



好吃又好玩

彩色涼麵

天氣熱就想吃涼麵，但你知道涼麵也能是彩色的嗎？一起動手做做看好吃又漂亮的彩色涼麵吧！

撰文、攝影／何莉芳



炎熱的夏天來了，熱食會讓人滿身大汗，來盤五色涼麵清爽一下如何？五色涼麵是有小黃瓜、蛋絲、雞絲、火腿絲、紅蘿蔔的涼麵嗎？不不不，五色涼麵指的不是有五種配菜的涼麵，我們要做的是麵條本身就有五種顏色的涼麵喔！

會不會很麻煩？要從麵粉開始揉製嗎？沒那麼麻煩，彩色涼麵製作過程既簡單又方

便，而且還很像是變魔術呢！

繼 2014 年 12·1 月號〈最另類的「混蛋」〉、2015 年 6·7 月號〈跟著冰淇淋「動吃凍」〉之後，我們又來做「食」驗囉！跟著這次的實驗遊樂園，一起利用生菜沙拉裡不可或缺的要角：紫色高麗菜，讓麵條產生不同色彩變化，用科學來做視覺、味覺都新奇的彩色涼麵！