



飲食文學報告- 鬆餅

普二乙 19周依萱
指導老師：鄭名琪

目錄

1

食材

2

作法

3

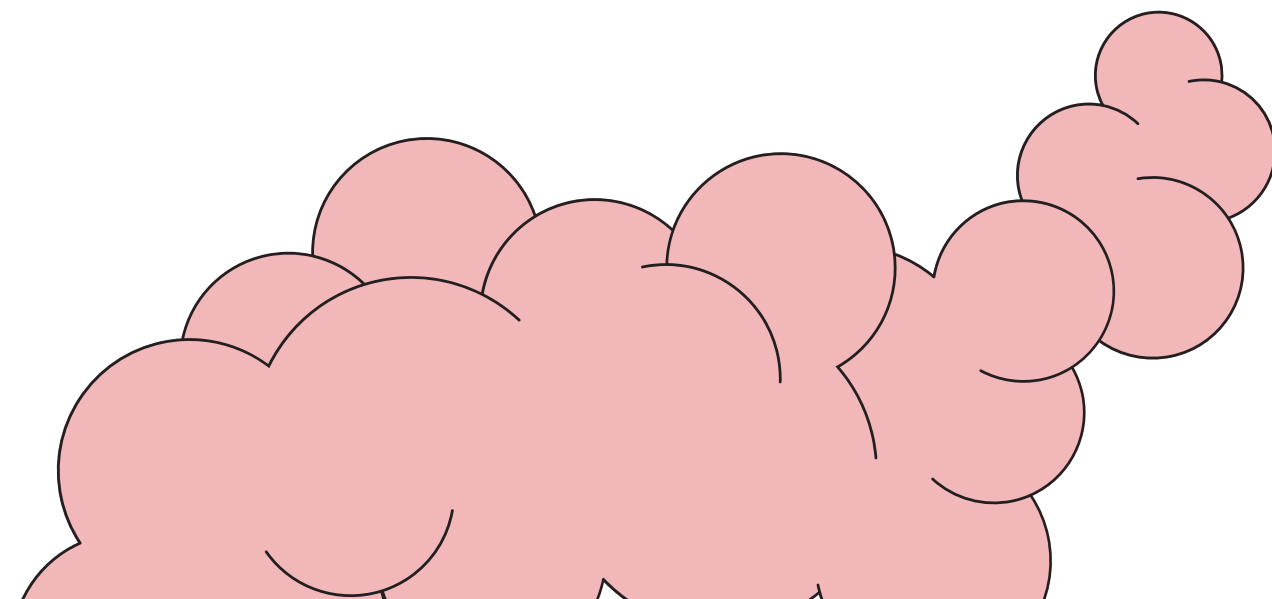
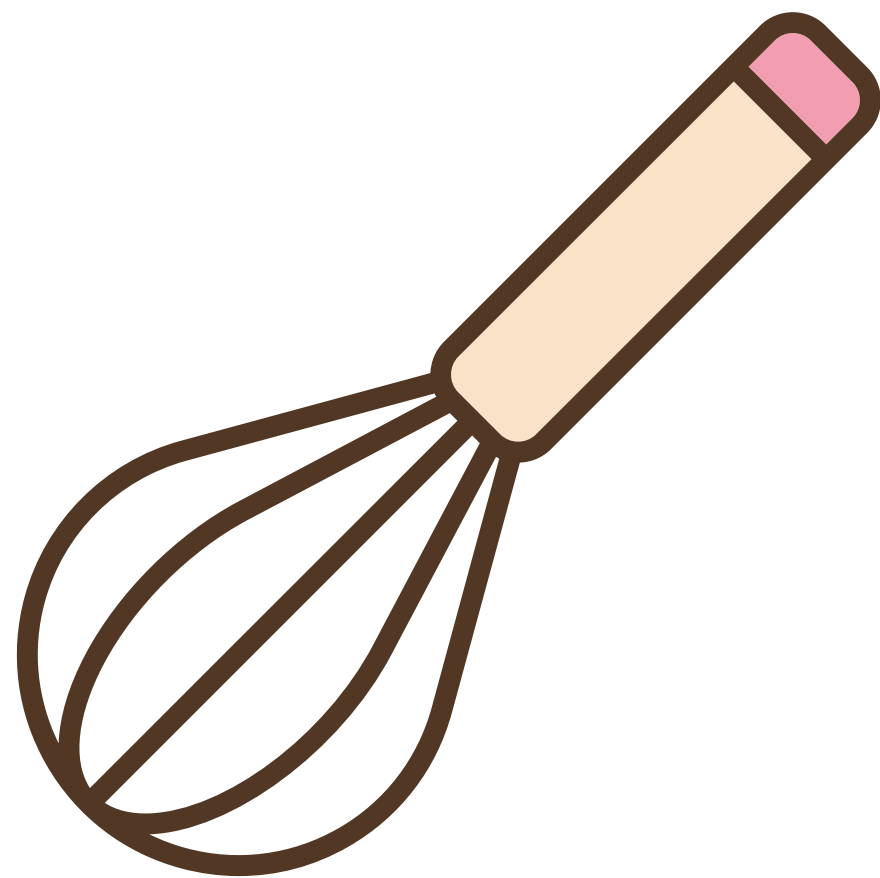
詩

4

與家人的連結

食材

- 日清鬆餅粉 / 80g
- 牛奶 / 30ml
- 雞蛋 / 顆
- 奶油 5g



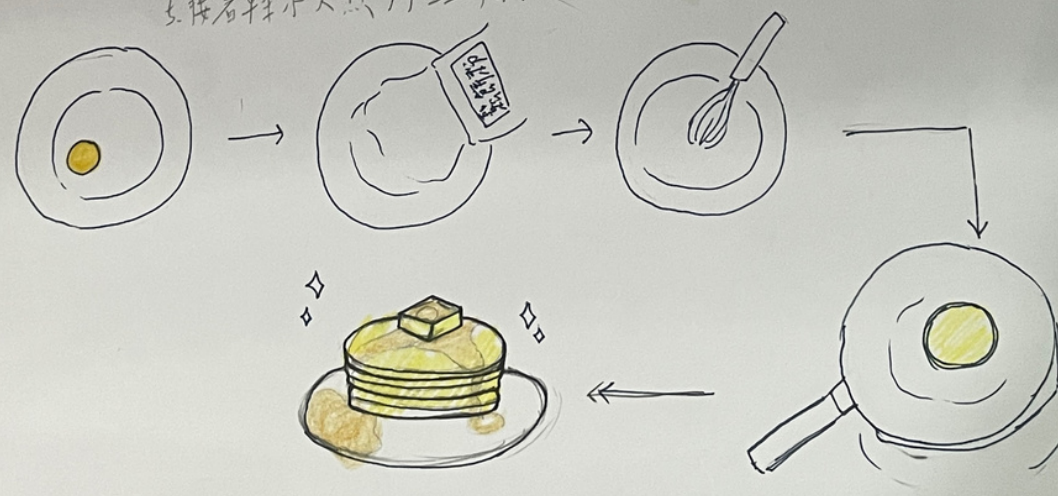
作法

食材：

1. 日清鬆餅粉 180g
2. 牛奶 130 ml
3. 雞蛋 1顆
4. 奶油 3g

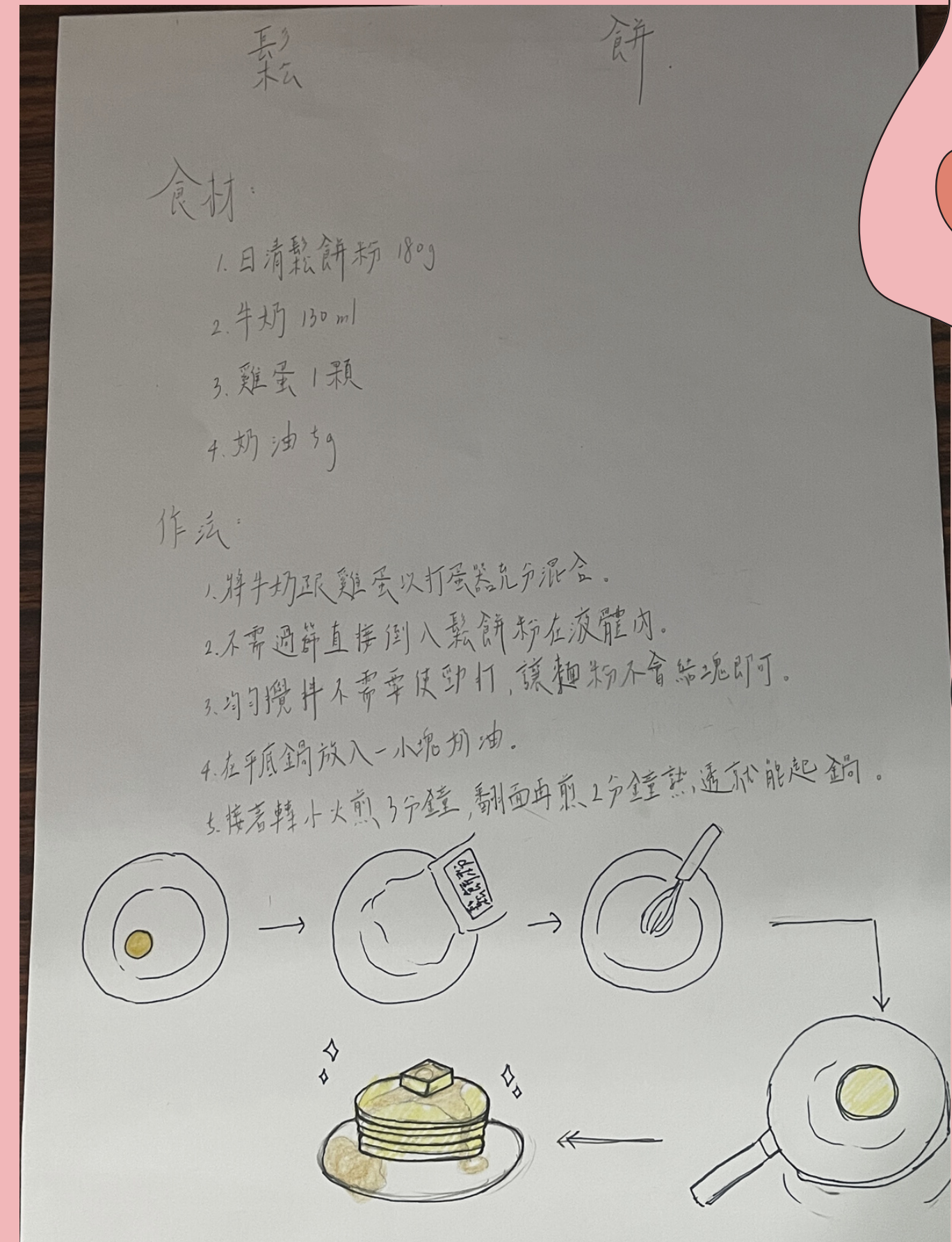
作法：

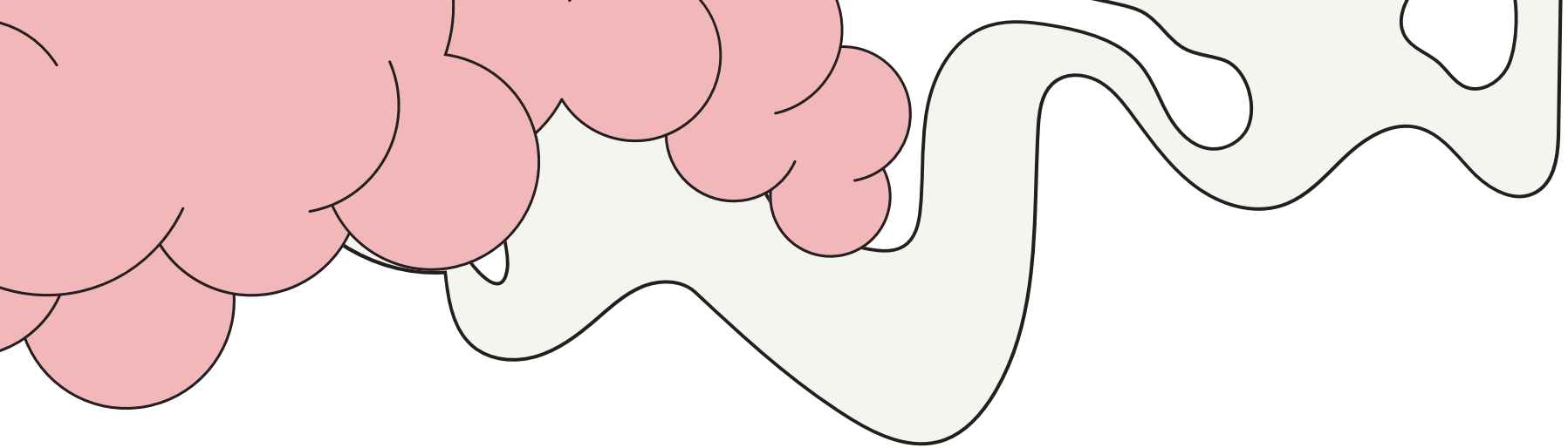
1. 將牛奶跟雞蛋以打蛋器充分混合。
2. 不需過篩直接倒入鬆餅粉在液體內。
3. 均勻攪拌不需要使勁打，讓麵粉不會結塊即可。
4. 在平底鍋放入一小塊奶油。
5. 接著轉小火煎3分鐘，翻面再煎2分鐘熟透就能起鍋。



1. 將牛奶跟雞蛋以打蛋器充分混合
2. 不需過篩直接倒入鬆餅粉在液體內
3. 均勻攪拌不需要使勁打，讓麵粉不會結塊即可
4. 在平底鍋放入一小塊奶油
5. 接著轉小火煎3分鐘，反面再煎2分鐘熟透就能起鍋

牛奶與麵粉的舞蹈開始，
搭配起雞蛋的韻律，迸發
奇妙的旋律。
在鍋中翻轉，微微發出滋滋
聲響，
烘烤的魔法，將幸福帶入
生命的饗宴。





與家人的連結



小時候媽媽常常會做鬆餅給我吃，不論是在炎熱的夏天還是寒冷的冬天，每次最期待最喜歡吃的甜點就是媽媽做給我的鬆餅，不過長大後也許是因為媽媽的工作越來越忙碌，所以越來越不常吃到，現在在外面吃鬆餅的時候都會想起媽媽做的鬆餅。