

魚類食安大解密

(1) 【 ③ 】 魚餃為何叫做魚餃？

- ① 餡是魚肉做的 ② 形狀像魚 ③ 皮是魚肉做的 ④ 以上皆非

(2) 【 ① 】 下列何者不是吃到不新鮮的魚對身體產生的危害？

- ① 米酵菌酸中毒 ② 組織胺中毒 ③ 蕁麻疹 ④ 噁心、嘔吐

(3) 【 ③ 】 吃魚類加工製品和新鮮的魚哪個好？

- ① 吃魚類加工製品比較好 ② 吃新鮮的魚比較好

- ③ 都好，只要把握加工製品適量食用、以天然原型食物為主的原則就好

(4) 在冷凍零下 18℃的溫度下保存魚類，魚肉才不容易腐敗；調理魚類時

，從解凍到烹煮時間不要超過2小時，以避免細菌生長。

(5) 在學校營養午餐有營養師與廚師把關，不僅符合三章一 Q

的規定，也能達到每日營養基準，可以吃得安全又健康。

(6) 請寫出 3 種魚肉加工製品：

魚餃 魚丸 魚罐頭 魚鬆 魚板 黑輪…同學自由發揮

影片網址：<https://www.youtube.com/watch?v=UwBsNYzpUgA> (校網有連結)

本學習單完成後，請各班導師協助收集交予營養師，謝謝！

選美界台灣鯛

(1) 【 ④ 】 影片中指的國宴魚是什麼魚？

- ① 虱目魚 ② 鮭魚 ③ 石斑魚 ④ 台灣鯛

(2) 【 ③ 】 國宴魚料理的產地在哪裡？

- ① 高雄 ② 花蓮 ③ 台南 ④ 新竹

(3) 【 ④ 】 要養出肉質 Q 彈結實、沒有土腥味的魚，應該怎麼做？

- ① 淨化的水質 ② 讓魚做運動 ③ 體型不要養太大 ④ 以上皆是

(4) 請寫出 1 道你在本校營養午餐中曾吃過的國宴魚料理。

蒲燒鯛 蒲燒鯛豆腐 白醬鯛魚 蒸鯛魚豆腐 鮮魚味噌湯

(5) 請寫出 1 道你希望能在營養午餐中吃到的魚料理，並把它畫出來。

同學自由發揮

影片網址：<https://www.youtube.com/watch?v=aciasTsM5bc> (校網有連結)

本學習單完成後，請各班導師協助收集交予營養師，謝謝！