

# 麻油食譜

## 麻香素鴨

材料：素鴨肉 1 斤、麻油半杯、老薑 4 兩、香菇（小朵）2 兩。

① 當歸 2 錢，枸杞 2 錢，米酒半杯，塩 1 茶匙，糖 1 茶匙，水 1 杯。

做法：1. 老薑洗淨去皮切片，香菇洗淨泡軟去蒂備用。

2. 麻油半杯燒熱，爆香薑片，並加入香菇炒香後，將素鴨肉及材料①加入煮滾後，以小火慢燉即成。



## 麻油飯



材料：飯 6 兩（可以糯米飯代替）、麻油 3 湯匙、香菇 6 朵、蝦米 1 兩、瘦肉 4 兩、毛豆 2 兩、胡蘿蔔 1/4 條、老薑 6 大片、塩 1 茶匙。

做法：1. 香菇、蝦米泡軟切丁，瘦肉切丁，毛豆煮熟，胡蘿蔔煮熟切丁備用。

2. 麻油燒熱，入薑片爆香，加入①料炒熟後加入飯及塩，拌炒均勻即可。

## 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



### 三杯泥鰍

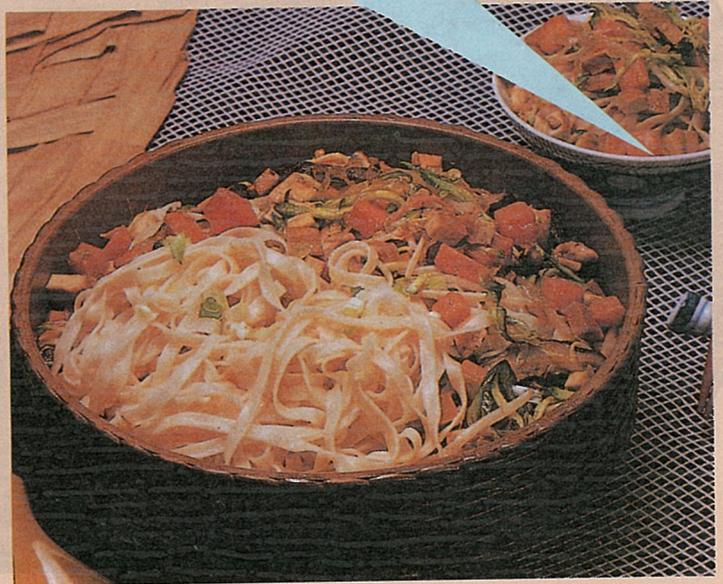
材料：泥鰍12兩

- ①醬油半杯、酒1杯、糖2茶匙。
- ②麻油1杯、水半杯、薑片20片、蒜粒20粒。

做法：1. 泥鰍洗淨處理好，以①料醃30分鐘。  
 2. 將薑片、蒜粒置於砂鍋，再放入醃好的泥鰍及醃料並入②料，以大火燜魚，後改中火，熬至湯汁成黏稠狀即可。



### 麻醬麵



材料：麵條半斤、雞胸肉4兩、胡蘿蔔2兩、豆干5小塊、蔥屑3湯匙、麻油2湯匙。  
 調味料：麻醬3湯匙、醬油2湯匙、鹽1茶匙、高湯半杯。

做法：1. 雞胸肉切丁，胡蘿蔔煮熟切丁，豆干切丁備用。  
 2. 麻油2湯匙燒熱加入①料炒熟入調味料拌勻。  
 3. 麵條入鍋中煮熟撈起，隨即放入②中，拌勻並洒上蔥屑即可。 ■

### 水產養殖

介紹鱧魚、塘虱魚、鯰魚、福壽魚、虱目魚、花跳、歐洲鱧、草蝦、鱉、蚶、文蛤、牛蛙、龍鬚菜、鱸魚、泥鰍、田螺、草魚、鱖、香魚、蜆、烏魚、九孔、虹魚、石斑魚、紅目鱸、鱔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

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