

葡韻澳魅 · 食傳食美

A Blended Culture, A Blended Table:

A Journey into Macanese Cuisine

Uma Cultura Mestiça, Uma Mesa de Fusão:

Uma Jornada pela Culinária Macaense

澳門

保良局馬錦明中學

參賽同學：許樂瑤 葉舜琳 陳俊成 張欣悅 張琳

指導老師：李俊康老師



行程主題與理念



為何去葡萄牙吃不到葡國雞，在非洲也吃不上非洲雞？
因為這些菜式都是澳門土生土長的菜式--「土生菜」。



澳門土生菜不僅僅是澳門代表性的非物質文化遺產，它更是一項活生生、可以放進口內品味的歷史。土生菜見證了東西方四百多年的對話與融合。每一次品嚐，都是一次澳門獨特文化身分的探索之旅。

就讓這次行程的旅遊大使“蓮娜Lianna”為大家作嚮導，帶領各位以味蕾作為穿越時空的門匙，打開一段融合中葡文化、澳門歷史的深度體驗。



行程表

*A Blended Culture. A Blended Table.
A Journey into Macanese Cuisine*

澳韻澳魅 ✦ 食傳食美

第一天行程

葡韻風華：土生葡人的家園信仰

港珠澳大橋(8:30)

-感受世紀工程-

路環市區深度遊(11:30-13:30)

-安德魯餅店-聖方濟各聖堂-

龍環葡韻<核心景點>(14:00-16:00)

-20世紀初葡人家庭的生活場景-

歷史城區漫步(16:30-18:00)

-媽閣廟-亞婆井前地-鄭家大屋-

光影大三巴(20:00-21:00)

-議事亭前地-大三巴大合照

第二天行程

味覺傳奇：土生菜的誕生與風味

聖若瑟修院(9:30-10:30)

-土生葡人精英教育搖籃-

澳門旅遊大學<核心景點>(11:00-12:00)

-馬介休球工作坊-

澳門旅遊大學教學餐廳(UTM)

(12:00-13:30)

-土生菜半自助餐-

漢佑街市(14:00-15:00)

-購買土生菜的香料食材-

行程結束(15:30-17:30)

-港珠澳大橋香港口岸解散-

*Uma Cultura Mestiça. Uma Mesa de Fusão.
Uma Jornada pela Culinária Macaense*



第一天

世紀大橋 · 路環風情 · 葡韻生活



路環市區

- 漫步**路環**，感受澳門漁村的原貌
- **聖方濟各聖堂**，巴洛克式建築
- **安德魯餅店**，品嚐最正宗的土生甜點**葡撻**
- 教育價值：對比港澳兩地的舊區特色，探討可持續發展城市概念



龍環葡韻

- **官也街**品嚐地道美食（**豬扒包**、**木糠布甸**）
- **龍環葡韻**：以最直觀的方式了解20世紀葡人家庭的生活
- 教育價值：龍環葡韻作為「殖民時期」的物質遺產，可以了解中西文化的融合交流，更是文化遺產保育旅遊的一個上佳例子。



歷史城區漫步

- **媽閣廟**——華人傳統文化的象徵
- **亞婆井前地**——探索澳門人最早的聚居地
- **鄭家大屋**——欣賞「建築界的土生菜」
- 教育價值：從文化接觸到定居再到理解融合，同學可以透過這三個景點理解文化社群形成的必要過程。



光影大三巴

- **議事堂前地**——澳門半島最繁華的地段，晚上的燈光結合特色建築群，讓學生留下難忘的印象。
- **大三巴**——澳門最具象徵意義的景點，適合作團隊合照。
- 教育價值：如何透過燈光突出城市地標，以推動旅遊業與夜經濟。

第二天

學府殿堂・手作實踐・成果分享



聖若瑟修院

- 了解天主教在遠東的傳播，土生葡人精英的教育搖籃。

教育價值：了解西方教育制度的引進與影響



澳門旅遊大學

- 深度參觀**旅遊大學**的不同部門
- 教育價值：認識澳門的旅遊產業發展及了解與旅遊業相關的不同產業，讓有意投身旅遊業的同學作生涯規劃。



教學餐廳(UTM)

- 馬介休球烹飪工作坊
- 土生菜米芝蓮半自助餐——同學可以親手製作，親口品嚐「土生菜」，沉浸在「土生葡人」的生活。
- 教育價值：了解非遺作為旅遊資源的價值，如何把文化轉化為體驗式旅遊產品。



祐漢街市

- 民生區美食天堂
- 購買本土菜的靈魂「黃薑粉」，回家製作傳統風味的葡國雞
- 教育價值：理財教育——如何善用自己的零用錢。孝親——透過手信把旅程的美好經歷與家人分享。

行程預算

項目	金額	備註
1) 交通費 (港珠澳大橋--來回) (澳門本地旅遊巴)	\$130+\$90	40座旅遊巴，兩天用， 費用攤分。
2) 住宿費 (市區經濟型酒店)	\$200	兩人房(一晚)
3) 膳食費 (第一天午/晚餐) (第二天早/午餐)	\$365	第二天午餐為旅遊大學 教學餐廳內的半自助餐
4) 活動/行政費	\$300	包括烹飪工作坊 旅遊保險等

每人:\$1085

行程亮點

- 行程結合中史/世史/地理/經濟/旅款等人文學科課程，適合學生要要
- 深度暢遊路環、澳門半島舊城區「打卡」熱點
- 高性價比米芝蓮餐廳品嚐最正宗「土生菜」半自助餐
- 到訪當地人街市，購買地道食材「DIY」烹調「手信」

