

餐飲業 《 能力標準說明 》 能力單元

「出品部專業技能」職能範疇

名稱	烹調馬賽式海鮮湯 (Bouillabaisse)
編號	109658L2
應用範圍	此能力單元適用於從事食物出品部工作且涉及製備法國式食物的從業員。馬賽式海鮮湯是法國南部普羅旺斯一種簡單的燉魚菜品，這道菜正被全世界各地效仿。傳統做法是魚湯料理，但現在許多食譜添加了其他海鮮使其變成一道海鮮料理。此能力單元關注烹調傳統馬賽式海鮮湯（魚湯/燉菜）的能力。
級別	2
學分	2
能力	<p>表現要求</p> <p>1. 烹調馬賽式海鮮湯 (Bouillabaisse)的所需知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 基本認識馬賽式海鮮湯的起源及其傳統做法，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 選用普羅旺斯香草及香料 ○ 辨別及選擇合適的魚類及貝類 ● 對烹煮海鮮有基本認識，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 判斷各種海鮮何時煮熟 ● 對準備魚湯底有基本認識 ● 對準備香蒜蛋黃醬有基本認識 ● 對烹煮馬賽式海鮮湯所用的工具及設備有基本認識 ● 對廚房的衛生及食物安全程序有基本認識 <p>2. 烹調馬賽式海鮮湯 (Bouillabaisse)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 理解馬賽式海鮮湯的食譜 ● 準備烹煮馬賽式海鮮湯，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 取得並清潔魚及貝類（如食譜含此食材） ○ 把魚切至合適的大小及形狀 ○ 準備湯底 ○ 量度及準備其他材料，例如：橄欖油、蔬菜、辣椒、蒜、番紅花、麵包及蛋黃等 ● 根據食譜或以下步驟，烹煮馬賽式海鮮湯： <ul style="list-style-type: none"> ○ 在一個厚底鍋中，用中火加熱葡萄籽油 ○ 加入蔬菜（切碎的洋蔥、韭菜、芹菜、茴香球根、蒜及番茄），慢慢加熱，直至變軟嫩，但不要煮至變成褐色 ○ 加入魚湯，以小火烹煮蔬菜 ○ 加入香草及調味料，繼續以小火烹煮 ○ 根據食譜，加入魚。在湯/燉菜即將煮好的時候加入貝類 ○ 最後加入茴香酒（Pernod）及調味料並試味，然後讓它靜置 ● 根據食譜準備香蒜蛋黃醬；烘烤麵包片 ● 按照食譜要求把馬賽式海鮮湯上桌（湯及魚分開或全部一起放入碗中），配菜另外附上（麵包及香蒜蛋黃醬）

餐飲業 《能力標準說明》 能力單元

「出品部專業技能」職能範疇

	<p>3. 展示專業能力</p> <ul style="list-style-type: none">• 發掘新的材料及製備方法以改善菜餚• 尊重食物，避免浪費
評核指引	<p>此能力單元的綜合成效要求為：</p> <p>(i)根據食譜，選擇、清潔及準備所有魚及其他材料以烹煮馬賽式海鮮湯</p> <p>(ii)基於組織的食譜，調整烹煮方法，</p> <p>(iii)按照組織訂定的方法，把馬賽式海鮮湯/燉菜上桌</p>
備註	參考108397L1 — 準備湯底、109650L2 — 準備及烹調魚類菜餚