

- 海洋人文

1. 今年桃園縣石門活魚觀光節十月九日正式登場，即日起展開為期三周的活魚節活動。附上石門一家餐廳的菜單，依”健康”概念，你如何將這些菜歸類為”上菜、中菜、下菜、下下菜”？你的依據是什麼？

上菜: 6. 蒜泥魚片 7. 清蒸魚 14. 划水 20. 薑絲魚湯 21. 味噌湯 23. 枸杞魚湯
中菜: 2. 鐵板魚 12. 梅汁魚柳 13. 燒下巴 17. 醋溜魚片 18. 鳳梨魚柳 24. 酸白菜魚頭

下菜: 1. 豆瓣魚 3. 糖醋魚 4. 豆酥魚 8. 紅燒魚 9. 活魚煲 10. 三杯魚 11. 松鼠魚 15. 宮保魚丁 25. 茶樹菇魚頭湯

下下菜: 5. 炸魚塊 16. 炸魚排 19. 砂鍋魚頭 22. 鹹鳳梨魚頭湯

依據少油少鹽清淡為主，食材主要看配菜對身體有沒有益

2. 購買生鮮海鮮食材，除了看是否新鮮和價錢外，你還會考慮什麼？為什麼？

主要對身體有益的，營養價值如鐵，鈣...等。還有脂肪的多寡，深海還是淡水，這汙染值就有差了，會對人體好壞造成影響。

3. 我喜歡吃 pizza，Pizza Hut 是我唯一的選擇。你認為有產品忠誠度好嗎？為什麼？

不好，這樣會造成同一項物品被過度使用，很快就會匱乏：還有對身體也是不好的，不只會造成身體肥胖還會引起心血管疾病。