

不留意就會燒焦），直到湯汁快乾時熄火。

蓮子煨

材料：蓮子4兩、五花肉4兩、胡蘿蔔2兩、香菇3朵、蔥1支、鹽 $\frac{1}{2}$ 茶匙、水4杯、太白粉2大匙。

作法：

1. 五花肉、胡蘿蔔、香菇各洗淨切丁，蔥切段備用。

2. 蓮子、香菇丁加水4杯，煮8分熟，再加入胡蘿蔔丁、肉丁，煮熟後加蔥段及調味料，並以太白粉勾汁即可。

糖醋蓮子

材料：肉半斤、蓮子4兩、番茄醬2湯匙、糖1湯匙、鹽 $\frac{1}{2}$ 茶匙、蔥1支、薑3片、沙拉油2湯匙、醋1湯匙。

作法：

1. 蓮子煮熟，肉切片備用。
2. 番茄醬、糖、醋、鹽調好備用。
3. 起油鍋爆炒薑片，再加肉片、蓮子，炒熟加2.料拌勻即可。

蓮子燉雞

材料：雞半隻、蓮子6兩、鹽1小匙、酒1大匙、水4杯。

作法：

1. 雞洗淨切塊備用。
2. 切好的雞塊加蓮子加水，用電鍋或燉鍋燉至蓮子熟爛，加鹽、酒即可。

蝦仁炒蓮子

材料：蝦仁8兩、蓮子8兩、胡蘿蔔半小條、青椒半個、太白粉2小匙、酒2小匙、鹽 $\frac{1}{2}$ 小匙、沙拉油3湯匙。

作法：

1. 蓮子煮熟待用，胡蘿蔔、青椒切片。
2. 蝦仁去腸泥，洗淨加太白粉拌勻。
3. 起油鍋炒胡蘿蔔、青椒、蓮子，最後再加入蝦仁炒熟，加鹽、酒即可。

蓮子扒鵝蛋

材料：鵝蛋20個、蓮子6兩

果蔬農友大福音!! 從開花、結實到豐收——儘管找台和!!

葉面施肥，亦可混合農藥使用

有機質 磷鉀肥
魚精 開花肥
0-10-10

促進花芽分化——果樹催早花 效果奇佳
花蕾肥碩、開花旺盛——着果良好 結實大

美國ALASKA魚肥公司 出品

果樹·蔬菜用 **花寶 (HYPONeX) 系列!!**

花寶二號

20-20-20

促進果實肥大 糖度增加

花寶三號

10-30-20

促進開花 增加着果率 結實良好

美國The HYPONeX Co., Inc. 製造

地面撒佈
使用方便

《最新奇 特殊土壤改良劑》
——改善水果品質的秘方——
促進着色 提早成熟 糖度增加
強健植物生理機能 增強貯藏力

鈣元 CALGEN
カルゲン

日本ネオゲン株式会社 製造

高單位鈣質
改善土壤
控制氮肥
防止徒長

◆詳細資料歡迎函索◆

——各種農業(園藝)肥料、藥品、器材總匯——

台灣總代理
總經理

台和園藝企業股份有限公司

Taiwan Horticultural Co., Ltd.

台北市士林區中正路104巷1弄2號

台中連絡處：台中市三民路一段164號

郵政劃撥：101360

電話：(02) 831-3302

電話：(042) 223374