

### 脆皮嘉納魚

**材料：**嘉納魚一尾，約五六百公分，大香腸三片，小胡瓜一條，香菇兩隻，竹筍數片，葱一支，薑兩片，太白粉。

**處理法：**魚刮去外鱗，剖腹除臟腑，將頭鰓挖出洗淨，濾去水分，用刀在魚兩面各畫斜痕數條，於魚內外擦上適量鹽和酒料。

香腸切小片，小胡瓜洗淨，帶結除去，帶皮切小片，香菇入水泡軟柄部切除，批成薄片。筍切成小片。葱和薑洗淨，葱去根切小段。太白粉加水調勻。

**烹煮法：**先將筍片和筍片在沸油中加塩炒一下，再加水一碗煮沸。

鍋中加入較多生油煮沸，葱葉和魚先後下鍋，待魚炸黃取出，片刻後，魚上敷勻一層乾太白粉，重入熱油中，炸至深黃色時擦在長盆中。

再將筍片等倒在小鍋內煮沸，稍加醬油，香腸片和入煮沸，瓜片傾下，注入太白粉水，攪成薄膩，澆在魚上，即可進食，魚皮香脆，肉鮮潔，非常可口。

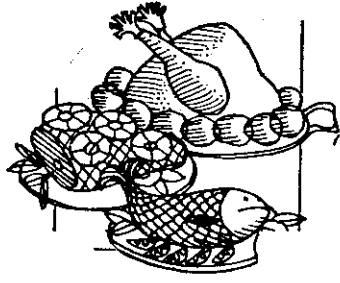
### 肉末蓮藕夾

**材料：**豬腿肉二百公分，榨菜一小塊，嫩藕一小節，雞蛋一個，麵粉半碗。

**處理法：**豬肉洗淨，去皮除筋，切成小粒斬碎，加鹽、酒、醬油和太白粉拌勻，(鹽、醬油要少些，因為榨菜中含味頗鹹)。

榨菜略洗，切成細屑，入肉末中攪和。藕去皮除節洗淨先切厚片，再對切成半圓形，將藕片塗上肉末，再取一片藕圍上盆中。這樣兩片的中間全部塗好肉末後，雞蛋去壳打勻倒在麵粉內，再加水調成糊狀。

**烹煮法：**鍋中入油一飯碗煮沸，藕夾蘸



### 草菇鯽魚湯

**材料：**活鯽魚中型兩尾，草菇七十五公分，酸鹹菜心一小個，葱一支，薑一小塊。

**處理法：**魚去除外鱗和臟腑及頭鰓洗淨，用鹽和酒漬着。酸鹹菜心洗淨，入水浸半小時，略去酸味，擦起切絲。草菇上泥沙洗淨，再切成片。葱和薑洗淨，葱去根切小段，薑先切兩片，餘切一茶匙薑絲。

**烹煮法：**鍋中入熟豬油三茶匙煮至沸時將葱段和薑片炆香，草菇傾入炒數下，魚即下鍋略煎，翻轉續煎一下，但是不要煎黃，勿使魚肉過老。再注下滾餘之酒汁略煮，再加些水煮兩沸，至湯味鮮濃時，又加水使成大湯煮沸，鹹菜絲入湯中。又待煮沸，薑絲均勻散下。盛在大海碗中，上東進食。魚鮮潔嫩美，湯微酸爽。

### 芋頭粉蒸鴨

**材料：**肥鴨半隻，老芋頭三百公分，蒸肉粉一小包，葱兩支，薑一小塊。

**處理法：**鴨洗淨，斬成約四公分小方塊，用塩酒醬拌漬，葱和薑洗淨，葱去根切小段，薑切碎搗爛，將汁擠出，留入兩茶匙於鴨塊中，放三小時後，蒸肉粉置於碗中，鴨塊置入拌滾，待敷上了粉，擺在碗中。

另將芋頭削去外皮，洗淨切塊，入碗中酌加食塩，鴨塊排在上，並將蔥段散下。

**烹煮法：**鍋中注水半鍋，蒸盤和鴨盆逐一上架，下燃大火，約半小時，添加些蒸水，使水分多而發揚力大。

蒸兩小時後，可取出供食，香味美，非常適口，為中秋節一道好菜。

勻粉糊，落鍋炸黃，挾入盆中，蘸番茄醬進食。生鮮微辣，香脆味美。

清潔乾燥，才能延長洗衣機使用的壽命。

### 電唱機

電唱機的保養、清潔、與電視機相同，主要保持清潔乾燥，外部用乾布指拭，內部可用未裝藥劑過的殺虫噴筒噴吹，或用長毛筆輕掃，再放樟腦丸。如果平常很少用的話，更要注意裡面是否有老鼠、蟻等藏匿。

唱片很容易附着塵埃與泥垢，致使紋槽中常會發生雜音或跳槽現象，所以唱片清潔也很重要。在每次播放音樂時可先用柔軟絨布，輕輕擦拭唱片。如積塵太厚，這樣不易清除時，可將唱片放在洗物盆內，用溫水(不可用熱水)泡上少許中性洗滌劑，以海綿輕輕揩拭，取出晾乾(不可晒乾)。

### 電鍋

廚房裡的用具最怕的是油煙，厚厚一層油垢難看又難洗。最簡單的清潔方法，是把淘米的水留下來，每天揩洗廚房用具，包括電鍋，經常指拭即可保持清潔，而且洗刷起來也方便。

電鍋內部也要常洗，每周用肥皂水徹底洗刷一次，洗刷時插頭一定要拔掉。洗好後要把裡裡外外擦乾，以免漏電。

### 果汁機

果汁機應經常洗，每次用後一定要立即洗乾淨，晾乾再收起。千萬不要偷懶，留在下次再洗。果汁機首先要留意刮刀保持鋒利，所以要常保持乾燥不令生銹，馬達時常加油，使運轉靈活。

使用時，一次不能開的太久，否則易損馬達。玻璃槽較厚且多，清洗較麻煩，但果汁黏力強，所以洗時一定要仔細徹底，尤其槽底近刮刀處，可用長柄刷子，伸進去刷洗。

### 電熨斗

電熨斗的底面，如有不清潔或生銹跡，可用布包一些去污粉或細沙，在熨斗底面，來回磨擦(只能較輕，不可太用力，免損傷底部平滑)，把污穢或銹跡擦除後，將熨斗燒溫，在底部抹上兩層臘，可增底面光滑。

### 燈泡

燈泡很容易附着灰塵，因而減弱光亮，應經常清潔，最好每次都能取下來清潔。如果怕麻煩，又能經常擦拭，不取下來也可。

使用報紙(與擦玻璃同一原理)或布指擦均可。有時甚至用濕布亦可，但沒有取下來時，最好不用濕布，而且不論是否濕布，最後一定要擦乾。燈罩更應該常予清潔，以保持光亮與美觀。