

5P 楊珮

## 《我最喜愛的一道菜》

俗話「民以食為天」說得好，所以大家最喜歡吃東西了！你猜猜我最喜歡吃甚麼？沒錯，就是每逢農曆新年都會吃的水餃啦！

水餃的餡料可以說是多不勝數，例如：韭菜牛肉餡、白菜餡、三鮮餡、韭菜海鮮餡等。餃子皮也有很多種：有綠色的菠菜餃子皮、橙色的胡蘿蔔餃子皮、紅色的甜菜根餃子皮等。餃子的做法也很簡單，首先將買回來的餃子皮上鋪一層你喜歡的餡料，再把它捏緊就大功告成了！偷偷告訴你一個小技巧，就是餡料必須是餃子皮的三分之一，不然餡料就會被擠出來了！

不說不知，原來一顆小小的餃子，竟然包含了五大營養素，它簡直是「麻雀雖少，五臟俱全」呢！

它潔白，是視覺上的美；它光滑，是觸覺上的美；它鮮美，是味覺上的美。

總的來說，餃子在以前是何等珍貴，以前的人一年才吃一次。現在的人們，想甚麼時候吃就甚麼時候吃，而且已經很少自己親手做，這就是我如此珍惜、喜歡吃餃子的原因了。



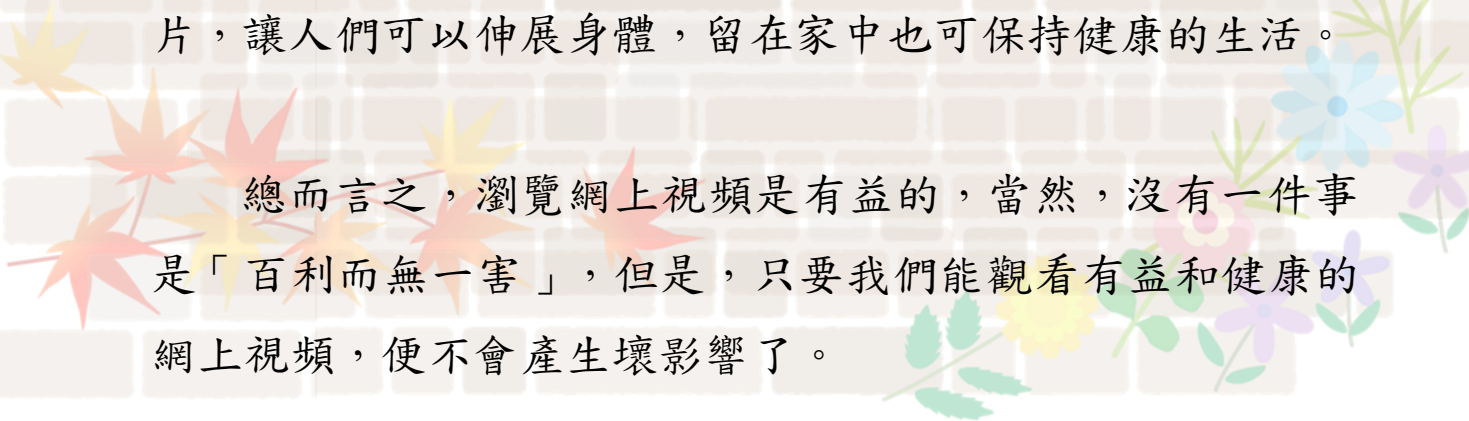
## 《瀏覽網上視頻是有益的》

現今，很多家長也反對小朋友觀看網上視頻，認為只會讓他們荒廢學業。但瀏覽網上視頻是真的那麼糟嗎？

首先，網上視頻類別眾多、資訊齊備，可說是「不出戶，知天下」。這可印證網上視頻的內容非常多樣化，能擴闊我們的視野。

其次，網上視頻也兼備教育性。現時，很多學生也是靠看網上視頻來學習不同的課外知識。有一次，當蔡老師教導我和其他同學關於太空的知識時，本來半點也不理解的我，看了視頻後，便恍然大悟地說：「原來太空是這麼奇妙的呢！」

另外，網上視頻對身心具正面影響。疫症期間，不少市民需留家抗疫，所以各個頻道陸續推出簡單的運動教學影片，讓人們可以伸展身體，留在家中也可保持健康的生活。



總而言之，瀏覽網上視頻是有益的，當然，沒有一件事是「百利而無一害」，但是，只要我們能觀看有益和健康的網上視頻，便不會產生壞影響了。