

主婦做菜經驗談

韞



在地願為連理枝

(林雄)

經濟衛生，並可表示主人的誠意與親切。
家庭宴客，菜不宜多，以免做起來繁累，顧此失彼。不如少做幾道，才能全神貫注，菜式在精而不在多，也可提倡節約的風氣。
家庭中做菜，限於許多條

件，常難趕上菜館。所以要捨短取長，不要一味學菜館濫用味精。不用味精，才能使菜的口味清新。配菜時要挑選新鮮材料。本身沒有鮮味的菜，像雞油菜心等，最好先用豬骨雞鴨骨等先熬好肉湯（上湯）來代替清水，就有味了。
不講究刀功（切菜的技術），就不能掌握火候。如果塊粒大小、厚薄、粗細過分不均，下鍋後就有先熟與後熟，形成老嫩生熟不一，也影響菜色的美觀。
牛內的纖維組織中筋絡絲

做菜人人都會，但要講究花樣多、口味好，色彩鮮麗，香味撲鼻，也就不容易。這需要藝術性的技巧，長時期的實習，才能成功。
同樣的佐料與做法，有的人做得淡而無味，會做的便鮮美可口。同一種材料，做法也有許多種。又要保持營養價值，又能使老少咸宜，也不是簡單的事！

每個家庭總有親友往來，請客上菜館，不如在家。主婦親自煮幾味家常菜來款待客人，不但

縷很多，切絲切片不能順着紋路切。豬肉相反，必須順着紋路切。否則牛肉太老，豬肉就會成斷結，零亂不堪。
主料的分量和形狀要相稱，配料的形狀，必須與主料相類似。
火候是最難控制的，因為不恰當的時間與熱力，往往把調味很好還料很精的菜，完全弄壞。

煎炒魚類，須先用急旺的大火，後用小火。肉類則先用小火後用急火。炒蝦球及生蠔要用旺火沸油，時間要短，否則過老。
炒雞片或蝦仁，都要用旺火溫油。所謂溫油，是有一點熱的油，而未到沸滾，如此炒才够嫩。

火候的把握，需要靈活，不能一成不變的照食譜上寫的做。用油的量，下料的先後，操作的快慢及所用爐火熱度的不同，煮菜器皿的傳熱性，和做菜材料本身的質和量，都有相互影響。只有多做多體會，才能明白。
下作料的先後程序，也不能過分顛倒。菜一炒好，應即刻離火，因為菜鍋本身尚有熱度。炒菜中的肉類，往往要加熱幾次，因此第一次下鍋不要炒至全熟。

菜者配色調和，也能增強食欲。烹飪原是藝術創作，配色不能忽視，尤其是雜燴、雜炒。



——無言獨上西樓（彭錦陽）——

錦、拼盆等更要注意。魚湯是乳白色的，略加牛奶，其色更濃。清炒蝦仁，加上些火腿屑，更能引人注目。顏色單調的菜肴，加些綠葉蔬菜，兼可調節口味。
美好營養的食物，增加家人食欲，保健康，也帶給家庭歡樂與和諧。

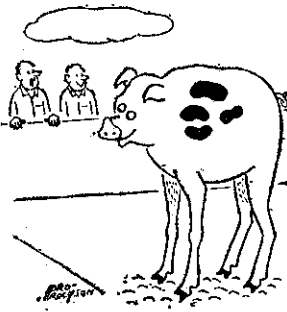
不是好榜樣

住在我隔壁的一對中年夫婦，太太稱丈夫為「老猴」，丈夫就回敬太太為「猴母」。起先是開玩笑，後來彼此叫習慣了，外人聽了，多麼難聽！

他們的孩子也大了，聽到以後，會影響對尊長的尊敬，這種情形，對孩子真是一個壞榜樣。（黃美仁）

保養皮革製品

皮鞋若為雨水濕透，可先用幾張舊報紙放在鞋內將水分吸乾，再放在通風處乾燥。



我買了一副身長增高器，先給豬做試驗。——Walt Parr

▼大皮箱若被水浸濕，不可驟置陽光下，以免變形。經擦拭乾燥及風吹之後才曬太陽，最後用保護油脂擦拭。（姜州）

不可驟置火上烘烤，以免皮鞋變形。
皮鞋內有襯底的，須另取出，放在通風處吹乾。
浸濕的皮鞋，用舊報紙吸去水分後，再放在太陽底下曬，不可任其潮濕發霉。
▼皮製手提包被雨水打濕，先用乾布拭乾，再以舊報紙吸去水分。風吹乾後，在陽光下曬。
▼大皮箱若被水浸濕，不可驟置陽光下，以免變形。經擦拭乾燥及風吹之後才曬太陽，最後用保護油脂擦拭。（姜州）