

# 茼蒿食譜

## 河粉上段



材料：茼蒿 300克  
里肌肉 100克  
筍 1小支  
蝦仁 50克  
海苔 1張  
河粉 4張  
紅蘿蔔 27克

調味料：鹽1茶匙、酒 $\frac{1}{2}$ 茶匙。

- 做法：1. 茼蒿洗淨用鹽水燙熟切段、筍煮熟切絲。  
2. 里肌肉切絲與蝦仁用調味料醃10分鐘燙熟。  
3. 海苔切一公分寬。  
4. 河粉展開將茼蒿、筍、里肌肉、蝦仁捲成長條，用利刀切成5公分長段，以海苔捲起即可盛盤。

## 茼蒿炒魷魚捲

材料：茼蒿 400克  
魷魚(泡好) 200克  
紅辣椒 1條  
沙拉油 2湯匙

調味料：鹽1茶匙

- 做法：1. 茼蒿洗淨切段4公分長、紅辣椒洗淨切細絲備用。  
2. 魷魚切斜花樣先用開水燙過撈起來。  
3. 起油鍋用大火將1、2料下鍋炒2分鐘，並調味即可。



## 六畜興旺 魚蝦滿筐



豐年漁牧叢書  
全省書局有售  
書籍目錄函索即寄  
每次郵購另收郵資45元



## 韭香柴魚酥



材料：韭黃 半斤  
海苔柴魚香酥 2湯匙

調味醬：醬油 1湯匙  
烏醋、香油 各1茶匙

做法：韭黃洗淨，燙熟切段後排盤，淋上調味醬，並撒上海苔柴魚香酥即可。

## 韭黃蛤蜊肉



材料：韭黃 300公克  
蛤蜊肉 300公克  
紅蘿蔔 1/2條  
豌豆夾 50公克  
蔥 2支  
薑 2片  
塩 1茶匙

做法：1.紅蘿蔔切小片、豌豆夾去頭尾洗淨備用。  
2.韭黃洗淨切段，快火炒熟。  
3.熱鍋加2大匙油爆香蔥、薑，加入紅蘿蔔、青椒、蛤蜊肉快炒，加塩調味炒勻即可裝盤，周圍飾以炒好的韭黃即可。

## 水產養殖

介紹鱧魚、塘虱魚、鯰魚、福壽魚、虱目魚、花跳、歐洲鰻、草蝦、螞、蚶、文蛤、牛蛙、龍鬚菜、鱸魚、泥鰍、田螺、草魚、鯉、香魚、蜆、烏魚、九孔、虹魚、石斑魚、紅目鱸、鱉等養殖技術及魚類食譜，附照片說明。  
18×17(公分)·250頁 180元

## 家畜家禽衛生

介紹牛、羊、豬、雞、鴨等病因、病狀、防治法及禽畜衛生管理注意事項。  
13×19(公分)·495頁 170元

## 肉鴿飼養

介紹肉鴿品種、鴿舍設計、籠飼設備、飼養器具、飼養管理、繁殖配對、選種方法、疾病防治及肉鴿食譜。  
13.5×21(公分)·56頁 65元

## 火雞飼養

介紹火雞品種、種蛋孵化、火雞舍建築設備、飼養管理、飼料調配、疾病防治、火雞銷售方法及火雞食譜。  
18×17(公分)·112頁 140元

# 豐年社

台北市溫州街14號 電話(02)3628148 郵政劃撥0005930~0