

煮泡麵，是先放面還是先放調料？

現代人常因為趕時間，而煮泡麵來吃，明明知道吃太多會傷身，但還是抵擋不住誘惑。有兩派人在討論，究竟是先放麵入水，還是先將調味料加入水中。

在此分為三部份來說明

第一步:

由於泡麵的製造過程中，會將麵放油中浸泡，所以我們可以在煮麵時，先將麵給「焯水」，將多餘的油脂去除，過程不用太久，三十秒即可。可再將麵放入冷水中，使麵條更有嚼勁。

第二步:

在水中倒入適量的水，用大火燒開後，將醬包及粉包(或蔬菜包)加入進行烹煮，大約一至兩分鐘後，可把想加的蛋或蔬菜加入，再來就來到了最後一步。

第三步:

將一開始過水的麵放入熬煮的湯中，煮至筋軟即可享用。

以此方式所煮出的泡麵，湯喝起來香濃，麵也十分入味，嘗不出一點油耗味，即使常吃，也不會因為油味而感到不開心。

參考資料:每日頭條 <https://kknews.cc/zh-tw/food/xlr3x58.html>

聊話題 <https://topnews8.com/107018/>