

## 「食」-靚女大主廚量表

「吃飯皇帝大」！每天都有三餐等著我們，您是否對於「食」有基本的認知和技能概念呢？請仔細閱讀題目後，在題目後方勾選出你心目中的答案唷！

題目	非常 不同意	不同意	同意但 不熟悉	同意	非常 同意
◎ 認知層面：					
1. 油倒入鍋中前，鍋子應保持乾燥。					
2. 隔夜飯比剛煮熟的飯，更適合拿來炒飯。					
3. 利用蛋汁裹住飯粒使黃金蛋炒飯的製作更簡單。					
◎ 技能層面：					
1. 我會依自己的喜好，變化黃金蛋炒飯料理。					
2. 我會用蛋汁裹住飯粒的技巧製作黃金蛋炒飯。					
3. 我會依照自行撰寫的食譜製作出黃金蛋包飯。					

~感謝你的填答~

## 「食」-靚女大主廚量表

「吃飯皇帝大」！每天都有三餐等著我們，您是否對於「食」有基本的認知和技能概念呢？請仔細閱讀題目後，在題目後方勾選出你心目中的答案唷！

題目	非常 不同意	不同意	同意但 不熟悉	同意	非常 同意
◎ 認知層面：					
1. 油倒入鍋中前，鍋子應保持乾燥。					
2. 隔夜飯比剛煮熟的飯，更適合拿來炒飯。					
3. 利用蛋汁裹住飯粒使黃金蛋炒飯的製作更簡單。					
◎ 技能層面：					
1. 我會依自己的喜好，變化黃金蛋炒飯料理。					
2. 我會用蛋汁裹住飯粒的技巧製作黃金蛋炒飯。					
3. 我會依照自行撰寫的食譜製作出黃金蛋包飯。					

~感謝你的填答~