

國立清華大學課程大綱【格式】

<1050112 版>

科號	GE	組別		學分	3	人數限制	40
上課時間				教室	一般教室即可		
科目中文名稱	飲食素養與永續食物設計						
科目英文名稱	Food Literacy and Sustainable Food Design						
任課教師	張瑋琦						
擋修科目				擋修分數			

請勾選	此科目對應之系所課程規畫所欲培養之核心能力 Core capability to be cultivated by this course	權重（百分比） Percentage
<input type="checkbox"/>	自我瞭解與溝通表達 Self-awareness, expressions & communication	0 %
<input checked="" type="checkbox"/>	邏輯推理與批判思考能力 Logical reasoning & critical thinking	30 %
<input checked="" type="checkbox"/>	科學思維與反思 Scientific thinking & reflection	20 %
<input checked="" type="checkbox"/>	藝術與人文涵養 Aesthetic & humanistic literacy	30 %
<input type="checkbox"/>	資訊科技與媒體素養 Information technology & media literacy	0 %
<input checked="" type="checkbox"/>	多元觀點與社會實踐 Diverse views & social practices	20 %

<p>一、課程說明</p>	<p>飲食素養是用食物「閱讀世界」的能力，從而重新創造食物並改造我們自己。它涉及對食物生命週期的完整理解——它在哪裡種植、如何生產、購買時誰受益和誰損失、誰可以獲得（誰不能）以及當我們用完後它會去哪裡。它包括欣賞食物的文化意義、準備健康膳食和做出健康決定的能力，以及對這些決定的環境、社會、經濟、文化和政治影響的認識。</p> <p>一般的食物設計只重著於食物之形、色、味、境的食物設計，只能說是一種為了飲食消費而做的「淺層的食物設計」，其忽略透過食物及飲食過程所能傳遞的深層內涵。本課程希望與同學共同探討「深層的食物設計」——一種透過設計傳遞食物永續理念，進而提升飲食參與者的飲食素養目的之創意方式。</p> <p>本課程的教學目的如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能批判思考食物鏈及人類的飲食行為對永續地球的影響。 2. 具有實地觀察，掌握飲食、風土與在地食物系統訊息的能力。 3. 習得設計思考與食物設計方法。 4. 能透過食物策展傳達永續飲食的理念。
<p>二、指定用書</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Vidgen, Helen ed. (2016). Food literacy. New York : Routledg. 2. Valentini, Riccardo ed. (1999). Achieving the sustainable development goals through sustainable food systems. Imprint: Springer. Ottawa : International Development Research Centre. 3. Koc, Mustafa(2003). For hunger-proof cities: sustainable urban food systems. 4. Hancock, J. (1999). Terrior. The Role of Geology, Climate, and Culture in the Making of French Wines. Journal of Wine Research, 10(1), 43-49. 5. 林怡潔. (2018). 飲食文化展示與設計: 道地與後現代風土主義. 臺灣人類學刊, 16(2), 159-177. 6. 托斯(Toews, David Waltner), 2019, 新昆蟲飲食運動：讓地球永續的食物?。臺北市：紅樹林出版。 7. 巴柏 (Barber, Dan), 2016, 第三餐盤：人類退場,讓大自然接手!繼「從產地到餐桌」後,下一波飲食新潮流。台北市：商周出版。 8. 台灣主婦聯盟生活消費合作社，主婦聯盟環境保護基金會，2015，《真食育—主婦聯盟媽媽們的 14 堂食物教養課》。台北: 天下生活出版股份有限公司。
<p>三、參考書籍</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chrzan, Janet& Brett, John A. (2017). Food culture : anthropology, linguistics and food studies. New York: Berghahn Book. 2. 財團法人農村發展基金會（編），2018，共好食代。新北市：遠足文化。
<p>四、教學方式</p>	<p>教師講授(20%)、課堂討論(20%)、實物賞析(20%)、設計實務(40%)</p>

五、教學進度	
六、成績考核	出席、課堂發言及討論 10%；個人作業 20%；分組報告 35%；食物設計成果（期末）35%
七、注意事項	<p>1. 注意！第一週未到課者，不接受加簽。</p> <p>2. 本課程有二天一夜之食物田野調查及烹飪實作，選修者需自行負擔 1000 元實作費用。無法參與請勿選修。</p> <p>3. 期末成果需設計料理，不喜歡料理者請勿選修。</p> <p>4. 本課程不教烹飪，請自帶烹飪能力。</p> <p>5. 本課程為學士班乙組專業選修，非一般通識。故食物很甜，課程「不甜」，每周均有作業，請勿抱持錯誤期待，混者慎入。</p>

五、教學進度

第一週 課程介紹

第二週 第一講－現代農食體系的發展及其反思？

- Vidgen, Helen ed. (2016). Food literacy. New York : Routledg
- 台灣主婦聯盟生活消費合作社，主婦聯盟環境保護基金會，2015，《真食育—主婦聯盟媽媽們的 14 堂食物教養課》。台北：天下生活出版股份有限公司。
- 張瑋琦（2018 年 5 月）。食育：全球化下的國家戰略與生活提案。載於財團法人農村發展基金會編，共好食代（42-59 頁）。新北市：遠足文化事業股份有限公司。

#作業一（個人）：畫出一個你對現代飲食方式（food way）的觀察

第三週 第二講－飲食與文化

- 期末報告分組
- 作業一分享報告

#預習：觀看《台灣剩食之旅》了解剩食與格外品的關係

第四週 第三講－浪費與食物分配的正義

- 《台灣剩食之旅》
- 作業二（小組）：每組領回一個醜蔬果，用 5 張照片表達「格外品」的概念

第五週 第四講－飲食、風土與在地食物系統

- 巴柏 (Barber, Dan), 2016, 第三餐盤：人類退場,讓大自然接手!繼「從產地到餐桌」後,下一波飲食新潮流。台北市：商周出版。
- Hancock, J. (1999). Terrior. The Role of Geology, Climate, and Culture in the Making of French Wines. Journal of Wine Research, 10(1), 43-49.
- 課堂實作：黑豬肉與白豬肉風味比較

第六週 第五講－發熱地球與「未來食物」

氣候變遷、防災食農與飢荒食（吃昆蟲乎？吃野菜乎？吃人造肉乎？）

- 托斯(Toews, David Waltner), 2019, 新昆蟲飲食運動：讓地球永續的食物?。臺北市：紅樹林出版。
- 2020 植物肉消費行為大調查。Food Next 食力，2020/9/8，第 36 期電子期刊。
- 小組報告：用 5 張照片表達「格外品」的概念

- #作業三（小組）：找三個案例，說明你為什麼認為它是好的食物設計

第七週 第六講－食物設計方法論(一)--如何開始一項食物設計方案

- 小組報告：用 5 張照片表達「格外品」的概念
- #作業三（小組）：找三個案例，說明你為什麼認為它是好的食物設計
- 田野調查地點簡介

第八週 微生物與食物

- 演講：從從生物菌看地下世界，重建永續農業思維

#演講筆記及心得（當場繳交）

- 小組報告：食物設計案例賞析

#作業四（小組）：提出食物設計主題（概念提出：透過田野所帶來的永續思考，提出創作理念）

第九週 食物設計的理念

第十週 烹飪實作—從土地到餐桌的實踐（校外教學，教室停課）

操作方式：

- 本週教室課放假，改麻必浩部落校外教學兩天一夜。
- 內容為：了解泰雅族飲食文化及民族風味、探掘部落農田土壤、採摘蔬菜及製作料理、訪談族人了解部落飲食及農業永續問題。

費用：住宿費 1000 元自費，餐費以工代賑。

第十一週 食物設計方法論（一）從形、色、味、境論淺層食物設計方法

- 老師自編教材
- 食物設計構想 1：各組提出期末食物設計主題，於課堂討論修正
- #作業五（小組）：食物設計方法及內涵提出（用一道食物設計傳達概念的細節，包括：呈盤擺飾、食用的方式及飲食地點、食物設計草圖）

第十二週 食物設計方法論（二）深層食物設計方法—食物設計之賦、比、興

- 老師自編教材
- 食物設計構想 2：食物設計方法及內涵報告

第十三週 食物設計方法論（三）文化的飲食哲學 1-台灣南島語族的飲食哲學

- 老師自編教材
- #作業六（小組）：食物試作與修正建議

第十四週 食物設計方法論（四）文化的飲食哲學 2-漢字文化圈的飲食哲學

- 老師自編教材
- 食物設計構想 3：食物試作與修正、策展主題命名

第十五週 食物設計方法論（五）文化的飲食哲學 3-中醫學菜知識中的食物性味觀

- 食物設計構想 4：最後的定案與宣傳

第十六週 田野調查補假

第十七週 食物策展補假

第十八週 食物策展（4 小時，安排在週末，無法出席勿選修）