

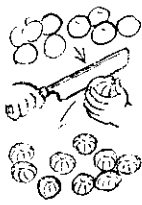
李仔蜜餞

葉妙影

李仔為我國原產果樹之一，在本省栽培歷史已悠久，本省各地風土均適宜栽培，尤其宜蘭縣員山鄉一帶，盛名全臺，其生產量頗高，據統計在民國四十三及四十四兩年中的產量約在三、八〇〇、〇〇〇公斤左右，並每年有大量輸出至香港銷售。

李仔除生食用外，並可加工製成蜜餞、釀酒等，茲簡介李仔蜜餞的製法如下：

李仔蜜餞的方法，大致可分為二種，一為加麥芽糖者，此法可耐貯藏，另外一種為用粉末白糖者，與煮好的李仔攪拌後晾乾放置，但貯藏期限較短。



(一) 切開李仔：將市場買回來的李仔洗淨後，先用刀子在李仔四週縱

切十餘條，然後再縱剖為二片。因為李仔的果皮堅硬，不易剖勻，所以一定要仔細而且要練習熟練，以免做成的李仔外形不美觀，或是割傷皮膚。

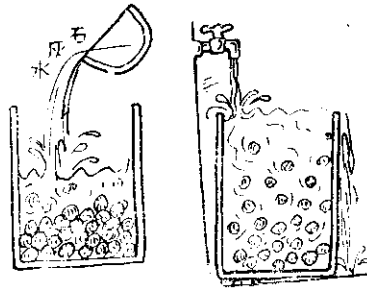
(二) 浸漬水中除酸、苦

、澀味：因李仔的酸度很強，並且略帶有苦澀味，所以切開後必須浸於石灰或鹽水中除去酸苦味，一般浸漬方法都是使用石灰水，其濃度約為三%，浸漬時間需費一晝夜。(編者按：用石灰水浸漬可使李仔硬化，煮時不爛。)

(三) 漂水：經過一晝夜浸漬的李仔，再用清水漂淨。漂法用自來水永遠開放著，流入浸漬李仔之桶內，使水時常流動，漂水時並須時常攪拌李仔，俾使石灰水或鹽水

充分洗淨，漂水時間亦需費一晝夜，然後將李仔取出，舖平略予吹乾。

(四) 調配糖漿：將砂



糖溶解於少量的水中，砂糖的用量與李仔重相同，即為李仔一斤需要白糖一斤，然後將李仔與砂糖放入鍋內，用文火燒煮，並隨時攪拌，其時間視其火力及數量而不同，普通約需四至五小時，到李仔變成半透明體時就可。然後將煮就之李仔舖平木板上，充分冷卻，再加卅%的麥芽糖或白糖粉攪拌均勻，如此即成爲「蜜餞李仔」了。



你知嗎？

一、家裡所吃的鹽有苦味而又容易潮濕，是因為含有少量氯化鎂的緣故。

二、食物中含蛋白質最多的是大豆，含脂肪最多的是肥豬肉，含醣類最多的是白米。

三、我們做饅頭或麵包時，加上少量的發粉(或稱蘇打粉)，乃是利用它與水作用產生一種二氧化碳的氣體，而使體積增大發鬆。

衛生故事

開明的王家阿婆

十二、血、血型，輸血，救命！

老松

「活到老學不了，一向我們都怕流血，可是誰也沒有想過血在人體裡作什麼用？更沒有聽說血還分型；又說輸血可以救命！」王家阿婆從電臺廣播裡聽到的新名詞，來向松先生問端詳，她的熱忱，使得松先講得非常起勁！

「首先我們要知道血在人體裡面有什麼用處，您知道地上的河流有什麼用？第一牠可以駛船載人運貨；第二牠可以灌田供給秧禾的水份及養料。血液在人體裡面在大大小小的血管裡流動，正像地上大河小溪一樣，供給人體裡面各個器官的養料物資。說得稍詳細一點，有四大功用。第一、是呼吸；它可以把新鮮的養氣向各

器官送，同時把污濁的二氧化碳氣帶到肺來呼出體外去。第二、它可以把我們腸胃中，消化的食物運送到各處滋養身體。第三、把用剩的廢料運去變成尿排出體外。第四、日常我們飲水，出汗以及大小便裡面的水份，也是由血液來調整的，所以人身上的血沒有了，就等於河裡沒有水，船不能行，秧不能活，在人就是死！其實人體的血不等到完，只要三份中少去一份就會死的！

阿婆聽到這裡，老眼鏡也戴上了，嘴唇閉緊，噤了一聲似乎要問話。

「人失去血液，不外兩種。受傷、生病，前線的戰士在戰場上受傷，後方的老

百姓也會因敵人的炸彈受傷，或其他意外受傷，這些都會出血的。普通一個男人像我這樣七十公斤重，大約總有六千立方公分(C.C.)的血，若流掉三分之一，就是兩千公分，命就危險了，這時候若沒血給他注射進去補充，只好死了。有血就會活，您說，這血多重要？！

「人的血看起來都是紅的，可是細細查起來各有不同。若單就輸血這方面說，至少我們應該知道，各人的血型是屬於那一種？若兩種不同的血隨便亂輸，也是會出麻煩以至於死人的。不能互相混合的血，若是放在一起就像做豆腐時，在豆漿裡面加了石膏會結成塊，流通不暢，同時又像水棒放在開水裡化得不成樣子。」

「好在所有的人的血逃不出四種類型——呀！

(下接第廿六頁)

