

一大匙油，將蒜頭爆香隨即將梅干菜加入鍋中同炒，加上醬油、味精、糖、清水，燒開後將肉片舖在梅干菜上面，用小火慢慢燜煮至肉爛為止，大約五十分鐘即可。

④如在年節可將肉片排整齊（肉皮朝下，排在深碗中）梅干菜舖在肉上面，再上鍋蒸或是入電鍋內蒸，上鍋前取出扣在大盤中，湯汁用少許太白粉勾芡澆在肉上。

⑤青剛菜心或是芥蘭菜用開水燙煮沖水，再用油、鹽、味精炒一下盛起圍在肉四周，



青椒牛肉飯

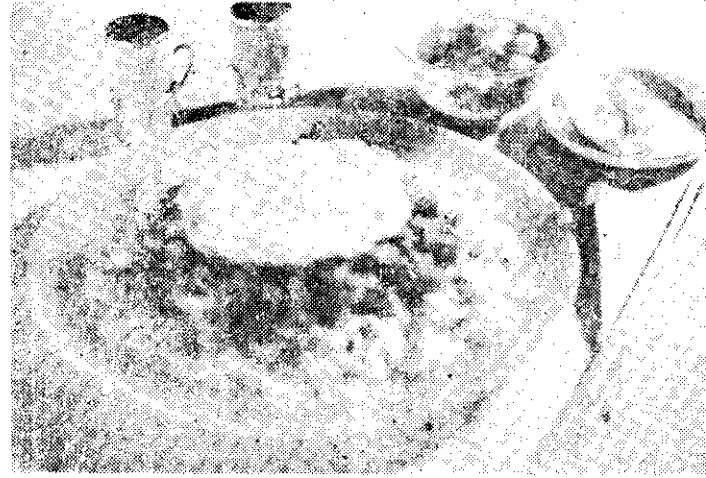
以減少油膩。

⑥如食快餐，則將飯盛在大盤中配幾片肉及梅干菜等，再將炒好的綠葉菜配少許即可（五人分）。

### 意大利麵條

材料：意大利麵條或用寬麵條（機械麵條）五兩，絞肉三兩（牛肉或豬肉均可）洋蔥半個切碎，蛋一個，白脫油或其他油均可，一大匙半。

調味料：番茄配司一大匙，糖一小匙，塩半小匙，胡椒粉八分之一小匙，清水半碗。



意大利麵條

做法：①麵條用開水煮熟撈起放在盤中，用半大匙白脫油拌勻。

炒油一大匙燒熱，先將洋蔥炒香，加下肉碎同炒，炒散後再加塩、糖、番茄配司、胡椒粉。清水燒開，用太白粉勾芡即澆在麵上。

②蛋煎成荷包蛋放在肉碎上即可（一人分）。

### 炒年糕

材料：年糕六條，瘦肉三兩，白菜半斤，青蒜二棵，油二大匙。

調味料：醬油一大匙，塩四分之一小匙，味精半小匙，清水三大匙，胡椒粉八分之一小匙。

做法：①年糕斜刀切薄片，瘦肉切絲，白菜切絲，青蒜拍扁切斜段。

②油二大匙燒熱，先將肉絲與青蒜下鍋炒香，再加下白菜炒軟，將年糕加進，並放入塩、醬油、味精、胡椒粉、清水，一直炒至水分乾時即可起鍋（二人分）。

### 青椒牛肉飯

材料：無筋牛肉四兩，青椒三個，生薑絲半大匙，葱二支。

醃牛肉用料：醬油一大匙，太白粉半大匙，清水二大匙。

調味料：醬油一大匙，味精四分之一小匙，清水少許，太白粉半大匙。

做法：①無筋牛肉切薄片，加入太白粉、醬油、清水攪勻備用，青椒去仔切塊，葱切段。

②油三大匙燒熱，將牛肉倒出迅速炒散即刻盛起，將油漏出，餘油再燒熱爆香葱、薑。倒下青椒加醬油、味精、清水再繼續炒軟青椒，即用太白粉勾芡，然後將牛肉片倒下合炒即刻起鍋，盛在飯上（二人分）。

## 養貓

貓是非常馴良的動物，當你無聊枯坐時，它是你最好的伴侶。主人聊天時它也會乖乖的靜聽着。像是柔順的少女，馴良可愛。夜晚，是貓最活躍的時間，像是幹練老到的大偵探，作為宵小（老鼠）的剋星。老鼠是傳染病的媒介，消除老鼠自然也就減少傳染病傳播的機會。

俗語說：「好貓管百家，好狗管天下」。依照古老的習慣與經驗，選擇好的仔貓，通常都用手將仔貓從雙耳取上，使其四肢離地。如果仔貓的四肢腳掌縮起來合攏在一起，此貓較聰明敏感、靈活、動作速度敏捷，是善於抓老鼠的好貓。

飼貓通常只用剩飯剩菜隨意拌合飼餵即可。只是仔貓飼餵時稍要注意，避免硬骨魚刺魚頭、魚尾，最好是買飼料用魚罐頭對仔貓最適宜。長成的大貓只要吃剩的殘魚拌飯就好。

貓是好乾淨的動物，大小便的習慣是在黑暗僻靜，不容易被人看到的地方。而且總是找有沙或泥土的地方，大小便後用腳抓沙或泥土掩蓋起來。因此只要在牆角暗處或倉庫角落裏，隨意放上一個舊木箱，舊餅盒，舊臉盆，裏面放些沙或鬆土之類，讓貓作為便溺之用，久而久之則可養成貓在固定地方便溺的習慣。（林澄洲）