

# 蘿蔔蒸肉

**材料：**較瘦腿肉半斤，中型白蘿蔔一個，蔥二支，太白粉少許。

**做法：**肉洗淨切成細丁，蘿蔔去皮洗淨，用刨子刨成絲後與肉丁混合。用刀斬至六、七成碎，加入蔥花，適量鹽、太白粉、些許醬油，盛入蒸盤內拌勻，用電鍋煮飯時放在內鍋上蒸。飯好時肉也好了。如果不用電鍋煮飯，盛淺碗中，隔水蒸半小時亦可。（靜姐）

# 糖醋虱目魚

**材料：**虱目魚一尾，草菇一百二十公分，番茄一個，茭白筍二支，太白粉、糖、醋、蔥、薑適量。

**處理：**魚去鱗剖腹除臟腑洗淨，用鹽酒漬一小時。入水略沖，瀝去水份，待下鍋時洒上太白粉。草菇洗淨，柄部切除少許再切細。茭白筍去外殼，洗淨切成小丁。番茄洗淨，用沸水泡後，剝去外皮，剔去子粒，切成小丁。蔥和薑洗淨，蔥去根切段，薑切片。太白粉加水調和。

**做法：**鍋中入油煮沸，草菇和茭白筍放下加鹽略炒。入半碗水煮沸透，番茄和入，並加糖醋。盛在小鍋中，注入較多生油煮沸。先煎蔥薑，魚下鍋，炸成黃色時，盛在盆中。油鍋移開，小鍋置於爐上，煮沸時，下太白粉水煮沸，把草菇等和粉



液澆上即可。（九如）

# 荸薺炒肉片

**材料：**豬腿肉一百五十公分，荸薺二百公分，毛豆七十五公分，榨菜一小塊，蔥兩支，薑兩片，太白粉。

**處理：**豬肉洗淨，去皮除筋，切成小薄片，用鹽酒和太白粉拌勻。荸薺削去外皮，洗淨切片。毛豆略洗。榨菜稍沖洗，切細。蔥和薑洗淨，蔥去根切小段。太白粉加水調勻。

**做法：**鍋中入油煮沸，毛豆加鹽炒後，入肉片同炒。待肉片散開時，荸薺和入，續炒數下。加醬油炒勻，再加少許水煮沸，榨菜落鍋炒勻。略煮後注下太白粉水，煮沸即可盛起。（九如）

# 十香素菜

**材料：**蘿蔔一個，胡蘿蔔兩個，黃豆芽四兩，冬筍一個，金針二兩，木耳二兩，冬菇四個，豆腐皮四張，油豆腐皮四張，麵筋四條，花生油十二大匙，鹽一大匙半，味精一小匙，香麻油三大匙。

**做法：**蘿蔔和胡蘿蔔切成細絲，金針、木耳、冬菇、豆腐皮各用熱水泡好，切成細絲。油豆腐皮泡開切絲，麵筋切細絲。先將蘿蔔及胡蘿蔔絲、黃豆芽、油豆腐皮、麵筋，各用兩大匙油分別炒熟，同盛一大盆內。另用三四匙油，炒冬菇、木耳、金針冬筍，炒好與蘿蔔絲等倒在一起，拌炒一下，調味即可。（賴坤旺）

## 嘉義 清河種子行

嘉義市中正路四八二號（遠東戲院西側隔壁第二間）  
郵政劃撥證字第八〇〇三七 電話：三五八四號

本行夏秋季適宜栽培各種優良種子

（國外客戶如要採買長新品種）  
（請寄母種來敝行願意採種）

- |               |              |
|---------------|--------------|
| 美國大心薔豆        | 一條根白菜        |
| 美國普利美大湖結球莴苣   | 新品種晚生純白結晶花椰菜 |
| 青皮餛飩菜頭        | 木麻燈子         |
| 瑞典無毒（紫皮）      | 松茸菌種         |
| 相思樹子          | 粉甲大心芥菜       |
| 省產大粒玉米（白米）    | 新改良矮性皇帝豆     |
| 赤菜包心芥菜（三號）    | 目良（瓜仔泡）      |
| 長岡交配寶壽トマト     | 粉甲大心芥菜       |
| 一代交配サヲタ50日甘藍  | 臺北二號矮性綠豆     |
| 一代交配サヲタ50日甘藍  | 茄菜菜（牛皮菜）     |
| イモル初夏時一號甘藍    | 九子晚生高脚波菜     |
| 長岡交配60日甘藍     | 雪裡紅          |
| 北京結球莴苣        | 清江白菜（香港）省產   |
| 泰國赤菜包心芥菜子     | 正80天芥菜       |
| 大甲南風芥菜子       | 特選大葉虎耳冬芥菜    |
| 牛背甲（肉甲）芥菜子    | 白虎芥菜         |
| 臺灣高仔芥菜子       | 豐原種白粉嫩豆      |
| 鳳山改良短種菜頭子     | 清河改良花仁皇帝豆    |
| 早中生白菜白背芥菜子    | 正馬枝麻芝長茄      |
| 正晚生白菜白背芥菜子    | 一代交配新品種大同軟枝大 |
| 黃金菜青藍菜子       | 粒細板          |
| 牛若丸菠菜子        | 長岡交配半白節成胡瓜   |
| 清河改良大梅花春菜頭子   | 長岡交配銀翠胡瓜     |
| 清河改良果麗トマト     | 新品種媽露西蕃茄     |
| 青皮大長胡瓜        | 南洋田菁         |
| 竹山胡瓜          | 蔴仔子          |
| 清河改良長形菜瓜      | 新黑田大五寸人參     |
| 木瓜形南瓜（金瓜）     | 長岡交配一號甘藍     |
| 紅米大苦瓜         | 海谷三池中生甘藍     |
| 蘇魯種矮性木瓜       | 四川榨菜         |
| 伊國青花菜苔        | 金澤種蘭結頭菜      |
| 北京結球莴苣        | 木耳菌          |
| 正天字梅花春種菜頭蘿蔔   | 紅花莖中九號荷蘭豆    |
| 中生矮脚純白結晶大白花椰菜 | 日本坂田一代交配中早生甘 |
| 椰菜            | 藍            |
| 中生晚80天純白結晶花椰菜 | 特選大號白脚莖菜     |
| 正晚生長葉純白結晶花椰菜  | 黑仁七寸嫩豆       |

其他各種種子歡迎來函照會

（說明書壹萬份贈送）

中央交配春秋早耐病50日經濟結球白菜： 播植日期 8月上旬—11月下旬  
1月下旬—4月上旬

臺灣總代理 清河種子行 • 徵求各地經銷商