

## 壹、活動宗旨

「醬油」是台灣料理中最重要的調味品，媽媽手中的一瓶醬油，可以變化出許多種料理，讓我們飽餐一頓，記憶中那道屬於媽媽的味道是我們一直在尋找的，隨著媽媽的年長以及各國料理、精緻美食的盛行，已經逐漸失傳。

請與我們一同踏上尋找味蕾記憶的腳步，將媽媽的古早味在這裡開始延續，傳承記憶中的熟悉味道。

「黑龍盃烹飪比賽」將傳承台灣媽媽的傳統古早味料理，把每個人心中記憶最深、最懷念的媽媽味，傳承下去。

「黑龍蔭油」傳承台灣媽媽們的味道。

## 貳、辦理單位

主辦單位：三鷹食品有限公司 · 協辦單位：稻江科技暨管理學院

贊助單位： Atlantic Chef 六協興業股份有限公司、 SHOES FOR CREWS 金福華食品貿易有限公司、 佳輝香料有限公司

## 參、比賽主題 《台灣媽媽味的家常菜》

## 肆、參賽資格

現就讀日間部高中職之在校學生，以二人為一組參加比賽，需附「學生證」與「身份證」影本報名。

※參賽同學經查證不符合參賽資格者，將自動取消報名資格，不另行通知。

※本次賽制為二人一組之雙人賽，不得個人報名。

## 伍、參賽辦法

報名期間：104年9月1日(二)起至104年9月30日(三)止

文件下載：三鷹食品官方網站 [www.olong.com.tw](http://www.olong.com.tw)

報名方式：書面文件，以「掛號」郵寄報名。

檢附文件：(1) 報名表 / 每人一張，每組報名共需二張。

(2) 料理表(命名、故事描述、材料、烹調流程表、參賽菜照片) / 每道料理一張，二道菜共需二張。

(3) 參賽同意書 / 每人一張，每組報名共需二張。

※參賽菜照片可為沖洗之5x7照片或彩色A5列印之照片，照片品質應清晰可辨識，無法辨識者不予參賽。

※以上資料需填寫完整，若資格不符、資料不完整、未繳交齊全、主題不符、錯誤者，即為不予參賽。

郵寄資訊：61363 嘉義縣朴子市學府路二段51號 稻江科技暨管理學院 餐旅管理學系《2015年黑龍盃烹飪比賽報名表》

報名時效：以郵戳為憑

※簡章第五頁附上郵寄信封封面，可依需求裁剪使用。

## 陸、比賽日程

一、報名期間：104年9月1日(二)起至104年9月30日(三)止 (以郵戳為憑)

二、書審期間：104年10月1日(四)起至104年10月9日(五)止 ※遴選 12組 進入決賽

三、公佈決賽名單：104年10月13日(二)

四、決賽、頒獎：104年10月24日(六)

## 柒、賽制說明

黑龍盃烹飪比賽採「單場評分制」，參賽者須通過第一階段「書面審核」，方可進入第二階段「決賽」，決賽結果依總分由高至低依序排名。如下說明：

### 第一階段、書面審核 (遴選 12組 進入決賽)

一、參加資格：於報名期限內，依比賽方式完整繳交指定書面資料，即可參加書面審核。

二、比賽方式：

1. 請準備二道比賽菜，烹調方式與食材等皆可自行選定，請依提供之書面表格完整填寫，並附上參賽菜成品照片，可為沖洗之5x7照片或彩色A5列印之照片，表格請自行複製使用，二道菜應分二張表格填寫。
2. 可依參賽菜故事主題自行佈置美化，所需之器具與佈置品(桌布、餐具等)需自行準備。
3. 均須以黑龍蔭油指定商品入菜。

※指定商品：春蘭級黑豆蔭油清、春蘭級黑豆蔭油膏、白蔭油 / 購買地點：松青、頂好、楓康、台糖

4. 均須符合本次競賽主題「台灣媽媽味的家常菜」。

三、審核標準：

書面文件 20%：文件完整性、內容詳述程度。

食材運用 20%：食材與料理之協調與搭配性、食材之季節性、選菜創意。

菜餚料理 30%：與主題之關聯性、菜餚配色、擺盤呈現、佈置美化。

黑龍產品運用 30%：產品熟悉與菜餚搭配、使用創意或獨特性。

四、入圍公佈：通過書面審核者，將於104年10月13日公佈至三鷹食品官方網站，入圍者方可進入決賽。

五、規定事項：

1. 請依照參賽資格與參賽辦法提出報名，資格不符、資料不完整、未繳交齊全、主題不符、錯誤者，即為淘汰。
2. 報名資料郵寄之郵資費與參賽所產生之相關支出，需由參賽者自行負擔，主辦單位不另提供輔助。
3. 書面審核入選者，應主動配合決賽之賽程相關事宜，未配合者將視為自動棄權，不得要求任何補償，並需由參賽者自行負擔參賽所衍生之交通或住宿等費用，主辦單位不另提供輔助。

### 第二階段、決賽

一、參加資格：通過書面審核者方可進入決賽。

二、比賽地點：稻江科技暨管理學院 餐旅管理學系 地址：嘉義縣朴子市學府路二段51號

三、比賽方式：1. 採現場烹調方式，分為「上半場」與「下半場」進行比賽。

2. 以抽籤方式分配比賽工作台。

#### 《上半場》比賽說明

(一) 比賽內容：現場烹調報名繳交之書面審核資料中之二道參賽菜，須與成品照片完全相符。

(二) 食材配料準備：所有食材、配料，皆由參賽者自行準備，主辦單位皆不提供。

(三) 調味料準備：下方表格為公共調味料由主辦單位提供，每組一份，其餘未列出者，由參賽者自行準備。

項目	數量	項目	項目	項目
黑龍春蘭級黑豆蔭油清	1	沙拉油	ESPICE 黑胡椒粗粒	ESPICE 五香粉
黑龍春蘭級黑豆蔭油膏	1	鹽、白糖	ESPICE 黑胡椒粉	ESPICE 八角粉
黑龍白蔭油	1	黑醋、白醋	ESPICE 白胡椒粉	ESPICE 肉桂粉

(四) 廚具設備器具準備：下方表格為公共器具由主辦單位提供，每組一份，其餘未列出者，由參賽者自行準備。

項目	數量	項目	數量	項目	數量
冰箱	共用	砧板	2	炒鍋	2
水槽自來水	1	攪拌盆	2	炒鍋鍋蓋	1
快速爐灶	2	馬口碗	3	鍋鏟	1
配菜盤	3	漏勺	1	湯鍋(含鍋蓋)	1
圓盤	2	桿麵棍	1	湯杓	1
				作品展示台	1

(五) 比賽時間：於 70 分鐘內完成現場備料、烹調、出菜、清理工作台。

(六) 製作份數：每道參賽菜均需準備三盤三人份之成品。

(七) 均須以黑龍蔭油指定產品入菜。

(八) 均須符合本次比賽主題「台灣媽媽味的家常菜」。

(九) 評分標準：

現場操作 20%：備料確實、物料善用、時間掌控。

衛生整齊 20%：用品衛生、菜餚衛生、廢料處理、工作台清潔、個人儀容衛生和精神面貌。

菜餚品質 40% (色 / 香 / 味)：菜餚色澤、香氣、符合菜餚口味特點、汁水適度、食材用量比例、成品相符度。

黑龍產品運用 20%：產品運用比例、呈現產品口味與特色。

(十) 規定事項：

1. 比賽前應於規定時間內主動報到，並參與賽前說明會，遲到者每五分鐘扣總分2分、十分鐘扣4分(以此類推)。
2. 參賽者所攜帶之食材、調味品等可為半成品，如清高湯或賽前腌製之食材等，於比賽現場進行烹調。
3. 參賽者不得攜帶任何電器用品，僅可攜帶個人用品、刀具等非電器用品，違者將扣留至比賽結束後歸還。
4. 可依參賽菜故事主題自行佈置美化，所需之器具與佈置品(桌布、餐具等)請自行準備。
5. 參賽者進場前，應主動接受工作人員檢查欲帶入場之所有物料與用品，違者將扣留至比賽結束後歸還。
6. 比賽為限時制，時間終止時，參賽者均應停止所有動作，並直接出菜評分，逾時成品不予計分。
7. 比賽結束時，參賽者應已完整清理工作台與食材之善後，並與工作人員清點所使用之設備、用品、餐盤等，確認歸還數量並且完好無損壞，方可離開現場，若使用過程中不慎遺失或損壞，需以採購成本照價賠償。

## 《下半場》比賽說明

(一) 比賽內容：二道菜，以「指定食材」、「指定黑龍商品」方式進行比賽，指定項目於比賽現場公佈。

(二) 食材配料準備：所有食材、配料，皆由主辦單位提供。

(三) 調味料準備：所有調味料，皆由主辦單位提供。

(四) 廚具設備器具準備：所有廚具設備器具，皆由主辦單位提供。參賽者可自備其他個人用品。

(五) 比賽時間：於 100 分鐘內完成現場備料、烹調、撰寫料理表、出菜、清理工作台。

(六) 製作份數：每道參賽菜均需準備三盤三人份之成品。

(七) 均須以黑龍蔭油指定產品入菜。

(八) 均須符合本次競賽主題「台灣媽媽味的家常菜」。

(九) 評分標準：

菜餚主題 10%：菜餚創意、命名、料理表的完整性與詳述程度。

現場操作 15%：備料確實、物料善用、時間掌控。

衛生整齊 15%：用品衛生、菜餚衛生、廢料處理、工作台清潔、個人儀容衛生和精神面貌。

菜餚品質 40% (色 / 香 / 味)：菜餚色澤、香氣、符合菜餚口味特點、汁水適度、食材用量比例、擺盤美觀。

黑龍產品運用 20%：產品熟悉與菜餚搭配、呈現產品口味與特色、使用創意或獨特性。

(十) 規定事項：

1. 比賽前應於規定時間內主動報到，並參與賽前說明會，遲到者每五分鐘扣總分2分、十分鐘扣4分(以此類推)。
2. 參賽者不得攜帶任何食材、調味品、電器用品，僅可攜帶個人用品、刀具等，違者將扣留至比賽結束後歸還。
3. 比賽為限時制，時間終止時，參賽者均應停止所有動作，並直接出菜評分，逾時成品不予計分。
4. 比賽結束時，參賽者應已完整清理工作台與食材之善後，並與工作人員清點所使用之設備、用品、餐盤等，確認歸還數量並且完好無損壞，方可離開現場，若使用過程中不慎遺失或損壞，需以採購成本照價賠償。

## 捌、決賽獎項與獎金說明

冠軍 …… 一組 / 每組獎金 20,000元、獎狀乙紙、價值6,000元之黑龍商品(統一由三鷹食品換取)、獎品

亞軍 …… 一組 / 每組獎金 15,000元、獎狀乙紙、價值6,000元之黑龍商品(統一由三鷹食品換取)、獎品

季軍 …… 一組 / 每組獎金 10,000元、獎狀乙紙、價值6,000元之黑龍商品(統一由三鷹食品換取)、獎品

佳作 …… 二組 / 每組獎金 5,000元、獎狀乙紙、價值6,000元之黑龍商品(統一由三鷹食品換取)、獎品

優選 …… 七組 / 每組獎狀乙紙、價值3,000元之黑龍商品(統一由三鷹食品換取)、獎品

感謝狀 …… 每組進入決賽之指導老師均頒贈感謝狀乙紙。

## 玖、參賽注意事項

- 一、成功投遞報名資料後，不得以任何因素更改參賽組員與組別。
- 二、服裝儀容
  1. 參賽者於參賽時應穿著白色廚師服、廚褲或深色長褲、白色廚帽、白色圍裙、深色廚鞋、口罩，廚師服與圍裙以純白色為主，不得有任何文字或圖樣，未符合以上規範者不得進入參賽。
  2. 參賽者應重視個人服裝儀容之整齊清潔，應梳理整齊、修剪指甲，不得蓬頭垢面、配戴手部飾品，以顯廚師之專業度與食品之衛生安全。
- 三、攜帶食材與用品
  1. 參賽者自行攜帶使用之食材與調味料，必須符合食品安全法規，不可使用人工香料、人工色素、化學添加物等，所使用的材料必須為天然並且可以食用。
  2. 參賽者可自行攜帶比賽時所需之用品，如 筷子、湯匙、廚房紙巾、衛生手套(乳膠手套)、計時器、清潔用品等，主辦單位未提供之相關用品，有攜帶者需於入場前接受工作人員檢查無誤後入場。
  3. 參賽者比賽期間，不得攜帶並使用手機、平板等相關電子產品，違者將扣留至比賽結束後歸還。

## 拾、其他事項說明

- 一、參賽者同意其個人、作品等參賽照片、活動攝影、錄音及參賽食譜之所有權、及相關著作財產權全部歸屬主辦單位所有，主辦單位可以任何形式公開、編輯(包含文字與圖片)，不另支酬。
- 二、所有參賽作品若有抄襲、模仿或侵犯他人著作權等情事，經查屬實者，將取消資格、追回獎勵，並由參賽者自負一切相關的法律責任。
- 三、得獎之黑龍商品請於決賽後半年內換取完畢，如經通知仍未換取者，將視同放棄領獎權利。
- 四、三鷹食品有限公司與稻江科技暨管理學院保有本活動之所有解釋權。

可沿虛線裁下貼於信封袋封面

寄件人：

電話：

地址：

收件人：

61363 嘉義縣朴子市學府路二段51號

稻江科技暨管理學院 餐旅管理學系

《2015年黑龍盃烹飪比賽報名表》



# 日曝120天 天然純釀造 黑龍蔭油

一甲子的健康美味 [www.olong.com.tw](http://www.olong.com.tw)

HACCP ISO22000 HALAL  
食品安全認證 食品安全認證 伊斯蘭食品認證

甲級品  
符合國家標準  
CNS423



## 醬油種類

依製成方式可分為「純釀造醬油」、「化學醬油」及「混合式醬油」

### 「純釀造醬油」

以純天然的方式使麴菌分解豆類蛋白質，將蛋白質游離出來，所製得之醬油風味及品質最佳，製程需4-6個月。在傳統上純釀造醬油依製造原料可分黑豆與黃豆，黑豆因其特殊蔭釀方式通稱「蔭油」，或因古法陶缸釀造又稱「壺底油」，是為台灣特產醬油。黃豆釀造通稱為「醬油」，市場上亦有黑豆與黃豆混合釀造之醬油。

### 「化學醬油」

以鹽酸分解豆類中的蛋白質再以鹼中和(酸+鹼=鹽+水)並酌加醬色及甘味劑而成，製程僅需3-5天。此製得之醬油風味較差，有刺鼻味，產生之成份氨基態氮總氮量高，其中單氯丙二醇已被驗出有傷人體。

### 「混合式醬油」

以胺基酸分解液為原料，添加純釀造醬油而成。此可提高成份降低成本，但風味不及純釀造醬油。此種製成方式是目前主要醬油的生產方式，產品亦為市場上的主流。

## 黑龍蔭油的純釀造

黑龍蔭油的釀造，其原料為黑豆中豐富的植物性蛋白質。

黑龍遵循古法釀造，以黑豆經過蒸煮、冷卻、接種、製麴，加入鹽水進行發酵，待發酵成熟後，以壓榨法提取原油，調製出道地傳統的香醇蔭油。

位於嘉義的黑龍蔭油，擁有北回歸線的特殊地理位置，以及台灣海島型的亞熱帶氣候，擁有良好的溫度與濕度，是最適合發酵釀造過程中的酵母菌的生存環境，再加上充足陽光的曝曬發酵，一系列複雜的生物化學變化產生了特有的鮮味、甜味、酸味、酒香、酯香，與鹽水的鹹味混和，形成了色香味俱全且風味獨特的台灣特產醬油—黑龍黑豆蔭油。

## 黑龍蔭油的堅持一日曝120天

以手工製麴後之黑豆，封蓋置於室外，在北回歸線充足的陽光下整整120天的曝曬發酵。在日曝月露120天時，其中酵母菌之發酵正值黑豆中蛋白質分解游離最活潑的時機，120天後便逐漸衰退，甜度、香味、甘氣亦漸差。黑龍蔭油就是萃取此時的壺底原油為原料，調製出品質與口感極佳的香醇蔭油。

## 黑龍蔭油·以100%黑豆純釀造的天然美味

黑龍黑豆蔭油的風味，主要來自胺基酸、糖份、有機酸、酯類等天然萃取之混合物，也是影響黑豆蔭油獨特口味的重要指標。黑豆蔭油在調煮的過程中，可將黑豆的生味轉變為香味，黑豆中的蛋白質也較耐高溫，適合長時間加熱烹煮與二次回鍋，並且較容易滲透到食材裡，愈煮愈香愈甘醇，亦使料理吃起來更入味與香醇。

一甲子的健康美味，美食家的唯一選擇。

三鷹食品有限公司  
地址：嘉義縣民雄鄉寮頂村頂寮66-5號  
電話：(05)226-4650



好醬油 就是黑龍蔭油