-SrTMR4S)

[SrTMR4S](https://youtu.be/axp9dgPqeHc?si=T2AkhSBf-SrTMR4S)(約 4mins)，與學生一同觀賞後，請學生依序回答問題：

1. 原住民傳統美食有哪些特色？
2. 這些美食現在正面臨哪些挑戰？
3. 承上題，我們可以提出哪些解決之法？
4. 請試著舉一例面臨生存危機的原住民傳統美食，並試著提出你要如何保存及推廣它的方式。

教師可視班級人數，選擇以小組討論方式進行，或以個人單位進行問答。

- 學生能自主性地提出問題，並進一步探討解決問題的方案。

## 第二週課程

### 第一節課

#### 1、引起動機(10mins)

##### 百萬小食堂-食材履歷知多少

日常生活中常見的食材，你知道它們原產地都來自哪裡嗎？哪些是臺灣土生的食材？哪些又是外來種呢？來試試看你對臺灣常見食材來源了解有多少。

教師設計 kahoot 學習活動，利用選擇題二選一（或是非題）搶答機制，讓學生回答各項食材產地是臺灣還是外來，題目可依教師教學需求設計，如：虱目魚、豌豆、辣椒、花椒、番茄、芒果、馬告、刺蔥……等。

由此活動帶出後續主題課程，說明臺灣飲食文化的形

- 學生能理解教師的問題，並配合教學軟體互動回答問題。



塑，是歷經四百年來不同政權與族群移民帶來的不同文化與習慣逐步累積而來，成為今日多元繽紛的飲食樣貌。

## 2、發展活動(40mins)

### 一、荷西時期的飲食內涵

#### (一)荷治時期在臺灣的農業發展(10mins)

##### 1. 招募漢人來台拓墾

教師略提荷蘭東印度公司招募漢人來台拓墾之時空背景，引導出後續米糖產業在嘉南平原發展之基礎。

##### 2. 米與糖的深耕

教師可利用「臺南是全糖之都」為話題，帶入嘉南平原生產蔗糖的起源，並說明南部人「以糖入菜」的動機與社會背景。

#### (二)荷治時期在臺灣的商貿體系(10mins)

##### 1. 贖社制度下的漢番貿易

##### 2. 大航海時代下的食材交流

#### (三)原來你是「外來種」(10mins)

介紹荷西時期引入臺灣的食材：番茄、芒果、虱目魚、豌豆、釋迦、波羅蜜、仙人掌等。

教師可導入新聞時事：阿堂鹹粥的價格爭議，引起學生對虱目魚的生活共鳴。其後，再播放介紹南部「土番茄沾生薑醬油」美食介紹影片 <https://youtu.be/9-xmHYnM1UA?si=EAacfkrk23JkBYFe> (約 1.5mins)，喚起學生的飲食記憶或者加強學生的印象。

### 二、鄭氏時期對臺灣飲食的影響(10mins)

#### (一)井田制度：加速臺灣農耕發展

#### (二)鹽場開發：

1. 曬鹽業：明鄭時期，陳永華主導改善臺灣傳統製鹽產量少、口感苦澀難堪的弊端，推動「天日曬鹽」，並於中南部沿海平原開闢鹽田，此後臺灣鹽產量大增。

「成功鹽」臺灣  
鹽業歷史

[https://m.tnshio.com/DOC\\_220.htm](https://m.tnshio.com/DOC_220.htm)

配合檔案：



(圖 1 天日曬鹽照之一)



(圖 2 天日曬鹽照之二)



(圖 3 天日曬鹽照之三)

案名：日治臺灣 TAIWAN (FORMOSA) 台南州 吳鳳廟 億載金

檔案支援教學  
網：「鹽」來如  
此

<https://art.archive.s.gov.tw/Theme.aspx?MenuID=1387>

城 鹽田、檔案管理局藏、檔號：

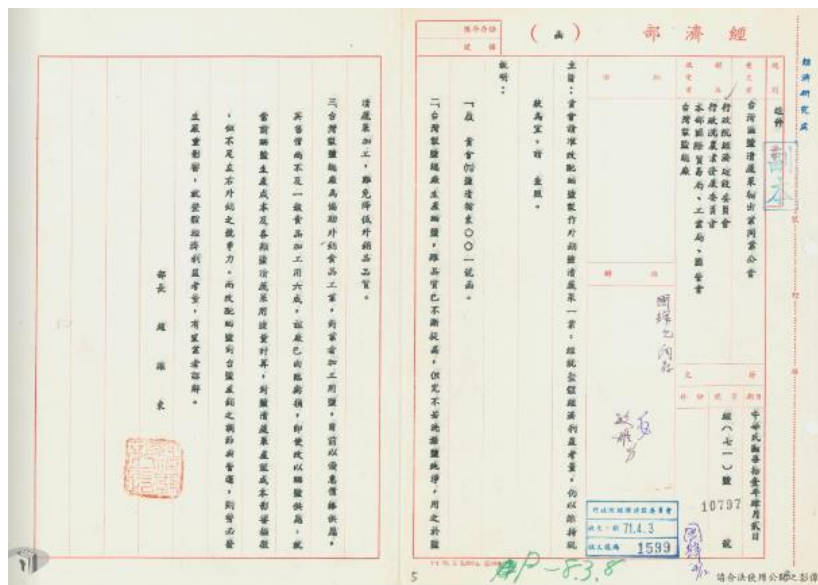
C3260603001/0007/0002/004

2. 教師可引導學生思考「鹽」在我們日常飲食中的角色為何？

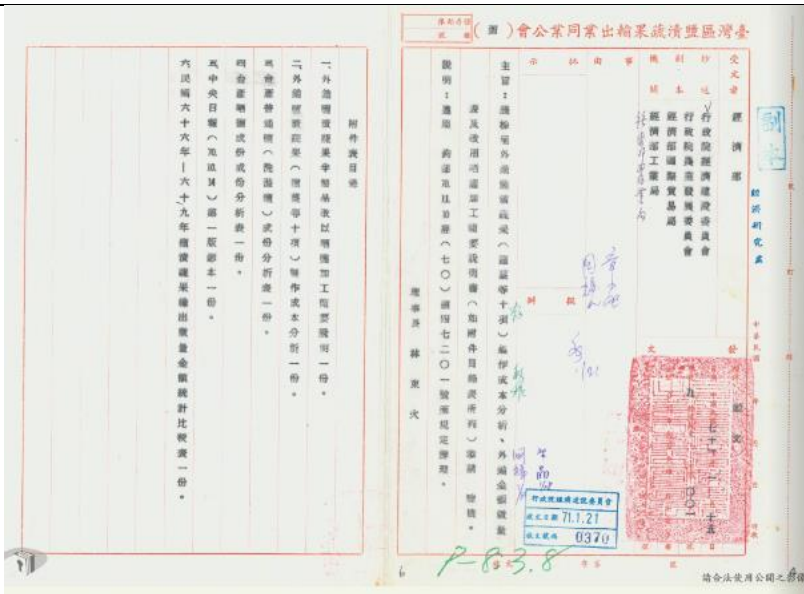
鹽不僅可以有利於工業用途，對於飲食文化的影響更是不容小覷，例如：運用於料理調味上，口味更加多元，另一方面，在沒有冰箱的年代裡，透過鹽水醃漬可以延長食物保存期限；而現代使用鹽巴調味，大多是為了增添風味與口感，為了保存食物的功用已不再被強調。

(1) 食品加工用途：以鹽醃漬蔬果，不僅具有清潔殺菌的效果，也可以延長蔬果保存期限。可配合檔案說明。

圖 4 內容：探討用於食品加工（醃漬蔬果）的鹽品質應可再提升，但考量生產成本及銷售金額，針對調整改配及營運情況進行討論



國家檔案資訊網  
<https://aa.archive.gov.tw/Home/Index>



(圖 4 食品加工業者對醃漬用鹽之品質把關陳情意見)

案名：鹽漬果蔬工業、檔案管理局藏、檔號：

A329000000G/0067/P-8.3.8/01

(2)黑松沙士加鹽：學生日常可能經常接觸到的飲料之一，黑松沙士推出加鹽版本，探究其因也和鹽的特殊應有關，由於鹽巴中的鈉離子和氯離子有助於釋放二氧化碳，可以讓沙士喝起來更順口，對腸胃敏感者的衝擊影響也會明顯減緩。

## 第二節課

(接續上節課程持續發展活動 40mins)

### 三、清代移民與臺灣飲食文化的改變

(一)閩南文化的影響(15mins)

1. 中國八大菜系略說。
2. 閩菜與福州菜之特色介紹。

3. 福州菜餚「本土化」的過程與結果：從選用地特有食材為基礎，並因應臺灣特有氣候調整口味，逐漸形成臺式料理的出現，例如將福州傳統的紅糟用於臺灣發明的肉圓使用、又如福州傳統炒鱔魚，來到臺南後逐步發

展出獨特的酸甜口感。

## (二)客家菜系的出現(25mins)

1. 「客家族群」的定義：清代科舉背景下，為照顧嘉應地區逃難流民的應試權益而設的特殊戶籍。

2. 客家菜餚「油、鹹、香」特色的形塑與社會文化背景之關聯性：移民的過程中吸納其他群體的飲食特色；移民發展期間刻苦耐勞、筭路藍縷的開創精神；糧食取得不易、勞動需要大量體力等因素下的影響。

3. 細說臺灣客家菜餚發展：

a. 「四炆四炒」介紹與客家小炒的文化價值。

b. 臺灣南客(高屏六堆)與北客(桃竹苗)飲食飲食特色異同剖析。

## 3、總結活動(10mins)

### 「我的菜」說故事

每道菜都有故事，在聆聽老師介紹這麼多料理背後的歷史發展或文化意義後，請同學選擇一道自己最喜歡，或認為最能代表自己所屬的族群(或家族)的料理，並上網查閱這道料理的起源或曾經歷過的重要歷史，最後在寫出這道料理對於自己的人生是否具有什麼特殊的象徵意義。

教師於課前預先利用 cnava 共編白板功能，設計空白表格予學生依表填寫內容。

填寫人↺	欲介紹的料理↺	料理的照片↺	料理的歷史↺	對你的意義↺
↺	↺	↺	↺	↺
↺	↺	↺	↺	↺
↺	↺	↺	↺	↺
↺	↺	↺	↺	↺
↺	↺	↺	↺	↺

教師可利用共編功能之同步性，開啟教室投影機讓所有學生皆可以同步看見他人所填的進度內容，並及時給予學生輔導意見或適當回饋，若有理解反應較慢的學生，必

- 學生能理解教師所設計的問題，並能利用網路查找相關資訊，依序回答問題。

要時也應到學生身邊進行指導，同時因注意時間掌控，提醒學生回答內容應簡潔扼要。

### 第三週課程

#### 第一節課

#### 1、引起動機(15mins)

##### 100 年前的女僕咖啡廳原來是這樣？

教師展示現代女僕咖啡廳的相關影像及營業資訊，詢問學生是否聽過或光顧過這一類型的餐廳，接著播放「女給時代」介紹影片

<https://youtu.be/rvyBW4k0jgI?si=Xe1Hfhg95wU9g0pQ>

(播放時間約 7mins)，作為切入日治時期臺灣飲食文化之開端。

教師於影片播放完畢後，詢問學生關於「女給」的身分與服務內容有哪些特色，並進一步比較日治時期的「喫茶店」與現代如星巴克、路易莎等連鎖咖啡店有何異同？



(圖 5：日治時期喫茶店女給照)

- 學生可以理解影片所述內容並闡述自己的想法。

薰風：〈摩登時代的勞動女性〉，  
者：鄭麗玲  
<https://www.kunputw.com/archives/%E5%8B%9E%E5%8B%95%E5%A5%B3%E6%80%A7>

聯合報 500 輯：  
〈日治時期咖啡店原來有「女給」陪喝？「喫茶店」就清純許多〉作者：陳柔縉  
<https://500times.udn.com/wtimes/story/122415/5720273>



(圖 6：日治時期喫茶店女給工作樣貌)

## 2、發展活動(35mins)

### 一、日治時期飲食特色

#### (一)和食與洋食的傳入(20mins)

##### 1. 和食

日本在臺灣殖民統治 50 年，教導臺灣人種植蓬萊米，也帶來白煮的日式烹調法，發展至今，生魚片、壽司、甜不辣、鐵板燒、烤秋刀魚、燒烤鰻魚、日式便當、冷豆腐等等，已成為臺灣常見的菜色。

然而精緻日本料理含有統治階級與社會高層的文化意味在其中，相較於當時社會地位較低且工資亦不高的台籍人士而言，比起新鮮美味的握壽司、鐵板燒等料理，價格低廉、保存容易且營養價值高的商品，例如柴魚、味噌、飯糰等更具普遍性，甚至成為戰時重要的戰備物資，至今依然是台灣家庭餐桌上常見的家常菜。

教師可再由飯糰為主軸，進一步探討此一食品在現代臺灣飲食中的普及程度，並引導學生討論，區分日式飯

糰、臺式飯丸與韓式飯捲的異同，若時間尚充足，還可再帶入高雄二二八事件中，雄女學生為雄中、雄商、雄工等校男學生自主自衛隊包飯糰作為後勤物資的情況，以強化飯糰被視為「戰略物資」的定義。

## 2. 洋食

日本於明治維新後興起西化運動，此時引入的西方飲食文化也隨著日本移民進入臺灣，西餐廳、咖啡廳陸續開幕，帶來排餐、麵包、三明治、咖啡、洋酒等西式餐飲在臺灣深根。

教師可於此處補充日本肉食文化的發展與演變，並述說「炸豬排(勝)丼(どんぶり)」被發明的故事，亦可播放〈牛丼飯的由來，日本肉食文化演變〉影片

<https://youtu.be/OTjBBtHTk7k?si=vLCSZX1Jp7RxaPn0>

(片長約 3mins)，再進一步引導學生思考「所有日本料理都是外來文化，壓根兒沒有一套料理體系叫做日本料理」這句飲食文化中常見的定義是否洽當，藉此提醒學生反思「文化」的意義與價值。

## 3. 喫茶店 V.S. Café Shop：女給時代的來臨

介紹日治時期喫茶店與 café shop 兩種餐廳營業特色的差異：喫茶店以咖啡、點心為主，類似於今日的咖啡廳，但當時普遍有「女給」服務，而 Café Shop 更類似於現在的西餐廳。

亦可呼應課程一開頭的「女給咖啡廳」話題，教師可藉由「女給」文化，延伸探討飲食文化中所展現的性別權力，如：女性在飲食文化體系中所扮演的角色。利用當代人追求「摩登飲食」與「自由戀愛」氛圍下卻造就女給社會地位低落、晚景淒涼的悲劇對造，引導學生思考「摩登」與「傳統」的衝擊，反思「飲食」並非僅只是「被時代所創造」的角色，亦有可能是「創造或影響時



代」推力，並以此承接後續課程中即將出現的「酒樓酌婦」，展開對酒樓菜的介紹。

## (二)臺灣沙龍：酒樓菜與社會運動(15mins)

### 1. 酒樓的興盛

日治時期雖然引入了和食與洋食，但此時的日本料亭與西洋料理屋，裡頭的客人多半是日本人。因為日本料理較生冷，跪著吃兩個小時就腳麻爬不起來，西洋料理用餐規矩多又貴，不甚符合台灣人的口味與習慣。

因此，儘管出現日本料亭和西洋料理屋，台灣士紳和日人主要的聚會場所仍以酒樓為主，例如台北的平樂遊、東蒼芳，台南的醉仙樓、寶美樓。而這時的酒樓提供許多精緻佳餚，多出自福州師傅之好手，換句話說，所謂的九樓菜大致是以閩菜系中的福州菜為菜系基底。

酒樓菜到底吃什麼？教師可利用〈1923年裕仁皇太子巡查臺灣赴「江山樓」宴飲〉一案中所列案內向學生列舉說明：

「大正12年(1923)4月24日，日本皇太子在行邸大食堂賜宴「臺灣料理」。這場宴席是由江山樓與東蒼芳合辦，皇太子的飲食就是由江山樓負責。為了準備御宴，廚師在一星期前就要隔離齋戒沐浴，而這場「臺灣料理」御宴的菜單為：雪白官燕、金錢火雞、水晶鴿蛋、紅燒火翅、八寶焗蜆、雪白木耳、半點炸春餅、紅燒水魚、海參竹茹、如意魚、火腿冬瓜、八寶飯、杏仁茶。其中囊括了燕窩、魚翅、螃蟹、白木耳等價昂食材。」

### 2. 「臺灣沙龍」的形成

相較於在公會堂等公共場合「演講」，在酒樓宴席的上台「開場致詞」較不受日本警察的監督控管，因為日本政府以為台灣人只是在聚會吃飯。因此當時台灣知識

上報：裕仁皇太子 1923 年巡察台灣之旅 唯一一餐「台灣料理宴席」吃什麼？，作者：陳玉箴

[https://www.upmedia.mg/news\\_info.php?Type=5&SerialNo=98375](https://www.upmedia.mg/news_info.php?Type=5&SerialNo=98375)

份子，例如以林獻堂、蔣渭水等人為首的台灣文化協會，便透過酒樓宴席推廣反日思潮，而蔣渭水甚至買下「春風得意樓」，作為台灣人自己的社交公共空間。由此，日治時期的臺灣菜酒樓也成了如同「沙龍」般的重要存在。

教師可以搭配臺灣老照片資源中的〈臺灣工友總聯盟成立大會〉於蓬萊閣建築前的合照，加深學生的記憶點。



（圖 7：筆者授課投影片截圖，原始照片為臺灣工友總聯盟成立大會，於蓬萊閣前合照）

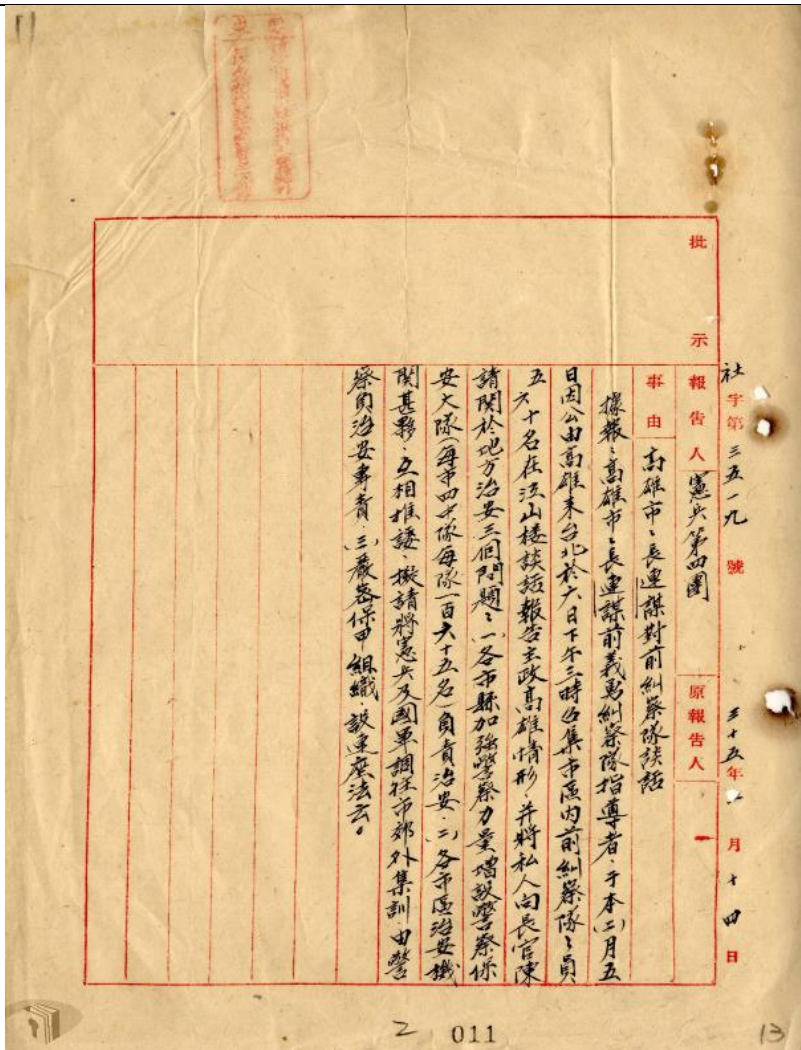
而臺灣菜酒樓作為「沙龍」意義的影響，並非只存在於日治時期，直至民國時期仍可見一斑，縱然 1949 年以後政府勒令酒樓食堂改造為公共食堂，這些日治時期以來的知名酒樓，卻仍時常作為官員會報、餐聚，或政要宴請之地。教師可引導學生進入國發會檔案局資源網，利用「江山樓」、「蓬萊閣」等相關關鍵字搜尋，尋找足以證明上述所說情況的證據。

#### 參考檔案：

a. 圖 8 內容：高雄市市長連謀因公赴台北與前糾察隊員五六十人聚集於江山樓，針對高雄市政情形報告，並向長官陳情地方問題

〈食物消費中的國家、階級與文化展演：日治與戰後初期的「臺灣菜」〉，陳玉箴著，《臺灣史研究》，第十五卷第三期，頁 139-186，民國九十七年九月，中央研究院臺灣史研究所

庶民生活史：江山樓與台灣料理，作者：曾品滄  
<https://www.ntl.edu.tw/public/Attachment/95279354813.pdf>

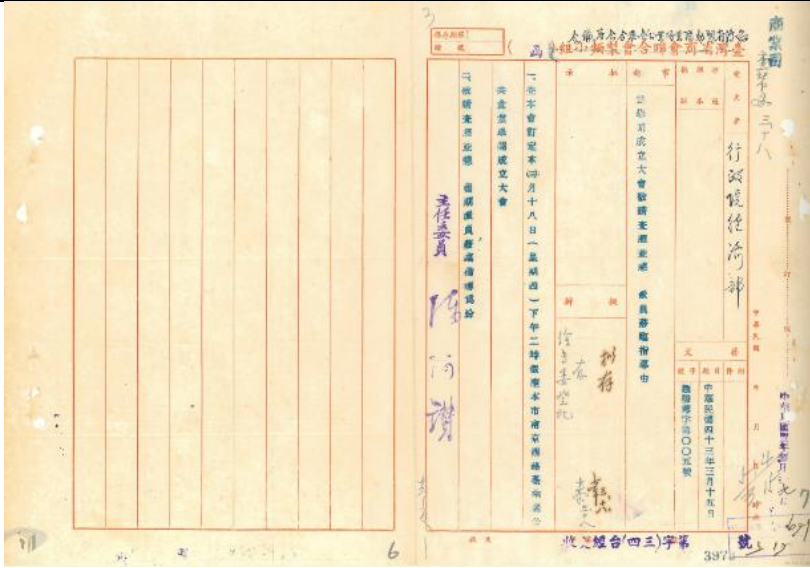


(圖 8 高雄市長連謀與糾察隊聚於江山樓)

案名：組織義勇糾察隊、檔案管理局藏、檔號：

A202000000A/0034/474/1758/1/002

b. 圖 9 內容：臺灣省製麵同業公會獲准成立，訂  
 民國四十三年三月十八日假蓬萊閣食堂舉辦成立大會



(圖 9 製麵公會假蓬萊閣舉行成立大會)

案名：台灣省製麵商業同業公會、檔案管理局藏、檔號：  
A313000000G/0042/04990-001345/00001

## 第二節課

(接續上節課程持續發展活動 35mins)

### 二、戰後臺灣飲食發展

#### (一)五湖四海來相會(20mins)

簡述戰後移民潮與 1949 年政府播遷來臺歷史背景，從軍人與軍眷來自中國各地，論及遷台初期對臺灣存有「過境」心態等，作為介紹「眷村文化」之基礎。

1. 從鄉愁出發 或許是意識到反鄉無望，這些從中國遷徙至台灣的人們，開始在台灣尋找家鄉的氣味，並依照記憶與經歷過故鄉的飲食文化，嘗試重新展現故鄉菜的味道。

這時候的台灣菜，瀰漫著濃濃的中國菜色彩。許多退居台灣的外省人們也藉由菜餚喚起同鄉意識，凝聚社群認同。

#### 2. 認同的轉移

隨著外省第二代的成長，開始出現許多身份認同的

論述。此時的外省族群開始出現了一種想像性的中國故土懷舊以及食物記憶，而這份記憶很大程度地受到臺灣在地飲食元素的影響，與原鄉口味已經出現明顯的差異。教師可於此，介紹「川味牛肉麵」被發明的背景，強化學生對前述抽象情意的理解。

到了1990年代後，台灣工業迅速蓬勃發展，連帶的讓許多婦女走入職場。在需兼顧生活、職場與家庭的情況下，簡易食譜在職業婦女間的需求量大增，連帶也帶動食譜與菜譜的出版市場。此外，台灣菜的食譜比例開始上升，逐漸超過中國菜的食譜出版數量。隨著時代的演變，台灣人對於台灣菜的定義方式亦隨之有所不同，研究者也不再過度關注如傅培梅所代表的中國菜飲食文化。



(圖 10：功夫食代網站截圖)

引用檔案：

圖 11 內容：傅培梅是臺灣初代烹飪節目的知名主持人開啟臺灣不同的飲食文化風貌

BBC NEWS 中文：台灣講古-翻轉本地口味的「川味」牛肉麵，作者：威克  
<https://www.bbc.com/zhongwen/trad/42741668>

功夫食代：臺灣飲食檔案特集  
[https://atc.archives.gov.tw/food/document\\_3\\_1.html](https://atc.archives.gov.tw/food/document_3_1.html)



(圖 11 傅培梅節目錄製照片)

案名：民生、服裝、飯店、飲食、檔案管理局藏、檔號：  
A325000000E/0059/0045/1

### 3. 從米食到麵食

戰後初期，各省赴台灣進行接收作業人員，依循原鄉飲食習慣，政府為滿足北方軍民飲食習慣，轉而從美國進口麵粉，透過平價配售以符需求。

而台灣從原本米食為尊型態，蛻變當今米麵共食的习惯，歷經美國的推波助瀾。民國 39 年 6 月，韓戰爆發後亞洲局勢丕變，美國派第七艦隊巡防台灣海峽，並提供台灣軍事與經濟援助。美援初期，美國貸款台灣與供應物資，輸入麵粉與小麥、原棉、黃豆等農產品。許多民眾便將美援麵粉製成麵條，烹煮食用，緩解物資匱乏的緊張狀態。42 年，政府出於策略考量，決定停止從美國進口麵粉，直接輸入小麥，同時發展民生工業，鼓勵各界設置麵

國發會檔案局  
「檔案樂活情  
報」：從想食到  
饗時-尋味臺灣  
八十年  
<https://www.archives.gov.tw/ALohasColumn.aspx?c=2428>

粉廠。

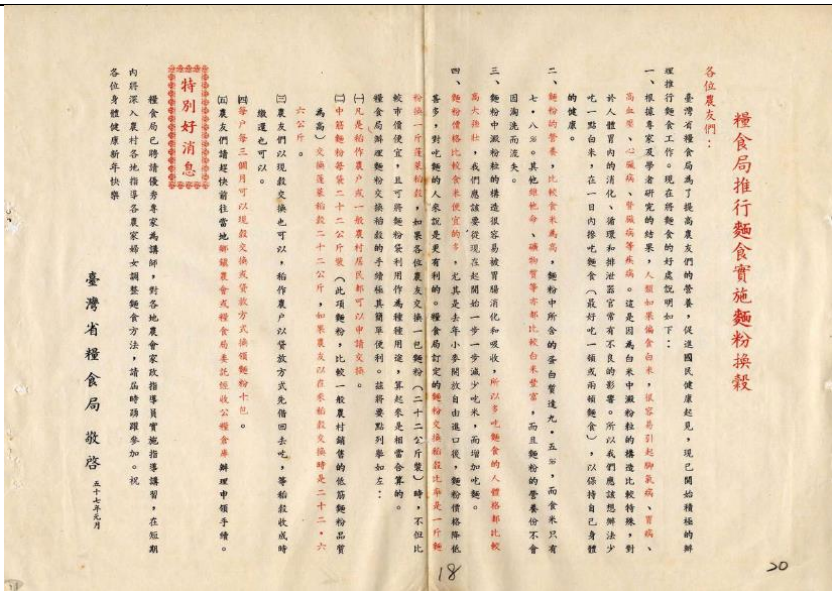
當時，白米在國際間的價格遠遠高於小麥，政府便高喊「吃麵強身」口號，大力提倡「以麵代米」運動，也就是低價進口小麥，由各麵粉廠將小麥磨製成麵粉，再以麵粉交換的食米外銷，增加外匯收入，提升國際競爭力。



(圖 12：檔案樂活情報「從想食到饗食」截圖)

教師可搭配檔案局相關檔案加強對當時時空背景  
的介紹。

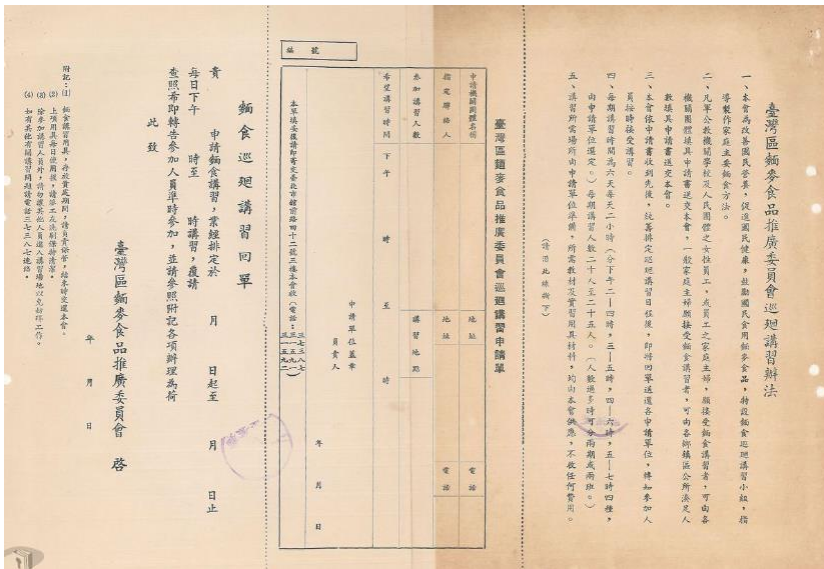
a. 圖 13 內容：糧食局推行麵粉換穀，並積極宣  
導吃麵食品的好處



(圖 13 糧食局宣傳麵食好處之文宣)

案名：農事小組長會議紀錄、檔案管理局藏、檔號：  
C9500113003/0057/1101/002

b. 圖 14 內容：麵食品推廣委員會為了推廣麵食提出巡迴講習辦法，提供各級機關申請講習活動



(圖 14 麵食推廣巡迴講習資訊與報名表)

案名：員工補習講習、檔案管理局藏、檔號：  
A307742600K/0057/271/1

除美援麵粉外，美援大豆及美援奶粉對臺灣飲食發展具有重大意義。美援大豆除了可以製成豆腐、豆漿等



各式豆類製品外，也是釀製醬油的主要原料。雖然豆腐、豆干、豆皮、豆漿等豆類製品是國人當今日常一般食材，然而在 1950 年代，消費豆類製品的階層以人口占九成的農民、工人與礦工為主，尤其當每年八月雨季來臨，蔬菜無法採收時，幾乎全賴豆類加工品供應消費。

## (二)眷村文化與料理(7mins)

### 1. 眷村文化與眷村菜是怎麼形成的？

教師可從政府對軍眷的安置與眷村的封閉特性等特點著手，介紹臺灣獨特的眷村文化。其中眷村菜其實在中國菜的基礎之上，融合了臺灣在地食材，以及眷村婆婆媽媽們的創意的「臺灣在地菜」，是具有「臺灣味」的料理。

2. 眷村料理代表菜：砂鍋、麻醬、臘肉、麵食餃類等，教師可依個人喜好或班級學生特性，選擇幾項菜餚進行深入介紹。

### 3. 異鄉的滋味：滇緬孤軍與臺灣飲食。

在國共內戰失利後，政府僅剩雲南一省，留守在雲南省的第八軍與第二十六軍在共軍的追擊之下輾轉流入滇緬泰邊境，成為所謂的「孤軍」。

直到 1954 年，李彌將軍才帶著與政府分道揚鑣的泰緬軍來到臺灣，並在政府的安排下入住各地特畫區，例如南投清境、桃園忠貞新村等，形成獨特的料理特色。



(圖 15：筆者攝影於美濃精功社區內專賣滇緬料理的特色餐廳)



(圖 16：筆者攝影，滇緬料理特色以多樣化的香料為佐，並以香麻為常見)

### (三)酒家菜與那卡西(5mins)

北投除了是著名溫泉勝地，也是台灣傳統飲食文化「酒家菜」的起點。酒家菜過去又被稱為「官菜」，因強調道地食材、講究刀工、火候及排盤而流露出濃濃奢華

感，堪稱視覺與味覺的華麗饗宴；口感上則為了配合酒客飲食習慣而稍微偏重。

料理風格上，融合日本飲食文化、又受到臺菜、外省菜、川菜及粵菜等風格影響，隨著時光遞嬗，在台灣光復後，酒家菜逐漸發展出屬於台灣的多元樣貌，在1950年是台灣酒家文化最為蓬勃發展的時期。舉凡佛跳牆、金錢蝦等料理，是許多政商名流聚會宴客時缺少不了的華麗排場。

北投酒家的半席較為獨特的地方在於，會用一鍋四熱炒(一個火鍋等於兩道菜)的形式來呈現，其中鍋類常見的瓜仔雞鍋、四色火鍋、魷魚螺肉蒜鍋，也成為酒家菜當中常見的主菜。其中，教師可特別介紹「魷魚螺肉蒜」於北投酒家興盛的背景，與當時社會風氣對「舶來品」的推崇有關，再次加強飲食文化與社會變遷之連結。



(圖 17：那卡西文化介紹網頁截圖)

另一方面，早年受日本文化影響，北投酒家菜常有藝旦、酌婦及那卡西樂團陪侍用餐，形成北投「溫柔鄉」紙醉金迷的形象，也成為台灣料理特色中獨有的一篇番外發展。可開啟「驛。百年：那卡西文化介紹」網站：

<https://artogo.co/zh-TW/exhibition/stationacentury/work/a4ac012d88a4>

與學生共同閱讀舊報紙資訊並剖析那卡西文化特色。

### 三、夜市小吃(3mins)

從廟宇、交通樞紐等人群集中地應運而生的「臺式速食文化」代表,匯整了多元且豐富的臺灣美食,以便利、便宜、小份量的形式,成為日常生活中最常見的一種料理系統。

### 3、 總結活動(15mins)

#### 一、「食」在你心裡的名字(10mins)

教師設立 padlet 地圖功能學習單,引導學生在地圖上標誌自己心目中代表「臺灣味」的餐廳、餐館或小吃攤,可以提示學生設想「是你會向外國友人特別介紹的料理」為情境,選出心目中可以做為代表的商店與菜色,標註於地圖上,並附註菜餚照片及簡單的料理介紹、值得介紹的理由等關鍵資訊。

#### 二、歷史三明治課前準備(5mins)

教師預告下週課程:製作歷史三明治。

教師指引學生分組,可依班上人數規劃2至5人為一組。

教師依據前三週課程內容,事先將臺灣飲食類型進行分類,可區分為:原住民風味餐、大航海時代下的外來食材、福州味臺菜、客家美食、和風新饗宴、復古洋食派、眷村料理、滇緬特色餐等八大主題,開放各組學生進行選題,每組題目不重複。

教師說明課前準備事項:

1. 請各組於下週上課前自行找時間進行討論,上網或赴圖書館蒐集自己組別所擇定之主題相關的飲食風格或食材元素,並針對該飲食風格,彙整成一

- 學生可以順利操作 padlet 並於地圖上順利標註地點,能依教師指令完成餐廳介紹內容。

約 200 字內的簡略介紹文。

2. 以步驟一所呈列之內容為基礎，設計符合該飲食主題的三明治口味。教師應提示學生，可從中選取部分特質元素，並評估食材的是適配度後進行口味設計。

3. 依步驟二之邏輯列出可能用得到的食材後，利用課餘時間進行採買，並於下週課程當日帶到班上，進行三明治的完整設計與製作。

#### 第四週課程

##### 第一節課

### 1、引起動機(5mins)

#### 文創到底在夯什麼？

今日臺灣各地知名觀光區，經常可以見到冠上「文創」之名行銷的模式，究竟文創是在夯什麼？什麼樣的人可以做文創？什麼樣的程度叫文創？

教師抽點學生說明自己對文創的經驗與理解，並逐步引導學生思考文化創意的核心究竟是文化還是創新，並進一步鼓勵學生從自身族群角色、生活經驗出發，思考可行的文創發展，使學生可以理解文創的核心在於文化，若能從文化中找到值得宣揚的價值並凸顯、放大、經過適度改造，則人人可以做文創。

### 2、歷史三明治

#### 一、設計菜單／填寫學習單(20mins)

教師利用 padlet 故事看板及區段功能，設計學習單開放學生共編，讓學生依據課前所整理的資料及所購買的食材，依學習單內容依序完成理念敘述、菜單設計及廣告文宣。教師應掌控寫作時間，提醒學生應於時限內完成填寫。

- 學生能自行查詢、歸納資訊，並能透過團隊合作完成文化創意發想

教師應於本次上課前事先安排好課程場地，若可以商借到烹飪教室最好，若無法借到烹飪教室時，則在原教室內分組併桌搭配位生餐墊使用。

教師務必事先考量廚具、明火等設備限制，若情況不允許使用時，應提醒學生準備食材時要以熟食為主。

- 學生能利用 padlet

以 padlet 區段功能區分組別，各組依序在自己的區塊內作答，教師指定作答內容應包含：

1. 我們這組所選擇的主題是？
2. 關於這個飲食主題的簡短介紹(200 字)。
3. 我們從這個主題中擷取出哪幾項訊息作為三明治口味基礎？
4. 簡單說明我們即將要製作的三明治之食材搭配、口味及特色(200 字)。
5. 請為這一款三明治命名，名字最好可以見具創意、趣味，並與所使用之食材有所連結。
6. 請撰寫一篇 IG 文章，宣傳這一份三明治，內容應提及設計理念、發想動機以及食材特色(如產地、滋味等)。
7. 請利用以前所學過的 POE 或 Bing 軟體，利用 AI 生成一張推銷這款三明治的廣告海報。

## 二、製作三明治(25mins)

各組學生依據前一步步驟所設計的三明治菜單製作三明治，所需份數可依班級人數調整，盡可能使全班同學都能分別品嚐到每一組的作品。教師應隨時注意學生使用刀具、廚具之安全。

### 第二節課

(接續上節課程持續發展活動 25mins)

## 二、製作三明治(15mins)

延續上節課程進度，持續製作三明治。教師應隨時注意學生使用廚具安全，並適時給予協助。

## 三、收拾善後(10mins)

完成學習單，依序完成主題介紹及三明治口味設計創意發想。

- 學生能利用 AI 軟體，下達準確的指令，生成所需要的海報圖檔

- 學生能製作出自己設計的三明治。

教師指示學生將三明治成品呈列於餐盤或餐盒中，並督促各組分工收拾餐檯、清洗廚具及正確做好垃圾分類，以便下課前可以迅速恢復教室原貌。

### 3、總結活動

#### 史「食」沙龍開賣啦(25mins)

1. 各組推派代表「推銷員」上台，推銷自己組別三明治，並分配給其他組別同學品嚐。

2. 各組以抽籤方式決定上台推銷順序，待全部組別推銷完畢後，進行分組他評，各組針對自己以外的其他組別評分，項目分為：「設計創意、推銷效果、商品口味」三個層面，每項評級1至10分，填寫完畢後交予老師統整。

3. 教師可公布得分最高的前三名組別，以資獎勵。

各組評分完畢後，教師指示學生進行最終善後，將教室恢復原狀、垃圾打包帶離。

- 學生能介紹自己設計的三明治，清楚說明設計理念、創意發想點及推銷台詞。

#### 參考資料（含教材來源）：

##### 一、課程使用資源（按出現順序）：

1. 〈飲食如何有文化〉 <https://youtu.be/dPO-cp09-9c?si=1KIwoiyiTaCDHVAA>
2. 〈華人飲食文化禁忌〉 <https://youtu.be/yI4o9dIXFkI?si=87zjDDxpJTT5YjnF>
3. 〈臺灣飲食文化〉 <https://youtu.be/iL-wOR0mXQE?si=Fblie7cDn9Zoza.jp>
4. 〈部落傳統美食也有 SOP!〉 <https://youtu.be/axp9dgPqeHc?si=T2AkhSBf-SrTMR4S>
5. 「土番茄沾生薑醬油」美食介紹影片 <https://youtu.be/9-xmHYnM1UA?si=EAacfkkrk23JkBYFe>
6. 「女給時代」介紹影片 <https://youtu.be/rvyBW4k0.jgI?si=Xe1Hfhg95wU9g0pQ>
7. 〈牛丼飯的由來，日本肉食文化演變〉 <https://youtu.be/OTjBBtHTk7k?si=vLCSZX1Jp7RxaPn0>

##### 二、教材編撰參考內容：

1. 高職 歷史（全一冊），龍騰版
2. 〈客家菜系的「誕生」：中國東南部食物景觀的形成〉，何合洋尚著，黃怡筠譯，《客家飲食文化的跨國經驗》論文集。
3. 陳玉箴著，〈食物消費中的國家、階級與文化展演：日治與戰後初期的「臺灣菜」〉，《臺灣史研究》，第十五卷第三期，頁139-186，民國九十七年九月，中央研究院臺灣史研究所
4. 〈從小米神話傳說探討台灣原住民文化〉，鹿憶鹿著，東吳大學中國文學系。  
[https://gecweb.ttu.edu.tw/image/doc/TTUGEC\\_Journal/6th\\_02.pdf](https://gecweb.ttu.edu.tw/image/doc/TTUGEC_Journal/6th_02.pdf)
5. 人權教育資源中心「民主的滋味社群」著，《民主的滋味》2023.08，台北，麥田出版。

6. 翁佳音、曹銘宗著，《吃的台灣史》2022.09，台北，貓頭鷹出版。
7. 中華電視股份有限公司著，《咱台灣的味》2022.08，台北，健行文化出版。
8. 文可璽編著，《臺灣摩登咖啡屋》2022.03，台北，前衛出版。
9. 跟著鳥，尋找小米文化  
<https://gpi.culture.tw/News/13738>
10. 「成功鹽」臺灣鹽業歷史  
[https://m.tnshio.com/DOC\\_220.htm](https://m.tnshio.com/DOC_220.htm)
11. 檔案支援教學網：「鹽」來如此  
<https://art.archives.gov.tw/Theme.aspx?MenuID=1387>
12. 〈摩登時代的勞動女性〉  
<https://www.kunputw.com/archives/%E5%8B%9E%E5%8B%95%E5%A5%B3%E6%80%A7>
13. 〈日治時期咖啡店原來有「女給」陪喝？「喫茶店」就清純許多〉  
<https://500times.udn.com/wtimes/story/122415/5720273>
14. 裕仁皇太子 1923 年巡察台灣之旅唯一一餐「台灣料理宴席」吃什麼？  
[https://www.upmedia.mg/news\\_info.php?Type=5&SerialNo=98375](https://www.upmedia.mg/news_info.php?Type=5&SerialNo=98375)
15. 庶民生活史：江山樓與臺灣料理，曾品滄著  
<https://www.ntl.edu.tw/public/Attachment/95279354813.pdf>
16. 台灣講古-翻轉本地口味的「川味」牛肉麵，作者：威克
17. <https://www.bbc.com/zhongwen/trad/42741668>
18. 功夫食代：臺灣飲食檔案特集  
[https://atc.archives.gov.tw/food/document\\_3\\_1.html](https://atc.archives.gov.tw/food/document_3_1.html)
19. 從想食到饗時：尋味臺灣八十年  
<https://www.archives.gov.tw/ALohas/ALohasColumn.aspx?c=2428>
20. 驛。百年：那卡西文化介紹  
<https://artogo.co/zh-TW/exhibition/stationacentury/work/a4ac012d88a4>

#### 教學設備/資源：

電腦、投影機

#### 教學軟體：

1. [Kahoot](#)
2. [Canva](#)
3. [Padlet](#)
4. [Bing](#)
5. [POE](#)

#### 試教成果與省思：

##### 教學成果

1. 「我的菜」說故事活動成果  
利用 canva 白板功能，讓學生依照表格填入規定的項目，引導學生介紹自己心目中最能代表人生的一道料理並進行詳細介紹。




# 我的菜 說故事

介紹我心目中的美食



## 1 撰寫人介紹

我是 ，我來自高雄路竹高中，我是練舉重專長的

## 2 我要介紹的料理

- 越南河粉

## 3 這道料理的歷史

越南河粉的溯源至今仍然不明。有些越南人認為發明於19世紀末法國人抵達越南之後；因為越南人在那之前向來不喜歡牛肉。支持這派說法的人認為，法國人對牛肉的喜愛影響了越南人，牛肉河粉於焉誕生。另外一些人則認為越南河粉是在1920或1930年代在河內或附近一座叫南定（Nam Dinh）的城裡發明的，專供法國士兵食用。這2種假設理論都與法國有關，而河粉「phở」這個名字也因此成為證據，或是引用為爭論的焦點。

## 4 這道料理對我的意義

- 因為我的媽媽是新住民，對我來說這就是我媽媽的家鄉味，也是我跟媽媽的感情連結，每次回越南看外婆都會吃到外婆煮的河粉湯，我很喜歡。

## 5.1 這道料理的照片

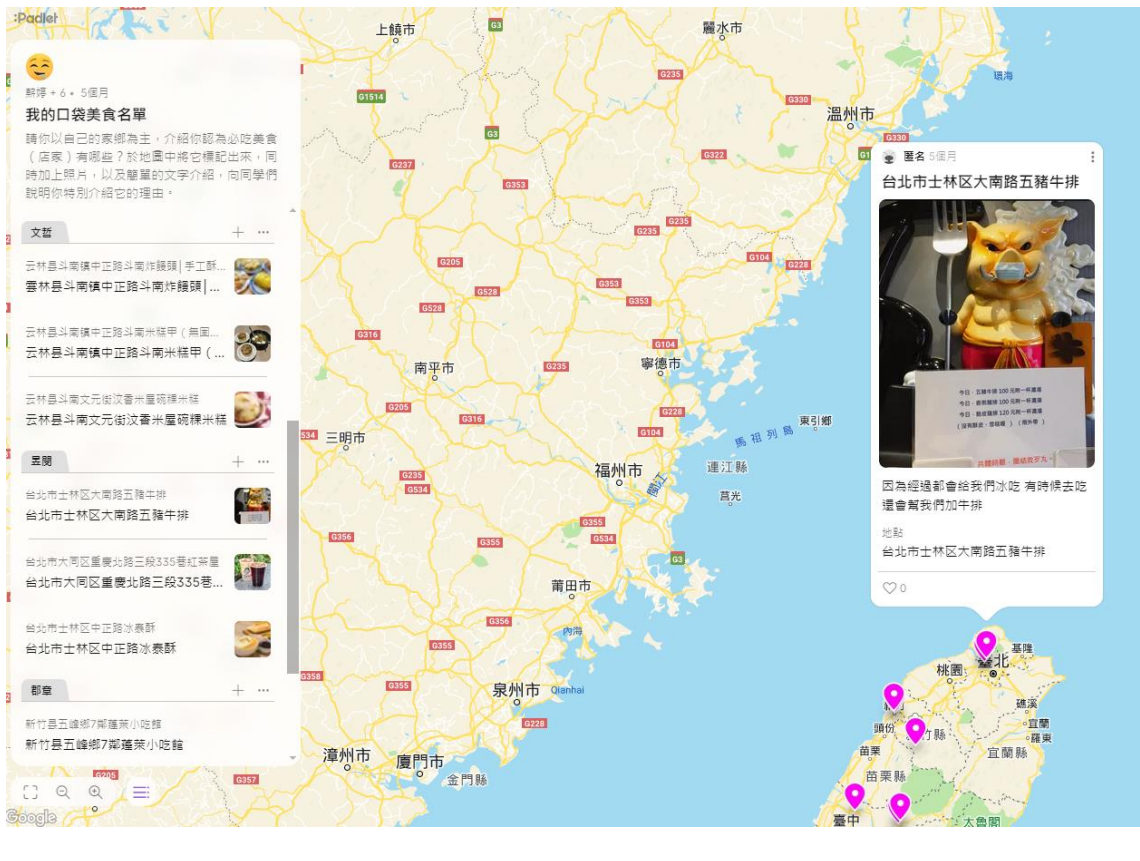
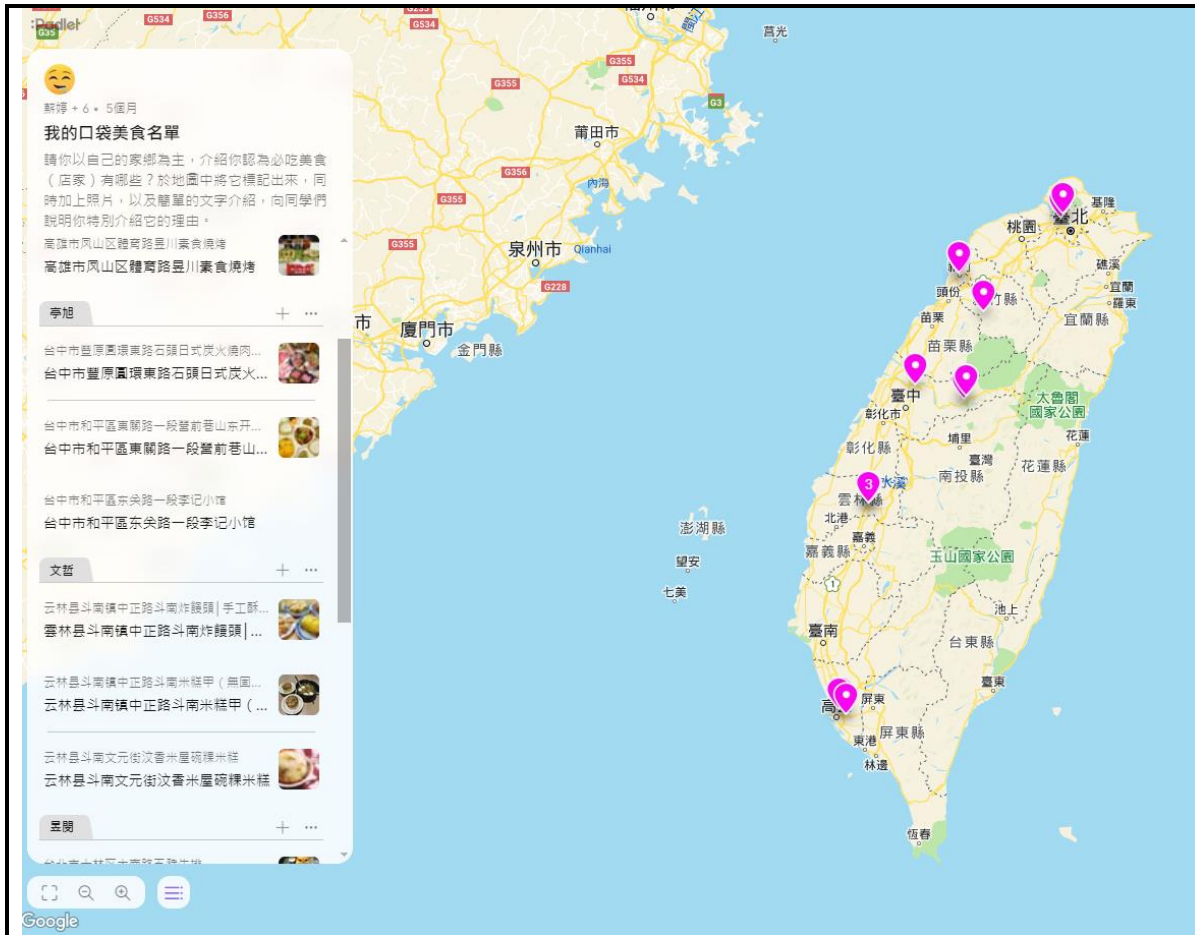


## 5.2 如何向朋友推銷這道料理

- 河粉是越南一種以大米製成的河粉。越南人常將這種河粉佐以生芽菜、香菜，並配上切片牛肉或雞絲食用，口感嫩滑且味道鮮美。與「饅餅」（越南語：Bánh mì，越南法式麵包）同被視為越南菜的代表菜色。
- 牠的口味通常都是酸酸辣辣的，很開胃，不知不覺就會吃很多，因為太好吃了。
- 這道料理也是象徵台灣飲食文化的多元性，是很重要的文化象徵。

## 2. 「食」在你心底的名字活動成果

學生透過 padlet 地圖功能，以自己家鄉為範圍，標註出自己心目中的必訪美食名單，並透過照片與文字說明，向老師和同學介紹這道美食何以成為自己的推薦名單。



### 3. 歷史三明治 AI 生成圖

讓學生使用 Bing 軟體中的 AI 生成圖片功能，由學生依據自己負責的飲食文化主題發想食材與口味，並對 AI 下達構圖指令，以生成想像中的歷史三明治。下兩張圖分別為：原住民風味三明治、客家美食三明治，可以看見原住民風味主題中，將山豬肉、烤魚、天然蔬果等概念加入創意中；客家美食主題則以粄粿、高麗菜與擂茶為設計要素。



## 教學省思

1. 從臺灣歷史著手，對於教師而言在教授的過程中較容易聚焦，不會被五花八門的飲食主題或特色發展岔開話題，同時對於學生而言也較能夠理解整體飲食文化發展的脈絡與對今日的影響。
2. 由於授課時間有限，又期望學生能建構完整的脈絡概念，在前三週課程中，略感論述比重過多而暫停下來給學生思考或反饋的時間太少。]
3. 學生多數習慣傳統講授式課程，故在每週課程的總結活動中，期待學生能有所反饋或發表時，需要花費更多的心力與引導，才能做出成果，但整體而言尚無法達到的理想狀態，或可再深思應對之道。
4. 第四週課程的歷史三明治，本次僅以 AI 生成圖代替實作，但學生反映良好且對於未來有機會實體化產製出可食用的三明治躍躍欲試，與課程總結上頗有成效。
5. 針對如何引導學生連結自身經驗與情意感受的後設認知部分，在教學過程中仍感到有些吃力，需要分階段引導並不斷追問學生更多思考，若想得到好的成效，可能耗費過多時間而影響後續進度，還需再調整。

## 附錄：

### 實際授課照片

教師製作投影片做為課程教材，除介紹各帶美食文化發展外，也補充各個時期可能影響飲食文化或觀念的歷史知識，使課程得以更豐富且流暢。



於課程活動進行期間讓學生做 padlet 地圖標記練習，並以「我曾去比賽的地方」為題，讓學生熟悉 padlet 功能。

