



## 《參加烹飪體驗活動之我見》

五乙班 張詠琳

我最有興趣參加烹飪體驗活動，因為我想學習有關烹飪的知識，例如辨別不同的廚房用具、學習怎樣控制爐火、掌握用刀用鍋的技巧等。我還特別想學習如何處理食材，特別是蝦、魚、蟹、扇貝、蛤蜊等我愛吃的海鮮。

此外，我對烹飪一竅不通，如果我學會煮食，以後便可以幫爸爸做飯，讓爸爸輕鬆一點。吃完飯後，我還希望做甜品給爸爸和媽媽吃，讓他們感到甜絲絲。

另外，我想透過參加烹飪活動提高個人自理能力，因為我一向專注力欠佳，做事或做功課時都會容易分心，需要家人或師長督促和提點。我希望能藉著烹飪活動，訓練自我管理能力，讓我變得更專注。

進行烹飪活動時，我們要注意把所有烹飪工具清潔乾淨，避免令細菌有機可乘。另外，我們要準備手套和圍裙，以免弄污衣服。最後，我們要注意爐火，因為一不小心就可能釀成火災。

我真期待參與這次的烹飪體驗活動呢！

