醋泡番茄

·朱仙和·

番茄豐收季節，可以用來做成醋泡番茄，（又叫做酢漬青色番茄），是非常可口的，玆將做法介紹於後，以爲農友們參考。

番茄（青色未熟果實）十公斤。食鹽一公斤。葱頭三公斤。蕃椒（トウガラシ）約十個。砂糖〇・五公斤。加里粉一匙（以上各種作料食物雜貨店中出售）。丁香半匙。肉桂一・五匙。胡椒半匙（以上各種作料可在漢藥店中買），食醋約四公升。（調味料可隨自己的嗜好酌量增減）。

作法：①選擇肉質厚子少而無病害或傷痕的果實。除去泥土什質清水洗清，並摘除果蒂和蕚片，然後用刀橫切成片，每片厚約二公分。

②將葱頭和蕃椒切碎，混合在番茄片內。加入蕃椒葱頭的目的，不但可以增加製品貯藏時期，而且可以增進品質的風味。

③用清潔乾燥的木桶（缸甕也可以）一個，桶底先薄薄的撒食鹽一層，然後放入番茄和葱頭等混合物，約一臺寸高時，再撒鹽一層，一層番茄，如此將番茄全部放入桶後，最上面要加一層食鹽，而且也要多放些，再用重石壓下鹽漬一—二天。然後將番茄取出，鹽水棄掉。

④另將醋和砂糖，加熱煮沸溶解後，稍冷時再配合其他調味香料，攪拌混和均勻，至冷却時就可倒入有蕃茄的容器中，加蓋再浸漬一夜。

番茄經過浸漬，果內的水分會滲出而使調味液稀薄，所以第二天要倒出來，用文火加熱使牠濃縮一半，冷却後再混入番茄中，再過一天，就可以供食用了。

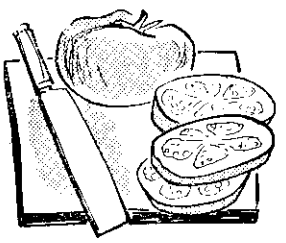
應注意的事項：

①原料用新鮮青色番茄，選取無病蟲害及外傷腐敗者，以防止製造中變質。又肉質比較堅實的番茄，種子果肉內水分一般較少，所以選時應注意是否堅實。

②調味香料必須選購上品，陳舊失去香味的不可應用。

③製造用器，最好用木桶和搪瓷鍋，鋁製鍋不耐酸性，容易腐蝕。

④製造程中和製品，要放置涼陰的地方。



衛生故事

開明的王家阿婆

·老松·

六、驅除你肚裡的蛔蟲

這天午後阿婆慌慌張張的來找我，說是阿平患了蘭尾炎，我將阿平接過來查看一番，是肚子痛，但並不像蘭尾炎，我就問阿婆怎麼發現阿平病的。

「阿平木來在學校上課忽然肚子大痛，醫起來務室的醫生又正巧出去看病了，阿平痛得面孔蒼白，兩手抱着肚子哭叫嚷痛，大家正沒有辦法，阿平又吐了，連肚裡的蛔蟲也吐了一條出來，校長就親自阿平送回來了……。」我爲阿平檢查了大便，在顯微鏡下蛔蟲的卵很容易的就看出來了。

當然這是不難醫治的病症，阿平果然痊愈了。

過兩天阿婆特地來謝我，順便問我一些蛔蟲的問題，原來阿婆以爲肚裡有蛔蟲並不算病哩！我就講給她聽：

「蛔蟲是人體內很普通的寄生蟲，牠消耗人的養料，寄生過多的人就會顯得營養不良，面黃肌瘦，蛔蟲寄生在人體的腸內，可以將腸道阻塞，引起腸套疊，有時候蛔蟲會攢入蘭尾或膽管引起這些地方的阻塞發炎，那就要動手術了。」

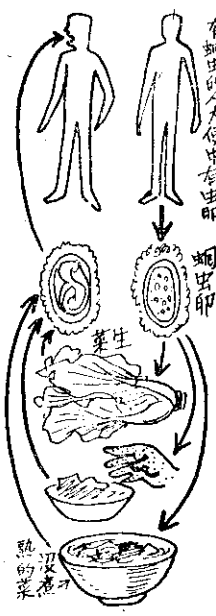
「那麼人的蛔蟲是怎樣來的呢？」阿婆問

譬如沒有洗潔的生菜，蒼蠅脚上帶的蟲卵，手指裡藏的汚物裡，也可以有卵的，不小心尤其兒童，在吃食物時，就吃下肚去，水不清潔裡面如有蛔蟲卵用來洗菜或喝下去都會生蛔蟲的。

阿婆回家以後，就向阿平娘說，以後生菜用水洗潔了煮熟吃，孩子們的手指要洗乾淨，指甲剪短，飯用紗罩，飯前，便後要洗手，有了蛔蟲會生不少病咧！

「阿婆，不知道我們肚裡有蛔蟲沒有？」阿平娘問。

「是咧？……想起來了，我才看見松先生爲阿平查大便。有蛔蟲就會有蛔蟲卵的，這兒還有一張圖，你也來看看。」阿婆把圖畫展開來了。阿平娘也走過來看。



你知道嗎？

人體小統計

秀雄

呼吸：每分鐘十八次至二十次。

脈搏：每分鐘七二次至七五次。

體溫：攝氏三七度。

牙齒：三二枚。

腸長：九呎。

心臟：如各人之拳頭大。

骨骼：二百多根。

肌肉：三百塊以上。

血量：約四升半，佔全身的十分之三。

水量：佔體重的五分之三。