



巧，就可以讓味道深入雋永。尤其是只加點醬油花椒的椒麻豆乾片，拌一拌就噴噴香了。

椒麻醬汁

當豆乾準備好後，就可以開始準備椒麻醬汁，用炒鍋加一點麻油，不喜歡麻油也可改用橄欖油或其他烹調油，油不用燒得很熱，微溫時加入花椒粒或磨碎的花椒，炒到有花椒的香味飄出時，就可以熄火，熄火後加入一些醬油。再將滴乾水份的豆乾片和椒麻醬汁拌一拌就完成了。也用過用黑胡椒醬及奶油，炒出西洋風味的另類中菜西吃。

妙用無窮

椒麻豆乾的材料非常簡單，

料理也簡單，一次多做一點，不但宜飯宜粥，也可以拿來拌麵。或是做得淡一點，用微波爐略風乾，兒子就能當做點心，是小朋友最好的零食。而且這道小菜冷熱食皆宜，分小包存在冰箱中妙用無窮，可以直接食用，也可以配合其他材料再炒一炒，又成了另一道美味的時鮮家常菜，例如：加入洋蔥、榨菜、蒜片、金針、芹菜、香菜、胡蘿蔔絲等等。也可加入生的小黃瓜絲、粉絲、洋菜條作成涼拌菜，一定讓您改變對豆乾的刻板印象。

姐妹豆腐

至於外食時能讓我覺得特別好吃，可以和我媽比評的豆腐料理，就在東勢的街上(豐勢街 571

號)，轉彎往東勢林場的轉角，有家由一對姊妹花經營的素食店，店裡的每個客人桌上，牢不可破似的都有滷豆腐和豆皮菜卷一盤，進門時才見她門口疊著好幾落的板豆腐，一下子就消耗光了，所以聰明的我們都知道，就挑這兩樣東西來吃吧！

果然不失所望，豆腐是腴軟糯嫩，清淡中透著酒香，又不強掩豆腐原味，而且柔韌有勁可以用筷子輕鬆的夾食，就知道這豆腐本身就不是俗品，姊姊說是鎮上的老先生手工打造的稀奇貨，難怪兩者相得益彰，她們的豆皮菜卷也是會讓人稱讚有加，脆爽清甜。所以如果經過東勢一定要聞香下馬，只要吃吃豆腐，其他什麼都可以不要了！

炎 炎夏日，原本是台灣水果盛產期：荔枝、芒果、龍眼……，一樣樣魚貫上市，總教人大快朵頤一番。可惜今年受到聖嬰現象之累，上面提到的本土化水果，一個個減產。結果造成雙輸：果農心疼產量少，菜籃族則心痛價錢高，下不了手。

然而，凡事都有例外。今年的木瓜，產量表現正常，唯獨價錢例外。今年價格比去年稍為便宜，產地價格每公斤才 15~20 元，真是物美價廉。

屏東縣新埤鄉木瓜產銷班潘良祺班長表示，南部木瓜產期從 6~11 月，盛產期則為 7~9 月。換言之，南部夏天因為陽光充足，木瓜甜度高，品質相當優良，是一年當中木瓜最好吃的時節。

潘班長說，為提高木瓜品質，新埤鄉木瓜全部採用網室栽培，以生產果肉率高的春瓜（兩性果），而且控制產量，一株年產 60~80 台斤，一粒也在

1~2 台斤，很適合小家庭享用。他說，由於新埤鄉木瓜都種在砂礫地，木瓜成熟得快，只要果實 3 個凹稜黃化即可採收。催熟後，只需 5 個凹稜黃化，不必等到整粒果實全部變黃，即可一飽口福，享受一「夏」。

當然，喜歡冷飲的朋友，更可以去皮切片，加鮮奶打果汁，保證味道更香醇有勁。

■文圖／楊文振

高雄區農業改良場

今年木瓜俗俗賣



■當 5 個凹稜黃化時，果肉已經完熟，甜美可食了。

■來自屏東新

埤鄉海豐寮的高品質網室木瓜。

