

## 法務部矯正署臺南第二監獄

### 107 年度技能訓練班上課-古早味五柳枝魚

本次課程為學習魚類製品的烹煮調理方法，所學習的菜色名稱為「古早味五柳枝魚」，做法為必須將鱸魚清洗乾淨然後畫刀(如圖 1)，為使煎炸魚肉時能保持魚的立體及金黃(如圖 2)，如此費心製作後，完成了魚身的準備工作。

接下來是炒料部分，必須將各樣菜分類清洗並切絲準備使用(如圖 3)，在熱鍋炒香後，依序放入高湯、木耳絲、紅蘿蔔絲等和調味料煮滾(如圖 4)勾芡(如圖 5)，在淋至魚體身上後即完成一道美食。

在學習過程中，小楷特別對水花很有興趣(如圖片 6)，盧老師也很熱心的教導(如圖 7)，很難想像，對於有造型的蔬菜竟然要經過多道工序且細心製作才能完成，課後在討論時，問他為什麼會想費工學習雕花，小楷說:別人覺得困難的事，他會喜歡挑戰，若是能透過學習，挑戰成功，那種成就感是很難用筆墨形容的，也覺得每次成品完成後(如圖 8)，那種辛勤付出並享受甜美成果的過程，是每次在技訓中最大的喜悅，也是喜歡參與技訓課程的原因。

以前在外面時，雖然曾參與製作過饅頭，卻不會想到要認真學一項技藝，這次雖然失去自由，卻因此學習到一項技藝，或許將來出監後，可以此來發展事業，小楷似乎有所頓悟的說著。



1. 鱸魚畫線切開



2. 鱸魚炸後呈立體感



3. 備料切絲



4. 將菜蔬及調味料煮滾



5. 準備勾芡



6. 水花練習



7. 學習炒料



8. 淋上湯汁完成作品