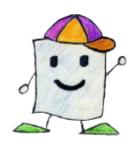
## 馬鞍山聖若瑟小學



# 類你同行



# 學生報

2019年7月 第三期

# Y W 4

# 民以食為天

\*\*\* \*\*\*

塚原麻伊

採訪:曾子棋、楊芷晴、



你愛吃甚麼?

古語有云:「民以食為天。」為甚麼人們覺得「吃」是最大的事情呢?這正正反映了中國人民以食物為第一大事,我們和朋友見面時,打招呼往往習慣說:「吃飯了嗎?」可見民以食為天的觀念已深深滲透到我們中國人的生活當中。

我最喜歡吃日本的壽司,因為吃起來方便 快捷,又很美味。

我喜歡吃薯片,因為很好吃。我很喜歡吃日本的食物,因為有很多不同的菜式,有壽司、拉麵、天婦羅……

我喜歡吃蔬菜,因為蔬菜很健康。我較喜歡吃日式的食物,因為日本人很注重食物物,因為日本人很多數食物都很好吃。



記者總結:

我們發現同學們大多喜歡吃日式的 食物,可見我們飲食文化深受不同 地方影響。

這一期,我們 會介紹不同國家的食物, 讓大家「大飽眼福」! 我喜歡吃壽司,因 為讓人感到飽足。 我會比較喜歡吃日 式的食物,因為每 樣菜式都很好吃。

5A 吳宛凌

我喜歡吃年糕,因為有咬勁, 黏黏的。我偏好於中式食物, 因為我從小到大一直都在吃中 式食物,再加上我的家人是廚 師,在茶餐廳工作,常常煮中 餐給我吃







## 亞洲美食

#### 資料搜集: 曹沁沂、張敬朗、 李明珠、庚誠謙



#### 漿果汁 (俄羅斯)

## 大匯集

蕃茄蛋醬 Shakshuka (以色列)



以色列屬於中東地區,因 此飲食上與鄰近阿拉伯國 家相似

大部分人喜歡把 Shakshuka 當早餐享用,紅通通一盤香料。 蕃茄加蛋的醬,配上麵包和蔬菜,變成了一天的元氣來源。

羊肉串Kebab (中東)

Kebab是把原味或調味 過的肉塊用鐵叉串起來 烤,上桌之後可以把肉抽 出來,拿大餅包著肉吃。 阿拉伯地區大多都是穆斯 林,所以食物中一定不會出現 豬肉,所以羊肉算是他們主要 食用的肉類。



咖哩 (印度)



咖哩起源於印度, 其特點是以多種香料作為材料,通常包括薑黃粉,新鮮或乾的辣椒, 複雜的組合而成,其辛辣與香味可以幫助遮掩 羊肉的腥騷。

17世紀,歐洲殖民者來到印度展開殖民統治,就把這些香料帶到歐洲,同時又隨著南亞的移民傳入東南亞,咖哩繼而傳播到世界各處。



蝦醬飯、芒果糯米飯 (泰國)

泰國位於熱帶地區, 氣候潮濕

和炎熱,所以各種蔬菜和水果都極其豐富,泰國一般的主食就是本土種出的茉莉香米。泰國菜色彩鮮生品,味道又甜又酸,極為鮮味。數醬飯一般搭配甜香腸、甜肉、雞蛋卷、鴨蛋等佐餐,再加斯大學。

泡菜 (韓國)

韓國的冬天寒冷又漫長,土地被白雪覆蓋而不長蔬果,使當地居民沒有新鮮蔬菜可食用。所以,人們在秋季便將收成的蔬菜以鹽醃漬或放入醬、醋、調料醃製,使其發酵,以此維持冬天所需的蔬菜。久而久之,泡菜在韓國形成一種傳統飲食文化。

餃子 (中國)



餃子是中國東漢醫聖張仲景發明, 當時的餃子是與藥物一起用來治病。在 新春包餃子時,人們常常將金如意、 糖、花生、棗和栗子等包進餡裏,寓意 來年的日子更健康長壽,圖個吉利。



### 老師專訪--猜猜他們愛吃甚麼?

採訪:廖寶儀、盧科里、曾子棋

外圍白而軟,心臟黃而甜, 吃了一口漏黃汁。 猜猜我愛吃甚麼?

5条: 频量包



一群羊把草吃光。 (提示:用普通話) 猜猜我愛吃甚麼?

**蕁草:案答** 



李文嘉姑娘

45



海裏小鮮肉。 猜猜我愛吃甚麼?

辅承: 案各



杜潔英老師

START

鐵板餐中的常客, 咬了一口十分嫩, 七分熟是最好吃。 猜猜我愛吃甚麼?

批斗∴案答・

## 好書介紹

撰稿:林嘉淇、江雨鍶

我們今天要介紹的一本書叫《哪裏的食物最好吃?》。那麼哪裏的食物最好吃呢?

故事中Bibbie 和Vivi的爸爸去歐洲工作三個星期,出差的爸爸在電腦中和他們玩猜謎遊戲,爸爸讓他們憑食物的圖片猜他今天在歐洲的哪個地方。爸爸發了一張有炸魚和薯條的照片出來,你們知道是哪個國家的食物嗎?你們想知道爸爸跟他們說了甚麼謎語嗎?到底哪裏的食物最好吃呢?就來閱讀這本書吧!

這本書讓我們認識了很多世界美食,我們覺得這本書適合所有人看,因為這本書有各地美食的圖片,簡單易明,例如:薯條、炸魚、香腸、豬手、披薩、蛋糕、紅燒魚……這本書亦令我明白了不同地方有不同的飲食文化,而且都是獨一無二的,所以我們應該互相尊重和欣賞世界各地的飲食文化。

看著這本書裏的食物,令我們不禁口水直流,真想馬上到歐洲吃盡當地美食。如果你們對歐洲美食感興趣,可以去學校圖書館借閱來看!



作者:何巧嬋 出版資料:新雅文化;2017年

撰稿:許然、曾子棋

今天我們會介紹一本書——《手繪地圖百科——環遊世界美食之旅》,這本書是關於世界各地的傳統美食,看完這本書後我明白到除了我們認識的日本壽司、韓國泡菜等,其實還有很多我們未聽過的食物,例如:厄瓜多爾的蛋白霜、埃及的富爾梅達梅斯、秘魯的秘魯甜甜圈·····

當中令我們最深刻的地方是摩洛哥,作者會先在色彩繽紛的地圖上介紹該地的特產 、美食和不同的動植物,圖文並茂。譬如摩洛哥的傑拉丹鹽和艾勒尼夫孜然,傑拉丹鹽 在摩洛哥已經存在了超過二百年以上,是在陸上蒸發池中萃取的鹽,用來調味的;艾勒 尼夫孜然簡稱孜然,味道香辣,在摩洛哥餐廳的餐桌上一定會出現的一種香料。透過這 書的介紹,我們獲益良多,尤其是它運用圖畫來記載豐富的知識,所以十分有趣!

看完這本書後,我們感慨原來世界上還有很多我們不認識的美食。如果有興趣閱讀 這本書,就到圖書館借閱吧! 作者:Giulia Malerba

出版資料: 世界出版社;2017年



# 遊戲樂園

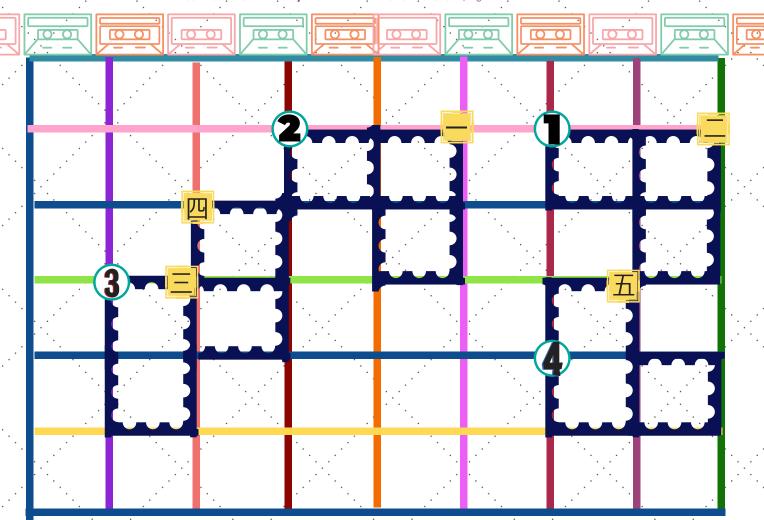
## 食物大填充!

設計及繪畫:

曹沁沂

遊戲玩法:

試根據提示,填上適當的答案。



#### 橫:

- 1.又大又紅, 和雞蛋是好朋友。
- (猜一種蔬菜)
- 2.橢圓形的,一打即破。(猜一種食物)
- 3.冰冷的棒棒糖,但卻不是糖。
  - (猜一種食物)
- 4.有些黑色,有些紅色,又甜又鹹。
  - (猜一種新年食品)

#### 直

- 一.生日必備,有多款味道。(猜一種甜品)
- 二.又長又圓的身軀,穿紫色衣服。

#### (猜一種蔬菜)

- 一三.軟綿綿的,入口即溶。(猜一種甜品)
  - 四.金黃色的,一到快餐店便看得到。
    - (猜一種快餐食品)
  - 五.外皮是綠色的,內裏或紅或黃。
    - (猜一種水果)