

溫、可靠；而蒸的菜味多半比煮熟的鮮美，不失原味。尤其是湯汁清澄又清香，不似煮、燉那麼濃濁，更可靠的是無黏鍋底焦枯之慮。

雪菜肉絲麵

材料：瘦肉四兩，雪麗紅四兩，筍二個，麵條一斤，塩二小匙，調味品酌量。

胡椒粉半小匙，油三大匙，高湯半鍋。

酸肉用料：塩少許，酒一大



貴妃雞飯

匙，太白粉半大匙。
做法：(一)先將麵條用開水煮熟，撈起放在大碗中。
(二)肉切細絲，雪麗紅洗淨切碎，筍煮熟切絲。
(三)油燒熱，先將肉絲落鍋炒散即可盛起，再將筍及雪麗紅落鍋爆炒即刻加下高湯及塩、胡椒粉，燒開，即可。

(四)肉絲放在麵上，然後澆下雪麗紅及筍煮的湯即好，可作成五大碗。

貴妃雞飯

材料：雞

腿二隻，香菇四、五朵，竹筍二個，胡蘿蔔一條，葱二支，薑二片，油三大匙。

調味料：

醬油二大匙，糖半大匙，酒一大匙，高湯或清水半碗，麻油半大匙。

作法：(一)

香菇泡軟去蒂切塊，筍、胡蘿蔔煮熟，切滾刀塊，葱切段，雞腿切大塊。

(二)油燒熱，先將雞腿下鍋煎黃盛起，

餘油爆香葱、薑，再將雞腿放回鍋中，加下香菇、筍、胡蘿蔔、醬油、酒、糖、清水同煮，煮至雞爛，湯汁快乾時。(如太乾時可再加少量水)即淋下麻油，即可排在飯上。(二人分)



四色牛肉飯

材料：牛腿肉一斤，洋葱二個(小的)，胡蘿蔔一條，洋芋二個，豌豆米二兩，芹菜三、四棵，油三大匙。

調味料：番茄醬三大匙，塩半小匙，胡椒粉七小匙，糖二小匙，清水二碗。

作法：(一)牛肉切塊，沾上胡椒粉及塩放十分鐘，然後用三大匙油燒熱，將肉塊倒入鍋中炒至變色，盛出，洋芋、洋葱、胡蘿蔔均切大塊。

(二)餘油再燒熱，將洋芋下鍋稍煎起鍋。

(三)將牛肉塊、洋葱、洋芋、胡蘿蔔、芹菜排在深鍋中，加入水、番茄醬、糖、塩，用小火燜煮二十分鐘，待肉塊爛將芹菜取出不要，再將豌豆米加入稍燜煮即可。(五、六人分)

買日光燈，請指名新亞

*全省各地電器行均售

新亞日光燈

新亞
New Asia

新亞電器股份有限公司
台北市忠孝西路一段85號
電話：311-1521(4線)311-7193(2線)