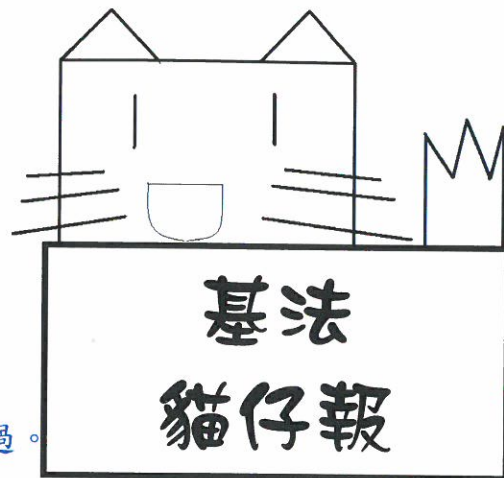


編輯的話：

大家期待已久的《基法貓仔報》又來了！
今期主要為大家報導環球美食，同學們都
爭相投稿，為大家介紹自己喜歡的食物。
另外，還有不少食譜推介，同學們都可以
跟家人齊齊動手製作不同種類的美食。更
有有獎問答遊戲，精彩內容，實在不容錯過。



第三期

2013年7月號

A Banana Boat By Mr. Huen



How nice it is to share a special cool dessert with someone in a relaxing summer day! "A Banana boat" may be a preferable choice.

Ingredients:

1. a banana
2. some ice cream
3. some colourful chocolate grains
4. two finger-cones/wafer sheet
5. 3-4 grapes/ cherries



Procedures:

First, peel the banana off and slice it in half.

Next, put the banana on a plate and put some ice cream onto the banana.

What flavour of ice cream to put on is up to your favourite.

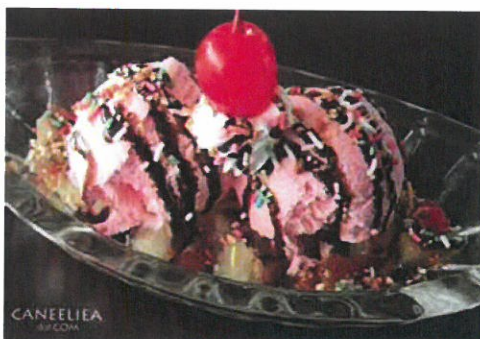
Then, put some chocolate grains on the ice cream that will make dessert more colourful with taste.



After that, put some grapes on the top for decoration.

Finally, stick two finger-cones on both sides and serve it with a teaspoon.

This dessert is easy doing and good for digestion. Try it for your dearest, warmth and appreciation will award you.



我最喜歡的美食是...



1B 郭姿穎

我最愛吃的美食是巧克力，它是用可可粉製成的，也可以做成其他味道。

巧克力的歷史：

巧克力最早是墨西哥製作的。15世紀初期，由西班牙探險家埃爾南多 科爾特斯在墨西哥發現當地的阿茲特克國王正在飲用一種可可豆加水和香料製成的一種飲料。科爾特斯品嚐後，在1528年帶回西班牙，並且在西非的一個島上種植了可可樹。西班牙人將可可豆磨成粉，加入水和糖，加熱後製成的飲料被稱為「巧克力」。這種飲料非常受歡迎。不久，製作這種飲料的方法被義大利人學會，並且很快傳遍了整個歐洲。



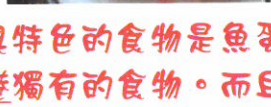
4B 周錦濤

我最喜歡的就是杯子蛋糕，因為吃下去很有口感。蛋糕的口味有很多，如：巧克力、芝士、綠茶紅豆、紅蘿蔔……很多很多。而且口味都很獨特。



5A 鄧嘉怡

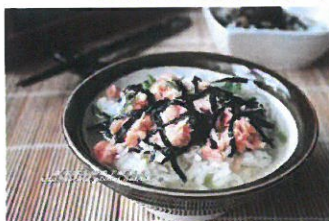
我認為香港最具特色的食物是魚蛋，因為魚蛋是香港獨有的食物。而且我會澆上我最喜歡的沙嗲醬，味道十分可口。



2A 周係彤

我最喜歡雞翼，不論是咖喱雞翼。

醬油雞翼。香茅雞翼……我都非常喜歡，因為這些雞翼的味道都十分美味。



一道我喜歡的中國菜

5B 曾曉騰

今天是星期天，媽媽從菜市場買了東西，我好奇去看看，噢！原來她準備弄我最喜歡的菜——甜玉米鮭魚菜飯。媽媽說：「今天是你的生日，所以我會煮一道你喜愛的菜。」

媽媽叫我和姐姐一起幫忙，材料有鮭魚片三百公克、壽司米一百公克、水少許、甜玉米五百公克和蒜苗十公克。準備好材料後，我們要開始烹調了，首先，壽司米洗好備用。然後，內鍋放入壽司米和蒜苗以外的食材，煮至熟透便可。最後，再拌入蒜苗便完成了。

過了沒多久，鮭魚的香味一下子就撲鼻而來。看見媽媽熱得汗流浹背，我心想：做飯真的很不簡單！

媽媽端着菜出來了，我一看見就樂了：幾塊鮭魚連成一連「河」、甜玉米和蒜苗像「河」邊的「花草樹木」、壽司米像大地保護着地球內部。這熱呼呼的菜，讓我垂涎三尺。我連忙從廚房拿出碗筷，迫不及待地嚐了一點壽司米和鮭魚。哇！壽司米和甜玉米的甜味融合一起，是世上最甜的食物，甜到心裏，跟鮭魚的鹹味混合就像天使和魔鬼在身體裏狂歡。品嚐着這道這道色、香、味俱全的菜的時候，我不禁讚歎着媽媽的手藝。

我們品嚐完這道佳餚，我的腦海裏浮現了一些事情：這道菜對我有甚麼意義？今天是星期天，媽媽本應該好好休息的，但為了我卻願意在廚房裏辛苦地做飯。我心想：我長大後一定要報答媽媽。

齊齊做個小廚神

6B 李家榮 —— 西多士

材料：方包片，雞蛋2隻，蜜糖

做法：

先在士多購買一包方包片，然後把2隻蛋打至6分，將麵包浸滿蛋漿。
(注：2隻蛋可以製作3至4塊包)然後放在油炸，最後把蜜糖倒在西多士上。
美味的西多士便大功告成了！



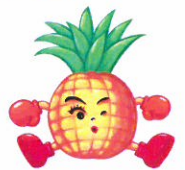
6A 某個幽靈 —— 水果燉蛋

材料：2-3隻雞蛋，2茶匙糖，1茶匙煉奶，3款你喜歡的水果

做法：

1. 先把蛋打到碗中，加糖，攪勻至起泡為止。
2. 再加煉奶，攪勻。
3. 放進鍋裏蒸到變成固體為止，放涼一會兒後，再放進雪櫃2小時。
4. 最後放上你喜歡的水果，即成美味可口的水果燉蛋。

這美食不但切合水果日，還十分有營養！做法和蒸水蛋差不多，製作簡單，非常適合小學生！



6B 劉詩軒 —— 壽司

我最喜歡的食物是壽司，因為有很多不同的種類，例如「鮪魚」、「三文魚」、「飛魚子」等。味道十分可口，又可以和芥末一同進食！其中最喜歡的壽司就是鰻魚壽司。以下是有關製作的食譜。

材料：壽司米、紫菜、刺身、芥末

1. 用壽司米煲成飯，造成不同形狀的飯團。
 2. 用紫菜包上飯團。
 3. 放上刺身，淋上芥末和芥末。(飯團的形狀可發揮創意，自由創作！)
- 其實自製壽司是一件很簡單的事情，不知大家會不會自己製作呢？



4A 李焯鴻 —— 創意健康烏冬

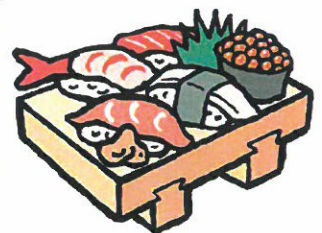
大家好！今日我向大家介紹一個菜，叫做創意健康烏冬，做法如下：

材料：3隻雞蛋，2條紅蘿蔔，3個烏冬，1袋爽口榨菜絲

調味料：鹽1茶匙半，醬油適量，老抽適量，芝士1片

材料預備：紅蘿蔔刨皮，再刨成絲，備用。蛋打勻，備用。烏冬解凍，備用。

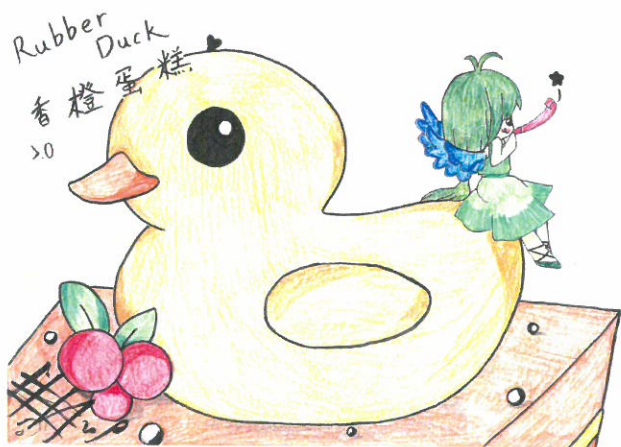
做法：首先，把蛋煎至6至7成熟。再把油放進鍋裏，把蘿蔔絲也放進鍋裏，兜炒。(炒一會兒)，把所有材料和調味料放進鍋裏一起炒，創意健康烏冬便完成了。



3B 俞楠鈺



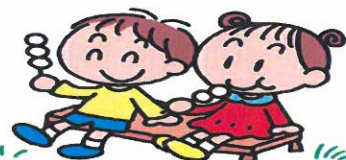
6B 劉清然 我想造給媽媽的



4A 林芯儀 我的喜愛



真情流露



6A 伍寶美

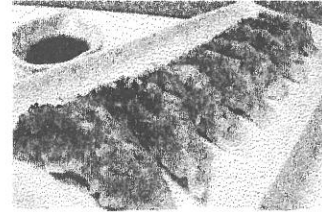
時間過得很快！轉眼間，我已在基法小學渡過了我六年的小學生活。謝謝各位老師悉心的栽培，讓我能學有所成。也多謝我一班同學帶給我無窮的歡樂，讓我能擁有一段美好的回憶。希望大家在將來會更好！

6B 劉詩軒 歲月，不代表停留。

歲月如流，日月如梭。第一次穿上這套校服時，只是一個不知人情世故的小丫頭，相反，當我最后穿上這套校服時，又感覺依依不捨。六年了，在小學已經六年了。從開學的第一天開始，我開心過，徬徨過，驚喜過，迷茫過，每天也是平平無奇的校園生活，非常沉悶。直到四年級，人事開始複雜，我們再不是一個個小娃娃，而是一個真真正正的小女孩、小男孩。回想起一年級，同學種種好笑又「無知」的行為，相信大家也會會心一笑。沒錯，我們已經長大了。2013年的7月，我們就要畢業了，但是我仍然不會因此忘記這些盡力教導我們的老師，一起嬉戲的同學，天真可愛的小師弟、小師妹。

天宇廚房

6B 天宇



一. 煎餃子

材料：麵粉、雞蛋、水、豬肉、菜、油

先把麵粉、雞蛋和水混在一起打成麵團，做成餃子皮，把豬肉和菜切碎，再把已做好的餃子皮包在一起，把油倒在焗，放上餃子煎至金黃色便可。

二. 芝士焗龍蝦

材料：芝士、芝士粉、龍蝦。

先把龍蝦放到開水中煮熟，再把龍蝦切成兩半，把芝士粉灑在龍蝦上，把龍蝦用錫紙包起來放到焗爐中焗好便可以。大家也可以選擇預先把芝士放在龍蝦下面，令味道更濃。

三. 番茄炒蛋(5-6人的分量)

材料：番茄5個 蛋10隻 蔥半條 茄汁少量

做法：

首先把番茄切開，再把蛋打好，之後把蛋放到鍋中。切好蔥後把番茄放到鍋中和蛋一起炒，再把茄汁放到鍋中。最後把蔥放到上去，簡單易學的番茄炒蛋就完成了。

作者的感受：

這是我7歲煮給媽媽吃的菜，雖然蛋有點生，但媽媽也說好吃。媽媽對我的鼓勵真大呢。

編輯註：天宇提供了超過8款食譜，可惜篇幅有限，不能盡錄。



厄普西隆 —— 粽子的另一個故事



粽子是中國的傳統食品，是用來紀念屈原的，不過，原來粽子也有另一個鮮為人知的故事。相傳在江蘇粽子也是用來紀念伍子胥的，據說在春秋末期，吳王不聽伍子胥的忠告，沒有制裁越國，伍子胥仍不斷地勸告吳王，最後，吳王賜死了伍子胥，伍子胥死後，他的屍體被拋進了河裏，江蘇人民為了防止他的遺體被魚蝦分吃，遂將粽子拋進水中，希望水裏的動物不要吃他。現在，江蘇也有人在端午節拋粽子到河裏紀念他。



4A 洗詠霖

我最喜歡的食物是《咕嚕肉》，我喜歡吃的原因是因為它的味道酸酸甜甜的，而且外皮脆脆的，非常可口。其實，我喜歡吃的東西還有很多，包括《瑞士雞翼》·《吉列豬扒》·《牛肉麵》和《擔擔麵》·····全部都是十分美味！

5B 曾曉騰 —— 清蒸多寶魚

我最愛吃多寶魚，因為牠的肉質甜甜的，而且多肉，非常適合我這個愛吃東西的人。記得我小時候，媽媽第一次煮多寶魚時我把牠說成「爬地下魚」，現在想起也感到很好笑。現在讓我教大家製作美味的多寶魚吧！

首先，將新鮮的多寶魚宰殺洗淨。然後，用刀在魚身界出柳葉紋，便於均勻蒸熟。接着，在盤內放入兩根蔥和姜片，這樣可以使魚和盤子之間有空隙，讓蒸氣流通，再把多寶魚放在蔥段上，上方也放上姜片和蔥段。最後，放入燒開的蒸籠蒸8-9分鐘，去掉姜蔥。時間是關鍵的地方，因為時間長了魚肉會發綿，口感非常差。最後撒上蔥姜絲，紅椒絲，倒入蒸魚豉油，把一勺蔥油燒熟，澆在姜蔥絲上，一道美味可口的多寶魚便大功告成了。

除了蒸外，多寶魚還可以乾煎和紅燒，如果你們空，可以邀請父母一起製作這道美食，還可以增進大家的感情呢！

Fun 享星洲樂

今年學校的境外交流移師新加坡，為參加的同學留下了一段「永遠的回憶」。隨隊的「小傳媒」拍攝了很多精彩的片段，部分已經在「小傳媒時間」播出；而部分將陸續推出，放在學校網頁「基法小傳媒」影片內。

今期的有獎問答遊戲，就是考考你的眼力，考考你的英語能力！

所有問題的答案都可在新加坡的影片內找到。由於鼓勵同學在暑期觀賞，截止日期是9月15日(暑假之後)。你可以把完成的答案投進投稿箱內，如果完成又全對的話，你將會有一件精美的小獎品。

畢業同學可把答案透過 email 遞交，只要留下聯絡方法，我們也會送上小獎品。

email : lovekfkfm@gmail.com

P. 1-2

Q1: Where do the tourist whom KFM interviewed come from? (Please choose two)

A: Brazil B: Hong Kong C: Spain D: Singapore ()

Q2: When was the Fullerton Hotel built?

A: In 2001 B: In 1928 C: In 1989 ()

Q3: What was the weather like when we arrived at the Singapore Zoo?

A: shower B: sunny C: rainy ()

P. 3-6

Q1: What is the name of the airport in Singapore?

A: Singapore airport B: Singapore International airport C: Changi airport ()

Q2: Before the building became Fullerton Hotel, what was it used as?

A: a post office B: a hospital C: a fire station ()

Q3: Miss Faith's uncle is called Uncle _____. (Fill in the name)

Q4: When was Compassvale Primary School founded? _____ (Fill in the year)

Name: _____

Class: _____ (2013-14)

6