



農村家庭

夏天清涼點心：

果凍

水音

果凍在夏天裡，不但小孩子愛吃，就是大人吃起來，心裡也覺得很舒服。居家當點心，或拿出來待客都非常受歡迎。如果你會自己做，就更經濟實惠，而且還可以增加家庭的情趣。

果凍通常所用的材料不外洋菜和愛玉，加上各種水果或牛奶、咖啡、可可。依個人的喜好和口味而有所不同。

爲了要做出來的形狀美觀，增加食慾，必須先準備特製的容器，如有花形的小杯和大圓形、中間凸出的凍盤，還有其他各式各樣的，有白鐵皮做成的，也有塑膠的，可自己選擇。

首先介紹的是牛奶、葡萄、鳳梨等三種和洋菜一起做成的果凍。

洋菜俗稱「菜燕」，大小雜貨店都有賣，包裝好的一長包約二十元左右，也有零賣的，你不妨買來試一試！

牛奶果凍

①洋菜一小碗，加水 and 糖

，在火上煮成稠糊狀。

②倒入用奶粉沖好的奶水一杯，或罐裝的奶水一罐，用杓子輕輕攪拌。

③把做好的洋菜牛奶汁，用網子稍微過濾一下，放置一旁待用。

④在每一個容器裏面，塗上一層薄薄的油，凍好以後取出來，才不會沾在容器上。

⑤把過濾好的洋菜牛奶汁，倒入塗了油的容器內約三分之一，等一下讓它稍稍凍起來後，加入三個紅色的小櫻桃（或其他蜜餞、水果）。

⑥把湯汁加滿後，擺進冰箱。（只要放進冷藏庫，不要放冷凍庫）。如果沒有冰箱，可以在一個大茶盤裡（或蒸盤、烤盤），放進一些碎冰塊或冰水，使它提早凝固。

⑦平碟子用冷水沖過後，把果凍扣在上面，這就是一道清涼好吃的牛奶果凍了。

葡萄果凍

用綠色的葡萄果汁粉，或寧蒙果汁粉代替牛奶，倒入圓

形的大容器內，半凍後放入葡萄乾，凍好後扣在大盤子上面分切而食，詳細作法和順序與牛奶果凍相同。

鳳梨果凍

淺黃色的鳳梨汁裡，凍着深黃色的鳳梨塊，加上鳳梨特殊的香味，直引人垂涎。作法也和上述兩種作法一樣。

如果沒有準備專用的容器，可用便當盒代替，扣出來後，切成菱形分排在碟子上。要想更美觀，還可在周圍陪襯些用奶油擠成的花樣。

再介紹的是橘子、西瓜和愛玉一起做的果凍。愛玉在大一點的雜貨店才有得賣，價錢也比洋菜貴一點，但吃起來比較柔軟爽口，透明度也較高。我們要做的是採用它的果實。請參考下面的作法：

橘子果凍

①先要在要用的容器裡塗上油。

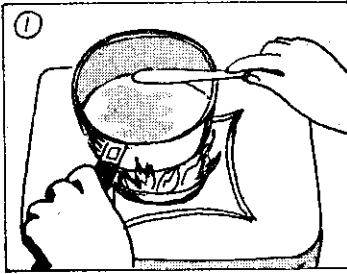
②專買來的橘子罐打開，把橘子瓣成花形排列在容器裏。（這裡介紹用的高腳玻璃杯）

③用一個大碗或小鍋放進半滿的冷開水，加入一杯橘子汁。

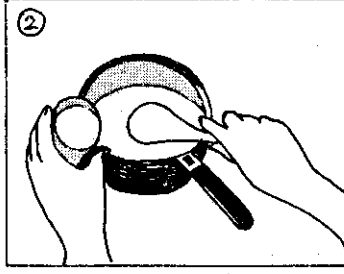
④愛玉果從壳上刮下來用紗布包起來，在果汁液裡輕輕的搓揉。

⑤將搓好的汁液倒進容器

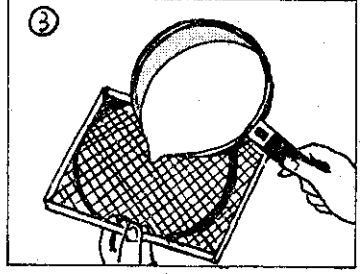
牛奶果凍做法



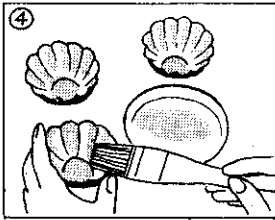
①煮成稠糊



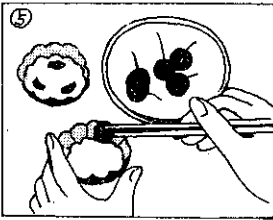
②加入奶水



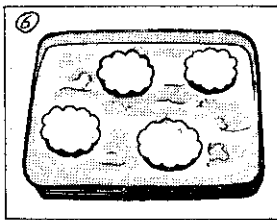
③過濾



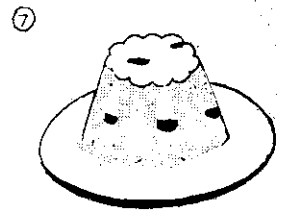
④容器塗油



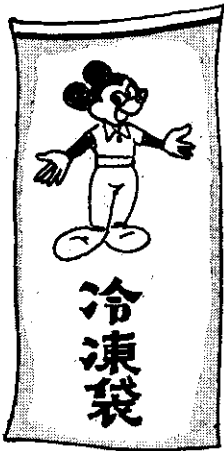
⑤倒入模型



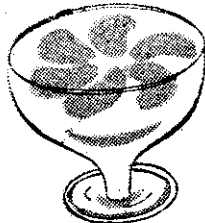
⑥冷藏凝固



⑦果凍完成



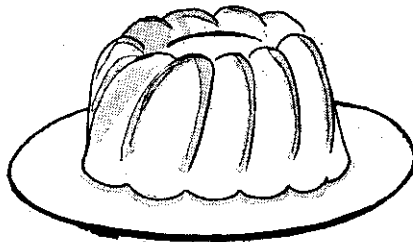
凍凍果



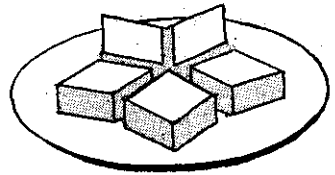
橘子果凍



葡萄果凍



鳳梨果凍



西瓜果凍

蓋上紗布隨它慢慢冷凍，或放在冰箱裡（不要放在冷凍室），記住，在未凍好之前不可去搖動。

西瓜果凍

和橘子果凍做法完全一樣，不過是所用的水果和顏色不同，選用大的花形容器，凍好後扣在碟子上分切食之，更具情趣。

凍凍果

以上介紹的是清涼的點心，大熱天裡，小孩子也許更喜歡吃冰，現在順便介紹自己用水果做的「凍凍果」，營養衛生又方便。

做凍凍果，首先必須準備冷凍袋，市面上一百個大約七十元。

買現成的罐頭來做最方便，只要把水果和果汁，裝進冷凍袋，捏緊封口，放進冰箱的冷凍庫，一兩個鐘頭後，你的小孩就有凍凍果可吃了。

如果不喜歡味道太濃，可在果汁裡加點糖水，就更為經濟。

水果要弄成小塊，像鳳梨罐頭，不要買整片的，小塊裝或碎裝的最好，或者平常做四果冰的蜜餞如木瓜、楊桃都可加些糖水，做成最簡單的凍凍果。