



文圖 / 吳冬梅



■在國外的中國人超市也賣杏仁。

**杏**仁是常見的一味中藥，嚐起來似苦非苦，有一股特殊的核果香，以及一抹淡淡的清涼味，還挺有個性的。它形尖而扁，可食用亦可入藥，因為有小毒，非久服之藥。我最記得其中一則注意事項，就是嬰兒不宜使用。杏仁是治咳的特效藥，但是過量會導致呼吸麻痺，所以凡是藥用之物，我對它既敬愛又害怕。

### 且看嬌容三變——

#### 花朵漸開色由深轉淡

杏為落葉喬木，薔薇科，李屬。葉互生，廣卵形或圓卵形，花先葉開放，於

含苞初時，花色純紅，漸開色由深轉淡，爭艷盛開時，慢慢轉變為淡紅色，待花落時節，由淡紅轉為白。比梅略大，較圓，多數攢開枝端。



杏花亦是國畫中的題材之一，有人偏愛它花色多變，尤常見於民間藝術。北國於開春之際，大地寂寂，萬木待發，花期早的杏花又有北梅之稱。種杏成林，只見一樹樹的豪放丰采，美化大地。

#### 杏仁茶和杏仁豆腐

中式古早味的傳統美食，一直是國人喜歡、外國人更愛慕的飲食。尤其是各式點心、冰品。豆腐也好，杏仁豆腐也行照單全收。東方的優美文化，日本總是想辦法出風頭，搶著說，那是他們的國寶。

■美國杏仁(扁桃)口味多變化及法式糖衣杏仁，口味質感均不相同，且多了一份浪漫。

其實我們都耽心國人習以為常的東方食品，有朝一日因我們的忽略而遺忘，反倒成為他國的健康食品，而且還是專利品呢！不要再保留秘方了，趕快傳給子媳、女兒、徒弟或是有緣人。承古法有新創作，賣美味，也講求品質，求進步是利人利己的生存之道。

### 杏仁茶燒燒一碗來！

「杏仁茶、杏仁茶！燒燒一碗來。」  
「麵茶、麵茶！凸餅、凸餅！」  
「粉圓、山粉圓、愛玉、仙草！」

這些鄉土美食在不知不覺中慢慢地消失了，取而代之的是紅茶店、咖啡館、冰淇淋店和各式速食連鎖店。有一次到三峽郊遊還能見到兒時熟悉的小吃擔，像是遇到久別的親人般又驚又喜。我先點了一碗凸餅，熱水沖泡時還加了一些花生糖粉，香氣四溢；我又點了一碗杏仁茶（糊），清香潤喉。傳統式的食物點心對LKK族的人來說，除了品嚐它的美滋味，還有更多的懷念感恩之情。

### 會者不難，難者不會！

像沖泡杏仁茶、做杏仁豆腐，會做的人不覺得難。小時候我喜歡吃杏仁豆腐，就會好奇的追問一位老師傅，它是怎麼做的，需要什麼材料等等。答案是蓬菜



■法國杏果醬，號稱此產品是有機農產品。



■炒過的杏仁磨成粉。

米、洗淨漬水半天，磨成米漿備用。再水煮洋菜至溶化再加入細白糖、和米漿，緩緩的加入洋菜沸水中，並一邊攪拌均勻，完全煮熟透後，淋上適量的杏仁露，再倒入模型中，或小碗裡待涼，冰過更好吃，就是這麼簡單，真是聽人講比較快，我一定要找一個時間試做看看。

杏仁茶做起來就容易多了！我是以滾水加藕粉或太白粉先行苟薄芡，再加些川貝粉、杏仁粉調勻即可飲用，在早晨喝一小碗，整日喉嚨就覺得很舒暢。



■杏仁粉加熱水，請多攪動幾下，調勻備用，可別吃掉了！

### 杏仁乳香咖啡！

最近我到中藥店買杏仁粉，老闆娘問做什麼用的？我笑一笑尚未回答，她接著問是煮杏仁牛奶嗎？

這一聽才知道中式的杏仁也有新吃法，原來杏仁牛乳調勻後加熱，即可飲用。喜歡咖啡的人再添加咖啡，份量各半，對在一起，或依各人的嗜好調整，或多或少均無妨，滿意就好。

杏仁磨粉的工作，可以請店家代為處理，炒過之後再研磨成粉，方便使用。杏仁粉好吃，但是亦不可過量。



## 杏仁粉護膚 DIY

- 一、材料：杏仁粉 2 匙、水 2 匙。
- 二、工具：小碗一個、毛巾 2 條、湯匙一個。
- 三、步驟：

1. 將杏仁粉 2 匙、熱水 2 匙加入小碗裡，調均勻備用。
2. 將一隻手平置於毛巾上，由另一隻手沾上水粉液，緩緩在手心、手背上規律的按摩即可護膚，不油不膩，且有淡淡的杏仁天然香味。
3. 護膚之後以清水沖洗雙水或用溫毛巾擦拭均可。
4. 利用於手肘、膝蓋、腳踝、腳部之方法相同。

備註：

1. 一般膚質皆可使用，但有傷口或過敏者不得使用。
2. 杏仁粉液一次用量可自行調整，勿調太多，多餘的棄之勿用。

歐式的杏仁咖啡風味全然不同，通常在咖啡裡加細糖、杏仁利口酒、蘭姆酒少許調勻再添上些微杏仁碎片，杯碟上並擺上幾粒杏仁，趁熱品嚐它醉人的美味。

### 杏仁果·杏仁糖

### 杏仁酒·杏果醬

外國的杏仁(扁桃)吃起來像堅果，顆粒也比較碩大，且氣味完全不相同，現



■記得規律柔順的按摩使人平靜而愉悅，每一寸肌膚都要小心呵護。

杏仁酒是一種利口酒，琥珀色，香味亦佳，酒精度 20-30 度之間。如果加入甜橙汁，又是一款西班牙風味的雞尾酒。杏果醬，像金麥芽糖似的顏色，總以為它特別的甜蜜，見它裝在多角形的玻璃罐中，呈現一種寶石的高貴感。

### 除了食用／藥用，亦可護膚

我喜歡用各種天然的素材美容護膚。我們愛惜名譽就像鳥兒愛惜它的羽毛。身體髮膚受之父母，也是理當呵護。而我的部份杏仁粉正是按摩護膚用的，可以為父母，為自己，還有我的好朋友們。不論是服務他人或接受他人的服務，都是最大的享受。



■沾一些杏仁水粉液，即可開始按摩護膚最佳享受！

在超市可以容易買到各種口味的杏仁果，有甜有鹹，還有蔥蒜味的。另有一種外加糖衣的彩色糖果是法式的有名糖之一，外甜內脆，雅緻的感覺，使人看了就想吃一口。



**IT** 伊通攝影 **PARK**  
PHOTOGRAPHIC STUDIO  
伊通國際有限公司  
台北市伊通街 41-1 號 2 樓  
TEL : 25070677-25077243 FAX : 25071149