

在麵包製作中找到自己的方向 葉曄獲國際技能競賽銅牌

近年台灣麵包製作可說是名揚國際，葉曄代表台灣參與第47屆國際技能競賽麵包製作職類，不負眾望拿下銅牌。回顧這一路，她特別感謝師長們的指導，以及在背後全力支持的爸媽，更期待未來能有機會繼續代表國家出賽，與各國選手技術交流、激盪出更多火花。



葉曄在就讀高雄私立中山高級工商職業學校時與麵包製作初相遇，當時參加選手社團培訓，被胖胖、軟軟、白白的麵團吸引，加上社團主要專攻技能競賽，在跟著師傅、學長姐學習後，葉曄對這個領域完全著了迷，最終一頭栽入麵包製作。

放棄網路資訊 專注提升自身應變能力

麵包製作相關烘焙技術發展已相當成熟，堪稱百家爭鳴。葉曄表示，網路上很容易查詢到不同的作法，一開始只要遇到瓶頸就會想要上網查資料，「但那些作法相當片段」。她解釋，麵包製作的每個階段既連貫、又分段，不是做到半途改變作法就可以獲得想要的結果。舉例來說，在製作可頌麵團時，光是攪拌程度與基本發酵程度就存在很多變因，多一分鐘、少一分鐘都會天差地遠，甚至攪拌時調整速度快慢也會得到不同的結果，影響烤烘之前發酵的狀態。

「網路很多破碎、片面的資訊，摸索了之後還是覺得當下的應變才是最正確的。」她坦言，一開始還會搜尋相關資訊，但最終實作還是要靠自己在第一線的經驗判斷，彙整出自己合適的感覺與作法才是最正確的。

由於培訓地點在高雄市，經常會發生環境溫度、濕度超過教科書建議範圍的狀況，再加上北上集訓、出國比賽時都會遇到不同的環境，甚或是不同規格設備機器的狀況，因此她認為一定要找到自己掌控麵團的節奏，才會是最好的方法。

感謝貴人鼎力相助，順利完成比賽獲牌

選上國手之後，葉曄印象最深刻的是2022年世界麵包大賽冠軍得主武子靖特別回來指導培訓，在備賽期間逐漸與對方建立起默契與革命情感，讓她全心相信武子靖的作法，尤其是這次赴法國參與國際技能競賽，賽事中遇到各種驚險情況，例如

她在製作法國麵包時，因為室溫、水溫不同，再加上攪拌機處理出來的時間與溫度都只有平時操作的一半，差點做不出來，幸好前一天有假設過這個情境，讓她能在現場隨機應變處理；在製作甜甜圈的巧克力沾醬時，又發現攪拌出來的巧克力濃稠度與預設的不同，沒辦法製作出表面光滑的巧克力，所以在中場休息時求助武子靖，臨時將沾醬改為抹醬，才完成挑戰。在經歷這麼多的變數跟臨場反應之後，她認為整體來說自己在這次國際賽事中發揮穩定，很順暢地完成了各個項目，最終能拿下銅牌，覺得非常開心。

回顧這段時間，葉曄最感謝的人就是麵包製作職類的裁判長廖漢雄，如果沒有他的一路拉拔、就沒有機會挑戰國際技能競賽。她說，在高中時期拿下全國技能競賽金牌後，推甄入學進入國立高雄餐旅大學，廖漢雄也開始注意到她，在出國比賽前也常常關心她，讓她非常感激。

「還有我也很感謝我爸媽。」她說，當學徒的時候就常常在廚房待到很晚，國際技能競賽備賽期間基本上都會訓練到晚上，暑假期間更是從早到晚都在忙，但爸媽總是無條件地默默支持，不管多晚練習完畢，只要一通電話，爸媽都會立刻去接她回家，返家後的餐桌上也總是有熱騰騰的食物，讓她覺得滿心溫暖、也是她繼續前進的動力。

除此之外，從學徒走到國際賽的這段期間也獲得很多單位跟貴人的協助，特別是最後陪她衝刺的武子靖，因為他有近期

參加世界賽事的經驗，比起指導老師更像是學長，且同樣身為選手，特別可以同感她在備賽過程中可能遇到的壓力，因此常常提醒她應該要調整步調，讓她以最好的狀態應賽。

展望未來，盼與更多國際選手交流經驗成果

葉曄參加這一屆國際技能競賽帶回的不只是銅牌獎牌，還有更多跨國友誼。她說，透過比賽與其他國家選手進行文化與技術交流，也是很重要的寶貴經驗，例如她與一名韓國選手在賽後也持續聯繫，兩人會分享比賽經驗、造型想法，甚至是韓國選手想要買一本在台發售的烘焙書，她也幫忙代購，期待未來可以持續代表台灣出賽，與各國選手交流，甚至為未來學弟妹打開更多視野。



▲ 葉曄認為，完成美味麵包的秘訣，在於找到自己掌控麵團的節奏，才能應付不同環境帶來的挑戰