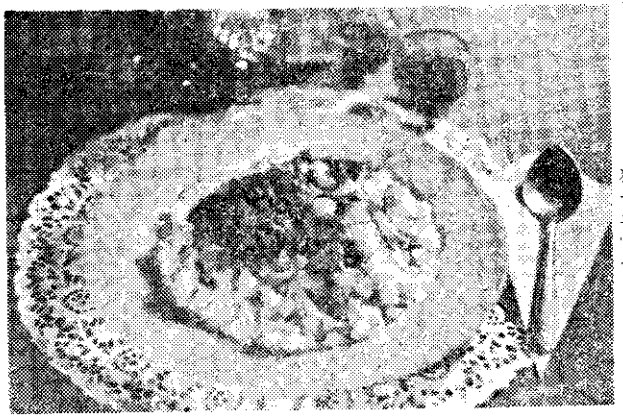
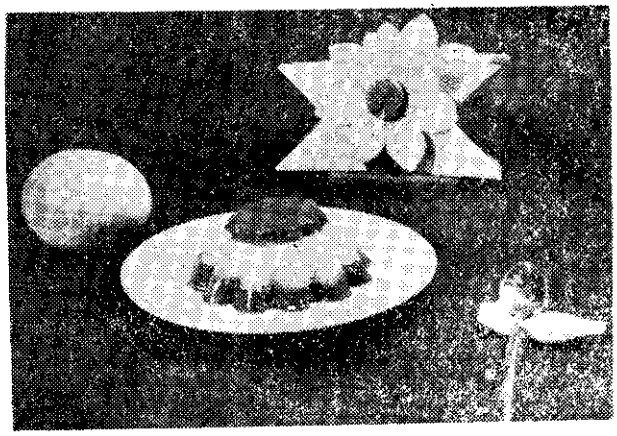
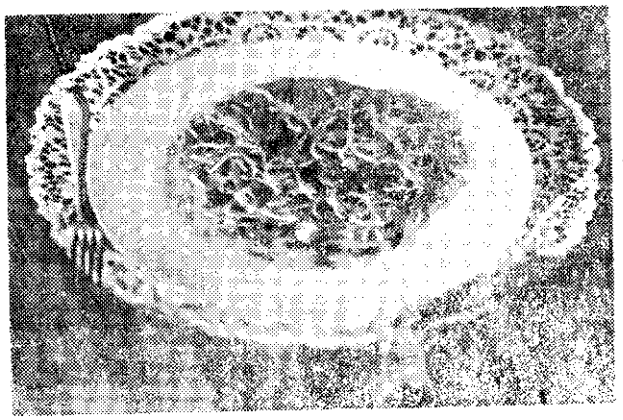
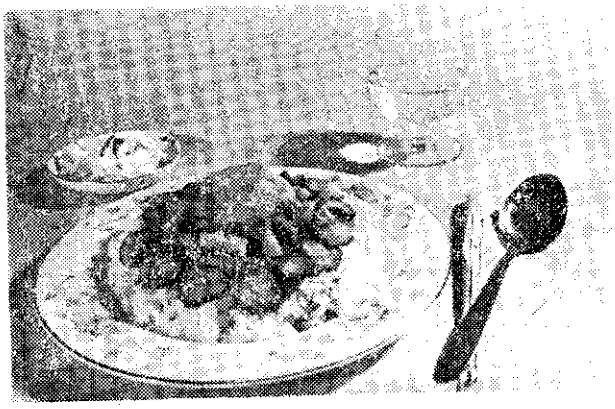

獅子頭快餐


二色凍


意大利麵條


牛肉飯

獅子頭快餐



材料：絞肉十兩，荸薺七～八個，葱碎二大匙，薑汁半小匙，蛋一個。

黃芽白菜一斤。

調味料：(1)鹽一小匙，胡椒粉¼小匙，太白粉一大匙。

(2)醬油一大匙，糖半小匙，鹽半小匙，水半碗。

做法：(1)絞肉放在大碗中，荸薺拍扁切碎，放在大碗中再加入葱碎、薑汁、蛋、鹽、胡椒粉、太白粉一起攪勻，用力調打數分鐘，再作成四個大肉丸。

(2)炸油燒熱，將肉丸投入，小火慢慢炸黃撈起。

(3)黃芽白菜，用手拆成大塊，用二大匙油燒熱炒軟，加下醬油、糖、鹽、水燒開，再將肉丸放在菜上面，用小火慢慢燉煮至白菜爛爲止。一個肉丸及白菜放在飯上面再配以甜酸小黃瓜片，更是味美。(四人分)

二色凍

材料：洋菜三錢，奶水一杯，可可粉二大匙，糖½杯，清水三杯，香草片二片。

作法：(1)洋菜先泡軟擦乾水分，放入小鍋中，加三杯水煮開後，改用小火慢慢煮溶化，再將糖加入繼續將糖煮溶化，加進奶水及香草片，(壓碎)煮開離火。

(2)將煮好的奶水，過濾一次，倒入模型中，放入冷水中，使其快些冷却，剩餘一半放在火上再用小火煮，可可粉用熱水調化，加入鍋中煮開即離火。

(3)模型中的如已凝固，可將可可奶倒在上面，待冷後放入冰箱，食時扣出，顏色分明，其味可口，是夏季兒童們最佳甜點，亦可作三層(即是分三次倒入)。

意大利麵條

材料：意大利麵條½包或用機械麵條五兩，絞肉二兩(猪肉或牛肉均可)，青椒一個，芹菜碎二大匙，蒜碎半大匙，葱½個，油三大匙。

調味料：番茄配司一大匙，糖一小匙，鹽¼小匙，胡椒粉¼小匙，水½碗。

做法：(1)麵條用開水煮熟後，撈起瀝去水分，放在大碗中，加入一大匙油(白脫油，或猪油，其他熟油均可)拌勻。

(2)另二大匙油燒，先爆香蒜頭及芹蒜再加入，洋葱(切碎)炒香，再將絞肉放入同炒散，繼放入番茄配司及鹽、糖、胡椒粉、水燒開。

(3)青椒去仔洗淨切小塊，放入鍋中同炒，水快乾時加下煮過的麵條，同炒至湯汁乾後即可成盤。

牛肉飯

材料：牛腱肉半斤，洋葱一個，胡蘿蔔一條，蒜頭三粒，油三大匙。

調味料：醬油二大匙，糖一小匙，胡椒粉¼小匙，辣椒粉半小匙，鹽半小匙，水一½碗，太白粉或麵粉二大匙。

做法：(1)牛腱洗淨切半寸方塊。

(2)洋葱切塊，胡蘿洗淨切小方塊，蒜頭切碎。

(3)油燒熱，將牛肉塊倒下鍋炒至變色，即可將蒜頭爆香，再加洋葱炒香，調味料(醬油、鹽、糖、胡椒粉、辣椒粉、水)加下燒開，改用小火慢慢燉煮五〇分鐘，肉爛即可。湯汁用太白粉或麵粉勾芡成濃湯，澆在飯上(五人分)。