

# 谁把味蕾交给我？



学校：上海市第二轻工业学校

姓名：

性别： 女

班级：

指导老师：于丽

# 前言

当今社会食品安全已经是一个很大的问题了，新闻里频频爆出毒奶粉，漂白馒头等，甚至还有这样一句话：“早起买根地沟油油条，切个苏丹红咸蛋，冲杯三聚氰胺奶，中午瘦肉精猪肉炒农药韭菜。”从这一系列关于食品添加剂的问题中，不难看出现在的人们越来越不放心把味蕾交给他人。

什么样的食物会让人放心且十指大动？什么样的食物能不断地挑战你的视觉神经和味蕾？当然是色香味形气养俱全的佳肴，不仅要有艺术造诣和创意，而且要在养生这方面特别的注重，这样才会是让人放心的味蕾奢侈品。而我的目标，就是成为创造出这些食物的人，让别人更放心地把味蕾交给我。





## 性格

每个认识我的人总会说我开朗、活泼、可爱，我性格上最大的优点就是很外向、亲和力强。做事情的时候，我独立并有主见，想到便会去做，不会拖沓和等着别人的帮助，是一个积极行动型的人。在做每件事情前，我都会计划思考如何去做。如果做失败了，我会分析原因，找出关键问题，因为只有抓住了事物的根本矛盾，才能最好的解决问题。

我最大的缺点便是固执，认定什么不管对错都会坚持下去。在师长和朋友们的提醒下我意识到了自己的这个缺点，渐渐地别人的批评我也能虚心接受了。

## 获奖经历

在学校里，我身为班级的学习委员认真听讲、努力学习。为了我的目标，我积极参与学校里烹饪专业的比赛。在校两年期间，我曾参

加过大大小小几个比赛，包括一些全国比赛的初赛。在这些比赛中，我获得了学校烹饪综合竞赛第三名，在上海市星光计划的比赛中获得了西点中级证书。还参加了首届全国职业技术学院（校）创意西点的比赛，并且拿到了银奖（附图）。

我觉得不管做什么事情，拥有健康的身体是很重要的。因此我积极参加学校里的体育比赛，并且很荣幸进入了校队。在校的两年期间，我都代表学校去参加了上海市阳光体育大联赛，并且在第一年中获得了“4\*100”女子接力赛第二名、第二年的比赛中获得女子团体 100 米第一名的好成绩。

我的参赛作品图：



## 兼职经历

我觉得只有学习和实践并存才能更好地向我的目标迈进。古语也说了：读万卷书行万里路。所以在学习压力并不是很大的中专期间，我曾多次抽空兼职，并且本着只求经验不求工资的态度。我兼职的都是一些餐饮店，不过遗憾的是没有碰到关于西点的兼职机会。我觉得兼职给了我一个磨练自己的机会、开阔了视野，并且还让我有了一个小金库作为自己的基金。我用它们先后买了几本法国蓝带烹饪基础的课程书，受益匪浅，而当我看到一些新奇的西点出售时，也会用这笔钱去购买回来品尝、记录和思考。



## 成长经历及自己的能力

可能是因为我开朗的个性和从小就跟着父母东奔西走的经历，我学会了如何更好更快的和别人沟通、相处，同时也造就了我现在的亲

和力。读过一年高中的我，在刚进高中时是全班第二名，但是成绩渐渐下滑，自己也越来越自卑，直到最后厌学不想再去学校。当时我觉得读书并不是唯一的出路，主要是看清楚自己到底想要什么样的生活，只有明确了自己的目标和方向才会义无反顾的全身心投入。

在进入中专以后，我仿佛如鱼得水，表现出了在食品制作方面惊人的模仿能力、制作能力和领悟能力，让老师对我另眼相看，同时我也得到了很多比赛的机会。我怀着一颗学习的心去比赛，不仅关注自己的作品是否得到奖项，更关注那些得到奖项的作品，并思考它们的制作方法和过程。在生活 and 比赛中，我保持着一颗思考的心。假如作品失败了，我会一直思考、摸索，而且还会和老师沟通，直到我找到原因，然后改正。这两年的学习生活让我充分地意识到我对西点的天赋和能力，这让我找回了自信，也正是我顽强的个性让我在学习和实践中精益求精。



## 社会对该职业的需求

当今社会对西点师的要求日益增加，一直在说缺少人才，但是据我所知每年参加初、中级西点培训考试的人不在少数，其实社会缺少高素质且技能特别娴熟的高级工，他们是能把食品做成艺术的人、是能赋予食品灵魂的人并且可以灵活的把各种食品的营养融合在一起的人。



## 我的目标

西式面点高级技师和营养师，一个用自己双手创造艺术性食物的高级技师，一个让他人放心把味蕾交给我的营养师。

## 大致展望



积累工作经验，考取西点技师证书和营养师职称



去法国蓝带烹饪学院进修一年西点课程并出国开阔视野



回国积累控制成本及管理经验



考取西点高级技师



从我进入中专开始，以三年为一个里程碑，十年的计划，正在进行的我：



## 2009 年~2012 年

在这个时间段里，我已经获得了西点中级证书，并且正在就读于西点高级的培训班。我现在需要做的就是 2011 年 7 月份进入上海威斯汀大酒店开始实习（我已通过面试并分配），且在 8 月份左右考取西式面点高级证书。这是一个超五星级酒店，在酒店实习的我会增长和熟练西点制作的技巧和技能，开拓我对西点认识的视野，让我对西点有更宽阔的想法。实习月薪在 1000 左右，尽量做到自给自足少或者不再向家里要钱，让自己独立起来。在实习过程中还要努力学习英语，多看关于食品营养学的书籍。

## 2012 年~2015 年

在这三年里，首先我会先结束中专的学业，考取无锡的江南大学食品系的网络大专，营养与食品卫生专业，并且在三年内获得文凭。过了实习期的工资第一年在 3000 左右，尽量每个月多存一点为了以后的深造和出国准备。第二年和第三年争取升职，据我调查领班工资在 6000 左右（而且也有学姐第二年升领班的实例），少用多存。在此期间，2014 年学习并考出西点技师证书，2015 年上半年开始学习雅思英语课程，下半年学习食品营养师，并且努力把营养师的职称考出

来，到 2015 年年末把雅思分数考出来，理想成绩在 5.5 分及以上。在这三年里，每年都要积极参加全国“唯益杯”西式面点比赛，争取获得“五一劳动”勋章或者“烘焙能手”勋章，这将会是我的荣耀。



## 2015 年~2018 年

法国蓝带烹饪学院的招生条件如下：1、年满 18 周岁。 2、有高中毕业证书。 3、无影响工作的疾病、传染病。 4、雅思或托福参加考试级分数（雅思分数 5.5 分及以上）。而高级西点的进修价格包括食宿在 20 万人民币左右，在 2015 年以前存满 15 万，家里补贴五万出国进修。2016 年毕业且在法国开拓了视野增加了对西点的认识回国。（法国蓝带烹饪学院是一年的学习期间中有三个月实习时间）

2017 年-2018 年，应聘成为某五星级酒店饼房总厨，积累对人物的管理经验，发表一些自己对西式面点的理解和创意的言谈或者书籍。2018 年争取获得考取西式面点高级技师的资格。以下是我调查到考取西点高级技师所要的条件和资格：1. 有 8 年左右关于烹饪行业的经验。2. 发表过一些重量级关于西式面点的言谈。3. 有管理能力和成本控制能力。（由于考核中有关于既定成本开菜单的内容，因为高级技师不仅仅是个工人更应该是个好的管理者。）4. 毫无疑问的西点制作能力要高超。

| 需要做的事情  | 时间   | 已经准备的事情   |
|---|--|---|
| 进入酒店实习<br>考取西式面点高级证书<br>自己独立生活<br>扩展相关知识                        |  <b>2011</b>      | 获得西点中级证书；<br>就读西点高级培训班<br>看相关知识的书籍；<br>锻炼身体为实习准备<br>和兼职准备 |
| 考取无锡的江南大学食品系的网络大专，读营养与食品卫生专业，并且在三年内获得文凭；<br>用实习费为深造做准备；<br>学习英语 |  <b>2012</b>      | 读过雅思基础班；<br>调查无锡江南大学的录取条件                                 |
| 争取升职；<br>积极参加全国“唯益杯”西式面点比赛，争取获得“五一劳动”勋章或者“烘焙能手”勋章               |  <b>2013</b>  | 听取学姐在酒店工作的经验；<br>参加过相关比赛，有比赛经验                            |
| 学习并考西点技师证书；<br>积极参加全国“唯益杯”西式面点比赛，争取获得“五一劳动”勋章或者“烘焙能手”勋章         |  <b>2014</b>  | 读雅思英语基础班；<br>把每天都当成参加比赛，用心学习西点面点                          |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>上半年学习雅思英语课程，下半年学习食品营养师，并且努力把营养师的职称考出来；</p> <p>2015年年末把雅思分数考出来，理想成绩在 5.5 分及以上；</p> <p>考取法国蓝带烹饪学院；</p> |  <b>2015</b>      | <p>阅读关于法国蓝带烹饪学院的相关书籍；</p> <p>学习雅思英语基础班</p>    |
| <p>在法国开拓视野，努力提升自身素质；</p> <p>增加了对西点的认识；</p> <p>回国发展</p>  |  <b>2016</b>  | <p>阅读有关法国历史文化的书籍</p>                          |
| <p>应聘成为某五星级酒店饼房总厨，积累对人对物的管理经验；</p> <p>发表自己对西式面点的理解和创意的言谈或者书籍</p>  |  <b>2017</b>  | <p>听取学长们的工作经验；</p> <p>学习名家出的书籍与言论</p>         |
| <p>获得西式面点高级技师的资格，做用双手创造艺术性食物的高级技师；</p> <p>考取营养师的证书</p>  |  <b>2018</b>  | <p>了解高级技师的主要素质；</p> <p>做一个让他人放心把味蕾交给我的营养师</p> |



克雷洛夫说过：“现实是此岸，理想是彼岸，中间隔着湍急的河流，行动则是架在河上的桥梁。”每个人都有理想，理想给予我们方向和目标。我们不仅仅要有理想，更应该踏踏实实得向自己的目标去迈进，而不是空想。当然世界上最快乐的事莫过于追求理想时候的奋斗。机会只给有准备的人，现在的我正在为自己的理想准备着，完善着自己的能力来迎接机会。毫无疑问现在的我正在做世界上最快乐的事——向着成为一个“让人放心把味蕾交托的西点高级技师”这个目标前进着。