

蛤利煮湯

滋味鮮美

愚山

蛤利在我國食品中，很受歡迎。「本草」上記載可以解酒，因此筵席上常用。蛤字除去了虫旁，就成爲「合利」二字，這名字也可以取個吉利。

蛤利煮熟時，兩片貝壳分開，像形古時的元寶。因此，新年裡吃蛤利，更有賺元寶發大財的口彩。蛤利的營養成分豐富，又容易吸收，味道鮮美，因此各式菜肴中都當作好材料。

蛤利生長在水中，肚裡有很多沙粒。煮熟以前，先放在清水裡一天半，最好在清水中滴幾滴花生油，便會吐出沙粒。蛤利壳多肉少，適合煮湯或蒸食。最常用的調味料是薑和胡椒。

烤灸：新鮮的蛤利放在炭火上烤來吃，不但味道鮮美，還有一種特別的野趣風味。

煮湯：先將蛤利蒸熟，兩壳略爲分開即可。然後將蛤肉挖出，另鍋煮鮑魚或雞湯，起鍋前加入蛤肉。或將蛤肉放盆中，

然後將沸湯倒入，肉質更爲鮮嫩。

火鍋：火鍋中湯沸了，把蛤利放入，兩壳分開即可取食。注意不要太多煮，否則蛤肉縮成渣滓，就不好吃了。

蛤壳還可以藥用。傳說宋徽宗的寵妃病痰嗽，面孔也腫了，哈得睡也睡不得。

皇帝命一個姓李的御醫醫治，限三天內要醫好，不然就要殺頭。李御醫的藥毫無效驗，憂急萬分。

忽然聽到市上有喊賣咳嗽藥的，每包只賣一文錢，就買了幾包。自己先吃了一

包試試，藥性並不强烈，就用三包合成一劑送進宮裡去。

妃子吃了，當夜睡得好，明天竟嗽止，面腫亦消。皇帝大悅，賞李萬金。李重價向市人求方，才知道是哈壳研粉，略加青黛，用淡塩菜水加麻油數滴飲服，即有奇效。

本省產的蛤利，品質很好，賣得起價錢，養殖也很容易。中南部海浦新生地的外邊，最宜作養殖場。蛤利的棲息地是沙泥地，「稚貝」發生場是稍有淡水混合的淺沙泥底。

紀玲取材自
Family Circle

採取稚貝後，移殖於無淡水混合，比重一〇二五之一。

〇二〇，水深於滿潮時二、六公尺左右，底質多沙粒的軟泥底。

三、四月移殖，翌年二、三月成長一倍，即可收穫。

移殖中輸送時間，不要超過二天，過三天就可能死亡。

蛤利的敵害有：海星、螺貝、章魚、比目魚、鯊魚、銀寶魚等。

舊毛衣

新花樣

舊毛衣添加新穎的花樣，就可以變成一件新毛衣了。

將毛線編織成一串串的髮辮形，交叉圖案，海浪波紋，或是小圓點形，縫貼在舊的毛衣上，使舊衣服顯出新面目。

下圖的幾件毛衣，只是藉此引發你的想像力。裝飾花紋的粗細、大小及形式，要盡可能與毛衣相近，同時注意簡易、經濟的原則。

塑膠管復原

家庭用的塑膠管，如果不常用的，容易被壓扁粘在一起。我就用開水灌進管子裡，不但變形的又恢復原狀，塑膠管本身也變得柔軟如新品。

但在灌滾水時，小心燙傷。(鳳晨)

五色沙拉

材料：洋火腿二兩，蛋二個，洋芋(馬鈴薯)半斤，紅蘿

蔔一個，小黃瓜(花瓜)兩條，沙拉醬。做法：洋火腿切丁。蛋、洋芋、紅蘿蔔煮熟切小丁，小黃瓜生切小丁。全部加入沙拉醬拌好裝盤。

合道長生

材料：花生仁(或腰果)二兩，核桃仁二兩，外加白糖半飯碗。

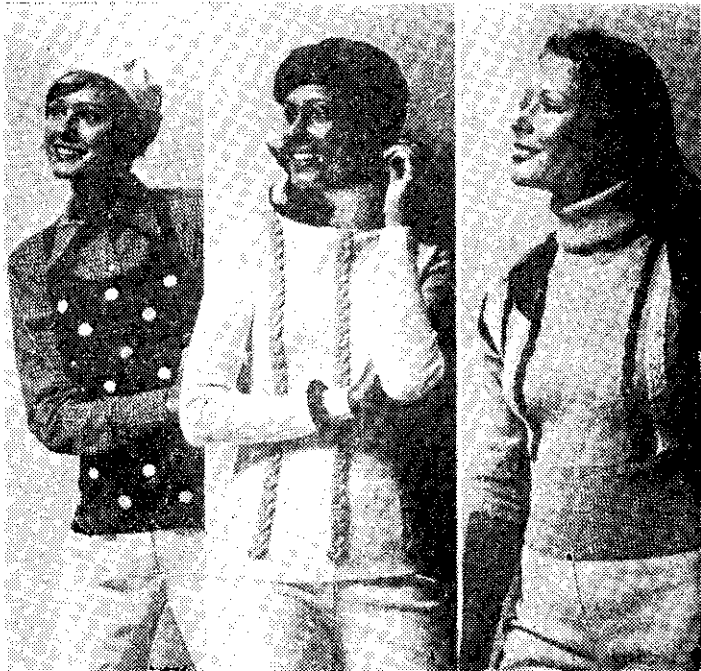
做法：白糖放鍋中加少許水熬，再將花生仁(或腰果)與

核桃仁放糖液中，炒拌數下即可起鍋。

三色拼凍

胡蘿蔔切片，煮熟備用。雞蛋白一個蒸熟，另雞蛋一個加前一個蛋黃，打勻蒸熟切片。洋菜(寒天)半兩，洗淨切半寸段，加清水二碗。

洋菜用火文熬化，加入胡蘿蔔片及蛋片，大碗內擦麻油，傾入洋菜汁，冰涼後切片裝盤。(雪亞)



舊毛衣改新圖例