

## 家政輔導

### 在地農特產品資源研發與推廣

本場持續輔導本區 12 班之農村婦女創業「田媽媽」班田園料理之經營管理，以具地區特色之料理、農特加工產品，發展副業，創造農村就業機會，增加農村家庭收入。

#### 一、農產品創意料理應用課程 (4 月 14 日)

為促進臺灣米與在地食材的搭配及利用價值，本場「農產品創意料理應用課程」特邀「臺灣養生創意美食發展協會」余理事長沛荳擔任講師並示範料理技巧，本區農會、田媽媽及家政班員參加將近 50 人熱烈參與。

活動規劃以簡易且國人習慣食用之食材為主題，菜色及烹煮方式簡易美味，適合攜至郊外踏青、野餐、戶外運動等場合。例如以米飯糰作為主角，再搭配在地或季節性食材，加以點綴創意，提供田媽媽們健康飲食的新選擇。余理事長沛荳為大家介紹如何烹煮出軟黏、富有彈性且適合製作飯糰的米飯，詳細說明製作飯糰過程中衛生安全應注意的事項，使用後龍好米和紅藜烹煮後加入什錦菇製成各式各樣的造型米飯糰，再佐以紅棗涼拌雙耳、醬燒梅花豬、時蔬沙拉等菜色搭配於飯盒中，學員認真學習，興致勃勃地討論並實作，現場充滿食物香氣及歡樂氣氛。

為活絡研習氣氛，料理完成後本場舉辦「創意餐盒趣味競賽」，票選出前 6 名並頒發獎品。學員在歡樂有趣的研習中享用自己手作的造型飯盒。甜點則利用當季水果桑椹製作桑椹醬及日本蕨餅，設計集米食、甜品與點心於一體的創意料理，與會人員無不收穫滿載。



▲養生健康防疫餐盒 - 餐點篇



▲養生健康防疫餐盒 - 甜點篇



▲余沛荳理事長現場示範教學



▲農產品創意料理應用研習作品展示

## 二、農產品數位化行銷技巧研習 (10月4日)

因應網路普及的數位化時代，為使農友掌握社群媒體的行銷技巧、將優良農產品推廣給更多需要的人使用，本場舉辦「農產品數位化行銷技巧研習」，邀請一路股份有限公司黃總經理震宇(小胖老師)擔任講師。現場吸引近百人參與，包括在地農友、青農、產銷班員、田媽媽及農業推廣人員等皆來共襄盛舉。

講師以淺顯易懂的方式傳授網路行銷心法，如：一、利用社群媒體做行銷前，應先準備好行銷素材，除了產品與價格介紹，更重要的是如何彰顯自身產品(或品牌)的特性與優勢；二、設計品牌名稱與 logo 時宜以文字化呈現，且掌握「簡單」、「直覺」的概念，讓客戶能短時間理解品牌性質；三、應以「幫助客戶解決問題」的達人身分取代「要從客戶身上賺錢」的業務身分來行銷產品，並且將自己既有的細節與堅持都說給客戶聽；四、若沒有官方網站，推薦使用 Facebook 經營網路行銷，時常發文或是發影片，積極創造與客戶的互動。

除此之外，講師更以在場農友的農產品舉例說明實際經營手法、積極與學員互動。活潑生動的教學方式吸引現場學員熱情提問，互動熱烈。



▲黃震宇講師與全體學員合影



▲ 黃震宇講師以生動活潑的方式傳授行銷心法，並教導學員如何善用社群媒體



▲ 參與的農友認真聽講，與講師互動熱烈

### 三、農產品料理加工應用研習 (10月26日)

為促進在地農產品的加工運用、研發具特色農產料理，本場舉辦「農產品料理加工應用研習」，以在地盛產之文旦、紫蘇梅汁、香芒汁及將韓式風格融入客家菜餚當中，並特別邀請新東陽臻好食客棧楊勝閔料理長及新百王餐廳簡境宏主廚帶領學員學習製作不同風味的客韓創意料理。

主廚首先透過螢幕投影方式於學員實作前先進行示範教學，讓學員方便觀摩的同時也可以輕鬆做筆記，達到料理教學效果，而後以學中做、做中學陸續完成辣味海鮮高麗園、香芒木瓜金絲魚捲、韓式米糕牛肉餅、梅汁柚香魚及時蔬煎餅等5道料理。

另外主廚也特別教授片魚去骨訣竅、將蘿蔔絲鮮蔬煎餅製成厚片披薩及米線卷魚炸金絲等創意巧門，學員無不收穫滿載、幸福感滿滿。



▲ 簡境宏主廚現場指導讓食物外酥內軟的技巧



▲學員們開心練習煎製技巧



▲成果展示 - 香芒木瓜金絲魚捲

#### 四、田媽媽專業技能教育研習 (12月7日)

為提升田媽媽餐廳健康營養的綠色飲食服務品質，本場辦理「田媽媽技能教育研習」，邀請陳冠廷主廚及黃捷纓主廚擔任講師以有機、產銷履歷蔬果及苦茶油，搭配肉類及魚類，以義大利烹調方式融入本地食材，呈現多樣化的風味，計 25 名家政指導員、田媽媽參加。

活動首先由黃捷纓主廚教授各類油品的利用及優點，並請學員品嚐不同油品的風味；接續由陳冠廷主廚說明料理的不二法門—為了解食物特性及採用適合的烹調方法，新鮮的食材往往只需要簡單調味，就可呈現出最佳的滋味。現場以教學示範方式進行，學員學習如何將魚肉以低溫烹調，並將肉品以炙燒鎖住原味及甜味，在 6 小時課程中，完成了苦茶油沙拉、蔬果醬海鮮、法式蘿蔔湯、牛排佐客家梅干菜及當季水果舒芙蕾等，簡單的食材料理透過講師擺盤裝飾，成為了吸睛又美味的一道道佳餚。



▲學前講師與學員合影



▲講師陣容（由左至右）：黃總幹事捷纓、謝宗盛助理及陳冠廷主廚



▲以擺盤及裝飾增加食物美感



▲當季的新鮮食材只需要簡單的調味就可呈現出最佳的滋味

### 五、苗栗區田媽媽品牌經營績效評鑑

為確保田媽媽班之服務品質及品牌永續經營，行政院農業委員會（以下簡稱農委會）定期每二年辦理績效評鑑工作，做為田媽媽班自我檢核改善與輔導單位後續輔導之依據。本年度經專家學者、農委會、農業改良場、農業科技研究院等，歷時3個月的評鑑檢視田媽媽環境衛生安全、品牌精神展現、經營管理與策略行銷、政策配合及營運績效等5大指標，選出50家績優田媽媽獲頒証書標章及徽章。

評鑑結果本區「巧軒餐館」、「雲也居一」、「祕密花園」、「牛奶故鄉餐坊」及「龍門口餐廳」等5家田媽媽餐廳從全台110家田媽媽餐廳中脫穎而出，榮獲「績優田媽媽獎」，於111年12月3日舉辦之「111年度績優田媽媽頒獎典禮」獲表揚。其中位於苗栗公館的「巧軒餐館」及大湖的「雲也居一」更榮獲最高獎項「經典田媽媽獎」，在全台田媽媽排名前三名，表現堪稱楷模。



▲輔導處陳俊言處長頒發「績優田媽媽」獎給轄區獲獎田媽媽（左1：巧軒餐館，左2：雲也居一，左3：祕密花園，左4：牛奶故鄉餐坊，左5：龍門口餐廳）



▲本場施副場長佳宏 (右 4)、盧課長美君 (右 3) 與本區 5 家績優田媽媽於頒獎活動現場合影



▲本場製作宣傳影片 (左：巧軒餐館，右：雲也居一)，促進在地田媽媽之行銷與營運