

第五課 簡易蛋餅製作



一、材料：蛋餅皮、雞蛋、蕃茄醬、沙拉油。



蛋餅皮



雞蛋



蕃茄醬



沙拉油

二、工具：平底鍋、鏟子、盤子、筷子、碗。



平底鍋



鏟子



盤子



筷子



碗

三、製作方法：

1. 把雞蛋打到碗裡面。



2. 用筷子把蛋黃和蛋白打散。



3. 熱鍋後倒入沙拉油。



4. 熱油後倒入雞蛋液。



5. 撕開蛋餅皮的塑膠膜。



6. 把蛋餅皮蓋在蛋液上面。



※注意事項：

1. 雞蛋不要過份攪拌，把蛋黃和蛋白打散就可以了。
2. 倒入沙拉油的時候，要拿起平底鍋稍微搖擺，讓沙拉油平均分佈在鍋底。

7. 當蛋液凝 $\frac{3}{2}$ 固 $\frac{1}{2}$ 後翻面。



8. 加入適量的蕃茄醬。



9. 從邊緣以長條狀捲起來。



10. 全部捲成長條狀。



11. 使用鏟子切塊。



12. 起鍋裝盤（完成了）。



※注意事項：

1. 倒入蛋液後，要馬上蓋上蛋餅皮，這樣子蛋液才會黏在蛋餅皮上面。
2. 捲成長條形的時候，寬度約 4~5 公分。
3. 從捲成長條形到切塊起鍋，動作要快，避免燒焦。



學習單

1. 請寫出製作蛋餅的**用具**和**材料**：



【 】



【 】



【 】



【 】



【 】



【 】



【 】



【 】



【 】

2. 請寫出製作蛋餅的**材料**：

3. 請寫出製作蛋餅的**用具**：

4. 請把你的蛋餅作品照片張貼在下方：

