

煮泡麵

煮泡麵?還是泡泡麵?

哪一個是**泡泡麵**?



圖片來源: <https://kknews.cc/food/bjk6lrj.html>

<https://sites.google.com/site/shenghuopianzhupaomiandebuzhou/>

哪一個是煮泡麵?



圖片來源: <https://kknews.cc/food/bjk6lrj.html>

<https://sites.google.com/site/shenghuopianzhupaomiandebuzhou/>

煮泡麵



想一想：

煮的烹調方式，需要準備哪些器具呢？

器具與食材準備



器具

1. 湯鍋



2. 鍋勺



3. 餐夾



圖片來源

<https://24h.pchome.com.tw/store/DEAW32>

<https://24h.pchome.com.tw/prod/QFAE1U-A9>

<https://tw.bid.yahoo.com/item/%E3%80%8CCP%E5%A5%BD%E7%89%A9%E3%80%8D304%E4%B8%8D%E9%8F%BD%E9%8B%BC%E5%8A%A0%E9%95%B7%E5%9E%8B%E6%B9%AF%E5%8B%BA-%E5%8F%B0%E7%81%A3%E8%A3%BD-%E5%A4%A7%E6%B9%AF%E5%8C%99-18-8-%E8%88%80-100193014247>

台灣製



- 想一想，說一說：
- 為什麼要準備餐夾呢？



圖片來源； <https://www.bqb12.com/biaoqing/35752>



- 想一想，說一說：
- 如果沒有餐夾可以用什麼代替呢？



- 想一想：
- 在家或是在學校煮東西時，分別需要哪個重要的工具呢？

提示：加熱食物用的

在家：

4. 瓦斯爐



圖片來源

<https://shopee.tw/%E8%B1%AA%E5%B1%B1%E6%AA%AF%E9%9D%A2%E7%93%A6%E6%96%AF%E7%88%90-ST-2173-%E5%85%A8%E6%96%B0%E5%93%81-%E3%8A%A3-%E4%BF%9D%E8%AD%89100-%E5%8E%9F%E5%BB%A0%E5%85%AC%E5%8F%B8%E8%B2%A8-%E3%8A%A3-%E9%9D%9E%E4%BD%8E%E5%83%B9%E5%BA%AB%E5%AD%98%E8%B2%A8-%E6%9C%89%E8%B2%A8%E5%8F%AF%E8%87%AA%E5%8F%96-i.13195283.1196245422>

在教室：

4. 電磁爐

延長線



圖片來源

<http://shop.9in1.net/6034691-%E5%A4%A7%E5%90%8C%E9%9B%BB%E7%A3%81%E7%88%90-TIH-F1300W>

https://www.google.com.tw/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fimageproxy.pimg.tw%2Fzoomcrop%3Furl%3Dhttp%253A%252F%252Ffarm4.staticflickr.com%252F3712%252F10730847994_d8b3608d8e_o.jpg%26width%3D380%26height%3D228&imgrefurl=https%3A%2F%2Ffantfu.pixnet.net%2Fblog%2Fpost%2F399517123&tbnid=pVQ3ScDSpgP1zM&vet=12ahUKEwiH19D2zPT3AhVVZt4KHQCjBFcQMygTegUIARDmAQ..i&docid=YAeXxvR-arloBM&w=380&h=228&q=%E5%BB%B6%E9%95%B7%E7%B7%9A&ved=2ahUKEwiH19D2zPT3AhVVZt4KHQCjBFcQMygTegUIARDmAQ#imgrc=pVQ3ScDSpgP1zM&imgdii=X-35cSolaa3POM



- 想一想：
- 想要吃煮好的泡麵，需要哪些器具呢？

5. 大碗

6. 筷子



圖片來源

https://www.google.com.tw/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fimg.muji.net%2Fimg%2Fitem%2F4945247251791_1260.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.muji.com.hk%2Fzh%2Fproduct%2F4945247251791&tbid=bM6UvtfBdr9YDM&vet=12ahUKEwjuwYTqzvT3AhVSS_UHHX4iDSUQMygNegUIARdYAQ..i&docid=rYBmg3bevu0CMM&w=1260&h=1260&q=%E7%AD%B7%E5%AD%90&ved=2ahUKEwjuwYTqzvT3AhVSS_UHHX4iDSUQMygNegUIARdYAQ

<https://cf.shopee.tw/file/def891a9b469c8e048f1a18f41a4b2f2>



食材

食材1

1. 泡麵(哪種比較適合用來煮呢?)



圖片來源

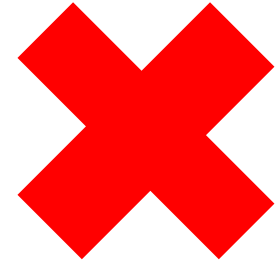
[https://www.google.com.tw/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fwww.pxpay.com.tw%2Fimages%2Fad_file%2Frecipe%2F%25E7%25B5%25B1%25E4%25B8%2580%25E8%2582%2589%25E7%2587%25A5%25E9%25BA%25B5.PNG&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.pxpay.com.tw%2Fpx%2Fingredients.px%3Fid%3D2573&tbnid=bz25yubpFeHk9M&vet=12ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoCnoECAAQA..i&docid=KcMkWAybQ9NDOM&w=510&h=383&itg=1&q=%E7%B5%B1%E4%B8%80%E6%B3%A1%E9%BA%B5\(%E8%A2%8B%E8%A3%9D\)&ved=2ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoCnoECAAQA](https://www.google.com.tw/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fwww.pxpay.com.tw%2Fimages%2Fad_file%2Frecipe%2F%25E7%25B5%25B1%25E4%25B8%2580%25E8%2582%2589%25E7%2587%25A5%25E9%25BA%25B5.PNG&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.pxpay.com.tw%2Fpx%2Fingredients.px%3Fid%3D2573&tbnid=bz25yubpFeHk9M&vet=12ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoCnoECAAQA..i&docid=KcMkWAybQ9NDOM&w=510&h=383&itg=1&q=%E7%B5%B1%E4%B8%80%E6%B3%A1%E9%BA%B5(%E8%A2%8B%E8%A3%9D)&ved=2ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoCnoECAAQA)

[https://www.google.com.tw/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fecimg.tw%2Fitems%2FDBAA00A90053JEZ%2F000001_1624242713.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2F24h.pchome.com.tw%2Fprod%2FDBAA00-A90053JEZ&tbnid=sjGOB791udc7_M&vet=12ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoAhoECAAQew..i&docid=G8kwcYLaDSRMM&w=640&h=640&itg=1&q=%E7%B5%B1%E4%B8%80%E6%B3%A1%E9%BA%B5\(%E8%A2%8B%E8%A3%9D\)&ved=2ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoAhoECAAQew](https://www.google.com.tw/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fecimg.tw%2Fitems%2FDBAA00A90053JEZ%2F000001_1624242713.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2F24h.pchome.com.tw%2Fprod%2FDBAA00-A90053JEZ&tbnid=sjGOB791udc7_M&vet=12ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoAhoECAAQew..i&docid=G8kwcYLaDSRMM&w=640&h=640&itg=1&q=%E7%B5%B1%E4%B8%80%E6%B3%A1%E9%BA%B5(%E8%A2%8B%E8%A3%9D)&ved=2ahUKEwisi9_Tg_X3AhWURvUHHZ_VC8sQxiAoAhoECAAQew)

泡麵(哪種比較適合用來煮呢?)



想要煮成湯麵，選哪個比較適合呢？

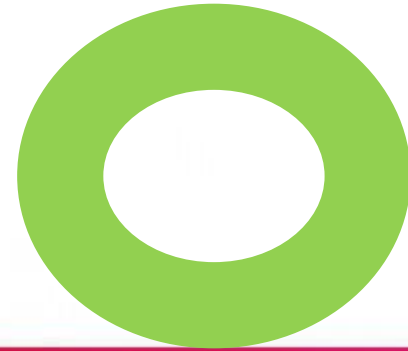


圖片來源

https://goleaf.my/index.php?route=product/product&product_id=454

<https://shopee.tw/%E3%80%90%E5%88%A9%E4%BE%86%E7%A6%8F%E3%80%91%E5%91%B3%E4%B8%B9%E3%80%8A%E5%91%B3%E5%91%B3A%E3%80%8B%E6%8E%92%E9%AA%A8%E9%9B%9E%E4%B9%BE%E9%BA%B5%EF%BC%8DXL%E9%87%8D%E9%87%8F%E5%8C%85-123g%EF%BC%884%E5%8C%85%E5%85%A5%EF%BC%89-i.203808231.4722945404>

想要煮成湯麵，選哪個比較適合呢？



這兩種麵要怎麼吃呢？



圖片來源

<https://24h.pchome.com.tw/prod/DBAA00-A90055NH8>

<https://www.postmall.com.tw/ProductDetail.aspx?uid=3061&p rod=959856>

A組任務1

請你上全聯線上購網站選購適合用來煮的泡麵。

1. 請點選老師分享的連結，
2. 選出適當的泡麵，
3. 複製泡麵的圖檔傳到line。

<https://shop.pxmart.com.tw/v2/official/SalePageCategory/295?sortMode=Sales>

B組任務1

請從下面中選出適合用來煮的泡麵。

①



②



③



圖片來源

<https://shop.pxmart.com.tw/v2/official/SalePageCategory/295?sortMode=Sales>

本次示範使用的泡麵是





家裡煮泡麵，如果每人一包泡麵，應該準備幾包才夠呢？

1. 要準備誰的呢？
2. 一共需要幾包？

食材2

說說看，除了泡麵外，
還可以放哪些種類的食材呢？



圖片來源

<https://hd.stheadline.com/news/realtime/hk/2054553/%E5%8D%B3%E6%99%82-%E6%B8%AF%E8%81%9E-%E5%81%A5%E5%BA%B7talk-%E8%94%AC%E8%8F%9C%E7%94%9F%E9%A3%9F%E6%88%96%E5%82%B7%E8%BA%AB-%E7%87%9F%E9%A4%8A%E5%B8%AB%E6%8F%90%E9%86%92%E5%B0%8F%E5%BF%83%E5%A3%9E%E8%85%8E%E6%88%96%E5%BF%83%E8%87%9F%E7%97%85%E7%99%BC>

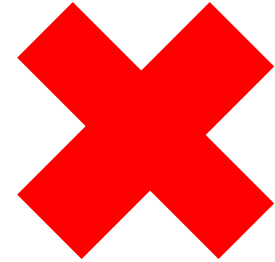
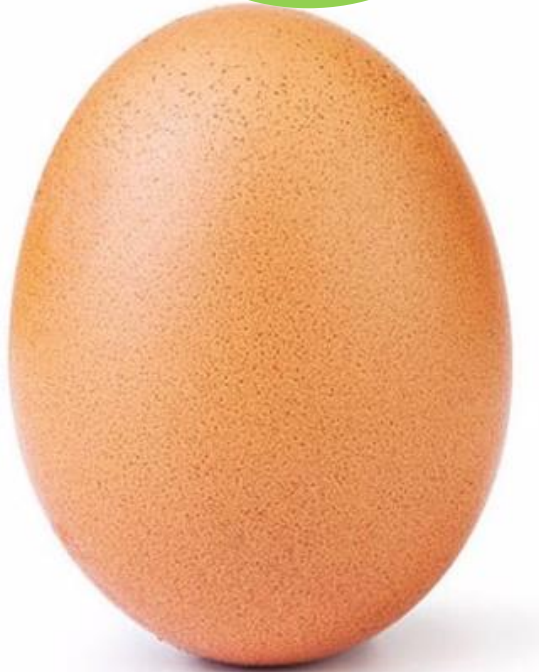
<https://health.ltn.com.tw/article/breakingnews/3787059>

說說看，除了泡麵外，
還可以放哪些種類的食材呢？



食材3

說說看，除了泡麵以及蔬菜外，還可以放哪些
種類的食材呢？



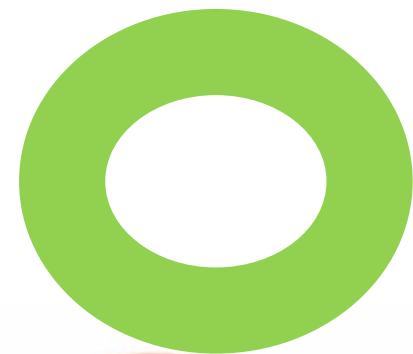
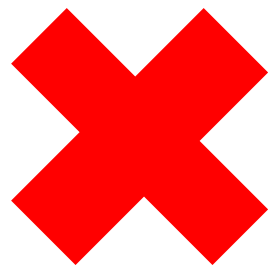
圖片來源

<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E7%9A%AE%E8%9B%8B>

<https://www.cool3c.com/article/140503>

<https://www.youtube.com/watch?v=qkuSH-lqz0g>

說說看，除了泡麵以及蔬菜外，還可以放哪些
種類的食材呢？



說說看，除了泡麵以及蔬菜外，還可以放哪些
種類的食材呢？



食材4

說說看，除了泡麵、蔬菜以及雞蛋外，還可以放哪些種類的食材呢？



圖片來源

<https://www.wecook123.com/shop/4543823/>

<https://www.esther7.com/2016/12/LAUREL.html>

食材5

說說看，除了泡麵、蔬菜、雞蛋以及火鍋料外，
還可以放哪些種類的食材呢



圖片來源

www.gofresh.com.tw

<https://www.freshgo.com.tw/products/%E6%A2%85%E8%8A%B1%E8%B1%AC%E7%81%AB%E9%8D%8B%E8%82%89%E7%89%87>

<https://24h.pchome.com.tw/prod/DBAK1F-A9009CB5Y>

重點整理

說說看，煮泡麵可以加哪些種類的食材呢？

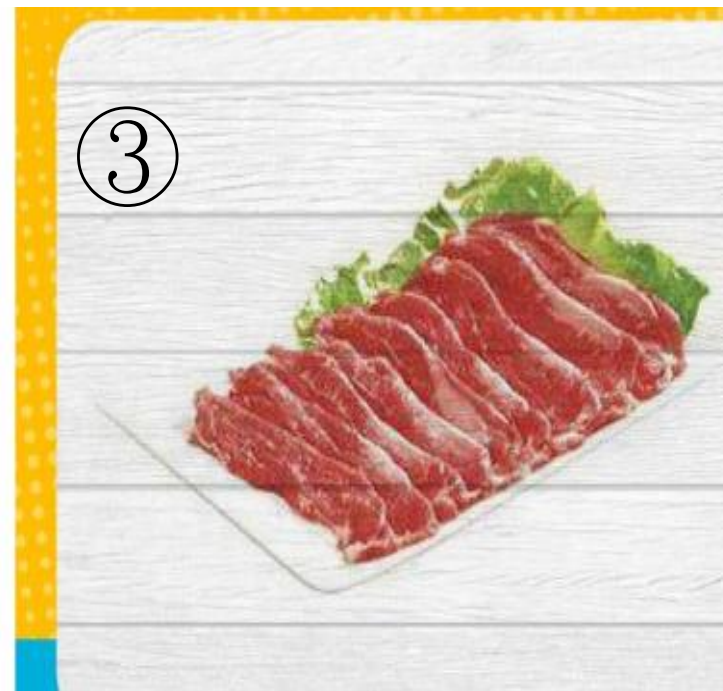
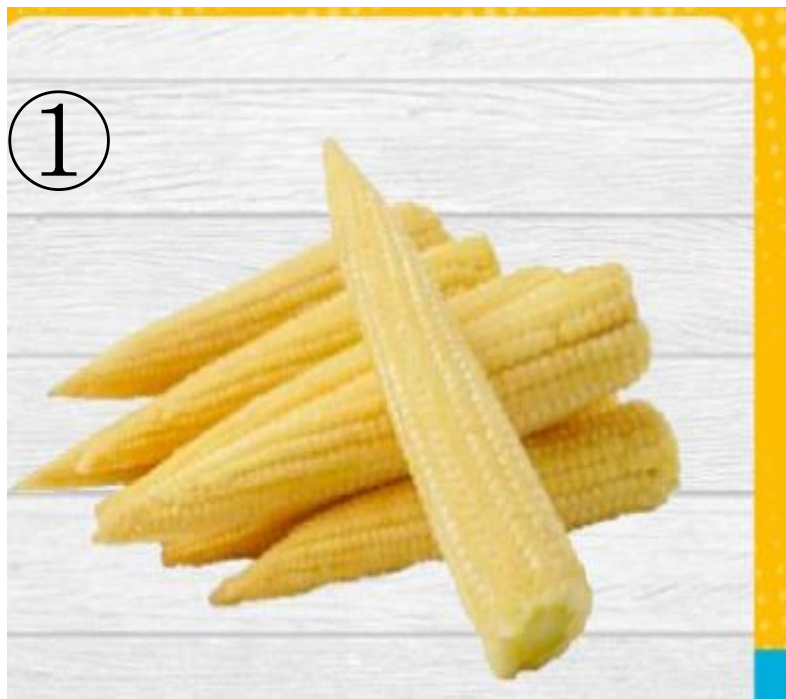
A組任務2

請你利用全聯線上購選購適合加入泡麵中一起煮的食材。

1. 點選連結
2. 選擇1項你覺得適合和泡麵一起煮的食材，
3. 複製並傳line。

B組任務2

請你從以下食材中選擇適合加入泡麵中一起煮的食材。



本次示範要加入泡麵
的食材是



煮泡麵的步驟及注意事項

作法1

湯鍋裡裝水。





包裝上說煮一包泡麵要裝多少水呢？

②沖入沸騰開水到八分滿(約450毫升)為止，蓋上後放置3分鐘。

貼心小叮嚀：調味包請依個人口味酌量添加



450毫升是多少呢?要怎麼量呢?

作法2

加熱，等水煮滾。





說一說，要怎麼知道水滾了呢？



<https://helloyishi.com.tw/eye-health/understand-the-function-of-your-eye/>



<https://health.udn.com/health/story/5969/4553535>

作法3

打開泡麵，

拿出調味料包。



調味料包



作法4

撕開調味粉包和調味油包，

放進鍋中。



作法5

拿出蝦餃、燕餃和
蟳味棒，放進鍋中。
等它們煮滾浮起
(煮約3分鐘)。



圖片來源

<https://drugs.>

48

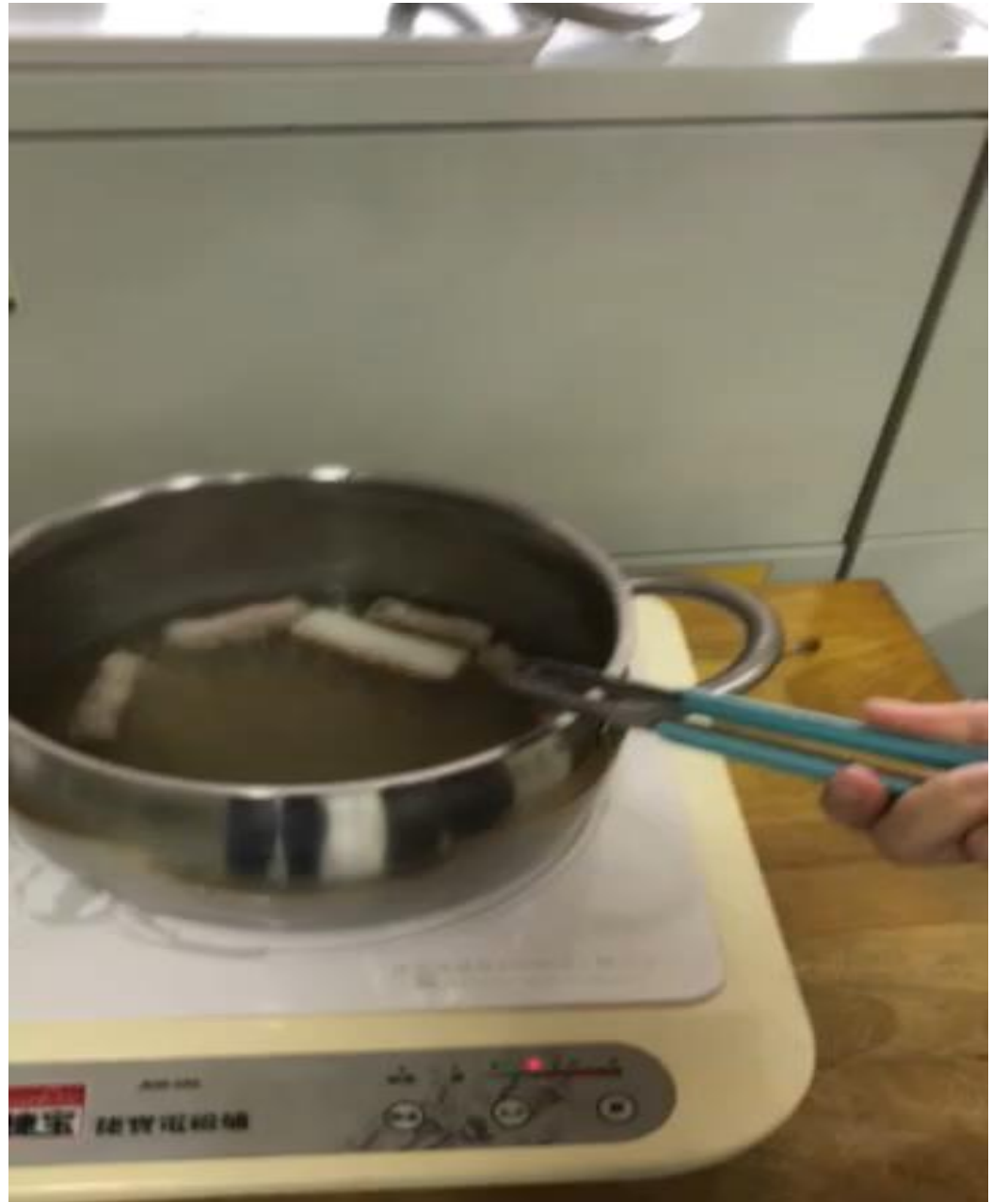
<https://world.taobao.com/item/581589944137.htm>

<https://www.saydigi.com/2016/12/hotho.html>

作法6

再放入麵。

煮約2分30秒。



作法7

煮麵途中，用餐夾

將麵稍微撥開。



作法8

2分30秒時間到，用餐夾
夾麵，再用湯勺舀湯。



課後評量



快問快答A

請說出煮泡麵的步驟

時間限制：
1分鐘

時間到！



1. 湯鍋裡裝水。(1包泡麵要加多少水呢?)
2. 加熱，等水煮滾。(怎麼知道水滾了?)
3. 打開泡麵，拿出調味料包。
4. 撕開調味粉包和調味油包，放進鍋中。
5. 拿出蝦餃、燕餃和蟳味棒，放進鍋中。
等它們煮滾浮起(煮多久呢?)。
6. 再放入麵。煮約____分____秒。



快問快答B

看圖說出煮泡麵的步驟

時間限制：
1 分鐘

時間到！



Step1 等待水煮沸。



回家任務

請你在家人陪同下，試著煮泡麵給家人吃。
並拍照或錄影上傳。