

葱爆肉片

材料：瘦猪肉半斤（最好用里脊肉），葱白五、六支，花生油、醬油、鹽、酒、太白粉各適量。

方法：猪肉洗淨，切成薄片，放在碗裏，洒上一些酒，加入少許太白粉，用筷子把它拌勻備用。

葱白洗淨後，切成細長的薄片，然後將花生油注入鍋中煮沸。再把備用的肉片，倒進鍋裏，以烈火快速爆炒三五分鐘，再將葱片及鹽等調味品一併加入。再爆炒一兩分鐘，就可起鍋上桌。（張燈雄）

奶油煎餅

材料：麵粉四分之三杯，發粉三分之一小匙，砂糖一大匙，牛奶或清水五大匙，黃油、蜂蜜各少許。

方法：先將麵粉加發粉用篩篩兩遍，次將牛奶、砂糖及少許鹽放在大碗中，把篩過的麵粉慢慢攪進牛奶中，輕輕拌攪使它成爲麵糊。

取平底鍋先燒熱，薄塗一層黃油。把碗中麵糊的一半倒入鍋中。輕輕轉動鍋柄使糊流成圓餅形，用中火慢慢煎。

等它乾固結成餅狀，表面發起時，就將它翻過來煎另一面，兩面煎好就鏟起來，再煎剩下的一半。兩塊餅都煎好時，把它重疊着放



。在兩塊餅之間，各塗一層黃油和蜂蜜。（秀穗）

西湖醋魚

材料：青魚一條、葱、薑、酒、醬油、醋、糖、鹽、胡椒粉各少許。

方法：魚洗淨剖腹，放入滾水中川煮（水中放葱、薑及酒）約五分鐘，便盛到菜盤中，上面放些許切得極細的嫩薑絲，澆上糖醋汁以後，即可上桌。

糖醋汁是用一大匙豬油爆後加酒數滴，倒下兩小碗高湯，並加四大匙香醋，醬油三大匙，糖三大匙，胡椒粉、鹽各少許，用太白粉鈎汁，並加入熟油及麻油各二大匙即成。（黃玉鳳）

糯米蓮藕

材料：藕數根，糯米一大碗，白糖及糖醃桂花少許。

方法：將粗大的蓮藕，分節切斷，洗淨。再在每節約二寸處切斷，將洗淨糯米由藕孔塞入，塞滿爲止（務使各眼都塞滿）。

再將所切下的約二寸長的一段藕，用竹籤簽住，下鍋加水，用文火燒煮，約一小時，熟爛後，即可切片（約二分厚）蘸白糖桂花食用。放冷後亦可切片油煎。（賴秀琴）

葉面噴射



促進生長、效果迅速！

能使根旺莖壯葉盛結實飽滿豐碩
防止落葉落果抗病抗蟲保證增產

- 水稻專用
- 青果蔬菜專用
- 洋菇木耳專用

天工牌混合肥料

液體 · 粉劑

台灣省農林廳登記證農肥字第〇〇七四號

總經銷：聯合企業有限公司 地址：台北市南京西路283號 電話：40311·55732