

猪血豆腐

材料：猪血一方塊、嫩豆腐四小塊、蔥花、胡椒粉、味精、太白粉、鹽、醬油適量。

方法：(一)猪血洗淨切小塊，油滾後先放下兜炒，再放下豆腐稍煮。(二)加入醬油、蔥花、味精、鹽等調味。(三)太白粉牽粉。(四)上桌時加少許胡椒粉。(承緒)

炒烏賊

材料：烏賊(花枝)二隻，芹菜二兩，五香豆腐乾五塊、鹽、醬油等調味各適量。

方法：(一)烏賊去內臟、眼睛、剝掉黑皮洗淨切花。(二)芹菜去葉根洗淨切段。(三)豆腐乾切絲。(四)油滾後倒入烏賊爆炒盛出。(五)豆腐乾用油爆炒加入芹菜兜炒。(六)倒下烏賊炒勻。(七)加醬油等調味。(承緒)

蛤蜊蒸蛋

材料：鮮蛤蜊十二個，鴨蛋兩個，酒一大匙，薑五片，麻油一小匙，醬油一大匙，豬油半大匙，鹽半小匙，芫荽少許。

方法：撬開蛤殼，取出蛤肉，沖洗後放在蒸碗中。鴨蛋在另一碗中調打到起泡沫，加上約半小碗清水，再調勻後倒入蒸碗內。加上鹽與酒，放入即將開滾的蒸鍋內，碗坐在水內(或放在水將乾去的飯面上)蒸十到十五分鐘。取出先澆上豬油、醬油，再把已切好的薑絲和洗淨摘好的芫荽撕在上面，再淋少許麻油，就可乘熱吃。(秀穗)

清蒸鮮魚

材料：活青魚(中段)約五兩、薑絲、酒、鹽、糖、豬油等適量。

方法：將魚去鱗洗淨，對切成二塊，在背肉劃二刀斜紋，敷鹽數分鐘。再加酒、蔥、薑、豬油等調味料，水沸後以大火蒸約十數分鐘，趁熱上桌。(周美完)

蒜蒸肉

材料：豬後腿肉一斤，蒜頭五兩，冬菜半兩，蔥、薑各少許，黃酒一大匙，鹽適量。

方法：肉塊洗淨放在小搪瓷盆中，加上酒與鹽。蔥切段，薑切片，散放在肉上。蒜瓣拍扁剝去衣，冬菜揀去花梗，在漏勺中洗淨。

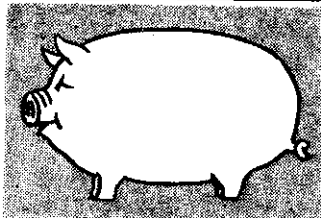


先把小盆的肉放入蒸鍋中，隔水燉煮三四十分鐘，取出來，等稍涼後切成厚而長的大片。另用鍋把蒜頭加油鹽稍爆一下。取大碗一個，先排放上一層肉片，再放上一層蒜頭。如此一層肉一層蒜頭，層層的好，最後撒上冬菜，再蓋上一個小盤，放回蒸鍋中。隔水燉到肉酥、蒜頭軟爛(約一小時)，就可取出上桌。(秀穗)

拌黃豆

材料：大芥菜約半斤重，黃豆四兩，醬油、鹽、味精、麻油等調味適量。

方法：黃豆加水用慢火煮到酥軟，加鹽後再煮兩滾，放冷備用。芥菜去葉去根，筋撕淨，在開水鍋中燙一下，夾起後切碎。把煮好的黃豆與芥菜拌在一起，並加上醬油、鹽、味精、麻油等調味。與熱鍋菜一起上桌最受歡迎。(秀穗)



劑進促育肥猪肉

TRIPLE FAT

司公限有份股達力保
品出營業

號151路西權民市北台

證記登料飼廳林農省灣台
號五九四〇一第字飼畜農

■使用肉猪肥育促進劑
能肥的猪肉體重，
比一般重25台斤。
■使用能肥可節省飼
料增加赤肉及肝臟
■目前許多養猪先進農
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
■免費供給能肥說明
書，請來索取。

每頭猪多賺
400元

項 目	平均每頭在 50日所需飼料	飼料市價 屏東非完全飼料50%④4.70/kg 乾樹薯 50%3.00/kg	使用 能肥	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 能肥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