

Towngas

煤氣烹飪中心
COOKING CENTRE

Oct 2020 | www.towngascooking.com



The Best
Flame Cooking
Learning Experience
最強明火
烹飪學習體驗

地址：香港銅鑼灣利舞臺9樓 | Address: 9/F, Lee Theatre, Causeway Bay, Hong Kong



Exclusively Supported by Towngas

把握良機學習正宗法國廚藝

Grasp the Opportunity and Learn Authentic French Cooking



全港最具規模的煤氣烹飪中心
聯同雲集全球頂尖名廚的
Disciples Escoffier法國廚師會，
為香港帶來首個具完整架構的
傳統法國美饌烹飪課程。

Disciples Escoffier, a French association that brings all distinguished chefs around the world together, partners with Towngas Cooking Centre, the largest cooking school in Hong Kong, to offer courses in traditional French cooking.



法國烹飪藝術文憑
Disciples Escoffier Diploma
in Culinary Arts



法國糕餅藝術文憑
Disciples Escoffier Diploma
in Pastry

6 大優勢 Advantages

- ☆ 學員通過考試可獲頒發「法國廚藝訓練第五級證書」，取得在法國開設餐廳的資格
Graduates with the "Level 5 National Diploma in French Cuisine or Pastry" are qualified to open restaurants in France
- ☆ 由米芝蓮星級或國際知名大廚親授烹飪秘技
Learn interactively from Michelin-starred chefs or celebrity chefs
- ☆ 毋須抽身離港上課
No need to fly overseas
- ☆ 在全新極專業，設備極完善之煤氣烹飪中心上課
Well-equipped venue with professional facilities in the training classroom of Towngas Cooking Centre
- ☆ 由專業導師提供針對學員個人及全面性的培訓
Targeted and comprehensive personalised coaching throughout the whole programme
- ☆ 符合資格畢業生享有於米芝蓮餐廳或星級酒店實習機會
Qualified graduates may be given the apprenticeship opportunity at Michelin-starred restaurants or starred hotels

新一期Disciples Escoffier專業烹飪文憑課程
現正接受報名！

The new intakes of the Disciples Escoffier
Professional Diploma Programmes are
NOW opened for enrolment!



觀看介紹短片
View Introduction Video

報名及查詢請致電
For Details & Enrolment
Please call

2576 1535 /
6387 3157



銅鑼灣煤氣烹飪中心課程

CAUSEWAY BAY TOWNGAS COOKING CENTRE COURSES

- P.6 中菜訓練證書課程
- P.7 Cooking 101 - 中菜料理
- P.7-9 Pauline 小廚 Pauline's Kitchen
- P.10 Annie 烹飪閒情 Wok-Talk with Annie
- P.11 總廚佳餚 - 劉振權師傅
- P.11 Lilian 巧手佳餚
- P.12 陳偉師傅課程
- P.12 趙師府美饌
- P.13 歐嘉翰師傅課程
- P.13 煮賜喜樂 - 何小慧
- P.14 Cooking 101 - 國際美食
- P.14-15 「好情人」證書課程
- P.15-17 奄尖廚房 Picky Gourmet - Margaret Fu
- P.18 視覺藝術廚房 WHY Kitchen - Sally Wong
- P.19-20 Joanne 煮館
- P.20-21 鹹蝦燻品味之旅 Macanese Heritage Home Cooking
- P.22 煮勻全世界 Taste Around The World
- P.23-24 廚藝治療證書課程
- P.24 程程廚房
- P.25 Teresa Festival
- P.25-26 Miss Jodie 烘焙天地 Miss Jodie's Bakery
- P.26 甜喵兒烘焙 La Chat Doux
- P.27 Cinderella 健康工房 Cinderella's Health Kitchen
- P.27 家糖匠坊
- P.28 Le Gout 法式甜點工作坊
- P.28 家庭傭工訓練課程
Certificate Training Course for Housemaids

廚藝治療親子證書課程

逆境智慧大提升!

家長 『廚藝治療師』 孩子 『廚藝治療小天使』



導師：
蔡綺文Scarlett

- 心理輔導學家
- 大學客席講師
- 國際積極心理學會首席導師
- 「6A 品格教育TM」認證講師
- 親子雜誌/信報專欄作家
- 國家高級心理諮詢

10大優點

- 1 提升逆境智能
- 2 增強抗疲技巧
- 3 改善情緒及舒緩壓力
- 4 提高健康和營養知識
- 5 強化親子溝通和互動
- 6 增進表達與溝通技巧
- 7 舒緩壓力及時間管理
- 8 通過五感增進大腦運作
- 9 學習人際社交的技巧
- 10 增強專注力和自律感



首個
正式授權烹飪班

角落小夥伴
親子廚師班



© 2020 San-X Co., Ltd.
All Rights Reserved.

精選課程

同小朋友一齊做
大熱角落小夥伴美食!



詳情及條款細則請參閱煤氣烹飪中心網站

圖片只供參考

煤氣烹飪中心

香港銅鑼灣利舞臺9樓

電話：2576 1535



Towngas Cooking Centre

www.towngascooking.com



課程詳情請見P.24

全港最強! 明火專業烹飪平台 星級陣容! 內容多元化!

#星級教煮

#法國專業廚藝

#親子育兒



#星級教煮

#健康抗疫

#KOL教煮



星級陣容教你零失敗秘技



由星期一到星期日都有不同煮食主題:

一	二	三	四	五	六	日
健康 Monday	姐姐2esy 特訓班	法廚 星期三	烹飪Tips 4U	KOL Friday	星級 周末	Sunday 爸媽

將提供超過500個零失敗食譜

精彩內容包括:

親子育兒+食譜

揀材料大公開

好物直播分享

菲律賓印尼文工人姐姐廚藝特訓



SUBSCRIBE

Towngas Cooking 煤氣教煮



請即訂閱頻道及按鈴嚙接收最新通知



PROMOTION

towngas
cooking centre
煤氣烹飪中心

Exclusive Privilege

煤氣烹飪中心會員專享禮遇

Exclusive Privilege

for Towngas Cooking Centre Members

凡報讀任何烹飪課程，即可獲贈**\$50**綠多券*。

Enjoy **\$50** Green Dollar Coupons* upon cooking class enrolments.



*適用於報讀示範課程及購買家居用品

Applicable to demonstration class enrolment and merchandise purchase

1. 優惠期：由即日起至2020年11月30日 Promotion period: from now till 30/11/2020. 2. 綠多券於上課當日派發，學員需簽名作實 Green Dollar Coupons are distributed on the class date and students must sign for confirmation 3. 每完成一課烹飪課程將獲綠多券乙張 A complimentary Green Dollar Coupon is offered upon completion of each lesson 4. 此綠多券只適用於煤氣烹飪中心 Any Green Dollar Coupon can only be used at Towngas Cooking Centre 5. 可與會員優惠同時使用 Can be used with membership discounts 6. 此優惠不適用於報讀免費課程 This offer is not available for any free class enrolment 7. 優惠只適用於報讀指定課程 Special offers can be used to enrol selected classes only 8. 如有任何爭議，煤氣烹飪中心保留最終決定權 Any dispute will be subject to the final decision of Towngas Cooking Centre.

現場實習/網上課程 On-site Practical/Online Classes

- 1 導師專業、設備完善
Professional tutors and state-of-the-art equipment
- 2 每位學員專享自己一份新鮮食材，親手烹調美食，亦可帶回家與家人共享
Bring home delicacies with your own set of fresh ingredients (Course fee is inclusive of food materials)
- 3 開課前3天截止報名，費用包括所需材料
Enrolment must be made at least 3 days prior to each class commencement date

中菜訓練證書課程

著重理論及實習並重，由基礎開始，循序漸進，令學員更可掌握每個環節，包括基本知識、食材處理、調味、烹飪技巧、刀功、上漿等等。

課程基礎訓練 (一):

課堂：10堂

每課時間：3小時

費用：\$7500 (CPSP0246)

導師：Pauline 黃倩霞 (粵)

上課日期：10月6、13、20、27、11月3、10、17、24、
12月1及8日

逢星期二，上午10:00 - 下午1:00

基礎知識:

- 基礎安全知識
- 烹調基礎 - 煎、炒、煮、炸、焗、燒、蒸、浸、灼、焗
- 刀功/刀具 - 直刀、平刀、斜刀、剗刀法
- 灶具
- 調味料認識及應用
- 各種食材種類了解、應用

菜式分享：菜式演繹不同食材、處理、刀功、烹調方法。

- | | | |
|----------|----------|-----------|
| 1. 蔬菜裝飾 | 2. 炒土豆絲 | 3. 滑炒肉絲 |
| 4. 糟火燻魚片 | 5. 脆火燻里脊 | 6. 宮保雞丁 |
| 7. 煎大蝦碌 | 8. 蒜泥白肉 | 9. 沙爹牛肉 |
| 10. 燴鴨件 | 11. 涼拌花腰 | 12. 蔥燒海參 |
| 13. 水煮肉片 | 14. 松鼠魚 | 15. 燒烤排骨 |
| 16. 上湯龍蝦 | 17. 炒菇菌 | 18. 文思豆腐羹 |

課程內會邀請大師分享烹調心得及示範。



Cooking 101

為你精選多個課程，由中菜料理、國際美食至烘焙，讓你由新手變為烹飪高手，入得廚房，出得廳堂！現報讀 Cooking 101 課程，可免費帶同另一位親友一同上課。

* 此優惠提供一份所需之食材及共用一組用具與設備，二人同行將共享所完成之菜式。

Specially selected cooking courses from Chinese cuisine, international cuisine to bakery. Welcome to bring along a friend attending the class together for free.

* This offer requires sharing one portion of food ingredients, cook station and cookware.

中菜料理 Chinese Cuisine

導師 Instructor: Mia Ng (粵/英 Bilingual)

費用 Course fee: \$550 一課 per class

椒鹽蝦、梅子蒸排骨

Spicy Prawns

(CP1B0101-01)

星期三 10月7日 上午10:00 - 下午1:00

Wednesday 7 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 椒鹽蝦 Spicy Prawns

梅子蒸排骨

Steamed Spareribs with Salted Plums

示範 Demo: 福建燴飯

Braised Fried Rice in Fujian Style

咕嚕肉、乾燒伊麵

Sweet & Sour Pork Loin

(CP1B0102-01)

星期三 10月21日 上午10:00 - 下午1:00

Wednesday 21 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 咕嚕肉 Sweet & Sour Pork Loin

乾燒伊麵 Braised E-fu Noodles

示範 Demo: 椰汁紫米露

Black Glutinous Rice Sweet Soup with Coconut



明火中式美食 Chinese Cuisine



Pauline Wong

煤氣烹飪中心課程總監 Pauline，具有30年教授烹飪經驗，曾出版多本著作，中西烹飪精髓融會貫通，特別對中式點心有研究及心得。

Pauline is the Towngas Cooking Centre manager with 30 years of cooking experience. An expert in Chinese dim sum dishes, she has written several books on the subject.

導師 Instructor: Pauline 黃倩霞 (粵/英 Bilingual)

變幻才是永恆！煮菜烹調亦是！隨著食材的改變及食家愈來愈靈敏的味覺，新派菜式層出不窮，創新配搭令人耳目一新！

Keeping a cuisine fresh & hip is the key to constant popularity! New cooking ideas with ground-breaking ingredient pairings will blow the mind off even the connoisseurs with highest demands!

難忘的味道:

回味橫角 - 橫角骨、橫角薑米炒飯、橫角醬

Memorable Flavours –

Spareribs with Preserved Olives

費用 Course fee:

- 網上直播教學 Online Live Demo \$280

(COCC0018-03)

- 網上直播教學+實習食材專遞

Online Live Demo + Practical Dish Delivery \$550

(COCC0018-04)

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260

10月9-22日適用 Available on 9-22 Oct

(COCC0018-05)

- 網上錄影教學+實習食材專遞

Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$550

10月9-22日適用 Available on 9-22 Oct

(COCC0018-06)

網上直播教學 Online Live Demo

(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期四 10月8日 下午2:30 - 4:00

Thursday 8 Oct 2:30 - 4:00 p.m.

實習 Practice: 欖角骨

Fried Spareribs with
Preserved Olives ·
欖角薑米炒飯
Stir-fried Rice with Ginger &
Preserved Olives ·
欖角醬 Preserved Olive Paste ◦

網上錄影教學 Online Video Demo:

10月9-22日期間接受報名·按報名日期起計觀看14日。

Available from 9-22 Oct with viewing for 14 days upon enrolment.

難忘的味道:

當造芋頭 - 芋頭扣肉、香蔥芋片

Memorable Flavours - Braised Pork Belly with Taro

費用 Course fee: \$650 (CPCC0660-01)

星期六 10月24日 上午10:00 - 下午1:00

Saturday 24 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 芋頭扣肉

Braised Pork Belly with Taro ·
香蔥芋片
Pan-fried Taro Slices with
Spring Onion ◦

示範 Demo: 白果芋泥

Sweet Taro Paste with Ginkgo ◦



古早味蛋糕2.0 - 全新口味

Taiwanese Jiggly Sponge Cake 2.0

費用 Course fee: \$600 (CPBP1258-01)

星期四 10月29日 晚上7:00 - 9:30

Thursday 29 Oct 7:00 - 9:30 p.m.

實習 Practice: 巧克力古早味蛋糕

Chocolate Jiggly Sponge Cake ·
綠茶古早味蛋糕
Mocha Jiggly Sponge Cake ◦



名店名菜 - 柚子皮入饊

Eateries Signature Recipes - Pomelo Skin Signature Recipes

費用 Course fee:

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260
(COCC0011-05)

- 網上錄影教學+實習食材專遞

Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$580
(COCC0011-06)

實習 Practice: 蝦子柚皮

Braised Pomelo Skin with
Shrimp Roes ·
排骨蒸柚皮
Steamed Spareribs on Pomelo Skin ·
柚子醋浸柚皮
Cold-served Citrus Pomelo Squares ◦

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in
3-5 days upon enrolment

家庭宴客菜 - 頭抽米鴨、包羅萬有

**Banqueting at Home Recipes –
Spicy Duck in Premium Soya Sauce**

費用 Course fee:

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260 (COCC0013-05)
- 網上錄影教學+實習食材專遞 (COCC0013-06)
Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$580

實習 Practice: 頭抽米鴨

- Spicy Duck in Premium Soya Sauce
- 包羅萬有
- Pan-fried Turnip Pudding with Stuffing

示範 Demo: 木瓜蟹湯 Crab Soup with Papaya

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in 3-5 days upon enrolment



難忘的味道 - 蔥油餅伴豆漿

**Memorable Flavours -
Spring Onion Cake with Soya Milk**

費用 Course fee:

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260 (COCC0010-05)
- 網上錄影教學+實習食材專遞 (COCC0010-06)
Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$500

實習 Practice: 蔥油大餅 (發麵糰)

- Spring Onion Cake Wedges (Leavened Dough)
- 香煎蔥油餅
- Pan-fried Spring Onion Cakes

示範 Demo: 自製豆漿 Home-made Soya Milk

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in 3-5 days upon enrolment



非常素食 - 不一樣的冷菜

**Contemporary Vegetarian Recipes -
"So Good" Starters**

費用 Course fee:

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260 (COCC0012-05)
- 網上錄影教學+實習食材專遞
Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$500 (COCC0012-06)

實習 Practice: 玫瑰瓜條 Rosy Melon Sticks

- 芥末菠菜球
- Mustard Hot Spinach Balls
- 醬蘿蔔皮 Turnip in Soya Sauce
- 牛蒡沙律 Burdock Salad

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in 3-5 days upon enrolment





著名電視烹飪節目主持Annie，不停與粉絲分享她滿腦美食煮意。除家常筵菜外，Annie亦擅長將酒樓大師傅的名菜佳餚重新演繹，令大家在家亦可做大廚！

導師: Annie 黃婉瑩 (粵)

新派山東燒雞、山東奶奶菜肉餃子

不經油炸的山東燒雞仍能保持原來版本的濃郁，肉質甚至更嫩滑呢！

費用: \$650 (CPCC0609-01)

星期三 10月14日 下午2:00 - 5:00

實習: 新派山東燒雞, 山東奶奶菜肉餃子
(用現成餃子皮)。



非洲雞配黃薑飯、椰糖椰奶西米凍

雖然很多餐廳食肆都有供應澳葡名菜非洲雞，但與原來版本總是不盡相同，有些更是仿如有名無實的普通燒雞。

那好味非洲雞到底應是什麼樣子？與燒雞又有何不同之處？利用網上教學，輕鬆就可跟隨Annie老師學習澳葡非洲雞做法！

- 網上直播教學 \$280 (COAC0007-03)
- 網上直播教學+實習食材專遞 \$580 (COAC0007-04)
- 網上錄影教學 \$260 (COAC0007-05)
- 10月16-29日適用
- 網上錄影教學+實習食材專遞 \$580 (COAC0007-06)
- 10月16-29日適用

網上直播教學 (可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期四 10月15日 下午2:30 - 3:30

實習: 非洲雞, 黃薑炒飯, 椰糖椰奶西米凍。

網上錄影教學:

10月16-29日期間接受報名, 按報名日期起計觀看14日。

扎蹄鴛鴦齋

費用: \$600 (CPCC0181-01)

星期五 10月16日 晚上7:00 - 10:00

實習: 茄汁油筋, 咖喱油筋, 蠔味扎蹄, 蝦子扎蹄。



“正醬”芋艿鴨、香酥芋茸卷

時近中秋，就是BB芋頭“芋艿”上市之時。小小一顆，質地煙韌，與一般大芋頭粉粉的感覺截然不同。用上Annie老師秘醬鴨，更是秋涼的美味！

費用: \$650 (CPCC0266-01)

星期四 10月22日 下午2:00 - 5:00

實習: “正醬”芋艿鴨, 香酥芋茸卷。

上海人的最愛 - 薺菜三吃

想起上海菜，必然小不了其靈魂食材之一薺菜的出場！薺菜香氣獨特，口感爽脆，既可作冷盤入饌，亦可熱食或放湯，絕對是百搭食材！

費用: \$620 (CPCC0659-01)

星期五 10月23日 晚上7:00 - 10:00

實習: 蟬衣包 (薺菜餡), 百頁薺菜卷, 薺菜豆腐羹。



劉振權師傅

聯邦酒樓集團行政總廚劉振權師傅，擁有40年烹飪經驗，醉心研究新菜式，經常都會令人有意想不到的驚喜！於2010年以優異成績考獲中華廚藝學院之大師級中廚師課程證書。近年在香港旅遊發展局主辦的多個公開烹飪比賽中獲獎無數，並應邀代表該局到海外推廣香港美食。

導師：劉振權 (粵)

Very “骨” - 香酥南乳骨、粵式黑醋骨

由創意十足、用心烹調的劉振權行政總廚教大家如何令耳熟能長的菜式用上專業手法，精益求精，煮出令人意想不到的美味！

費用：

- 網上直播教學 \$280 (COCC0015-03)
- 網上直播教學+實習食材專遞 \$550 (COCC0015-04)
- 網上錄影教學 \$260 (COCC0015-05)
10月25日-11月7日適用
- 網上錄影教學+實習食材專遞 \$550 (COCC0015-06)
10月25日-11月7日適用

網上直播教學(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期六 10月24日 上午11:30 - 下午1:00

實習：香酥南乳骨、粵式黑醋骨。

網上錄影教學:

10月25日-11月7日期間接受報名，按報名日期起計觀看14日。



Lillian Cheng

導師：Lilian 鄭慧芳 (粵)

懷舊菜式：杭州蔥花肉、紙包雞

費用：\$620 (CPCC0656-01)

星期一 10月19日 下午2:00 - 5:00

實習：杭州蔥花肉，紙包雞。

示範：香蕉高力豆沙。

布拉腸腸：叉燒腸、蝦米腸

費用：\$600 (CPCC0015-01)

星期四 10月29日 下午2:00 - 5:00

實習：叉燒腸，蝦米腸。

示範：鮮蝦腸、炸兩。



秘製豬腳薑醋、鹹肉炒薑飯

費用：網上錄影教學+兩道菜式**材料專遞到府上

\$600 (4人份量薑醋) (CDCC0052-06-01)

\$780 (10人份量薑醋) (CDCC0052-06-02)

實習：添丁豬腳薑醋*、鹹肉炒薑飯*

示範：彌月雞酒。

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in 3-5 days upon enrolment





陳偉師傅

資深燒味大師·教您如何在家做出專業水準的燒味及小菜!

導師: 陳偉 (粵)

醬燒琵琶鴨、蒜香凍豬手

費用: \$620 (CPCC0654-01)

星期五 10月16日 下午2:00 - 5:00

實習: 醬燒琵琶鴨, 蒜香凍豬手。



甜酸脆腩肉、涼拌爽豬耳、自製山楂醬

費用: \$620 (CPCC0655-01)

星期三 10月28日 下午2:00 - 5:00

實習: 甜酸脆腩肉, 涼拌爽豬耳。

南乳燒雞、雞絲海蜆

費用:

- 網上直播教學 \$280 (COCC0014-03)
- 網上直播教學+實習食材專遞 \$520 (COCC0014-04)
- 網上錄影教學 \$260
- 10月21日-11月3日適用 (COCC0014-05)
- 網上錄影教學+實習食材專遞 \$520
- 10月21日-11月3日適用 (COCC0014-06)

網上直播教學(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期二 10月20日 晚上7:00 - 8:00

實習: 南乳燒雞, 雞絲海蜆。

網上錄影教學:

10月21日-11月3日期間接受報名, 按報名日期起計觀看14日。



趙德師傅

導師: 趙德 (粵)

費用: \$580 一課

瑤柱什菜餃、香芋臘味糯米包

(CPCC0657-01)

星期二 10月13日 下午2:00 - 5:00

實習: 瑤柱什菜餃, 香芋臘味糯米包。



蟹籽鳳眼餃、紫薯焗西米布甸

(CPCC0658-01)

星期二 10月27日 下午2:00 - 5:00

實習: 蟹籽鳳眼餃, 紫薯焗西米布甸。





歐嘉翰

醉藥雞餐廳主廚 - 歐嘉翰，縱橫餐廳廚房超過十多年，師承四川及上海老前輩，學習正宗四川及滬江廚藝，再加以改良，配合香港人口味，並於2011年創立川上龍火鍋川菜館。師傅事事親力親為，對於餸菜選料、菜式的配合、出品衛生及廚房內部運作，都有嚴格要求，確保所推出的菜式，有品質及口碑保證！歐師傅勇於破格求變，深受食客的喜歡及支持，更曾獲協助高海寧小姐烹調「招牌雞煲」，親自指導多項四川菜烹調技巧。

導師：歐嘉翰 (粵)

麻辣鴨血、糟溜魚片

費用：

- 網上直播教學 \$260 (COCC0016-03)
- 網上直播教學+實習食材專遞 \$550 (COCC0016-04)
- 網上錄影教學 \$240 (COCC0016-05)
- 10月13-26 日適用
- 網上錄影教學+實習食材專遞 \$550 (COCC0016-06)
- 10月13-26 日適用

網上直播教學(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期一 10月12日 下午2:30 - 3:30

實習：麻辣鴨血、糟溜魚片。

示範：上海排骨菜飯。

網上錄影教學:

10月13-26日期間接受報名，按報名日期起計觀看14日。



何小慧

因為工作壓力太大，患了十年抑鬱症。直到有了信仰改變自己，從新開始在煮食的過程中找回人生快樂的時用食物拉近人與人之間的距離。目前她是人氣的私家大廚，用各式各樣的美食招呼城中多位星級客人。

導師：何小慧 (粵)

煙燻乳鴿、海參肉碎粉絲煲

費用：

- 網上直播教學 \$260 (COCC0002-03)
- 網上直播教學+實習食材專遞 \$550 (COCC0002-04)
- 網上錄影教學 \$240 (COCC0002-05)
- 10月23日-11月5 日適用
- 網上錄影教學+實習食材專遞 \$550 (COCC0002-06)
- 10月23日-11月5 日適用

網上直播教學(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期四 10月22日 下午2:30 - 3:30

實習：煙燻乳鴿、海參肉碎粉絲煲。

示範：混醬手撕雞撈米。

網上錄影教學:

10月23日-11月5日期間接受報名，按報名日期起計觀看14日。



明火國際美食 International Cuisine

Cooking 101

為你精選多個課程，由中菜料理、國際美食至烘焙，讓你由新手變為烹飪高手，入得廚房，出得廳堂！現報讀 Cooking 101 課程，可免費帶同多一位親友一同上課。

* 此優惠提供一份所需之食材及共用一組用具與設備，二人同行將共享所完成之菜式。

Specially selected cooking courses from Chinese cuisine, international cuisine to bakery. Welcome to bring along a friend attending the class together for free.

* This offer requires sharing one portion of food ingredients, cook station and cookware.

費用 Course fee: \$550一課 per class

導師 Instructor: Sally 王曉宜 (粵/英 Bilingual)

鮮菌牛肝菌意大利飯

Mushrooms & Porcini Risotto

(CPIB0092-01)

星期三 10月14日 上午10:00 - 下午1:00
Wednesday 14 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 鮮菌牛肝菌意大利飯

Mushrooms & Porcini Risotto。

示範 Demo: 番茄甘筍忌廉湯

Tomato & Carrot Cream Soup。

香辣粟米件

Chili & Corn Hushpuppies。

法式白酒燴雞

Coq Au Vin Blanc

(CPIB0093-01)

星期三 10月28日 上午10:00 - 下午1:00
Wednesday 28 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 白酒燴雞 Coq Au Vin Blanc。

示範 Demo: 焗芝士香草梳芙厘薯蓉

Baked Cheese & Herb Soufflé Potato,

法式大蔥薯仔湯 French Vichyssoise。



費用 Course Fee: \$2,800(共五課 For 5 lessons)
(CPSP0198-01)

或 or \$580一課 per class

導師 Instructor: Sally 王曉宜 (粵/英 Bilingual)

日常小確幸

Cozy Date Dinners

為另一半用心製作簡易晚餐，不就是最幸福的日常嗎？

(CPWC0426-01)

星期二 10月6日 晚上7:00 - 10:00
Tuesday 6 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 日式吉列豬扒咖喱烏冬

Japanese Katsu Curry Udon。

示範 Demo: 韓式海鮮泡菜煎餅

Korean Seafood & Kimchi Pancake。

越式牙車快雞絲沙律

Vietnamese Chicken Salad。

幸福的一種

Heart-warming Noodles & Pasta

時刻都想與您見一面，就由一碗暖烘烘的麵條記下這份心情。

(CPWC0427-01)

星期二 10月13日 晚上7:00 - 9:30
Tuesday 13 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 海膽元貝燴意粉

Uni Sauce Spaghetti with Scallop。

示範 Demo: 泰式蝦仁炒河 Phad Thai，

日式叉燒拉麵

Japanese Ramen with Chashu。

親愛的紀念日

Romantic Occasions

愛侶的生日或我倆的特別紀念日，當然要精心炮製一頓大餐！

(CPWC0428-01)

星期二 10月20日 晚上7:00 - 9:30
Tuesday 20 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 零失敗煎牛扒，日式香蒜汁

Fail-proof Pan-fried Beef Steak with

Japanese Garlic Sauce。

香草芝士焗扇形薯仔

Baked Herb & Cheese Potato Fan。

示範 Demo: 柑橘醃漬三文魚，香草酸忌廉，柑橘沙律

Citrus Marinated Salmon,

Herb Crème Fraiche & Citrus Salad。

甜蜜南瓜忌廉湯

Cream of Pumpkin Soup。

浪漫早餐**Breakfast in Bed**

早上一張眼便看到另一半為自己預備的精緻早點，甜蜜的一天由此開始。

(CPWC0429-01)

星期二 10月27日 晚上7:00 - 9:30

Tuesday 27 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 完美早晨庵列

The Perfect Breakfast Omelet ·

藍莓克戟 Blueberry Hotcakes ·

示範 Demo: 滑滑炒蛋，太陽煎蛋

Scrambled Eggs & Fried Eggs ·

法式西多士

French Toast with Mixed Berries ·

見家長**Meeting the Parents**

與對方父母初見面，必須努力留下良好印象！

(CPWC0430-01)

星期二 11月3日 晚上7:00 - 9:30

Tuesday 3 Nov 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 法式芝士釀雞胸 · 野菌忌廉汁
Stuffed Chicken Breast with Cheese &
Wild Mushrooms Cream Sauce ·

示範 Demo: 海鮮大燴伴蒜茸包

Fisherman's Stew with Garlic Bread ·

火焰雪山 Baked Alaska ·



Margaret Fu

Margaret 曾於加拿大及意大利修讀專業廚藝，及後遠赴意大利多間米芝蓮星級餐廳工作，回港後於著名的高級意大利餐廳 Gaia Ristorante 任職廚師。在她的奄尖廚房你會找到非一般的口味，全因堅持奄尖態度，嚴選食材，精心研製，堅持做好每一道菜。

Margaret underwent professional culinary training in Canada and Italy. She worked in several Michelin-Starred restaurants in Italy. After returning to Hong Kong, she worked as a chef in Gaia Ristorante, a celebrated Italian restaurant. In her Picky Gourmet, you will find gorgeous flavours as she insists in using the best ingredients and methods to cook every dishes.

導師 Instructor: Margaret 傅季馨 (粵/英 Bilingual)

紅汁白汁

西菜烹調中醬汁地位非常重要！學會不同醬汁做法，便可輕鬆創作不同菜式！

費用 Course fee:

- 網上直播教學 Online Live Demo \$280

(COWC0008-03)

- 網上直播教學+實習食材專遞

Online Live Demo + Practical Dish Delivery \$580

(COWC0008-04)

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260

10月8-21日適用 Available on 8-21 Oct

(COWC0008-05)

- 網上錄影教學+實習食材專遞

Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$580

10月8-21日適用 Available on 8-21 Oct

(COWC0008-06)

網上直播教學 Online Live Demo

(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期三 10月7日 下午2:30 - 4:00

Wednesday 7 Oct 2:30 - 4:00 p.m.

實習 Practice: 經典番茄醬 Classic Tomato Sauce ·

白汁 Béchamel Sauce ·

芝士茄醬焗雞胸

Mozzarella Chicken Breast in Tomato

Sauce ·

白汁海鮮焗飯

Seafood in Béchamel Sauce with Rice ·

網上錄影教學 Online Video Demo:

10月8-21 日期間接受報名，按報名日期起計觀看14日。

Available from 8-21 Oct with viewing for 14 days upon enrolment.

原汁原味鮑魚雞煲飯·柚子味噌醬蔬菜

Abalone & Chicken Pot Rice

費用 Course Fee: \$680 (CPWC0397-01)

星期六 10月10日 上午10:00 - 下午1:00

Saturday 10 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 原汁原味鮑魚雞煲飯

Abalone & Chicken Pot Rice

柚子味噌醬蔬菜

Yuzu Miso Pickled Vegetables

示範 Demo: 慢煮醉鵝肝

Slow Cooked Drunken Foie Gras



法式芝士焗龍蝦

Lobster Thermidor

費用 Course Fee: \$680 (CPWC0136-01)

星期五 10月23日 下午2:00 - 5:00

Friday 23 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 法式芝士焗龍蝦 Lobster Thermidor

法式幼滑芝士忌廉汁

Cheese Veloute Sauce

示範 Demo: 法式幼滑薯蓉

Velvety Mashed Potato

正宗龍蝦湯 Lobster Bisque



芝士肉醬焗千層麵

Lasagna al Forno

費用 Course Fee: \$650 (CPWC0425-01)

星期四 10月22日 晚上7:00 - 10:00

Thursday 22 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 肉醬千層麵 Lasagna Bolognese

自製麵皮 Fresh Pasta Sheets

自製白汁 Béchamel Sauce

示範 Demo: 意式肉醬 Meat Ragu Bolognese



韓式雞肉漢堡

KFC Slider Buns

超軟熟軟餐包·加埋秘製韓式炸雞件及秘製汁·好食到難以形容!

Very nice soft buns pairing up with the slightly spicy Korean Fried Chicken, it's a combination to die for!

費用 Course Fee: \$620 (CPBP1096-01)

星期五 10月30日 下午2:00 - 5:00

Friday 30 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 自製美式軟餐包 Slider Buns

秘製韓式炸雞件

Korean Fried Chicken Pieces

示範 Demo: 韓式KFC汁 KFC Sauce

快速泡菜沙律 Kimchi Coleslaw

煎牛扒要知的二三事

All You Need to Know About Cooking Steaks

費用 Course fee:

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260 (COWC0003-05)
- 網上錄影教學+實習食材專遞 Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$580 (COWC0003-06)

內容 About the class:

- 牛扒分類 different cuts of steak
- 如何挑選靚牛扒 choosing quality steaks
- 煎牛扒專業秘訣 professional tips on pan-frying steaks
- 慢煮牛扒 sous-vide steaks

實習 Practice: 慢煮牛腹扒伴鯷魚醬

Sous-vide Flank Steak with Anchovy Sauce
煎牛肩扒伴焦糖烤蒜
Pan-fried Flat Iron Steak with Roasted Garlic
煎肉眼扒伴香草牛油
Pan-fried Rib-eye Steak with Café de Paris Butter

* 每件牛扒重約160克

* Each steak is portioned at around 160 grams

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in 3-5 days upon enrolment



梳芙厘要知的二三事

All You Need to Know About Making Soufflé

費用 Course fee:

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260 (COWC0006-05)
- 網上錄影教學+實習食材專遞 Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$500 (COWC0006-06)

內容 About the class:

- 破解梳芙厘之謎 how to make a soufflé successfully
- 焗盅準備的重要性 importance of preparing the baking molds
- 拂打蛋白技巧 how to beat the egg whites to the right degree of stiffness
- 吉士醬烹調 cooking custard

實習 Practice: 櫻桃梳芙厘 Cherry Soufflé · 菠菜格魯耶爾芝士梳芙厘 Gruyere & Spinach Soufflé

* 按報名日期起計觀看14日

Available for viewing for 14 days upon enrolment

* 食材將於報名後3-5日內送抵府上

Food ingredients will be delivered to your home in 3-5 days upon enrolment



Practical



Sally Wong

視覺藝術廚房 WHY Kitchen

從事高級時裝視覺陳列的Sally，對美學自有一份熱愛和執著。微小如尋常生活細節都會套上專業設計師的眼光，為每一小節注入藝術設計元素，力求盡善盡美。擁有著獨到的創作藝術眼光，加上藍帶烹飪學院專業廚藝的浸淫，Sally正致力將她生命中的兩大喜好結合起來，拼出燦爛火花，鑽研好看又好吃的藝術美食 Assiette!

導師 Instructor: Sally 王曉宜 (粵/英 Bilingual)

和風萬能Key - 鹽漬檸檬 Versatile Seasoning - Salted Lemon

日式鹽漬檸檬調味料，輕鬆自己做!

費用 Course Fee: \$600 (CPAC0236-01)

星期四 10月8日 下午2:00 - 5:00

Thursday 8 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 自製萬能鹽漬檸檬調味料

Home-made Versatile Salted Lemon Seasoning

清新BBQ風味 - 惹味檸檬醬烤豬肋排
BBQ Lemon Marinated Pork Ribs

示範 Demo:

和洋風油漬檸檬三文魚佐蔬菜

Salmon Gravlax with Lemon & Vegetables

鹽漬檸檬飯糰波波

Salted Lemon Onigiri



味覺去旅行 - 意式家常料理

Travel with Your Taste Buds -

Casa Italia Home Meals

雖然暫時未能出門旅遊，但味覺仍可遠征外地，享受地道美食。

今次齊齊去 - 意大利品嚐地道家常菜!

Let's travel around the world with our taste buds!

This stop: authentic home cooking of Italy!

費用 Course Fee: \$620 (CPWC0431-01)

星期六 10月17日 上午10:00 - 下午1:00

Saturday 17 Oct 10:00 a.m. - 1:00 p.m.

實習 Practice: 正宗卡邦尼意粉

Spaghetti Carbonara

家庭式濃郁番茄燴雞

Pollo al Pomodoro - Braised Chicken with Tomatoes

示範 Demo:

波隆納玉米粉蘋果蛋糕

Torta di Mela - Apple & Polenta Cake



和風四季料理 X <海街日記> 電影餐桌

看一場電影，煮一桌佳餚。

Sally 這次教授日式料理之餘，更想藉此機會與大家分享她鍾情的日系導演，是枝裕和的電影《海街日記》。透過電影裡串連「四姊妹」角色的特色水果「梅子」，教大家煮出三道溢滿電影風味及季節風情的和風菜色，與大家來一場味覺與視覺的豐富分享。

(粵)

費用: \$600 (CPAC0237-01)

* 歡迎與一位朋友共享明火入廚樂!

(二人同組，共同烹製一份材料)

星期五 10月23日 晚上7:00 - 10:00

實習: 高湯鮑魚配梅子泥，梅子紫蘇炒豬肉配湯烏冬。

示範: 昆布梅漬蔬菜。



Joanne Poon

Joanne畢業於加拿大英屬哥倫比亞大學家政及營養系，擁有多年教授烹飪經驗及專業烘焙資歷。不定期為報刊撰寫食譜，同時為多個飲食集團擔任產品研發及配方改良之工作。

導師: Joanne 潘行莊 (粵)

香脆雞腿漢堡

費用: \$620 (CPWC0422-01)

星期六 10月3日 下午2:00 - 5:00

實習: 香脆炸雞腿, 芝麻餐包, 自製他他醬。

示範: 芝士焗薯皮, 炸洋葱花球, 士多啤梨香蕉芒果乳酪奶昔Smoothies。

歐陸式早餐

費用: \$600 (CPWC0423-01)

星期日 10月4日 下午2:00 - 5:00

實習: 西西里無花果早餐紐繩包, 草莓合桃金寶美式鬆餅。

示範: 早餐營養麥麵包Muesli Bread, 杯酒提子檳, 法式牛奶咖啡 Cafe au Lait。



阿根廷風味斧頭牛扒餐

費用: \$720 (CPWC0399-01)

星期五 10月9日 晚上7:00 - 10:00

實習: 阿根廷風味斧頭Tomahawk牛扒, Chimichurri 牛扒醬。

示範: 芝士焗Nachos 玉米片, 水牛城雞翼 Buffalo Winigs, 芒果薄荷茼蒿菜 Mango Mint Julep。



全美式早餐

費用: \$620 (CPWC0424-01)

星期日 10月18日 下午2:00 - 5:00

實習: 自製直布羅陀Chipolata腸, 健康多穀包。

示範: 法式香草奄列, 脆薯餅, 自家製煙肉, 愛爾蘭麥皮粥。



臺式滷水 3.0

費用: \$650 (CPAC0235-01)

星期五 10月30日 晚上7:00 - 10:00

實習: 咖哩滷雞轉彎及白蘿蔔(咖哩滷汁), 麵醬冰糖滷豬肉(麵醬冰糖滷汁)。

示範: 茶香滷牛腱(茶香滷水), 臺南東山滷鴨掌(東山滷水)。

Practical

臺灣兩大元祖牛肉麵

費用:

- 網上直播教學 \$280 (COAC0005-03)
- 網上直播教學+實習食材專遞 \$600 (COAC0005-04)
- 網上錄影教學 \$260 (COAC0005-05)
10月12-25日適用
- 網上錄影教學+實習食材專遞 \$600 (COAC0005-06)
10月12-25日適用

網上直播教學(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期日 10月11日 下午2:30 - 3:30

實習: 紅燒牛肉麵, 清燉牛肉麵, 自製白麵條。

網上錄影教學:

10月12-25日期間接受報名, 按報名日期起計觀看14日。



糖水舖糖水創業配方

費用:

- 網上直播教學 \$450 (COAC0006-03)
- 網上直播教學+*食材專遞 \$550 (COAC0006-04)
- 網上錄影教學 \$450 (COAC0006-05)
10月26日-11月8日適用
- 網上錄影教學+*食材專遞 \$550 (COAC0006-06)
10月26日-11月8日適用

網上直播教學(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期日 10月25日 下午2:30 - 4:00

示範: 陳皮紅豆沙, 蛋白杏仁茶, 清心丸綠豆爽*, 自製清心丸*, 桑寄生蛋茶*, 紅棗蓮子燉桃膠*, 椰香紫米露。

網上錄影教學:

10月26日-11月8日期間接受報名, 按報名日期起計觀看14日。



John Rocha

**鹹蝦燻品味之旅
Macanese Heritage Home Cooking**

John Rocha是一名中葡混血兒, 從孀嫗和媽媽的身上學了很多快將失傳的澳葡家庭料理。John對每一道菜式都會做一些研究和資料搜集, 在授課時跟各位學員分享菜色的起源及演變, 旨在為各位帶來烹煮之樂。

John Rocha is a Chinese-Portuguese Eurasian. He has inherited a lot of Macanese heritage cooking recipes and techniques from his beloved Avo (Grandma in Portuguese) and mom. John will share with participants the history and changes related to the recipe. Macanese cuisine

葡國菜變化多端, 菜式在香港也可以做到。中葡混血導師John Rocha 對葡國菜和澳葡菜富有經驗, 他將為各位介紹6款深受葡國人歡迎的家庭料理菜式, 包括鮮為人認識的馬葡 (Kristang) 料理。葡國菜全面煮系列將為各位深入淺出介紹葡國飲食文化。

導師 Instructor: John Rocha (粵/英 Bilingual)

葡國飲食文化之宴客菜2

Come Dine with Me 2

葡國人喜歡嗜味, 透過食物拉近人與人之間的距離。熱情的葡國人更喜歡在家裡宴請朋友或親友, 盡享味道帶給我們快樂的感覺!

費用 Course fee: \$ 780 (CPWC0420-01)

星期二 10月13日 下午2:00 - 5:00

Tuesday 13 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 葡式慢煮斧頭扒

Portuguese Style Sous Vide

Tomahawk Steak

鯉魚柚子牛油帶子意粉

Rocha-style Scallops Pasta

示範 Demo:

蜂蜜胡椒烤鴨胸

Grilled Duck Breast with

Honey-pepper Glaze



葡國飲食文化之宴客菜3

Come Dine with Me 3

同學將學習親自熬製傳統海鮮湯底，再做出美味菜式!

費用 Course fee: \$ 680 (CPWC0421-01)

星期一 10月19日 晚上7:00 - 10:00

Monday 19 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 葡式海鮮湯底 Alentejo Seafood Broth +
葡式燴海鮮配薯蓉

Creamy Seafood with Mashed Potatoes ◦

示範 Demo: 傳統蝦角 Shrimp Rissoles ◦

* 請自備2公升液體容器以盛載湯底。

Please bring a 2 litre container for the broth.



鹹蝦燻咖哩炒蟹、西洋炒米粉

Rocha Macanese Curry Crab

費用 Course fee: \$ 680 (CPWC0405-01)

星期六 10月31日 下午2:00 - 5:00

Saturday 31 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 咖哩炒蟹 Macanese Curry Crabs +
西洋炒米粉

Macanese Fried Vermicelli ◦

示範 Demo: 西洋會所洋蔥湯

Club Lusitano Onion Soup ◦



無雞不歡 - 嫻嫻葡國雞、砵酒燉雞

Chicken Addicts

原來在葡萄牙想吃葡國雞是妙想天開的事情，因為葡國雞是澳葡菜，源自葡萄牙經典家庭料理砵酒燉雞。而澳葡菜每道菜式都不同，每個家庭的作法不一，這「嫻嫻葡國雞」是John Sir 家傳秘方，已經有超過100年歷史!

費用 Course Fee:

- 網上直播教學 Online Live Demo \$280

(COWC0007-03)

- 網上直播教學+實習食材專遞

Online Live Demo + Practical Dish Delivery \$550

(COWC0007-04)

- 網上錄影教學 Online Video Demo \$260

10月30日-11月12日適用 Available on 30 Oct - 12 Nov

(COWC0007-05)

- 網上錄影教學+實習食材專遞

Online Video Demo + Practical Dish Delivery \$550

10月30日-11月12日適用 Available on 30 Oct - 12 Nov

(COWC0007-06)

網上直播教學 Online Live Demo

(可即場提問及隨後觀看影片14日):

星期四 10月29日 下午2:30 - 3:30

Thursday 29 Oct 2:30 - 3:30 p.m.

實習 Practice: 嫻嫻葡國雞 Avô Chicken

(半隻雞 ½ chicken) ◦

砵酒燉雞

Old Fashioned Stewed Chicken in Port
Wine (半隻雞 ½ chicken) ◦

網上錄影教學 Online Video Demo:

10月30日-11月12日期間接受報名，按報名日期起計觀看14日。

Available from 30 Oct to 12 Nov with viewing for 14 days upon enrolment.



Practical



Andy Dark

烹飪全世界 Taste Around The World

不少人也喜歡旅行，因為親身接觸異地的風土人情，確實是能令人擴闊眼界的賞心樂事。

遊歷多國的烹飪導師Andy Dark，將以他在不同地方所學習到的好味道和飲食文化，再添上無窮的創意，為各位帶來別具一格的美味菜式。

Many people love traveling, as there is no better way to learn more about another city than being there yourself. Chef Andy Dark is a frequent traveler, and he is passionate to find out about other countries' cuisines and food cultures. With his knowledge and creativity, Chef Andy will share numerous interesting and delicious dishes to all of you!

導師 Instructor: Andy Dark (粵/英 Bilingual)

魚之烹調 · 香煎石斑配奶香椰菜花蓉 · 周打魚湯 Cooking Fish

費用 Course Fee: \$620 (CPWC0419-01)

星期三 10月7日 下午2:00 - 5:00

Wednesday 7 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 香煎石斑配奶香椰菜花蓉

Pan-seared Grouper with

Silky Cauliflower Puree

周打魚湯 Fish Chowder

示範 Demo: 薑汁檸檬砂冰 Ginger Lemon Granita

西班牙餡餅 · 素菜千層麵 Empanada

費用 Course Fee: \$600 (CPWC0418-01)

星期一 10月12日 晚上7:00 - 10:00

Monday 12 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 西班牙餡餅 Empanada

素菜千層麵 Vegetarian Lasagna

示範 Demo: 西班牙蜜瓜牛奶糖水配炸肉桂麵包
Spanish Melon Milk Sweet Soup with
Deep-fried Cinnamon Bread

法式燉雞 · 紅菜頭羊奶芝士沙律 French Chicken Casserole

費用 Course fee: \$650 (CPWC0417-01)

星期三 10月28日 晚上7:00 - 10:00

Wednesday 28 Oct 7:00 - 10:00 p.m.

實習 Practice: 法式燉雞

French Chicken Casserole

紅菜頭羊奶芝士沙律

Beetroot & Goat Cheese Salad

示範 Demo: 咖啡焦糖燉蛋

Espresso Crème Brulee

同材異煮

COLLAGE COOKING

機緣際遇下，Andy Dark與John Rocha兩位愛飲愛食之人透過食物結為好友，還在社交平台上聯手拍攝「同遊異輯」系列影片，致力推廣各地飲食文化。最近他們還把這份熱情和合作元素帶來煤氣烹飪中心，以兩樣主要食材，分別做出不同風格和背景的菜式，務求為大家展示食物無限的可能性。

導師: Andy Dark & John Rocha (粵)

費用: \$380 (CDWC0410-02)

星期四 10月22日 晚上7:00 - 9:00

示範: 三文魚慕絲 Salmon Mousse (by Andy)

印葡式香辣魚 Fish Molly (by John)

忌廉焗薯批 Creamy Potato Gratin (by Andy)

泰式炒肉末配鬆脆薯絲

Thai-style Spicy Minced Meat with

Crispy Potato Shreds (by John)



親子活動 Parents & Kids



Scarlett

逆境智慧大提升! 廚藝治療證書課程

受疫情影響·孩子的壓力指數上升近40%·父母與孩子都被壓得透不過氣來!

齊以烹飪+營養學+心理學+正念智慧提升『可持續戰鬥力』·讓小朋友可以走更遠的路!

家長講座導師: Scarlett蔡綺文小姐 (粵)

- 心理輔導學家
- 大學客席講師
- 國際積極心理學會首席導師
- [6A 品格教育TM] 認證講師
- 親子雜誌/信報專欄作家
- 國家高級心理諮詢

烹飪習作導師: Sally 王曉宜 (粵)

『廚藝治療證書課程』的優點

- (1). 強化親子溝通和互動
- (2). 學習人際社交的技巧
- (3). 提高健康和營養知識
- (4). 增進表達與溝通技巧
- (5). 舒緩壓力及時間管理
- (6). 增強專注力和自律感
- (7). 改善情緒及舒緩壓力
- (8). 通過五感增進大腦運作

費用: \$2,400 (共4課) (CPSP0257-01) 或 \$650一課
(歡迎一位家長與一位5-12歲小朋友共同參加)

課程內容:

4x3小時課程~專為父母和孩子度身訂做·整個過程由親子專家觀察和交流。

第一課

(CPSP0253-01)

日期: 10月18日, 星期日, 上午10:00 - 下午1:00

烹飪環節: <輕鬆舒壓·有營烘焙樂>

烘烤健康燕麥條 + 小禮物設計

孩子情緒面面觀:

1. 父母處理情緒十忌
2. 情緒教練四大原則
3. 六秒快速冷靜技巧



第二課

(CPSP0254-01)

日期: 10月25日, 星期日, 上午10:00 - 下午1:00

烹飪環節: <提高專注·美食小手作>

台式手工地瓜圓 + 心意包裝

提升學習專注力:

1. 找出孩子專心的風格
2. 專注力低的可能原因
3. 提高專注力六大要點



Practical

第三課

(CPSP0255-01)

日期：11月8日, 星期日, 上午10:00 - 下午1:00

烹飪環節：<訓練五感·給父母的心意>
和風粟米豬肉煎餃子 + 感恩咕

「正念/靜觀」親子教養：

1. 「正念/靜觀」的科學研究與效用
2. 「正念/靜觀」身體掃描法及練習
3. 「正念/靜觀」善意親子溝通技巧



第四課

(CPSP0256-01)

日期：11月15日, 星期日, 上午10:00 - 下午1:00

烹飪環節：<顏色繽紛·創意小吃>
薄餅式脆脆多士 + 開心分享即影照片

心靈防疫逆境智慧：

1. 了解壓力來源及高效抗疫技巧
2. 提升逆境智能 LEAD 出好方法
3. 學習「健腦操」提升身心健康



程廚房

導師：Cherol 李逸程 (粵)

費用：每課\$520一組

(一位成年學員+一位6-12歲小朋友)

* 請自備兩個600毫升便當盒

角落小夥伴蛋包飯便當

(CPKP0540-01)

星期日 10月25日 下午2:00 - 4:30

實習：蛋包飯·粟米吞拿魚可樂餅·豆沙果子·
角落小夥伴造型。



角落小夥伴 - 炸蝦尾角式便當

(CPKP0541-01)

星期日 11月8日 下午2:00 - 4:30

實習：角落小夥伴 - 炸蝦尾角式便當
豚肉球·炸竹輪卷·拿破崙意粉·
角落小夥伴造型。



私房甜品精選 Dessert & Pastry



Teresa Chiu

Teresa Festival.

Fresh & Delicious Homemade Baking

導師: Teresa 趙善恩 (粵)

Teresa Festival 創辦及主理人 -

從事廣告設計及創作的她，從小熱愛烹飪，當首次接觸做甜品，對糕餅蛋糕產生濃厚興趣，為實踐夢想，要把興趣作為職業，承受家人反對，於2000年創辦Teresa Festival，經營自家特色蛋糕及曲奇，堅持使用上等食材，用心去做，多年來不斷研究及創作。

於創業路途上，遇過不少高低起伏，甜酸苦辣，但從不想過放棄，逆難而上，依然堅持理念及毅力，要將幸福的味道及美感集一身，因此一直獲各方人客支持。

擁有20年做餅經驗的Teresa，希望透過跟學員交流，分享她的心得，把幸福的味道宣揚開去。

焗芝士龍蝦批

費用: \$680 (CPBP1251-01)

星期五 10月16日 晚上7:00 - 10:00

實習: 焗芝士龍蝦批、自製批皮，芝士龍蝦餡。

示範: 龍蝦忌廉意大利飯、黑加侖子奶凍。

週日輕盈健康午餐: 高纖多穀物麥包

費用: \$600 (CPBP1252-01)

星期五 10月30日 下午2:00 - 5:00

實習: 高纖多穀物麥包。

示範: 牛油果蘑菇焗蛋、芥末乳酪椰菜沙律、芝士番茄烤麥包。



Jodie Au

Miss Jodie 烘焙天地 Miss Jodie's Bakery

Jodie在溫哥華的太平洋廚藝學院以“最佳學生獎”的獎項榮譽畢業。她設計了多款美味而健康甜點食譜，包括無糖的、低脂的、無奶的、無麩質的、純素的，以便不同人士在追求健康之餘，也可一嚐零負擔的糕點美味。

Jodie graduated from the Pacific Institute of Culinary Arts, Vancouver BC, awarded the “Best Student Award”. She designs various low-sugar, non-dairy, gluten-free and vegan desserts for health conscious group to enjoy guilt-free desserts.

導師 Instructor: Jodie 區詠珊 (粵/英 Bilingual)

雙色南瓜芝士麵包·椰絲紐紋包 Two Colored Pumpkin Bread · Coconut Filling Bread

利用天然材料顏色及造型做出吸引又好味的健康麵包!

費用 Course Fee: \$580 (CPBP1245-01)

星期五 10月9日 下午2:00 - 5:00

Friday 9 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 南瓜麵團 Pumpkin Bread Dough · 原味麵團 Plain Bread Dough · 南瓜忌廉芝士餡 Pumpkin Cream Cheese Filling · 椰蓉牛油餡 Coconut Butter Filling。



Practical



熟成香梨檸檬蛋糕、香梨焦糖燒牛奶

Pear & Lemon Butter Cake

Pear Crème Brûlée Cake

秋天是梨大量上市的季節! 梨除了可以做蛋糕之外, 還可以做成人氣甜點呢!

費用 Course Fee: \$620 (CPBP1246-01)

星期五 10月23日 下午2:00 - 5:00

Friday 23 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 熟成香梨檸檬蛋糕

Lemon Butter Cake with Pear

香梨焦糖燒牛奶

Pear Crème Brûlée Cake

示範 Demo: 雲呢拿燉香梨

Poached Pear with Vanilla



甜嗰兒烘焙 La Chat Doux

Candy自十多年前起便對烘焙產生濃厚興趣, 多年來不斷學習鑽研各種中西式糕點, 磨練真功夫! 近年她更為這項過人手藝跨出勇敢一大步, 全心投入發展, 開設了“甜嗰兒烘焙教室”, 堅持使用優質材料, 並以深入淺出的教學方法教授糕點製作, 甚得學生們的愛戴。Candy更於早前修畢及榮獲“法國Disciples Escoffier糕餅藝術文憑”, 以及考獲由韓國政府認可的“Korea Cake Design Association奶油霜裱花導師證照”。

導師: Candy 何思曉 (粵)

日式香蕉果仁蛋糕

以日式手法製作與別不同的香蕉蛋糕, 技巧及口感都與平常的香蕉蛋糕不一樣, 效果鬆軟濕潤, 配上果仁, 早餐及下午茶都非常適合的健康之選!

費用: \$600 (CPBP1238-01)

星期一 10月5日

晚上7:00 - 10:00

實習: 日式香蕉果仁蛋糕。



香滑栗子海綿忌廉蛋糕

秋天來臨, 又是享用栗子的季節。栗子忌廉, 栗子茸啣花, 糖漬栗子粒裝飾, 裡裡外外都充滿栗子香的誘人蛋糕!

費用: \$600 (CPBP1239-01)

星期一 10月19日 晚上7:00 - 10:00

實習: 海綿蛋糕製作, 蛋糕裱忌廉技巧,

栗子茸啣花及裝飾。

示範: 栗子忌廉打發。



蝴蝶形蝴蝶酥

10月微涼天氣最適宜學習及享受親手製作千層酥皮的樂趣! Candy會由零開始教大家製作無添加純牛油麵團, 一步步變成鬆酥誘人的千層酥皮。然後再教授蝴蝶造形的蝴蝶酥, 既好味又吸睛!

費用: \$600 (CPBP1240-01)

星期四 10月29日 下午1:30 - 5:00

實習: 自製千層酥皮, 蝴蝶形蝴蝶酥。





Cinderella Yu

Cinderella 健康工房 Cinderella's Health Kitchen

Cinderella熱愛烹飪，尤其是中西麵包甜點。她下了不少苦功鑽研和嚴選食材，堅持只用天然材料，製作多款我們熟悉的地道美食，以求保留該款美食的獨特風味。

導師：Cinderella 邱笑玲 (粵/英 Bilingual)

三重芝士薯茸包、鬆軟希臘乳酪包 Soft Bun with Triple Cheese & Mashed Potato

費用 Course Fee: \$550 (CPBP1244-01)

星期六 10月17日 下午2:00 - 5:00

Saturday 17 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 鬆軟希臘乳酪包

Soft Bun with Greek Yoghurt

三重芝士薯茸包

Soft Bun with Triple Cheese & Mashed Potato



爆漿芝士奶蓋軟蛋糕

Chiffon Cake with Lava Cheese Custard

費用 Course Fee: \$600 (CPBP1242-01)

星期一 10月19日 下午2:00 - 5:00

Monday 19 Oct 2:00 - 5:00 p.m.

實習 Practice: 爆漿芝士奶蓋軟蛋糕

Chiffon Cake with Lava Cheese Custard

示範 Demo: 斑馬紋蛋糕 Zebra Pattern Cake



Maggie Lam

衆糖匠坊 Grazie Cakes & Sugarcraft Studio

Maggie Lam是名資深的翻糖藝術蛋糕和甜點老師。曾開辦文善館餐廳 (Bistro Culture Shock)，並在英國 Cake International、新加坡 (FHA) 及香港，榮獲多個蛋糕或甜點大賽的獎項。Maggie性格風趣幽默，曾於 Blossom Cakes 擔任 PME 英國證書課程，可說是桃李滿門。

導師：Maggie Lam (粵)

台式蔥油餅、蔥花卷

香口鬆脆富層次感的台式蔥油餅，最緊要新鮮熱辣享用啊!

費用: \$550 (CPAC0229-01)

星期六 10月17日 下午2:00 - 5:00

實習：蔥油餅，蔥花卷。



合桃夏威夷果仁南棗糕

費用: \$680 (CPDE0125-01)

星期六 10月24日 下午2:00 - 5:00

實習：合桃夏威夷果仁南棗糕。

* 包裝紙及禮物袋由煤氣烹飪中心提供



Le Gout 法式甜點工作坊

Carol 2009年於法國首屈一指的“École LENÔTRE雷諾特廚藝學院”修畢“Certificate of Master Class”證書課程，回港後憑著她的所學所長及對法式糕點的狂熱，於港島大坑開設了le goût 法式甜品專門店。

le goût自開業以來出品備受好評，是一眾甜點愛好者的朝聖地之一，當中由Carol改良創作的“西瓜蛋糕”更是令很多甜點達人沉醉了！

開業的8年內，Carol憑著她的雙手創造豐富藝術色彩的甜點，同時亦豐富了不少人生！

導師：Carol陳美恩 (粵)

西瓜蛋糕

費用: \$650 (CPBP1257-01)

星期六 10月10日 下午2:00 - 5:00

實習：西瓜蛋糕組成，海綿蛋糕，伏特加慕絲。

示範：西瓜啫喱製作。



杯子蛋糕花束

讓平凡的杯子蛋糕變成餐桌上的主角！

在杯子蛋糕加上一點心思和技巧，做成令人驚嘆的花束蛋糕，為家中的喜慶日子留下更深刻的印象！

費用: \$720 (已包括所需包裝物料) (CPBP1253-01)

星期四 10月15日 下午1:30 - 5:00

實習：杯子蛋糕(6個)。

馬斯卡彭奶酪忌廉製作及啣花技巧。

花束包裝組合。

示範：兩款啣花技巧。



家庭傭工訓練課程 Certificate Training Course for Housemaids

為滿足各位對美食、均衡飲食及健康的追求，煤氣烹飪中心特別舉辦「家庭傭工訓練初級證書課程」。

初級班課程包括五日實習訓練及一日綜合考試，內容主要是教導閣下的家傭：

- * 基本中菜烹調方法及變化
- * 如何選購及預備各類材料
- * 22款家常及宴客菜式
(包括老火湯、羹、甜品；蒸、炆、燉等多款菜式)
- * 個別即堂實習以上12款菜式，並可帶回家中品嚐
- * 烹調技巧和心得
- * 廚房衛生及安全等

With your demand for good food, plus a healthy and balance diet, Towngas Cooking Centre is organising an intensive Chinese Cooking Course for your housemaids.

This "6-week Elementary Chinese Cooking Course" includes 5 weeks of practical training and a round-up examination during the last week.

The course covers:

- * Basic Chinese cooking methods and their variations
- * Choosing and preparing different kinds of ingredients (meat, poultry, seafood, vegetables, soy products, etc.)
- * 22 popular family recipes (including soups and desserts; steamed, braised, double-boiled dishes, etc.)
- * Hands on preparation of 12 of the above dishes (individual practice; cooked dishes are to be brought home)
- * Cooking tips, suggestions and variations
- * Kitchen safety and hygiene

節數 Sessions: 6

日期 Date: 10月9, 16, 23, 30日及11月6日(逢星期五)
9, 16, 23, 30 Oct & 6 Nov (Friday)

考試日期 Examination Date:

11月13日 (星期五) 13 Nov (Friday)

時間 Time: 10:00 a.m. to 1:00 p.m.

費用 Course Fee: \$3,600 六課 for 6 classes (CPSP0005)

(包括材料、菜譜、圍裙及修業證書)

(Inclusive of all ingredients, recipes, apron, and a certificate will be awarded upon successful completion.)

課堂以粵語及英語教授

Classes will be conducted in Cantonese & English.

請自備膠盒盛載食物

Please bring your own containers for food packing.

優惠恕不適用

Coupons are not acceptable to this course.

Sep 九月 - Oct 十月

CAUSEWAY BAY COURSES 銅鑼灣課程

M - Morning 早上課程 **A** - Afternoon 下午課程 **E** - Evening 晚間課程

DATE 日期	PRACTICAL 實習		DEMO 示範	
28 MON 星期一	M A E		M A E	
29 TUE 星期二	M A E		M A E	
30 WED 星期三	M A E		M A E	
1 THU 星期四	M A E		M A E	
2 FRI 星期五	M A E		M A E	
3 SAT 星期六	M A E	香港雞腿漢堡	M A E	P.19
4 SUN 星期日	M A E	歐陸式早餐	M A E	P.19

DATE 日期	PRACTICAL 實習		DEMO 示範
5 MON 星期一	M	日式香蕉果仁蛋糕 P.26	M
	A		A
	E		E
6 TUE 星期二	M	中菜訓練證書課程 P.6 日常小確幸 Cozy Date Dinners P.14	M
	A		A
	E		E
7 WED 星期三	M	椒鹽蝦、梅子蒸排骨 Spicy Prawns P.7 紅汁白汁 魚之烹調-香煎石斑配奶香椰菜花卷、周打魚湯 Cooking Fish P.15 P.22	M
	A		A
	E		E
8 THU 星期四	M	難忘的味道：回味櫻角-櫻角骨、櫻角薑米炒飯、櫻角醬 Memorable Flavours - Spare ribs with Preserved Olives P.7 和風萬能Key-鹽漬檸檬 Versatile Seasoning - Salted Lemon P.18	M
	A		A
	E		E
9 FRI 星期五	M	初級家庭傭工訓練課程 Elementary Chinese Cooking Course for Housemaids P.28 雙色南瓜芝士麵包、壽絲紐紋包 P.25 阿根廷風味斧頭牛扒餐 P.19	M
	A		A
	E		E
10 SAT 星期六	M	原汁原味鮑魚雞煲飯、柚子味噌醬蔬菜 Abalone & Chicken Pot Rice P.16 西瓜蛋糕 P.28	M
	A		A
	E		E
11 SUN 星期日	M	臺灣兩大元祖牛肉麵 P.20	M
	A		A
	E		E



DATE 日期	PRACTICAL 實習		DEMO 示範
12 MON 星期一	M		M
	A	麻辣鴨血·糟溜魚片 P.13	A
	E	西班牙餡餅·素菜千層麵 Empanada P.22	E
13 TUE 星期二	M	中菜訓練證書課程 P.6	M
	A	瑤柱什菜飲·香芋臘味糯米包 P.12 葡國飲食文化之宴客菜2 Come Dine with Me 2 P.20	A
	E	幸福的一麵 Heart-warming Noodles & Pasta P.14	E
14 WED 星期三	M	鮮菌牛肝菌意大利飯 Mushrooms & Porcini Risotto P.14	M
	A	新派山東燒雞·山東奶奶菜肉餃子 P.10	A
	E		E
15 THU 星期四	M		M
	A	非洲雜配黃薯飯·椰糖椰奶西米凍 P.10 杯子蛋糕花束 P.28	A
	E		E
16 FRI 星期五	M	初級家庭傭工訓練課程 Elementary Chinese Cooking Course for Housemaids P.28	M
	A	香燒琵琶鴨·蒜香凍豬手 P.12	A
	E	扎蹄鴛鴦醬 P.10 焗芝士龍蝦批 P.25	E
17 SAT 星期六	M	味覺去旅行-意式家常料理 Travel with Your Taste Buds - Casa Italia Home Meals P.18	M
	A	三重芝士蓉茸包·鬆軟希臘乳酪包 P.27 Soft Bun with Triple Cheese & Mashed Potato P.27	A
	E	台式蔥油餅·蔥花卷	E
18 SUN 星期日	M	🍷 逆境智慧大提升！廚藝治療證書課程 - 第一課 P.23	M
	A	全美式早餐 P.19	A
	E		E

M - Morning 早上課程 **A** - Afternoon 下午課程 **E** - Evening 晚間課程

DATE 日期	PRACTICAL 實習		DEMO 示範
19 MON 星期一	M		M
	A	懷舊菜式：杭州蔥花肉、紙包雞 爆漿芝士奶蓋蛋糕 Chiffon Cake with Lava Cheese Custard	P.11 P.27
	E	葡國飲食文化之宴客菜3 Come Dine with Me 3 香滑栗子海綿忌廉蛋糕	P.21 P.26
20 TUE 星期二	M	中菜訓練證書課程	P.6
	A		
	E	南乳燒雞、雞絲海蜇 親愛的紀念日 Romantic Occasions	P.12 P.14
21 WED 星期三	M	咕嚕肉、乾燒伊麵 Sweet & Sweet & Sour Pork Loin	P.7
	A		
	E		
22 THU 星期四	M		M
	A	「正番」芋茸餡、香酥芋卷 煙燻乳鴿、海參肉碎粉綠煲	P.10 P.13
	E	芝士肉醬焗千層麵 Lasagna al Forno 同材異煮 Collage Cooking	P.16 P.22
23 FRI 星期五	M	初級家庭傭工訓練課程 Elementary Chinese Cooking Course for Housemaids	P.28
	A	法式芝士焗龍蝦 Lobster Thermidor 熟成香梨檸檬蛋糕、香梨焦糖燒牛奶	P.16 P.26
	E	Pear & Lemon Butter Cake、Pear Crème Brûlée Cake 上海人的最愛-青菜三吃 和風四季料理 x (海街日記) 電影餐桌	P.10 P.18
24 SAT 星期六	M	難忘的味道：當造芋頭、芋頭扣肉、香蔥芋片 Memorable Flavours - Braised Pork Belly with Taro	P.8 P.11
	A	Very「骨」- 香酥南乳骨、粵式黑醋骨 合桃夏威夷果仁南番糕	P.27
	E		
25 SUN 星期日	M	📌 逆境智慧大提升！廚藝治療證書課程 - 第二課	P.23
	A	📌 糖水鋪糖水創庫配方 角落小夥伴蛋包飯便當	P.20 P.24
	E		



DATE 日期	PRACTICAL 實習	DEMO 示範
26 MON 星期一		
27 TUE 星期二	<p>中菜訓練證書課程 P.6</p> <p>蟹籽鳳眼餃、紫薯焗西米布甸 P.12</p> <p>浪漫早午餐 Breakfast in Bed P.15</p>	
28 WED 星期三	<p>法式白酒燴雞 Coq Au Vin Blanc P.14</p> <p>甜酸脆腩肉、涼拌爽豬耳、自製山楂醬 P.12</p> <p>法式燉雞、紅菜頭羊奶芝士沙律 French Chicken Casserole P.22</p>	
29 THU 星期四	<p>布拉羅粉：叉燒腸、蝦米腸 P.11</p> <p>無煙不歡-焗焗葡國雞、啤酒焗雞 P.21</p> <p>蝴蝶形蝴蝶酥 P.26</p> <p>古早味蛋糕2.0 - 全新口味 Taiwanese Jiggly Sponge Cake 2.0 P.8</p>	
30 FRI 星期五	<p>初級家庭傭工訓練課程 Elementary Chinese Cooking Course for Housemaids P.28</p> <p>韓式雞肉漢堡 KFC Slider Buns P.16</p> <p>週日輕盈健康午餐：高纖多穀物麥包 P.25</p> <p>臺式滷水 3.0 P.19</p>	
31 SAT 星期六	<p>鹹蝦焗咖哩炒蟹、西洋炒米粉 Rocha Macanese Curry Crab P.21</p>	
1 SUN 星期日		



Towngas Kitchen

煤氣親子烹飪室

Towngas KIDchen is equipped with Mia Cucina cabinets with adjustable height levels, enhancing the pleasure of cooking together of adults and young kids. TGC built-in hobs are designed to be user-friendly. The venue can accommodate up to 10 pairs of parents and kids.

親子烹飪室配有Mia Cucina煮食廚櫃，可配合兒童身高調較升降，方便成人及小童使用TGC嵌入式煮食爐，場地最多可容納10對親子組合。



Unforgettable Experience

at the Brand New Towngas Cooking Centre

非凡體驗盡在全新煤氣烹飪中心

Multi-Functional Theatre

烹飪多功能活動室

Multi-functional theatre can accommodate individual classes of 40 students, designed for their learning from experienced instructors. With excellent acoustics combined with a theatre-style seating system, activities on the demonstration table are projected on the two large screens above the rostrum. 烹飪多功能活動室可讓40位學員跟專業的烹飪導師研習廚藝，除了理想的音效外，講壇兩旁的巨型電視更可播放示範桌上的動態。



Practical Room B

烹飪實習室 B

Towngas Cooking Centre has been expanded with the city's most eye-catching practical room with 16 independent work areas for the Disciples Escoffier programmes. Students can pursue the most reputable culinary diploma programmes, learn from the most respectable master teachers in the brand new culinary practical room!

煤氣烹飪中心特為Disciples Escoffier美饌烹飪課程全新打造了一個全城最矚目的烹飪課室，具備16個獨立學員工作區域，務求讓學生在最好的課室中，及最優秀的導師指導下，學習最專業的正宗法國廚藝！



Practical Room A

烹飪實習室 A

The practical classroom can accommodate up to 25 students, separable into two classrooms for 10 and 14 students respectively.

實習室空間極為寬廣，可容納25名學員，更分為兩間分別可容納10人及14人的教室。

We welcome any enquiry on room rental for cooking-related activities or party purposes
以上各教室歡迎任何烹飪活動或派對租用



PASTRIES & BAKERIES 糕餅甜點

PASTRIES & BAKERIES 糕餅甜點

FOOD THERAPY 食療

LAP MAN LAU
劉立文

資深烘焙導師劉立文投身烘焙甜品專業已有40餘年，工作經驗涉及中小型烘焙店、高級酒店以至包餅批發工場。基於劉老師的豐富經驗及專業知識，老師工作生涯後期都以培訓為主，為業界孕育了不少烘焙專業工匠。劉老師現以專業培訓為己任，他的悉心教授、嚴謹要求令參加學員獲益良多，大表對老師的讚賞及敬佩！

Chef Lau Lap Man, one of our senior baking instructors, has been working in the dessert baking industry for more than 40 years with the experience of working in small and medium-sized bakeries, premium hotels and wholesale baking factories. Thanks to his rich experience and expertise, Chef Lau is committed to cultivating a great number of bakery craftsmen for the industry late in his career. Chef Lau now has been dedicated himself on providing professional training. His students admired and respected Chef Lau because they have been greatly benefit from his passion in teaching and stringent high standards.

TERESA CHIU
趙善恩

過往從事廣告和創作的Teresa現為烘焙店Teresa Festival的創辦兼主理人。自小熱愛烹飪的她，首次接觸甜品製作就對糕餅產生了濃厚興趣。擁有20年製餅經驗的Teresa於2000年創辦Teresa Festival，經營自家特色蛋糕及曲奇。她堅持以上等食材用心做餅，將幸福的味道與美感合而為一。

Having developed an intense interest in bakery from a young age, Teresa has 20 years of experience in making delicious pastries. Formerly an advertising and creative industry professional, she is now the founder and Head Pastry Chef of Teresa Festival, a cake shop she established in 2000 that is dedicated to making exquisite cakes and homemade cookies. She strives to bake with love using only the finest ingredients, offering heavenly treats that look as great as they taste.

SILKY YIU

卡通造型糕餅導師Silky Yiu，自2016年起自學研製出各款卡通造型糕餅，更曾獲邀到外國開班授課。除了卡通饅頭之外，還有不同卡通造型的日式和菓子及湯圓作品。此外，Silky亦不斷創新，創作出一系列精巧別緻的日系美食。

Through continuous hard work over the years, pastry tutor Silky Yiu has taught herself to create an array of delicate cartoon-style pastries, and has been invited several times to teach overseas. Other than cartoon-themed steamed buns, she also makes Japanese wagashi and sticky rice dumplings. Silky always strives for innovation and keeps coming up with incredibly cute creations inspired by Japanese delicacies.

CINDERELLA YAU
邱笑玲

Cinderella 邱笑玲，人如其名，經常都是笑意盈盈。她熱愛烹飪，尤其是中西麵包甜點，以至我們熟悉的多款地道小食，她都嘗下了不少苦功鑽研，以求保留該款美食的獨特風味。

Cinderella always has a smile on her face for everyone, echoing her Chinese first name meaning "smiles". Cooking is her passion. Her favourite dishes are Chinese and Western pastries and desserts to which she is devoted - shown in the truly authentic taste of every delicacy she cooks.

CANDY HO
何思曉

身為法國Disciples Escoffier糕餅藝術文憑畢業生，Candy自小就對烘焙有濃厚興趣，至今擁有超過二十年製餅經驗。她經常到台灣和日本等地進修，力求不斷進步，希望呈現更多元化的美味糕餅，而且堅持選用優質食材，務求打造令人垂涎的精緻美點。她近年更榮獲韓國政府認可的奶油霜擠花導師證書，以及榮獲由日本Salonaise烘焙協會藝術果凍講師認證。

A graduate of Disciples Escoffier Diploma in Pastry, Candy is an enthusiastic baker with more than 20 years of experience in making different kinds of pastries and cakes. She also pays regular visits to Japan and Taiwan to develop her skills and expand the variety of desserts she creates. Using only the finest ingredients, she strives to make pastries that are both aesthetically pleasing and finger-licking delicious. Recently, she was awarded the Buttercream Flower instructor certification from the South Korean government, and the jelly art instructor certification from The Japan Salonaise Association.

CHEROL LI
李逸程

Cherol自小便對烹飪充滿興趣，尤其對於製作精美的立體蛋糕別具天份。她認為糕餅除了賣相之外，味道亦同樣重要，這份堅持獲得了很多客人的認同。近年還創立了自己的網上餅店，迅即紅遍網絡，成功透過糕餅把歡樂帶給更多人。

Cherol found her love for cooking when she was young. Her talent shines through the creation of 3D cakes. She gives her cakes both splendid looks and delicious tastes, the success of which has been endorsed by her satisfied customers. Her own online cake shop has come into being recently and quickly become one of the most talked-about online businesses in town.

MAVISE LO
盧思惠

嫁了日本夫君肥沼先生後，Mavise成為日本媳婦「肥太」和兩名孩子的母親。自小喜愛食，也喜歡烹飪，最愛與家人朋友交流料理心得。因關心家人健康生活，以及培養子女不偏食的良好習慣，Mavise堅持由孩子讀日本人幼稚園開始，每天做不同款式的午餐便當，自此愛上日本文化和料理。她的烹飪宗旨是用愛和優質食材做料理，希望家人食得開心又健康，又擅長創作健康美味的家庭小菜、造型精緻的兒童便當和各式甜品，期望將愛的煮意和朋友分享。

After being married to her Japanese husband, Mavise became a Japanese wife, nicknamed Mrs. Fat and a mother of two. She takes pleasure in eating, cooking and sharing her cooking experience with loved ones, family and friends. To ensure her family is living a healthy life and is not picky with food, she has been creating different bento boxes every day since her kids started school. "Love" is the purpose of cooking with quality ingredients. Mavise's strength is to cook delicious and healthy family dishes in cartoon character bento boxes and desserts to share "Cook for Love" with friends.

DR. MAK CHIU SHEUNG
麥超常博士

現職醫療機構中醫藥部總監，在多所大專院校任教中醫藥的麥超常博士，本身是註冊中醫和催眠治療師。他經常獲邀為社區組織，和各大公私營機構擔任講者，又透過電視台、電台和文字媒體推廣中醫藥。其所講所寫深入淺出，故深受學員、讀者和觀眾歡迎。

A registered Chinese medicine practitioner and hypnotherapist, Dr. Mak takes up the position of a Medical Director of a medical company. He teaches Chinese medicine in a number of community and tertiary institutions. Well sought-after to present on Chinese medicine, he has extensive presence in almost all media channels. He is capable of conveying difficult theories with easy-to-understand information, earning him great popularity in the community.





PAULINE WONG
黃倩霞

Pauline為煤氣烹飪中心課程總監，具30年教授烹飪經驗，曾出版多本著作，中西烹飪精髓融會貫通，特別對中式點心有研究及心得。近年更取得法Disciple Escoffier專業烹飪及糕餅藝術文憑。

Course Director of the Towngas Cooking Centre, Pauline has over 30 years of cooking experience. Her expertise in Chinese dim sum dishes has been published in several books. With qualifications in both Chinese and Western cuisine, Pauline is dedicated to teaching with her wealth of Chinese culinary knowledge. She recently was honored with the Disciples Escoffier Diploma in Culinary Arts and Pastry.

MARGARET FU
傅季馨

Margaret曾於加拿大接受專業廚藝訓練，及後遠赴意大利多間米芝蓮星級餐廳工作。回港後於有名的高級意大利餐廳任職廚師，更於煤氣烹飪中心與廚藝愛好者分享烹飪心得。

Margaret underwent professional culinary training in Canada, before moving to Italy and working in several Michelin-Starred restaurants. After returning to Hong Kong, she worked as a chef in a celebrated Italian restaurant. At the Towngas Cooking Centre, Margaret shares her insights with other culinary aficionados.

JODIE AU
區詠珊

Jodie畢業於溫哥華的太平洋廚藝學院(Pacific Institute of Culinary Arts)，並榮獲「最佳學生獎」的獎項榮譽畢業。畢業後取得由法國Ritz Paris Hotel頒發的烘焙藝術證書，又完成了法國糕餅藝術文憑課程及Wilton餅點裝飾(結婚蛋糕)課程。足跡遍及香港、加拿大及澳洲。Jodie現為煤氣烹飪中心教授糕餅製作及裝飾。

Jodie graduated from the Pacific Institute of Culinary Arts, Vancouver BC, and awarded the "Best Student Award". Later on she earned the Certificate in Pastry of Arts issued by the Ritz Paris Hotel. Her passion for cooking led her towards completing Disciples Escoffier Diploma in Pastry and the course on the wilton method of cake decoration (Wedding cake). Having set foot in Hong Kong, Canada and Australia, she now teaches baking, pastry and cake decoration.

SALLY WONG
王曉宜

從事時裝視覺陳列的Sally王曉宜，對美學自有一份熱愛和執著。微小如尋常生活細節都會套上專業設計師的眼光，為每一小節注入藝術設計元素，力求盡善盡美。美藝以外，Sally的另一passion就是美食。旅居泰國的日子除了全身投入法國專業廚藝學院的學習外，更是被泰國的多元化美食及新興現代藝術創作氛圍深深吸引，為她的設計靈感及味蕾享受帶來無限衝擊！

With a professional background in fashion visual merchandising, Sally Wong has always had a keen eye for aesthetics and good design. It is her meticulous attention to detail, along with her distinctive taste as a designer, that makes her a visionary who can turn even the most trivial day-to-day item into a work of art. Other than art and design, Sally also has a serious passion for high-quality food. During her stay in Thailand, where she studied at the professional French culinary training institute, she was deeply fascinated by the diverse cuisine and emerging contemporary art culture this country has to offer. Both of these have had a significant impact on her designs, as well as providing unforgettable thrills for her taste buds.

MARC TOUTAIN

法籍名廚Marc Toutain是結合卓越與不凡廚藝的大師級人馬，曾與米芝蓮三星名廚Jean Schillinger共事，被譽為法式及地中海料理的鬼才。Toutain的足跡遍及法國、美國、中東及亞洲，對各地菜式甚有研究，並獲得卓越法式廚藝法國星級大廚協會Maitres Cuisiniers de France，推舉為亞洲代表之一。Toutain將把其豐盛的廚藝歷程，注入你的旅程！

Hailing from France, Chef Marc Toutain is an impersonating of excellence and the art of gastronomy. He has worked with such great names as the three Michelin-starred Chef Jean Schillinger. Heralded as an expert in French and Mediterranean cuisines, together with his international experience from France, USA, the Middle East and Asia, Chef Toutain has received worldwide recognition by Maitres Cuisiniers de France (Master Chefs of France) and several prestigious culinary organisations. Chef Toutain is imparting the best of his culinary journey to the journey of yours!

MAXIME MICHELOT

烘焙與甜點界的明日之星Maxime Michelot，從小熱愛烘焙，不斷自我提升並鑽研各類甜點美饈。他發揮其創造力，參與過不同國際級比賽，如代表英國國家隊出戰有甜品界世界杯之稱的Pastry World Cup(巧克力公開組)，更在Junior Master及Classic Fine Foods的英國甜品大賽中奪冠。Michelot曾任職五星倫敦地標酒店Sheraton Grand London Park Lane的甜品師。該酒店除了招待過英女王外，更是各大電影的取景勝地。其精英甜點團隊為酒店在Afternoon Tea of the Year的比賽中獲得大量好評，被譽為享受英式下午茶的最佳酒店之一。

A rising star in pastry, Maxime Michelot has been drawing into the art of French pastry and bakery since his young age. He was selected to join Team UK to compete in the Pastry World Cup (Open Chocolate), having previously won the championship in Junior Master UK and Classic Fine Foods UK competitions. The former Pastry Chef at the five-starred hotel Sheraton Grand Park Lane London which hosted the Queen of England and played host to movie sets, Michelot and his pastry team made it to the shortlist as one of the UK finalists in the "Afternoon Tea of the Year" competition.

CHINESE CUISINE 中菜

ANNIE WONG
黃婉瑩

滿腦美食「煮」意的資深導師Annie黃婉瑩，為了要探討出每道菜的製作精髓及秘技，把街頭小吃以至珍饈美味一一嚐透，從而與一眾愛好烹飪的朋友分享箇中心得。

Annie never falls short of culinary ideas and is constantly on the lookout for understanding the essence of each dish and culinary method. She has searched far and wide for different kinds of food, ranging from local street food to gourmet dishes as well as the secret cooking methods. There is no greater pleasure than sharing her wealth of experience with her fellow culinary enthusiasts.

CHAN KEI-LUM / DIORA FONG
陳紀臨 / 方曉嵐

中國烹飪大師、著名食譜書作家及食評家陳紀臨與方曉嵐，傳承陳家兩代的烹飪技巧和知識，致力研究和推廣中國傳統飲食文化。2016年，陳氏伉儷在著名的世界食譜書系列中代表中國，用英文撰寫了China The Cookbook。書中除介紹中國33個省市自治區的飲食文化，和超過650道菜式外，更展示世界最具代表性的中國各地佳餚，把傳統烹調文化推進更高國際層次！

Culinary Masters Chan Kei-Lum and his wife Diora Fong, as well as famous cookbook authors, having inherited two generations of gastronomic expertise, embark on a continual journey to explore the Chinese traditional food culture. In 2016, they authored <<China: The Cookbook>> featuring more than 650 recipes of delicious and authentic Chinese dishes for home kitchen. This impressive and authoritative cookbook showcases the diversity of the signature Chinese cuisines, uplifting the traditional cooking culture to a whole new international level!

Full Time Tutor

中心導師

Tutor

導師



CHINESE CUISINE 中菜

CHINESE CUISINE 中菜

PETER WONG 黃星星

從事飲食界多年的Peter哥，擁有資深入廚經驗，並擔任電視台飲食目主持。Peter哥喜歡通過活動教學方法，由尋求食材、選料、烹調技巧，甚至把飲食業的廚房秘技公諸同好。

Peter has been working in the dining industry for many years and is a very experienced cook and has even hosted a dining program on TV. Peter really likes to share all he knows about cooking from choosing the right ingredients to the best cooking techniques. He'll even let you in to some of the secret tricks of the dining industry! Peter's lively teaching methods mean participants are in for a real treat.

LILIAN CHENG 鄭慧芳

Lilian畢業於黃克競工業學院專業廚藝課程，其後任職於一間大機構，一手包辦行政人員的餐膳食堂，負責高級要員的膳食出品。她在香港基督教青年會兩中心任教烹飪，於1997年加入煤氣中心後，主力教授她最擅長的中菜、各款特色小吃及甜品。

Lilian graduated from the professional culinary program at the Haking Wong Technical Institute. Upon graduation, she took up the chef position preparing executive luncheons for a major company. She was as well a cooking instructor at two YMCA centers. Since Lilian joined the Towngas Cooking Centre in 1997, she has been teaching principally her specialties including Chinese cuisine, special delicacies and desserts.

WING HO NG 吳永皓

資深粵菜大廚吳永皓師傅，有二十年入廚經驗，對很多古老名菜都帶深入研究。他最擅長將懷舊名菜加以改良，以配合現代人口味，使各路名菜得以繼續流傳下去，無懼時間的巨輪。

Chef Ng possesses over 20 years of experience in Cantonese cuisine. He understands the art and philosophies behind many ancient and traditional Chinese dishes that have been revered since their creation. With a modern twist and re-interpretation of these dishes, he has kept them alive against the passing of time for a new gourmet experience.

CHUN KUEN LAU 劉振權

劉師傅現職聯邦酒樓集團行政總廚，擁有40年烹調經驗；於2010年以優異成績考獲中華廚藝學院之大師級中廚師課程證書。近年在香港旅遊發展局主辦的多個公開烹飪比賽中獲獎無數，並應邀代表該局到海外推廣香港美食。他曾於無線電視「總廚有請」拍錄個人特輯，及出版著作《品味新派菜》。

The award-winning Chef Lau is the Executive chef of the Federal Restaurant Group boasting four decades of cooking experience. Graduated from the Master Chef Course in Chinese Cuisine of the Chinese Cuisine Training Institute with excellent results, Chef Lau has bagged a long list of awards in various open competitions of the Hong Kong Tourism Board which invited him to promote Hong Kong's delicacies overseas. He was also featured in TVB's programme Club House - Splendid Flavor, and is the author of New Chinese Cooking.

WAI CHAN 陳偉

陳師傅的名字在業界是響噓噓的，對普羅大眾而言，只要提到他於上世紀80年代所創的琵琶乳豬，大家定發出會心微笑。入行近半個世紀的陳師傅，除曾為多家著名食府掌管燒臘工場之外，也主理過食肆及燒臘工場。自1989年起，他更開始著書及擔任廚藝導師，務求將其燒烤滷燻等技藝流傳下去。

Inventor of "roasted suckling pig in pipa style" in 1980s, Chef Chan Wai is a big name in the industry. His culinary experience has spanned half a century, serving in renowned restaurants in different positions from head of meat roasting department to general manager. He has thorough understanding towards food production and the entire food industry. He has been writing culinary books, teaching and transferring his roasting and marinating skills for about 30 years now.

CHEF CHUNG 鍾培武

鍾培武師傅主理潮州菜已有30多年經驗。自入行以來勤奮工作學習，一步一步晉升至大廚高職，精通小菜、點心、筵席菜式、甚至蔬果雕刻，絕對是一位潮州菜大師！鍾師傅曾於陶芳、榕江、醉樂、金島、百德潮州等多間傳奇潮州名店任職，期後更於1989年創立了「創興潮州食品公司」，專為全港多間潮州食店提供製品，至2019年3月榮休。不過鍾師傅退而不休，希望繼續向廚藝愛好者傳授美味好看且有益健康的傳統潮州菜！

With more than 30 years of experience in Chaozhou cuisine, Chef Chung has become a great chef thanks to his diligence. Mastering different side dishes, dim sums, banquets, and fruit and vegetable carvings, Chef Chung is undoubtedly a master chef of Chaozhou cuisine. He has worked in various prestigious Chaozhou restaurants and established 'Chong Hing Chaozhou Food Company' which supplies food products for local Chaozhou restaurants. Despite his retirement in March 2019, he wants to keep inspiring cooking enthusiasts with tasty, appealing and healthy traditional Chaozhou cuisine.

KA HON AU 歐嘉翰

歐師傅師承四川及上海老前輩，學習正宗四川廚藝，再加以改良，配合香港人口味，精通小菜、點心、筵席菜式，甚至於2011年創立川上龍火鍋川菜館。師傅事事親力親為，對於餸菜選料、菜式的配合、出品衛生及廚房內部運作，都有嚴格要求，確保所推出的菜式，有品質及口碑保證！

Chef Au has inherited the wealth of knowledge from the culinary veterans from Sichuan and Shanghai. With his own twist to better suit the Hong Kong appetite, he created Chuan Shang Long, a Sichuan-style hotpot restaurant in 2011. Meticulous scrutiny from dish selection, pairing, hygiene to kitchen operation is sanctioned.

ALICE HO 何小慧

烹飪使小慧展開美味人生，雖曾患上抑鬱症，但塞翁失馬，病中的小慧愛上了烹飪，加上信仰，最後更克服了纏綿多年的病魔。之後，她全情發展到會事業，獲得順德聯誼會的大廚傳授廚藝，烹飪功力突飛猛進。

Cooking lends Alice a life of exuberance emerging from the deepest realm of depression. She found her passion for cooking which accentuated with personal changes accompanying her faith. She has since focused on catering services as her life-time career. She mastered her culinary skills with the Shun Tak Fraternal Association, giving her an ample leap in her culinary knowledge.



CHINESE CUISINE
中菜

INTERNATIONAL CUISINE 國際美食

INTERNATIONAL CUISINE 國際美食

CHEF CHAU
趙德

趙德師傅擁有40多年製作中式點心餅食的豐富經驗。由茶樓傳統中式點心至茶餐廳小炒咖啡奶茶通通都難不到這位非凡中廚，他花了10數年時間在工餘時教授點心及餐飲食品製作，傳授自己獨特的手藝，而且得到多個培訓導師認可資格。

Chef Chau has more than 40 years of experience in Chinese cooking, from crafting dim sum at restaurants to stir-fries, coffee and milk tea at cha chaan tengs. He has also spent more than 10 years teaching the unique skills of dim sum-making and catering, and has received a number of recognised qualifications.

RICKY CHEUNG
張錦祥

獲眾多名人食客支持的大廚 Ricky 張錦祥，其廚藝已達出神入化的境界。別看他樣貌年輕，其實入廚已有廿多年。他自小便學習烹調傳統西菜，隨後不斷自學鑽研，對多國菜餚的烹調都有深入認識。只要聽聽 Ricky 介紹各種美食，足以令你垂涎三尺！

Despite Ricky's youthful and good looks, he has more than 20 years of cooking experience and has always been a culinary star. He has an intuitive love for Western-style cuisine ever since he was a young boy. Years of mastering his techniques has equipped him with profound knowledge in the cuisines of many different countries. It is impossible to leave Ricky's classes at the Towngas Cooking Centre without that mouth-watering tastes that make you drool.

CANDY TSUI
徐詠妍

天生嘴饞，熱愛烹飪及旅遊。擅長包餅烘焙、亞洲及歐洲菜式。Candy 曾為多個品牌作代言廚師，出版多本食譜書籍，亦曾擔當烹飪節目主持，更獲香港旅遊局邀請擔任烹飪比賽的烹調都有深入認識。只要聽聽 Ricky 介紹各種美食，足以令你垂涎三尺！

Candy found her love for cooking and eating when she was young. She is expertise in bread, pastry, Asian and European dishes. Being as a chef spokesperson for many brands. She has published several cook books and worked as a food columnist in different media. She was invited by the Hong Kong Tourism Board to judge the cooking competition. She also takes several roles as food designer and food stylist for different brands. She also operated a private kitchen and workshop named as "La Cuisine Bourgeoise".

ROCHA JOHN

John Rocha 是一名趣味的中葡混血兒，從嫻嫻和媽媽的身上學會了很多正在失全的澳葡家庭料理。John 對每一道菜式都會做一些研究和資料搜集，在授課時跟每位學員分享菜色的起源及演變，旨在為各位帶來澳葡烹飪之樂。

John Rocha is a humorous Chinese-Portuguese Eurasian. He has mastered a lot of Macanese heritage cooking recipes and techniques from his beloved avo ["Grandmother" in Portuguese] and mother. Not only will John share with each participant his recipes and cooking techniques, but also the history and the changes related to them.

ANDY DARK

Andy Dark 畢業於法國專業廚藝學院，一直從事飲食文化相關工作，同時也開辦料理班課程，專門教授西式料理和宴客菜式。Andy 從 2012 年開始經營他的 Youtube 頻道至今，一至廣泛受邀在電視節目、網上平台及電子媒體擔任廚師主持或嘉賓。Andy 一直深信食物是凝聚眾人的最好媒介。憑藉對食物的專業及熱情，把人與人之間的距離拉近，是他最樂見的事情。

Graduated from a reputable French culinary arts institute, Andy Dark has been devoting himself in the food and culture arena, and also conducting cooking classes in Hong Kong, specializing in western cooking and fine dining. In 2012, Andy started his YouTube Channel. Since then, he has been invited as guest on TV programs, social media platforms, and also in cooking demo shows. Andy believes in the idea that food connects people, and it is the flavor and taste of food that bring everyone closer and closer.

JOANNE POON
潘行莊

畢業於加拿大英屬哥倫比亞大學家政及營養系，她擁有多年教授烹飪經驗及專業烘焙資格，曾編著多本食譜，其中著作《芝士蛋糕的誘惑》推出半年間銷量突破一萬冊。她亦不定期為星島日報副刊撰寫食譜書仔，也為多個知名飲食集團擔任產品研發及配方改良之工作。

Joanne graduated from the Faculty of Family and Nutritional Science, University of British Columbia in Canada. A seasoned cooking instructor and professional baker, she has written a number of cookbooks, including The Temptation of Cheese which sold over 10,000 copies within the first six months after its publication. She contributes to Sing Tao's recipe booklets; researches on new products and develops new formula for a multitude of F&B groups.

ROSEMARY TSANG
曾黃惠玲

常以「食得健康食得是福」為座右銘的 Rosemary 曾黃惠玲，累積三十多年教授烹飪經驗，對中西菜式烹調都很有心得。她於 70 年代隨李曾超群博士學習烹飪，曾於多個媒體及機構擔任烹飪節目主持。移居加拿大後亦獲邀到電台，及溫哥華文化中心等機構教授烹調技術，可謂桃李滿門！

Rosemary has been active in teaching culinary skills for over 30 years, having acquainted with both Chinese and Western cuisines. She began her culinary career with Dr. Maria Lee in the 1970s. During the course of her career, she hosted many culinary programs for a number of organisations. In Canada where she migrated, she continued to host cooking classes on-air and at the Vancouver Cultural Centre.

RICKY YOUNG
楊榮基

法國 Disciples Escoffier 烹飪藝術文憑畢業生 Ricky 留居法國 6 年，曾到法國進修法式料理。鑽研法國文化近 30 年，除精通法文之外，也對法國不同文化及地區有深入了解。他希望與各位分享在烹飪旅途上的一切所學所得。

Being a graduate of Disciples Escoffier Diploma in Culinary Arts, Ricky received training in French culinary techniques during the six years he spent in France. He has dedicated nearly 30 years to the study of all things French, with real-life expertise and is proficient in French culture and language. His ambition is to share his culinary savoir-faire with other connoisseurs.



General

INFORMATION 簡章

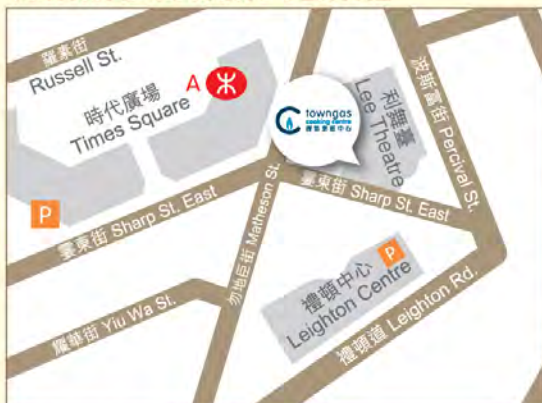
1. 報讀課程前，請先登上www.towngascooking.com申請成為「好氣Fun」會員。
煤氣烹飪中心辦公時間：
星期一至五 上午9:00至下午9:00
星期六及日 上午9:00至下午6:00 (公眾假期除外)
 2. 學費須於網上報堂時以AlipayHK或信用卡即時繳付。已繳交學費，概不退還或轉讓。
 3. 最後報名日期為開課前三天，惟因學額有限仍請儘早報名。
 4. 公眾假期或遇颱風(八號風球或以上)，則當日課將順延或另作安排。「黑色暴雨訊號」除下四小時後，當日課程照常上課。
 5. 如遇任何突發事故或收生人數不足的情況，本中心保留取消該烹飪課程的權利，職員會於合理的時間內聯絡學員，學員可選擇改讀其他課程或申請退回學費。
 6. 必要時煤氣烹飪中心有權更改原定課程之導師、上課時間及內容等。
 7. 凡有興趣者，除指定課程外，不論學歷均可報名參加本中心所舉辦之課程，學員之取錄與否由本中心行政部決定。
 8. 於講授課程時，除學員外，其他人仕不得進入課室。
 9. 課程相片只供參考。
 10. 課堂內不可錄音或錄影。
 11. 為保護環境，請自備圍裙及可循環使用器皿盛載食物。
 12. 任何會員若有任何行為不當，如言行舉止不當或對其他人(包括導師、員工及學員)構成滋擾，煤氣烹飪中心將有權取消其會員資格及其報讀任何課堂之權利。
1. Please register as our Towngas Fun member at www.towngascooking.com before class enrolment.
Towngas Cooking Centre's Operation Hours :
Monday to Friday : 9:00am to 9:00pm
Saturday & Sunday : 9:00am to 6:00pm
(except Public Holidays)
 2. Course fees must be paid by AlipayHK or credit cards. Course fees are not refundable or transferable.
 3. Closing date for enrolment is normally THREE days before the commencement of the course, and it is advisable to enrol well in advance as places are limited.
 4. Classes will not meet on public holidays or upon announcement of typhoon warning signal No.8 or above. On such occasions classes will be postponed or cancelled. All classes resume normal 4 hours after the "Black Rain Warning Signal" is lowered.
 5. Towngas Cooking Centre reserves the right to cancel classes in case of emergency or insufficient recruitment. Enrolled students will be informed in reasonable time, students can change to another classes or apply for refund.
 6. Towngas Cooking Centre reserves the right to make alteration regarding the instructor, time and contents of courses offered when necessary.
 7. No formal education qualification is required for courses except when otherwise specified. Acceptance is subject to the discretion of the Management of the Centre.
 8. During classes nobody is allowed to enter the classroom except students.
 9. Course photos are for reference only.
 10. Video and/or audio recording are prohibited in the class.
 11. For environmental protection, please bring your own apron and recyclable containers for food packing.
 12. Towngas Cooking Centre reserves the rights to revoke the membership and the right to enrol in any class of any member whose behaviour is deemed inappropriate or manifests any kind of harassment towards any person (including tutors, staffs and students) in the premises.

詳情請瀏覽網頁：www.towngascooking.com

For details, please visit our website: www.towngascooking.com

位置 Location

煤氣烹飪中心 TOWNGAS COOKING CENTRE



地址：香港銅鑼灣利舞臺9樓

Address: 9/F., Lee Theatre, Causeway Bay, Hong Kong

電話 Tel: 2576 1535 | 傳真 Fax: 2894 8058

營業時間：

星期一至五 上午9:00 - 晚上9:00

星期六及日 上午9:00 - 下午6:00

公眾假期休息

Opening Hours:

Monday to Friday 9:00 a.m. - 9:00 p.m.

Saturday to Sunday 9:00 a.m. - 6:00 p.m.

Closed on Public Holidays

Towngas Cooking Centre |

www.towngascooking.com

名氣廊 FLAME FLAME AT TOWNGAS AVENUE



地址：九龍尖沙咀中港城第1座平台1號

Address: Shop No.1, Promenade Level (PL/F), Tower 1, China Hong Kong City, Tsim Sha Tsui, Kowloon

電話 Tel: 2367 2713 | 傳真 Fax: 2368 5114

營業時間：

星期一至日 上午11:00 - 晚上11:00

及公眾假期

(農曆新年假期除外)

Opening Hours:

Monday to Sunday 11:00 a.m. - 11:00 p.m.

& Public Holidays

(Except Lunar New Year Holidays)

Towngas Avenue |

www.towngasavenue.com

綜合會員計劃 + 課程報讀平台[^]
Integrated Membership Programme +
Course Enrolment Platform



報讀網上烹飪課程

Enjoy \$100 E-coupon upon

送\$100電子優惠券

Online Cooking Class Enrolment

立即登記
Sign up Now



所有用戶需重新登記
All users need to renew
their membership

會員尊享升級優惠
Member Exclusive Offer⁹

賺取積分 換取精彩優惠!
Earn Points Redeem Gifts!

報班優惠 Enrollment Discount

FUN

成功登記
Upon Registration

95折 5% off

GOLD

累積滿5,000分或以上*
Accumulated 5,000 Points or Above

9折 10% off

DIAMOND

累積滿10,000分或以上*
Accumulated 10,000 Points or Above

85折 15% off

*須於會籍年度內累積滿指定積分，會籍有效期為1年
Points must be accumulated within the membership year.
The membership is valid for one year.

送餐飲電子現金券
FREE Dining Cash E-coupon

憑2,000分換領
Use 2,000pts to Redeem



於好氣Fun任何消費
Any Spending at Towngas Fun



**10月
限定**
October
Exclusive

• 數量有限換完即止 • 受條款及細則約束
Limited While Stocks Last Terms & Conditions Apply

新會員登記
Register
as New Member

+500分

開立家庭賬戶
Create
a Household

+2,000分

OR

加入家庭賬戶
Join
a Household

+2,000分

1/10 - 31/10



會員登記步驟

MEMBER REGISTRATION STEPS

- 1) 透過手機號碼登記 Register with mobile number
- 2) 輸入個人資料 Enter personal information
- 3) 輸入從手機短訊收取的驗證碼 Enter the verification code from SMS

