



**便当小考:** 来源于日语“弁当”(音:bentou), 更多已经简化翻译成了 Bento, 我们习惯称为“盒饭”, 即盒装餐食, 在台湾一般称为便当, 通常用于午餐、外卖、工作餐等场合。

## 亲手做月饼味美心更甜 ——格兰仕教您用微波炉亲手做月饼

中秋节要来啦, 现在教大家用微波炉亲手做糯米糍月饼, 这个月送给家人, 一定会是甜滋滋的呢!

**原料:**水 200 毫升, 砂糖 2 大勺, 糯米粉 1 杯, 大约 200 克左右, 熟豆沙馅料, 生粉 1 杯。

**制作糯米糍:** 第一步要先将糯米粉、糖、水搅拌均匀, 让粉类完全融合。如果加入一点点香草粉或者香草精, 味道就更好了!

第二步也是最关键的, 就是把搅拌均匀后的糯米粉放进微波炉, 建议大家使用中火, 加热两分钟即可, 然后把糯米粉取出来。

第三步, 把拿出来的糯米粉盖上一层保鲜膜, 再次放进微波炉里, 微波

2 分钟, 依旧使用中火, 这样粘糯的糯米糍就做好了。

制作糯米糍的过程中要分次使用微波炉加热, 第一次不要用保鲜膜, 第二次再盖上保鲜膜, 这样才能彻底打熟糯米。

**包月饼:** 糯米糍做好以后, 如果再加一点草莓汁就成了粉色, 加可可粉就成了巧克力色, 加绿茶粉就成了绿色。请随意选择添加颜色, 当然, 什么都不加也是可以的。

接下来需要把糯米糍饼皮分成小块, 擀圆, 然后将豆沙馅料包入糯米糍内, 铺上生粉。

滚一层椰丝或者芝麻, 最后弄一个小模块盒子, 塑造出形状来, 就大功告成啦!

## 哈日? 港台癖? 新生活?

杭州的美女白领们自己带便当上班

文 / 摄 本报记者 蒋瞰

《饮食男女》里, 郎雄饰演的老朱每天都为张艾嘉饰演的寡妇的小女儿做几个便当菜, 装在一个饭盒里, 让小朋友们吃得津津有味; 《恶作剧之吻》里, 女主角杨依晨给男友做的心形便当更是让爱心煎蛋锅火了一把; TVB 里更是有多得数不清的女主角给男主角准备了便当并亲自送到其办公室的场景。便当, 这个源自日本的舶来品又红了, 并且渐渐进入人们的日常生活。