

信報教育 - 從一次烘焙體驗談生涯規劃

2026年07月13日 星期一



身為一名中五學生，平日常聽老師提起「生涯規劃」，卻總覺得那是遙遠而抽象的概念。直到參加仁愛堂「YES廚藝教室」麵包烘焙體驗工作坊，我才明白，原來規劃未來，可以從一次真實的體驗開始。

活動前，我以為烘焙麵包只是依照食譜，把材料混合、放進焗爐便大功告成。不過，當我親手搓揉麵糰、感受麵糰在掌心慢慢變得柔軟有彈性，再細心控制發酵時間與焗爐溫度時，才發現每一個步驟都講求耐性與細緻。原來，一個看似簡單的麵包，背後需要的是精準與專注。看着麵糰慢慢膨脹、出爐時香氣四溢，那份成功感使我十分難忘，也令我發現自己原來可以如此投入。



更深刻的是，我體會到餐飲業不只是「煮食」那麼簡單，而是一份講求專業與熱誠的工作。從材料比例到製作流程，每個細節都反映從業者的態度與堅持，令我對這個行業多了一份敬意。

此外，是次活動亦有部分同學的家長一同參與，親子並肩學習的畫面令我印象特別深刻。家長沒有代替孩子完成任務，而是與他們一起討論做法、一起面對挑戰。在製作過程中，不時傳來笑聲與鼓勵的說話，讓人真切感受到親子同行的力量與支持。



這次經歷不僅使我加深了對餐飲行業的認識，也令我更了解自己的興趣與能力。即使未來未必投身餐飲業，我也學會以體驗作為探索方向的方法，為自己的未來踏出更踏實而有意義的一步。

撰文：李清禾

佛教葉紀南紀念中學中五級學生，正積極探索生涯發展，感恩學校安排參觀不同職場，加深對未來方向的認識。