炒猪肝訣巧

猪肝富營養，但一般炒猪肝，往往混濁濁的，不能做得湯汁清白，入口爽脆，不但外觀不佳，難以引起胃口，並且失去風味。因此須注意訣巧。

猪肝先要選擇血色鮮紅，不要有紫黑色的，最好選取近肝尖下端的部分，比較柔嫩，中間不會有白筋。猪肝的上端白筋較多，必須要仔細的切去，才能炒得嫩脆。

材料：猪肝半斤、竹筍一支、木耳半兩、鹽、醬油、糖、太白粉、葱薑花生油酌量。

做法：竹筍去殼，切片。木耳用熱水泡開，洗淨，大的切成二、三片，小的用整隻。

先起油鍋、爆葱、薑，即加入筍片、木耳炒數下，加鹽，稍加水煮熟後，盛放碗中，待用。

加油鍋中，同時迅速的將猪肝切成厚片，用滾水泡洗，用筷子攪拌幾下。撈起猪肝，將血沫水棄去，加入太白粉及醬油拌勻後，入油鍋快炒數下。倒入已先炒好的筍片及木耳拌勻，最後再加熟油一小匙，使湯汁明亮，即可起鍋。洒上胡椒末，趁熱上桌。

炒猪肝最要的訣巧是：①猪肝要選取下端的。②切忌在未炒前早早切洗。③不要切薄片。④必須用滾水泡洗好，去浮沫後立即下鍋。（再）

七日一周

「七日爲一周，周而復始」見于古書「宿曜經」。後來有稱一星期爲「一週」或「一週間」的，那是日本字，與中國原有的名辭不合。近年都改「週」爲「周」，如中央日報的「地圖周刊」以及「電視周刊」等，都用「周」字，請參看左面圖版。

「周」爲常用字，用處很多，如：周日、周圍、圓周、周遊、周密、周遊、周歲等等。此外「週期」或「週年紀念」，都應該改正爲「周期」或「周年紀念」。

科學定名之條例遵從優先，「周」字先有，「週」字後有；從科學慣例，亦應存「周」去「週」。「週」爲冷僻字、亢字，既有「周」字，一字不該兩體並存，所以「週」字不該用，亦無存在之價值。（仲立）



神仙蛋

材料：蛋六個、蛋黃醬四分之一杯、鹽四分之一茶匙、胡椒少許、芥末兩茶匙、洋葱屑一湯匙、酸菜一湯匙。

做法：蛋黃老後剝殼直剖兩片。蛋黃取出壓碎，與以上各材料混合均勻成泥狀。

將蛋黃泥放回挖出蛋黃的蛋白中，放冰箱中冰一會。食用前排在舖綠菜葉及番茄的大盤中，蛋黃上加芫荽葉少許。（李黃芝敏）

霉乾菜燜肉

㈠猪肉一斤，肥瘦適中；將皮上猪毛拔淨，帶皮切作寸方塊。加入醬油，以浸沒爲度。醃泡三—四小時；時常將肉翻轉，使醬油浸入肉裏。

㈡乾菜（又名霉乾菜）要買嫩的，約四—六兩，多洗幾次，去盡附着泥沙。每張葉子要撕成細條，再切得很細。

㈢將猪肉從醬油中取出，留存醬油待用。

㈣熬熟花生油或猪油，肉肥用油少些；肉瘦，油多用些，炒的時間也可減少。肉肥可多翻炒，使肉塊略收縮，使肉內的脂肪溶化出來，上口時就不會感到太油膩。

㈤肉炸好後盛起，鍋內的餘油留下，用來炒乾菜。炒到乾菜呈油亮發光，加上泡過肉的醬油，再加入炒過的猪肉塊。如覺味淡，可再酌加醬油。另加砂糖及味素，稍稍加水，用慢火炒拌均勻，盛入碗中。連碗放在飯鍋或水鍋裏蒸，愈蒸得透愈覺入味可口。

乾菜肉是夏日的家常菜，不易壞，可放存數日。燜得合法，亦不覺得油膩，也可夾在饅頭裏吃。（芸）

實驗完畢 新品種 已到貨，請向貴地種子行採購。

抗！酥葉・黑甲・爛心・傾肩・開花，一齊不怕的

新奇交配 生 特黑葉耐暑寒 新成功白菜（尾崎白菜）出現了，

9至2月間下種的白菜中，保證抵抗最多種病症，最快收45～60日，甲白、球鮮綠、球頂閤圓美觀大型2—3.5公斤，比任何種深花。

新奇交配 生 早生大型 綠冠蕃茄

果粒高墻，頂部濃綠，底部鮮桃色一點紅，酸度低，市場品質最高，根部旺盛，後期生育力極強，對晚疫病，尻腐病，皮層黑腐病，烈果；等病抵抗力齊強。

新奇交配 生 農生寶石60日甘藍

秋、冬、春三季播種，球中型2～3公斤結硬如石，外銷合格品種，球扁圓高墻，形如模印梅統一，雪白美味，內銷市場買手分別不出是初秋或本品，占內外銷兩路的最安全有利產品。

總經銷 彰化 農生種子行 進口部 敬白

彰化市民族路178號（信箱16號）