

2019/5/6

久久留香韭菜盒手路菜-eeWOW新聞

eeWOW.com 新聞網

國際兩岸 | 社會地方 | 府會港區 | 司法警政 | 政治軍聞 | 文教藝文 | 財經產業 | 醫療環保

Google Custom Search

eeWOW.com 新聞 新聞脈絡 生態保育 滬滬銜道 交通旅遊 產業消費 宗教

Google 提供的廣告 電話食譜 簡單食譜 台灣景點

3.30 多城商 800 價以上 3.30 倍 3.30 倍 08:00-12:30 報名費 運費 加倍

重要聲明宣告:以下內容不代表本站立場,均由使用者或記者即時上載資料,專業記者歡迎來信加人k0910717090@hotmail.com.

久久留香韭菜盒手路菜

限時搶購:

2019年05月05日

註記本稿新聞

【記者丁上／報導】純手工製的韭菜盒，有著單純的麵皮香，包裹上自己喜歡的各式各樣食材，變化多端，無論主食或是點心輕食，都是絕佳的好選擇，且製作過程簡易又有趣，非常適合親子同樂！高雄市立社會教育館於108年5月5日在本市旗津區中洲國小舉辦一場「久久留香韭菜盒手路菜」活動，讓大小朋友們合作DIY傳統美食，民眾參與相當踴躍，場面熱鬧滾滾！



當天的活動，主辦單位特別邀請於手創廚藝界有著豐富教學經驗的張瓊尹老師蒞臨指導。張老師向參加的親子們說明本次活動所需主要食材為：麵粉、韭菜、豆乾、冬粉、蛋、蝦皮。使用調味料為：胡椒粉、鹽、雞粉、香油。其製作流程為：

- 一、將3杯中筋麵粉及1杯熱水倒入大碗公內，用筷子撥散。
- 二、再加入4分之3杯冷水，揉成麵糰後，靜置醒麵。
- 三、將韭菜切成小段、豆乾切丁、冬粉泡軟切段。
- 四、將3顆蛋打散，起油鍋撥炒鬆香備用。
- 五、鍋內放入少許的油，將蝦皮炒香。
- 六、將上述已處理之韭菜等食材全部放進內餡容器中，再加入調味料，攪拌均勻備用。
- 七、桌面灑些麵粉（手粉），取出麵糰切成12份。
- 八、將麵糰壓扁，以桿麵棍擀開成平圓狀。
- 九、麵皮包入餡料，再對折壓平，其收口處若有多餘的麵糰可切除。
- 十、起油鍋開中火，將韭菜盒放入鍋內煎至兩面皆呈金黃色即可起鍋。



推廣陽光社區 台南市積極創新做法

100%太陽能動力豪華觀光遊艇首度展示

縣議員吳亮慶促縣府發展太陽能發電

枋寮鄉番仔崙魚塭發表浮力型太陽光電示範

「±2°C」紀錄片屏東首映並舉行座談

養水種電計畫發電部分收入做國土復育基金

上幾篇提要

聽海潮做公益 慈馨踏浪淨灘撿垃圾

108年度屏東縣模範母親表揚活動

圓夢偏鄉 益童啟航關懷活動5/5岡山壽天宮登場!



春吟high翻旗津 韓國瑜高唱「讓你」
市府盼以「自由貿易經濟特區」突破台灣區域經濟困境



而為了讓現場參與的親子們都能跟著一起動手做，體貼的張老師以分解動作之方式示範各階段的細部流程。受到張瓊尹的活潑教學及志工們的熱心協助，歷時120分鐘的「久久留香韭菜盒手路菜」活動，就在親子們均體驗到DIY的樂趣後圓滿落幕。

主辦單位社教館表示，近來食安問題層出不窮，飲食用餐讓人食不安心，如何讓家人吃到天然口感與健康的食物，更是首要之務，當日活動簡單的製作方式讓大人小孩皆可學習，過程中不但可增進親子間互動，也可讓好的健康飲食文化普遍盛行於每個家庭，培養更多的小朋友及家長們對中華傳統美食產生興趣，承啟傳統以達到寓教於樂的效益。

Google 提供的廣告 景點高雄 健康食材 台南旅遊

搜尋 Google 自訂搜尋

發表網址: <http://www.eewow.com/2019/05/05-32690.htm> 文章應用

Digital earth protection 建議使用IE 5.0 以上 解析 1024x768 瀏覽為佳 | eeWOW重要聲明

府會港區 司法警政 政治軍聞 文教藝文 財經產業 醫療環保 交通旅遊 生活消費 社會地方 國際兩岸 生活百科 旅遊景點 體育相關 不可思議

營業項目 廣告刊登 特派/記者/部落客 購物專區



最新新聞 鮮新聞 鮮美食 影音專區 人物誌 文青論壇 好康優惠

鮮來購 電子報

站內搜尋... 搜尋

高市社教館前進旗津中洲國小 邀廚藝專家張瓊尹指導親子手作韭菜盒

2019/5/5 下午 05:27:20 記者:高培德 Viewed:30

高市社教館5月5日前進旗津區中洲國小辦理「久久留香韭菜盒手路菜」活動，邀請於手創廚藝講師張瓊尹指導親子利用麵粉、韭菜、豆乾、冬粉、蛋、蝦皮、胡椒粉、鹽、雞粉、香油等素材製作韭菜盒，並下鍋煎至金黃色現場品嚐成果，社教館表示，透過簡易教學，讓大小朋友體驗手作料理樂趣，並藉此增進親子互動情感。圖／社教館提供、文／高培德



高市社教館前進旗津中洲國小 邀廚藝專家張瓊尹指導親子手作韭菜盒

Page 2 of 5



讀者互動



<https://freshweekly.tw/?pn=vw&id=2987fav7qn86>

影音

鮮週報 第...



鮮週報第1...



熱門關鍵字

市政 (1307)

綜合 (6190)

文教 (2050)

2019/5/6