

椒麻肉片

材料：豬脊肉半斤，芝麻一兩半，雞蛋白兩個，白糖，細鹽，黃酒，花椒粉，太白粉，蔥薑汁各少許。

做法：長條裏脊肉一切為三段，再片成二分厚、三寸長的薄片，用刀背在每片肉上輕輕捶打一遍。半大匙的蔥薑汁，一大匙的黃酒，半小匙的糖，一小匙半的鹽調入小碗中，肉片放入碗中醃半小匙，並翻動一兩次，使每片都醃入味。

蛋白液加入太白粉半大匙，花椒粉半小匙至一匙。調好後，把肉片先放在蛋液中浸一下，再放在芝麻碗內沾滿芝麻粉，放到熱油鍋中炸熟。(麗美)

扁尖筍肉

材料：夾心肉半斤，扁尖筍三兩，薑一片，酒一湯匙，醬油三大湯匙，白糖一茶匙。

做法：扁尖筍要選味道清香而嫩的新貨，

先把它解開仔細洗乾淨，切去老節，餘下的剪成半寸長，放在一邊備用。

腿肉洗淨，切成半寸見方的肉塊，放入小鍋，加上半大碗的清水，放在火上燒到大滾，加入薑與酒。滾約十五分鐘後，把扁尖筍和醬油加上，如果湯太少，則酌加些水。

再燒滾，約滾一兩滾後，就把糖加進去。攪勻後，就減小火力，用文火(火力不可過烈)燜約半小時，等到肉酥爛扁尖筍軟而出香味，即可盛



起。(張燈雄)

芋頭鷄腿

材料：芋頭一斤，豬肉半斤，去肉的豬骨十二根，雞蛋一個，蝦米、冬菇、胡椒粉、豆粉、鹽各少許，麵粉一包，花生油一斤。

做法：先將芋頭去皮，洗淨煮熟，搗成芋泥。將豬肉、蝦米、冬菇等切成細丁，加入芋泥中，將雞蛋打開後，與鹽、胡椒粉、豆粉一起用力攪勻。

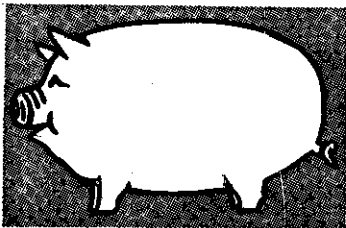
豬排骨當作雞腿骨，將芋泥圍着排骨，搓成雞腿樣子，外面再蘸麵粉或餅乾饅頭渣，入油鍋內炸好，放在盤子內。(虹)

三鮮釀蛋

材料：雞蛋或鴨蛋五個，瘦豬肉一兩，冬菇兩個，蝦米一小撮。醬油、鹽、酒等調味適量。

做法：先把瘦肉切碎，冬菇與蝦米分別洗淨發好，切碎。肉末中加好適量的鹽、酒、太白粉等調味，再把切碎的冬菇蝦米放入拌勻。

蛋洗乾淨，在頂端敲開一個小孔，把蛋白蛋黃攪散倒出來，打勻拌好的肉等加在蛋汁中調和均勻，就用小匙再裝回蛋殼中。在飯鍋中煮的米飯，水快乾時，就把釀滿的蛋，一個個埋入未熟的飯中。等飯煮熟後，就可以取出來食用。也可以剝去蛋殼，用棉線像剝皮蛋一樣的，把一個蛋剝分成兩半或四塊。盛在盤子中澆些麻油上桌。(張秀鳳)



劑進促育肥豬肉

TRIPLE FAT

司公限有份股達力保
品出譽榮

號151路西權民市北台

證記登料飼廠林農省灣台
號五九四〇一第字飼畜農

- 使用肉豬肥育促進劑 **肥肥肥** 的肉豬體重，比一般重25台斤。
- 使用 **肥肥肥** 可節省飼料增加赤肉及肝臟
- 目前許多養豬先進農戶均開始使用。
- 歡迎直接郵購，「定價：每(一頭份)包三十元正」郵購號碼是劃撥儲金帳號 六五七三號
- 免費供給 **肥肥肥** 說明書，請來索取。

每頭豬多賺400元

項目	平均每頭在50日所需飼料	飼料市價 屏東半完全飼料50% @ 4.70 / kg 乾樹薯 50% 3.00 / kg	使用 肥肥肥	平均增加體重	增加體重換算市價 (1台斤13元)	合計
(一般) 普通飼法	134.5kg	517.80元	0	43斤	559元	
每日添加 肥肥肥 3公分	110kg	423.50元	30元	68斤	884元	
由差額所得的利益		94.30元	扣30元		325元	389.30元