

## 臺灣的經典傳統美食-炒米粉

#同學們來學炒米粉

西雪梨中文學校

活動時間：2023-04-01

根據史料記載，米粉起源於五胡亂華時期。當時中原地區大批漢人為了逃避胡人的迫害，紛紛南遷到了以稻米為主食的長江流域以及閩浙地區。不過，他們依然保留了做麵食的習慣，將大米磨成粉，加水做成米團，煮熟後再壓製成麵條狀，這便是米粉的雛形。後來又發展出粗細不同的式樣，並且曬乾後，以便長期保存，於是演變成了今天的米粉。

臺灣最著名的米粉產地是在新竹地區，其質地纖細，不易斷裂，無論以湯汁煮或乾炒都能保持爽口的彈性，而且入口以後，能品味出白米的香氣，非常地受歡迎。

炒米粉是臺灣的傳統經典食品，無論在節慶、喜宴、廟宇活動、祭祀、餐會或家庭的餐桌上，常常都會有這一道可口的佳餚，不僅方便調理，而且經濟實惠，可說是首屈一指的大眾料理。

上周六（4月1日）是第一學期的最後一天上課，因時近清明節，本校二、三、四年級的老師們特地和同學們分享這一道美味可口的臺式炒米粉，並且介紹米粉的來源以及簡易食譜；同時，還讓同學們親自動手調理，體味掌廚的樂趣。



尝尝我的手藝

2025/12/27 上午 10:05:22

## 臺灣的經典傳統美食-炒米粉

#同學們來學炒米粉

西雪梨中文學校

活動時間：2023-04-01



咱們也來試試身手

2025/12/27 上午 10:05:22

## 臺灣的經典傳統美食-炒米粉

#同學們來學炒米粉

西雪梨中文學校

活動時間：2023-04-01



邊學邊做

2025/12/27 上午 10:05:22

## 臺灣的經典傳統美食-炒米粉

#同學們來學炒米粉

西雪梨中文學校

活動時間：2023-04-01



小小廚師

2025/12/27 上午 10:05:22

## 臺灣的經典傳統美食-炒米粉

#同學們來學炒米粉

西雪梨中文學校

活動時間：2023-04-01



可以出師嘍



我的炒米粉不一樣喔