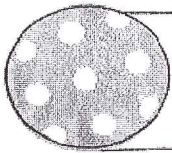


6 年 5 班 18 號 姓名 陳虹均



小鳳凰超級任務(高)~我的手路菜

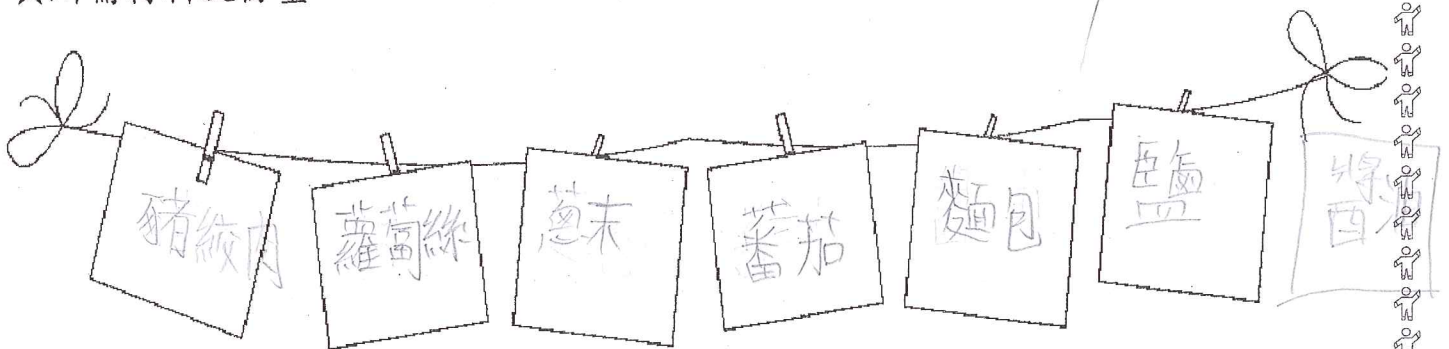
「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！



菜名：漢堡肉

家人評分：★★★★★(請塗色)

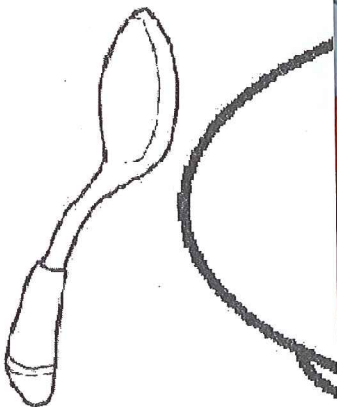
★所需材料及份量：



★作法及步驟：

- ① 蘿蔔切絲
- ② 蔥切末
- ③ 蕃茄切片
- ④ 將蘿蔔絲、蔥末、豬絞肉混在一起攪拌均勻
- ⑤ 加入少許鹽
- ⑥ 將絞肉捏成圓形壓扁
- ⑦ 放入鍋中煎熟
- ⑧ 將麵包加熱
- ⑨ 將肉、蕃茄、胡椒粉、生菜放入麵包裡

★請在盤子裡畫(貼)

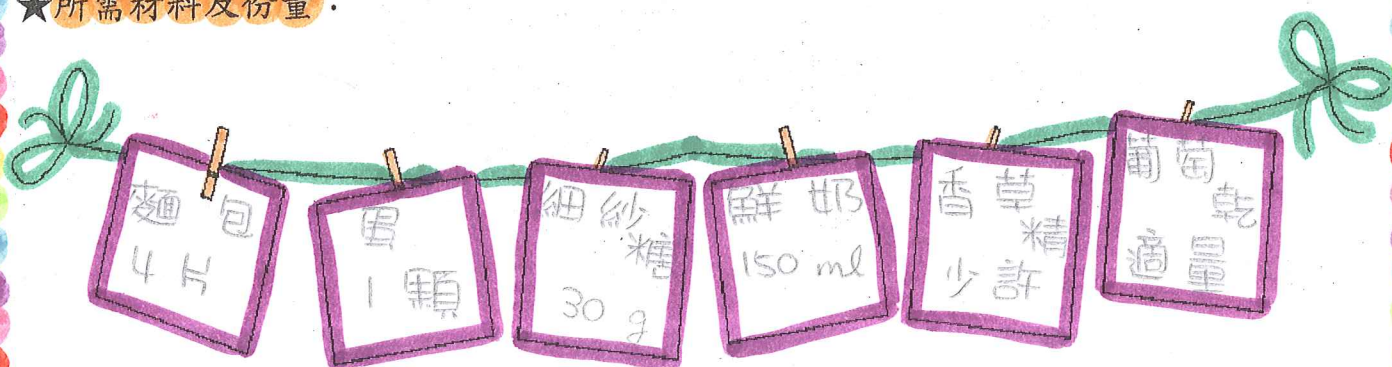


小鳳凰超級任務(高)~我的手路菜

「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！

菜名：麵包布丁(2人份) 家人評分：★★★★☆ (請塗色)

★所需材料及份量：



★作法及步驟：

- 1: 鮮奶用微波加熱至人體體溫後，和蛋、細紗糖一起放入調理盆中，用打蛋器充分攪拌均勻，再加入香草精。
- 2: 在燉類容器的兩側均勻抹上奶油，吐司切成塊狀放入，再將作法1過篩倒入。
- 3: 烤盤內倒入熱水約8分滿；再放上做法2，放入預至150°C的烤箱中烘烤20~30分鐘。

★請在盤子裡畫(貼)出這道美味佳餚吧!(餐具、食物都要上色)



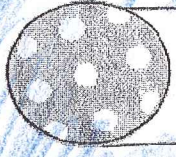
好吃~~

good to eat~~



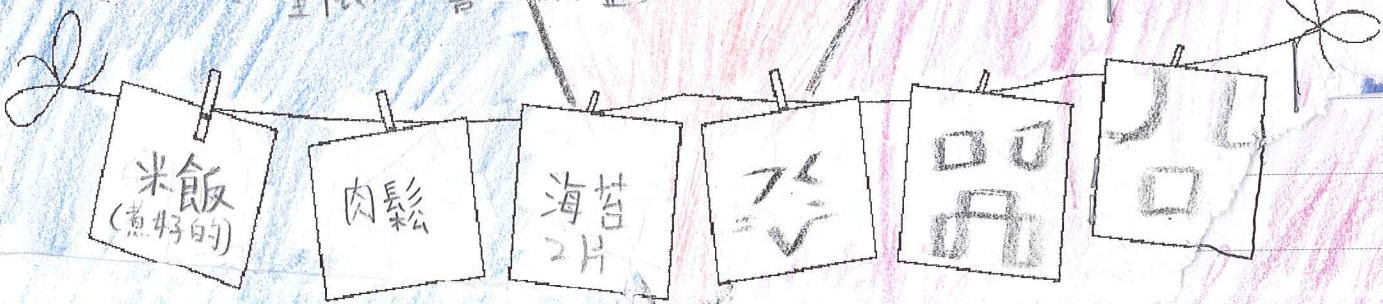
小鳳凰超級任務(高)~我的手路菜

「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！



菜名：超簡易三步成形肉鬆海苔風味御飯團!!! 家人評分：☆☆☆☆☆ (請塗色)

★所需材料及份量：
(份量依個人喜好調整)



★作法及步驟：

- ①將一片海苔撕成碎並拌入肉鬆中。
- ②用米飯將步驟一做好的東西包起來。(如圖②)
- ③將另一片海苔沿著外圍黏一圈。(如圖③)
- ④完成啦!!!



★請在盤子裡畫(貼)出這道美味佳餚吧!(餐具、食物都要上色)

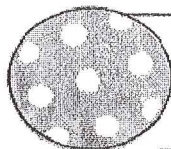




5年8班21號 姓名 曹詩容

小鳳凰超級任務(高)~我家的手路菜

「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！



菜名：炒三鮮

家人評分：★★★★★(請塗色)

★所需材料及份量：

食材

花枝
4枝

魷魚：4枝
白蝦：8枝

玉米筍：6~8枝
紅蘿蔔片：
適量

薑片：適量
蔥：2枝

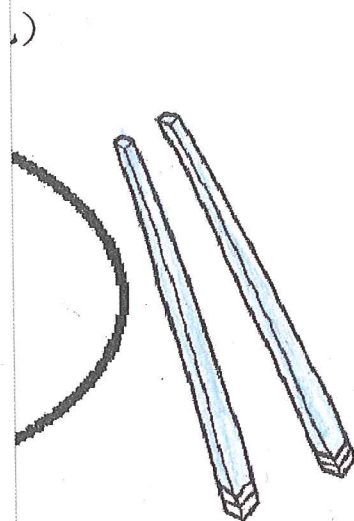
調味料

醬油：適量
鹽：適量

糖：適量
香油：適量
(起鍋前)
烏醋：少許

★作法及步驟：

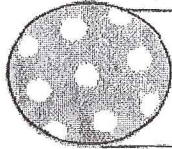
1. 蔥切段 辣椒斜切 蝦剝殼 青腸泥花枝 魷魚洗亮花切
2. 玉米筍斜切3段 紅蘿蔔和沙拉筒切片
3. 蔬菜先川燙
4. 約3分鐘將蝦仁、花枝、魷魚倒入即可起鍋
5. 起鍋先爆蔥，加入食材拌炒並灑上調料提味，起鍋前淋香油讓色澤更鮮。





小鳳凰超級任務(高)~我的手路菜

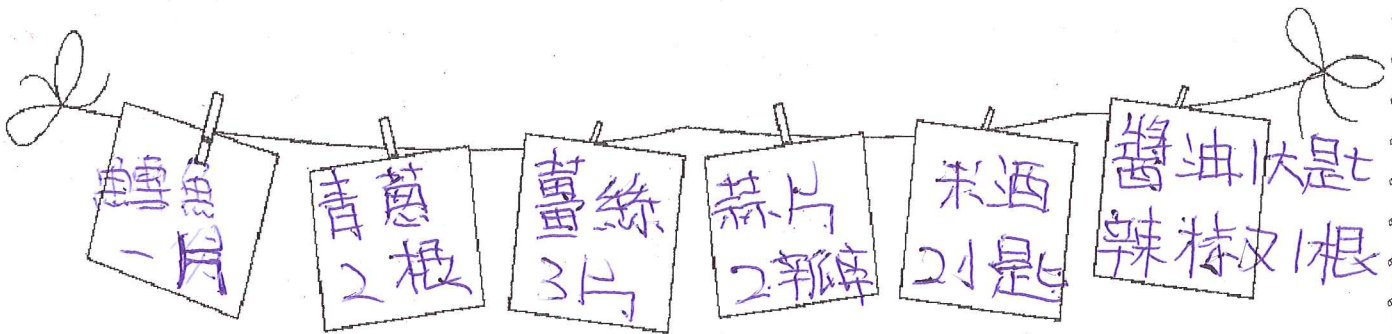
「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！



菜名：清蒸鱈魚

家人評分：☆☆☆☆☆(請塗色)

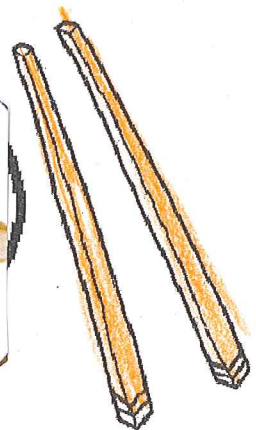
★所需材料及份量：



★作法及步驟：

1. 雙面沾上米酒
2. 淋上醬油
3. 放上薑絲、蒜片和蔥段
4. 先加入約1杯水(放入電鍋蒸)
5. 蒸煮約20分鐘
6. 夾出之前加入的蔥
7. 放上捲薑絲和辣椒絲
8. 用電鍋餘燜
9. 燜2分鐘
9. 完成了這道菜

★請在盤子裡畫(貼)出這道美味佳餚吧!(餐具、食物都要上色)

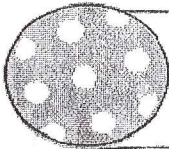




小鳳凰超級任務(高)~我家的手路菜



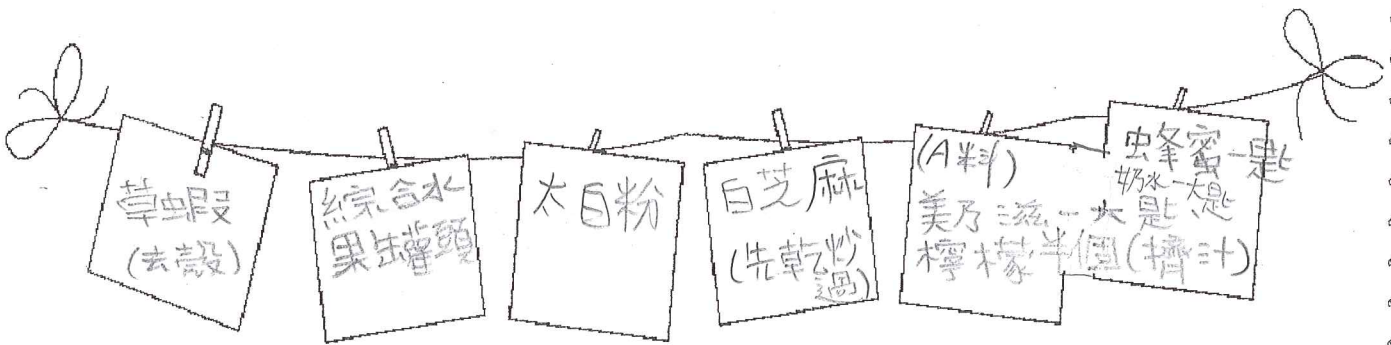
「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！



菜名：果粒 虫段王球

家人評分：☆☆☆☆☆(請塗色)

★所需材料及份量：



★作法及步驟：

- ① 準備適量的油倒入湯鍋燒熱，虫段仁沾太白粉(沾前，虫段仁的水先沾乾避免有水)入鍋油炸，炸至金黃撈起。
- ② 將 A 料調成糊狀，炸好的草虫段倒入拌勻。
- ③ 水果罐頭內的水果金甬盤底，將拌好的虫段仁擺上，炒過的芝麻撒在上面即可。

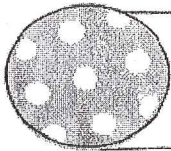
★請在：





小鳳凰超級任務(高)~我家的手路菜

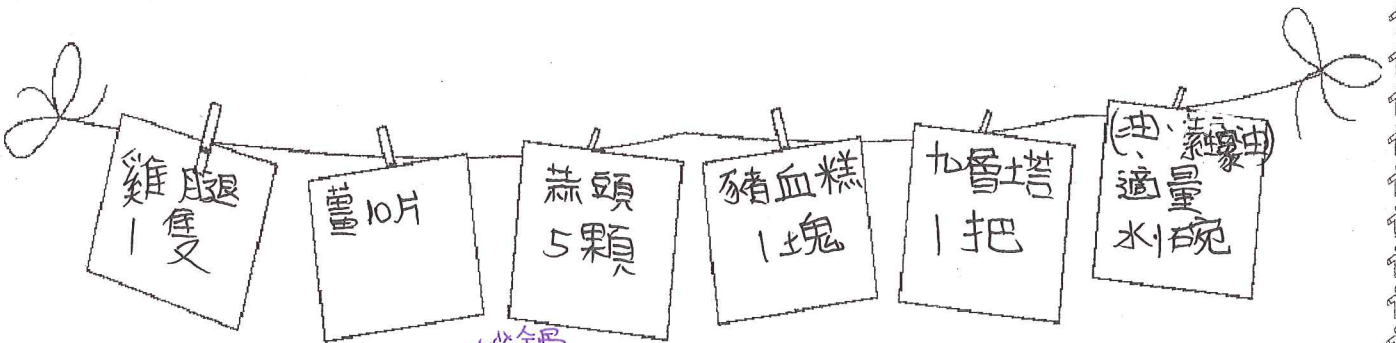
「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！



菜名：三杯雞

家人評分：★★★★☆ (請塗色)

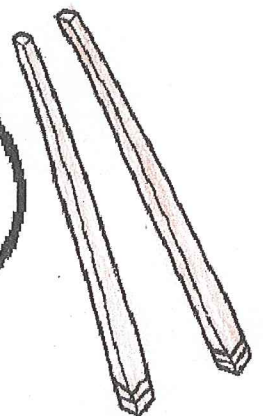
★所需材料及份量：



★作法及步驟：

雞腿先川燙撈起來，^{備用}炒鍋後放油、放薑和蒜頭炒一下，將雞腿放進去先用大火炒3分鐘後放素蠔油再加水中火燜10分中後，加豬血糕小火，燜到軟，最後放九層塔炒一下就完成了。

★請在盤子裡畫



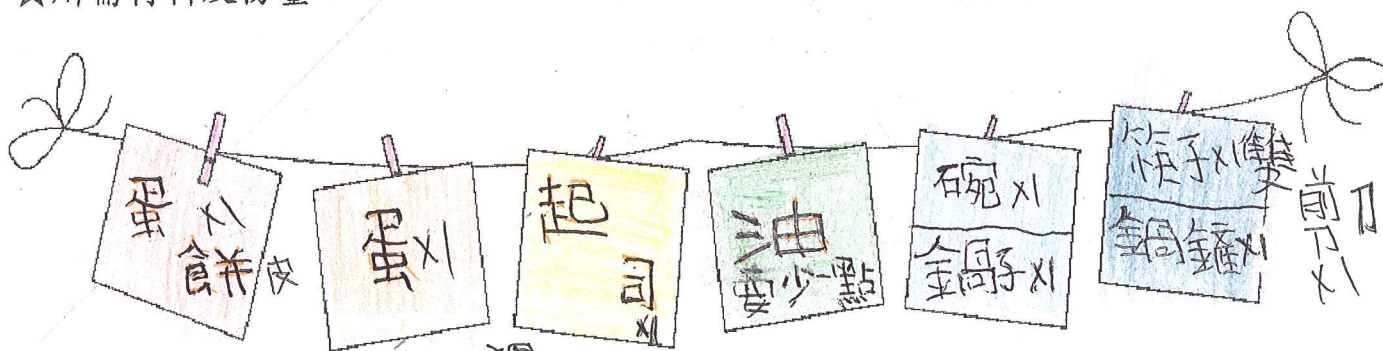


小鳳凰超級任務(高)~我家的手路菜

「手路菜」是台語發音，也就是拿手「私房菜」、「特色菜」的意思。在五月孝親月請你學一道你們家特別的「手路菜」，並且和家人分享吧！

菜名：**起司蛋餅** 家人評分：★★★★★(請塗色)

★所需材料及份量：



★作法及步驟：

首先把蛋打在碗裡用筷子攪拌攪拌，在把油到在鍋子裡，在把金勺圓的蛋到下去，在把蛋餅皮放下去在用鍋鏟壓一壓，後過一段時間就熟了，然後在把火關掉，在把起司放下去，在把蛋餅捲一卷之後在把蛋餅放在盤子上，第一節就完成了。

★火要用中火來煎蛋餅。

★請在

